|  |
| --- |
| **Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение****«Лицей «Технический» имени С.П. Королева» городского округа Самара** |
| *443084 г. Самара, ул. Воронежская, 232. Тел. (846) 953-20-71, 953-38-25. E-mail: 63stl@mail.ru* |

Конспект совместной деятельности

«Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной.

Разговор о правильном питании»

(подготовительная к школе группа №11)

Автор: воспитатель

Ростова Наталья Анатольевна

2023г.

«Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной» Цель: формирование культуры здорового образа жизни.

Задачи:

* познавательные: дать знания о завтраке как обязательном компоненте ежедневного рациона питания и различных вариантах завтрака; упражнять в составлении меню завтрака;
* развивающие: развивать познавательную активность, коммуникативные навыки при выполнении заданий, память, внимание, умение пользоваться знаниями, полученными ранее;
* воспитывающие: воспитывать осознанно – правильное отношение к здоровому образу жизни и дружелюбное отношение к окружающим людям.

Предварительная работа:

* рассматривание колосков пшеницы, проса, ячменя, гречихи, овса;
* рассматривание различных видов крупы;
* чтение рассказа Н. Носова «Мишкина каша», сказки бр. Гримм

«Горшочек каши», р.н. сказки «Каша из топора»;

* дидактическая игра «Из чего сварили кашу?»;
* разучивание стихотворений Г. Юнусовой «Вкусная каша» или Е. Благининой «Весёлый стишок»;
* выполнение заданий в рабочей тетради с. 24, 25;
* подключить работников кухни к приготовлению нескольких видов каши для конкурса.

Ход игрового развлечения:

Воспитатель: - Ребята, давайте с вами поиграем! Но сначала, отгадайте пожалуйста загадку:

Крупу в кастрюльку насыпают, Молочком заливают,

На плиту ставят вариться…

Что здесь может получиться? (ответы детей)

Воспитатель: - Конечно, это каша! О каше можно рассказать много интересных историй.

Ну. например, каша старше хлеба. Каша – это первая еда древнего человека. Которую он сварил в горшке на костре. Древние люди считали кашу священной и угощали ею своих богов.

В знак примирения после долгой ссоры варили общую кашу, бывшие враги ели ее вместе. Мирный договор был недействительным, если кто – то не отведает примирительной каши. Бывало и так, что поссорившиеся так и не могли ни о чем договориться. Про таких упрямцев говорили: «С ними каши не сваришь».

Каша – это и главное угощение свадебного пира В старые времена свадьбу на Руси называли – каша. А во Франции жених и невеста должны были на своей свадьбе сварить кашу при свидетелях и вместе съесть её.

Родился в семье малыш – его обсыпали зерном, а потом из этого зерна варили кашу. Считалось, что после этого мальчик вырастет сильным и здоровым, а девочка будет красавицей и домовитой хозяйкой.

На Руси сладкую кашу из риса с медом и изюмом варят и едят на поминках по умершим родственникам. Эта печальная каша называется кутья.

Так всю жизнь, от рождения до смерти, каша была верной спутницей человека.

Кашу едят все народы, живущие на земле. В каждой стране есть своя любимая каша. Англичане завтракают овсяной кашей, итальянцы едят кукурузную. Украинцы с удовольствием кушают пшенную. «Матушка наша

* гречневая каша» - так любовно говорили на Руси.

Сейчас я предлагаю вам поиграть и вспомнить все, что мы знаем о кашах. Разделитесь на две команды1, поудобнее устраивайтесь за столиками и придумайте своей команде название.

Конкурсная программа:

* 1. «Мудрая путаница»

Оборудование: каждой команде предложить карточки, на которых записаны фрагменты пословиц и поговорок о кашах, известных детям. Задание: соединить карточки попарно и прочитать пословицы.

* 1. «В гости к бабушке Загадушке»

Оборудование: кукла бабушка Загадушка, сундучок, маленькие свитки с загадками (См. Приложение). Задание: каждой команде предложить по очереди из сундучка бабушки Загадушки доставать свиток с загадкой, зачитать и дать ответ.

* 1. «Кашевары – знатоки»

Оборудование: набор картинок «Злаковые растения», блюдца с крупами. Задание: каждой команде предложить к каждой картинке с изображением злакового растения подобрать крупу, назвать растение, крупу и кашу, которую варят из этой крупы. Например: просо – пшено – пшенная каша.

* 1. «Вспомни сказку»

Задание: предложить каждой команде по очереди называть произведения художественной литературы (сказки и рассказы), в которых упоминаются **каша** и **русская печка**.

* 1. «Самая вкусна и полезная каша»

Оборудование: тарелка с кашей и различные добавки (семечки, орехи, сухофрукты). Задание: каждой команде предложить украсить кашу и придумать название. тарелку с кашей и различные добавки (семечки, орехи, сухофрукты)

* 1. «Помогите Золушке»

1 В каждой команде должны оказаться дети, которые уже умеют читать или прикрепить взрослого (родителя или помощника воспитателя).

Оборудование: кукла Золушка, два мешочка с перемешанными крупами (2 – 3 вида), блюдца. Задание: предложить каждой команде помочь Золушке разобрать перемешанные крупы и назвать их.

\*\*\*За каждый правильный ответ командам присуждается фишка (можно использовать магнитную доску и разноцветные магниты), в конце игры фишки подсчитываются и определяется победитель. Игрокам вручаются медали «Знаток – кашевар 1 степени» и «Знаток – кашевар 2 степени».

Приложение

# Пословицы и поговорки

* + - Щи да каша – пища наша.
		- Хороша кашка, да мала чашка.
		- Каши не сварить, коли воду жалеть.
		- Кашу маслом не испортишь.

# Скороговорки

* Дали Клаше каши с простоквашей, Ела Клаша кашу с простоквашей.
* Нашей Маше дали манную кашу. Каша Маше надоела,

Кашу Маша не доела, Кашу, Маша, доедай Маме не надоедай!

* Ела кашу наша Даша, Хороша у Даши каша.

Ела ложкою большой,

Чтобы вырасти большой!

# Считалки

\*Раз, два, три, четыре, пять, Шесть, семь!

Пойду каши я поем. Вы ж пока считайте,

Кому водить – гадайте!

\*На столе дымится каша, Где большая ложка наша?

С кашей будем мы дружить, Лет до ста мы будем жить!

# Загадки

**\***Крупу в кастрюльку насыпают, Молочком заливают,

На плиту ставят вариться…

Что здесь может получиться? (Каша)

**\***Из крупы её сварили, Посолили, подсластили, Эй, ну где же ложка наша?

Так вкусна на завтрак …. (каша)!

\*Поле дружно колосится –

Хлеб и кашу даст …. (пшеница).

\*Золотистое зерно называется … (пшено).

\*Испечет нам бабушка вкусные оладушки.

Сварит в русской печке кашу вкусную из … (гречки).

\*Желтые початки полны зерен сладких. (Кукуруза)

\*В поле сережки на тоненьких ножках. (Овес)

# Стихотворения

**КАША**

С. Крупина

Варит кашу Тимофей Для себя и для друзей: Ложку манной кашки – Для грудной Наташки, Сладкую из риса – Угостить Бориса,

А себе из гречки, Не жалея сечки.

Вкусно пахнет в кухне пар – Всех накормит кашевар!

# ВКУСНАЯ КАША

Г. Юнусова

Пшенная каша сварилась, Подали в мисках на стол. Каша слегка подгорела, По дому запах пошел.

Кашу варила, солила

И сдобрила маслом Марина, Сама с аппетитом поела

И угостила всех нас. Девочку дружно хвалили. В ответ нам сказала она:

- Еда, что сама приготовишь, Бывает всегда так вкусна! **ВЕСЕЛЫЙ СТИШОК**

Е. Благинина

Я сварила кашу манную – Не особенно желанную!

Наварила еще рисовой, Да с подливкою яичною:

* Ну, ребятушки, съедайте Кашу сладкую отличную! –

Ребятишки сели, обе каши съели, Ложки облизали, посуду помыли.

* Спасибо! – сказали, - Вот теперь мы в силе И учиться, и гулять,

И ногою мяч пулять!