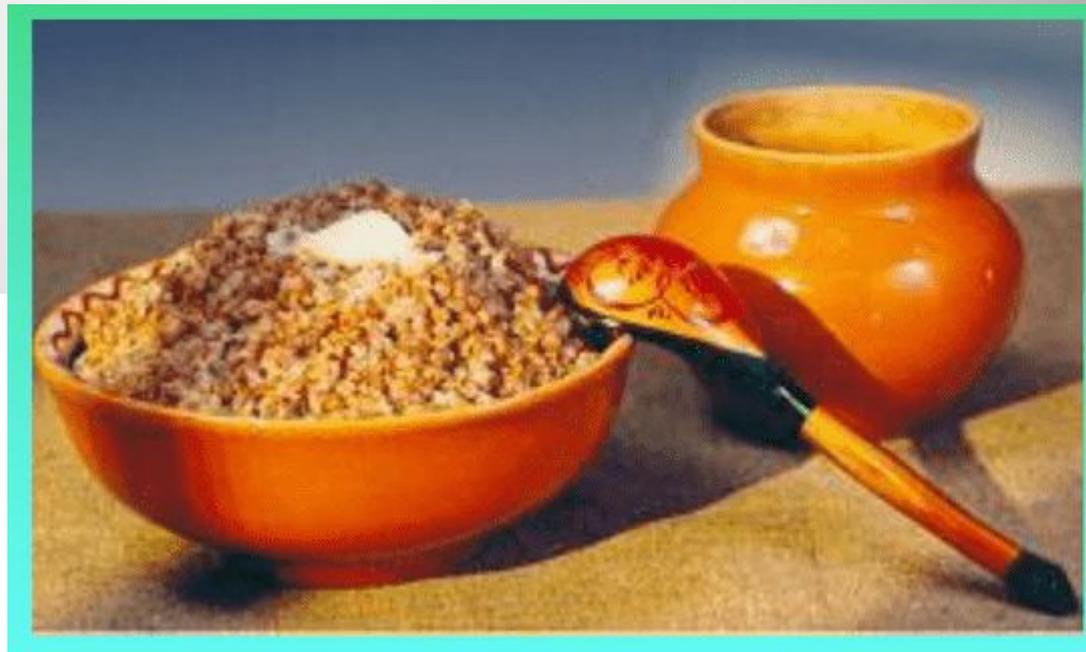
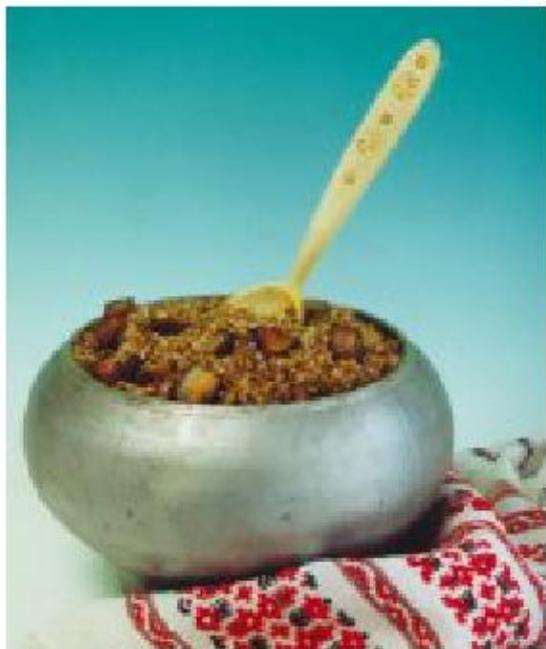


# Тема: «Горшочек, вари!»



**Тема:** «Горшочек, вари!»

**Цель:** Формирование у обучающихся ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.

**Задачи:**

- Расширить представление о каше, как обязательном компоненте ежедневного рациона.
- Расширить представление об ассортименте каш , круп и их свойствах.
- Учить понимать смысл пословиц и уметь объяснять другим.
- Закрепить умение соотносить существительное с прилагательными.
- Воспитывать положительное отношение детей к здоровому питанию.

**Словарная работа:**

Пшеница, просо, рис, кукуруза, ячмень, гречиха, рисовая каша, кукурузная каша, гречневая каша, овсяная каша, пшенная каша, манная каша , перловая каша, ячневая каша.

# Загадка

Крупу в кастрюлю насыпают  
Водой холодной заливают  
Ставят на плиту вариться  
И что тут может получиться?

Каша

# Сегодня мы с вами поговорим о каше

Прочитайте:

**Каша** – кушанье из крупы, сваренное на воде или на молоке.

## ВИДЫ КРУП



# Манная каша



Пшеница



Манную кашу варят из манной крупы – манки  
Манную крупу получают из пшеницы: когда зёрна очищают от оболочки и перемалывают, то наряду с мукой образуется крупка. Это и есть манка.

Наша каша хороша  
Для любого малыша.  
С маслом, румяная,  
Наша каша манная!

# Пшённая каша



Просо

Пшено – это  
семена проса,  
очищенные от  
наружной  
оболочки



До чего вкусна она,  
Эта каша из пшена!  
Из чего взялось оно -  
Желтоватое пшено?  
Проще нет для нас вопроса.  
Знай: пшено - крупа из проса!



# Рисовая каша



Рисовая каша помогает при болезнях желудка.

Рис укрепляет нервную систему. В каше содержатся витамины группы В, РР и микроэлементы.

# Кукурузная каша

Утром Катю кормят вкусной  
Тёплой кашей кукурузной.  
Росли в поле не на грядке  
Кукурузные початки.  
Кукуруза всякий раз  
Вырастает выше нас!



Початки кукурузы и  
кукурузная крупа



# Перловая каша

Познакомьтесь с кашей новой:  
Все зовут её перловой.  
Если спросят у меня:  
«Каша есть из ячменя?»  
У меня ответ готовый:  
Да, зовут её перловой!



Ячмень



Главное богатство перловки – фосфор, по его содержанию перловая крупа почти в два раза превосходит остальные злаки.

# Гречневая каша



Гречиха

Это гречневая каша.  
Эту кашу любит Саша.  
Не бывает в поле тихо,  
Если там растёт гречиха.  
Пчёлки на неё летят,  
Взять нектар они хотят.



Гречневая крупа



# Овсяная каша



Он не в дальних странах рос -  
Замечательный овёс!  
Рос овёс у нас в округе,  
А не где-нибудь на юге!

Овсяная каша – самая питательная каша.  
Овсяная каша полезна детям и взрослым.



# Какие это крупы?



# Игра «Скажи правильно»

Как называется каша, приготовленная из этой крупы:

Каша из риса –	рисовая каша
Каша из кукурузы –	кукурузная каша
Каша из гречки –	гречневая каша
Каша из овса –	овсяная каша
Каша из пшена –	пшённая каша
Каша из манки –	манная каша
Каша из перловки –	перловая каша

**Словарь:** рисовая каша; кукурузная каша; гречневая каша; овсяная каша; пшенная каша; манная каша; перловая каша.

# ПОСЛОВИЦЫ

**Задание:** прочитайте и объясните пословицы

**Если про кашу не забудешь, здоровым будешь.**

**Кашу маслом не испортишь.**

Подбери объяснение к пословицам:

Чем больше в каше масла, тем вкуснее.

Каша полезна для здоровья.

# Творческое задание «Тарелка каши»

Вырезаем из бумаги форму в виде тарелки с полями.

На полях тарелки рисуем узоры (украшение тарелки).

Затем середину тарелки, кроме раскрашенных полей, намазываем клеем и посыпаем крупой.

Крупу ребенок выбирает сам, а взрослый просит объяснить выбор (к примеру, я взял гречневую крупу, потому что больше всего люблю гречневую кашу) и т.д.

Сделайте, пожалуйста, фото тарелки с кашей и отправьте в группу класса.

# Вопросы

- ◆ - Из чего варят кашу?
- ◆ - Какую кашу можно сварить из пшена?
- ◆ - Какую кашу ты приготовил (-а) в творческом задании?

## **Задание «Подбери прилагательное»**

Что? (каша), какая ? .....

(вкусная, сладкая, солёная, жидкая, густая, вязкая, пшённая, манная, гречневая, кукурузная, перловая)

Придумай предложение со словом каша.

Лучше каши нет на свете,  
Обойди весь белый свет!  
Любят взрослые и дети,  
Кушать кашу на обед.

В каше много витаминов,  
Каша нам всегда нужна,  
В каждом доме, в каждой кухне,  
Каша быть всегда должна!



# Каша – сила наша !

# Каша – здоровье наше !

Ешьте кашу каждый день,

Силы набирайтесь!

А чтоб было веселей,

Спортом занимайтесь!



# Литература:

Шорыгина Т.А. / «Злаки. Какие они?» Книга для воспитателей, гувернеров и родителей./ Т.А.Шорыгина.- М.: Издательство ГНОМ и Д,2007

Интернет ресурсы: [yandex.ru](http://yandex.ru) Картинки