Консультация для родителей
«Расскажите детям о хлебе!»

Уважаемые родители!

Расскажите детям, какое значение для всех людей имеет хлеб, как много людей разных профессий трудятся, чтобы у нас на столе появился хлеб, что хлеб надо беречь; объясните детям выражение «Хлеб - всему голова»; с целью расширения и закрепления знаний о хлебе сходите с ребёнком в булочную, посмотреть, какие есть хлебобулочные изделия; купив хлеб, обратите внимание на его вкус, запах, расскажите, из чего пекут хлеб; рассмотрите пшеничное зерно, муку; поговорите с ребёнком о труде колхозников, которые выращивают хлеб.

Наши предки уважали и почитали хлеб. По русскому обычаю, если нечаянно уронишь хлеб, его нужно поднять, и не только бережно обтереть, но, и поцеловав, попросить прощение.

Хлеб – дар Божий, говорили наши предки. Они считали хлеб главным богатством. Хлеб – это символ благополучия и достатка.

Давайте будем беречь хлеб и учить этому своих детей. Человек, который не научится беречь хлеб, никогда не будет пользоваться уважением окружающих.

Прочитайте детям стихи про хлеб:

В каждом зёрнышке пшеницы
Летом и зимой
Сила солнышка хранится
И земли родной.
И расти под небом светлым,
Строен и высок,
Словно Родина бессмертный,
Хлебный колосок.

В. Орлов

Пахнет хлебом

На пустых полях стерня
Жухнет и сереет.
Солнце только среди дня
Светит, но не греет.
По утрам седой туман
Бродит по болотам,
То ли что-то прячет там,
Толи ищет что-то.

После сумрачных ночей
Выцветает небо.....
А в деревне из печей
Тянет свежим хлебом....
Пахнет домом хлеб ржаной,
Маминым буфетом,
Ветерком земли родной,
Солнышком и летом.
Нож поточен о брусочек.
-Папа, дай кусочек!
(Перевод И.Токмаковой)

***

Зёрна наших дней, светитесь
Позолотою резной!
Говорим мы: «Берегите.
Берегите Хлеб родной...
Не мечтали мы о чуде.
К нам с полей живая речь:
«Берегите хлеб, вы –люди!
Научитесь хлеб беречь!
Н.Тихонов

***

Вот он Хлебушек душистый,
Вот он теплый, золотистый.
В каждый дом, на каждый стол,
он пожаловал, пришел.
В нем здоровье наша, сила, в нем чудесное тепло.
Сколько рук его растило, охраняло, берегло.
В нем - земли родимой соки,
Солнца свет веселый в нем...
Уплетай за обе щеки, вырастай богатырем!
С. Погореловский

В устном творчестве русского народа, упоминание хлеба встречается часто. Это неудивительно, с давних пор он употреблялся в пищу, от того, насколько богат был урожай, зависела судьба людей до следующей жатвы.

Прочитайте с детьми пословицы и поговорки о хлебе, объясните их значение:

- Береги хлеб для еды, а деньги для беды.
- Хлеб – батюшка, вода – матушка.
- Хлеб хлебу брат.
- Худ обед, когда хлеба нет.
- Хлеба ни куска, так и в горнице тоска.
- Хлеб да вода – мужицкая еда.
- Хлеба нет – корочка в честь.
- Сколько ни думай, а лучше хлеба-соли не придумаешь.
- Покуда есть хлеб да вода, все не беда.
- Без хлеба, без соли худая беседа.
- Хлеб – дар божий, отец, кормилец.
- Без хлеба, без соли никто не обедает.
- Не в пору и обед, коли хлеба нет.
- Была бы голова на плечах, а хлеб будет.

Интересные факты:

Из зернышка пшеницы можно получить около 20 миллиграммов муки первого сорта. Для выпечки одного батона требуется 10 тысяч зерен.

***

Хлеб дает нашему организму белки, углеводы, обогащает его магнием, фосфором, калием, что необходимо для работы мозга. Хлеб содержит витамины. Ученые-медики считают, что взрослый человек должен съедать в сутки 300-500г хлеба, при тяжелой работе все 700г. Детям, подросткам нужно 150-400г хлеба. Почти половину своей энергии человек берет от хлеба.

***

Самыми популярными злаками для хлеба являются пшеница, рожь и ячмень. Для выпекания «хлебоподобных» изделий могут использовать также муку из овса, кукурузы, риса, гречи.

***

Блюда из пшеницы нормализуют пищеварение и обменные процессы, выводят шлаки из организма, являются хорошей профилактикой дисбактериоза и диатеза, способствуют укреплению мышц.

***

Овес по содержанию легкоусвояемых белков и жиров богаче других злаков. Также он отличается хорошим соотношением углеводов, белков, жиров и витаминов группы В.

***

Кукурузная крупа, которая получается из белой и желтой кукурузы, богата крахмалом, железом, витаминами B1, B2, PP, D, E и каротином (провитамином A).

И комбайнёр, что хлеб наш убирает,
И мукомол, и пекарь скажет вам,
Что дорог он трудом. А вы порою
Бросаете небрежно хлеб к ногам.
Его теперь в достатке в магазине,
И, слава Богу, сыты наши дети.
Но если всё, же лишнее купили,
Отдайте птицам крошки хлеба эти.

Источник
https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2020/11/24/konsultatsiya-dlya-roditeley-rasskazhite-detyam-o