

# Консультация для родителей

## «Хлеб для всех!»

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 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)

\*\*\*

Радо солнцу небушко,  
полюшко подсолнушку.  
Рада скатерть хлебушку:  
он на ней как солнышко.

Г.Виеру.

\*\*\*

Хлеб ржаной, батоны, булки  
не добудешь на прогулке.  
Люди хлеб в полях лелеют,  
сил для хлеба не  
жалеют.

Я.Аким

\*\*\*

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

\*\*\*

Вот и лето пролетело, тянет холодом с реки.  
Рожь поспела, пожелтела, наклонила колоски.  
Два комбайна в поле ходят. Взад-вперед, из края в край.  
Жнут - молотят, жнут - молотят, убирают урожай.  
Утром рожь стеной стояла. К ночи - ржи как не бывало.  
Только село солнышко, опустело зернышко.

В. Воронько

\*\*\*

Гнули колос злые ветры, и дожди на колос шли,  
Но сломить его за лето так они и не смогли.  
Вот какой я! - он хвалился - с ветром справился, с водой!  
До того он загордился, вырос кверху бородой.

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 съесть 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 В1, В2, РР, D, Е и каротином (провитамином А).

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.

Л. Колударова.

