

Муниципальное образование город Ноябрьск
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Белоснежка» муниципального образования город Ноябрьск

Хлеб – всему голова!



Подготовила воспитатель:
Горулько О,Н,

Наверное, нет человека, который пренебрегал бы хлебом, не знал бы его вкуса, не дорожил бы им. Как и в далёкие времена, у нас хлеб всему голова: от сухаря до пышного каравая.

В старину хлеб называли «жито», от слова «жить».

*Хлеб в России пекли с куполами,
Чтоб хватило, как небо, на всех,
За широкими в доме столами
Крошку бросить считали за грех.*

Хлеб по праву называли святым. В нашей родной речи таких понятий мало: мать, Родина, хлеб...Русский человек всегда верил в его святость, что, к сожалению, нельзя сказать о наших современниках. Несмотря на высокую цену хлебу, его выбрасывают.

По старинному русскому обычаю хлеб, нечаянно выпавший из рук, надо не только поднять и бережно обтереть, но и поцеловать и попросить у него прощенья. Грехом считалось уронить крошку хлеба и не поднять её, ещё большим грехом – растоптать ногами.

В одном из очерков о селе есть такие слова: «Велик сеятель. Никогда не забывал о нём мир и никогда не забудет – ни в радости, ни в беде. И никакая глыба золота не перевесит крошку хлеба!»

Пора нам задуматься: а как мы на самом деле относимся к хлебу? Любовно? Бережно? Или не очень, потому что он нам сейчас достаётся легко?

Перед взрослыми стоит важная нравственная и педагогическая задачи: научить детей беречь хлеб. При этом большое внимание следует уделить воспитанию определённого поведения детей. Дошкольникам свойственно подражать взрослым, поэтому крайне необходимо контролировать своё поведение, своё отношение к хлебу. Научитесь брать в магазине столько хлеба, сколько можете съесть. Тогда не придётся его выбрасывать.

Познакомьте детей с народной мудростью: «Если хлеб на столе, то и стол – престол! А когда хлеба ни куска – то и стол – доска!»

О хлебе сложено немало пословиц и поговорок. Их смысл сводится к уважительному и бережному отношению к его величеству хлебу.

Ну, а главное – ваш личный пример. Хочется верить, что вы будете учить своих детей ценить и беречь хлеб, относиться к нему с уважением, быть благодарными тем, кто растит хлеб.

Прочитайте детям стихи про хлеб:

В каждом зёрнышке пшеницы
Летом и зимой
Сила солнышка хранится
И земли родной.
И растёт 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!

Прочитайте с детьми пословицы и поговорки о хлебе:

- 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...

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 «хлебобулочных» изделий могут использовать также муку из овса, кукурузы, риса, гречки.

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 (провитамин 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.