**Внеклассное мероприятие для младших школьников. ("Каша - мать наша")**

Автор: Иваненко Арина Анатольевна

**Описание работы:** Материал для учителей и воспитателей начальной школы. Может использоваться в организации внеклассной работы, работе с родителями, занятий по внеурочной деятельности («Здоровейка»)

**Актуальность**данной разработки в том, что внеклассные мероприятия способствуют созданию благоприятной микросреды и морально-психологического климата в классном коллективе, а также проведению целенаправленной пропаганды здорового образа жизни.

**Возраст**: учащиеся  1 - 4 классов

**Цель:**

* закрепить знания  детей о завтраке как обязательном компоненте ежедневного меню, различных вариантах завтрака;
* сформировать представление о каше как национальном русском блюде.

**Задачи:**

1. Учить различать и называть злаковые культуры и их крупы.
2. Формировать знания детей о здоровом питании, о пользе каши в рационе детского питания.
3. Закрепить знания детей о труде хлеборобов.
4. Воспитывать положительное отношение детей к здоровому питанию.
5. Вызвать желание вести здоровый образ жизни.

**Предварительная работа: Материал:** иллюстрации с изображением злаковых культур. Разные виды круп, книги о правильном питании; фартуки и колпаки для поварят; игрушечная посуда, плита, сухофрукты; фильм-презентация “Русская каша - матушка наша!”.

Подбор детьми, загадок, информации об истории возникновения каши; подготовка изготовление пригласительных билетов для гостей праздника.

**Оборудование:**

Плакат с названием мероприятия, столы, скатерти, посуда, угощения, кокошники и разноцветные передники, пригласительные билеты, музыкальное сопровождение,

**Пояснения.**Мероприятие включает в себя:выступление детей с сообщениями о каше; игру, результаты исследовательской работы для которой класс делится на 4 группы.

**Предполагаемые результаты:**

*познавательные УУД*

- самостоятельно преобразовывать практическую задачу в познавательную

- умение самостоятельно осуществлять информационный поиск, сбор и выделение существенной информации из различных информационных источников

*коммуникативные УУД*

- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации

- владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка

- формирование вербальных и невербальных способов коммуникации

- умение интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми

*регулятивные УУД*

- удерживать цель деятельности до получения ее результата

- анализировать эмоциональные состояния, полученные от успешной(неуспешной) деятельности

- оценивать результаты деятельности

*личностные УУД*

- проявлять понимание и уважение к ценностям культур других народов

-анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом;

- оценивать ситуации с точки зрения правил поведения и этики;

- проявлять в конкретных ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность, помощь

**Ход мероприятия:**

**Ведущий:**

Крупу в кастрюлю насыпаем

Водой холодной заливаем

И ставим на плиту вариться.

И что тут может получиться? Сорока-белобока кашу варила, деток кормила – это всем и каждому знакомая с раннего детства песенка, потому как каша очень полезна, питательна и вкусна.

**Дети рассказывают:**

**1 группа** Каша – традиционное блюдо русской кухни. Само слово “каша” в древнем значении означает кушанье, приготовленное из растёртого зерна. В давние времена кашу готовили в русской печи в глиняных горшках, и без неё не обходилось ни одно праздничное застолье – свадьба, рождественские праздники, рождение ребёнка, крестины.

**2 группа** В России каша была частым горячим блюдом в армии, особенно в походных условиях, а армейских поваров называли кашеварами. И сегодня для многих людей каша хотя и остаётся традиционной пищей на завтрак, но популярность её падает.

**3 группа**  Рестораны русской кухни можно встретить во всех странах мира. Наша кухня яркая и самобытная. А одно из любимых российских блюд – каша, которая наравне со щами стала чуть ли не нашим национальным символом. Кашу подавали даже князьям на пирах. В старорусском языке слово “каша” означало тоже, что и “пир.

**4 группа** Раньше это было самое любимое среди русских людей кушанье. Его использовали и в будни, и в праздники. Ни одно хорошее застолье не обходилось в старину без каши. Даже на царских пирах она занимала свое почетное место. Каша также являлась часто и обрядовым блюдом, подающимся к столу, как на церковные, так и на народные праздники.

**Ведущий:** Слово «каша» упоминается во многих пословицах, скороговорках.

Задание командам: назовите как можно больше пословиц, поговорок, в которых упоминается каша.

1. "Хороша кашка да мала чашка"
2. "Кашу маслом не испортишь"
3. "Каша - мать наша"
4. "Щи да каша - еда наша"
5. "Без каши обед не обед

**Ученик:**

В саду весело живём  
Каши вкусные жуём  
С каждым днём мы подрастаем  
Сил, здоровья набираем.

С детства кашу кушать надо  
Она лучше шоколада  
Гречку скушай ты с утра  
День пройдёт как на ура.

Каша белая из риса  
Полезней всякого ириса  
Зёрна белые, тверды,  
Но налей в чугун воды  
Да поставь на огонёк  
Да посыпь-ка сахарок,  
Подсоли немножко  
И берись за ложку.

Кушай кашу “Геркулес”-  
Это чудо из чудес!  
Кушай, станешь силачом  
Любая гиря нипочём!

Кашу манную любят малыши,  
Белую, пушистую едят от души  
Любят её с маслом, любят с молоком  
Станут все красивыми и  
Сильными потом!

**Групповая работа.(учитель) Каждой группе была предложена исследовательская работа по плану:**

История возникновения каши.

Какая каша самая полезная.

Какая каша самая вкусная?

**Сегодня мы отправимся в путешествие в город «Кашин»**

- Названия каш вы знаете. А сможете ли назвать - какая каша из зёрен каких растений готовится? (Учитель показывает  семена растений  в пробирках, дети выбирают крупы  в следующей последовательности: зерно - крупа, продукты, используемые для приготовления каши, название каши )

- Проверим, что у вас получилось.

**Выступает 1 группа детей.**

У одного царя родилась дочь. Красоты неописуемой- лицо белое, рот алый, волосы черные. Царь все думал, как бы ее назвать, какое имя лучше выбрать, - это не нравилось, то не подходило. Тогда он решил выйти на дорогу и у первой же встречной женщины спросить "Как твое имя?" И этим же именем назвать свою дочь. Сказано-сделано. Незнакомка назвалась Крупеничкой. И царская дочь получила имя Крупеничка.

Когда она выросла, на страну напали враги. Царя убили, а красавицу - царевну увезли в плен. На чужой стороне истосковалась Крупеничка по родному краю, обернулась зернышком и возвратилась домой. Подружки закопали Крупеничку в родимую землю. С тех пор, что ни год, на этом месте вырастал белый цветок на красном стебельке, рождал зернышки, темные, как волосы девушки. В память о красавице царевне народ назвал это растение гречиха.



**Выступает 2 группа детей.**

Пшённую крупу получают из зёрен проса. Из неё варят пшённую кашу. Особенно вкусная получается каша, сваренная из смеси риса и пшена, такую кашу называют королевской. Пшённая каша очень полезна, в ней содержится много углеводов.



**Выступает 3 группа детей.**

Овсяную кашу варят из овсяной крупы. Овес - хлебный злак. Очень красивы большие овсяные поля: они колышутся волнами и серебрятся даже от небольшого ветра. Под солнцем наливаются продолговатые зерна, покрытые плотной оболочкой. Чтобы использовать зерно в пищу, оболочку надо снять.

Из овсяной муки пекут блины и лепешки, делают кисели и сладкое печенье.

Люди давно заметили, как полезны все пищевые изделия из овса. Вкусна и каша из овсяной крупы, особенно дробленой или расплющенной, - она называется "геркулес". У англичан это национальное блюдо, его почти все едят по утрам. Она придает силу. Вот почему овсяная каша входила в ежедневный рацион гладиаторов.

**Выступает 4 группа детей.**

Человек выращивает рис на протяжении тысяч лет, и этот злак справедливо называют самым популярным во всем мире .История возделывания риса началась давно: археологические раскопки показывают, что еще шесть или семь тысячелетий назад люди выращивали рис и употребляли его в пищу.  
 В Россию рис завезли совсем недавно по сравнению с другими странами и континентами - каких-то двести лет назад.



***Игра.* Расскажи стихи руками “Каша”.**

Раз, два, три,  
Кашу наш горшок вари!

Мы внимательными будем, ничего не позабудем,   
Наливаем молоко.

Мы внимательными будем, ничего не позабудем,  
Сыпем соль.

Мы внимательными будем, ничего не позабудем,  
Сыпем сахар.

Мы внимательными будем, ничего не позабудем,  
Насыпаем крупу.

Мы внимательными будем, ничего не позабудем,  
Добавляем масло.

Все продукты размешали, каша варится: “Пых-пых”-  
Для друзей и для родных.

А теперь все друг за другом размешаем кашу кругом.  
И попробуем-ка нашу вместе сваренную кашу.

В ходе игры дети выполняют соответствующие тексту движения руками.

**Ведущий:** Какая же каша самая полезная и вкусная? Детям предлагаются названия каш и варианты ответов. В процессе проверки каждая группа о полезных свойствах каши.  
  
Манная?Овсяная?Гречневая?Перловая?Рисовая?Манная? Кукурузная?

**Овсянная, гречневая:** много витаминов группы B, PP, C и таких микроэлементов, как фосфор, магний, аминокислоты

**Гречка.** Она богата железом и кальцием.

**Овсяная каша:** полезна для зрения и полноценной работы головного мозга. Ведь в ней есть витамины А, Е, которые укрепляют стенки сосудов и капилляров.

**В манке**, несмотря на большое содержание углеводов в ней, содержится много минеральных веществ, белков и витаминов, около 70% крахмала, которые сохраняются в ней даже после приготовления

**Пшенная каша** наполняет организм энергией, выводит лишние минеральные соли, богата витамином А.

**В кукурузной каше** много микроэлементов, кремния, который положительно влияет на состояние зубов. Эта малокалорийная каша выводить лишний жир из организма.

**Рисовая каша** - низкоаллергенная каша, которая снижает риск развития аллергии. Низкоаллергенные каши не провоцируют пищевую аллергию, оберегают почки и печень от излишней нагрузки.

**Перловая каша.** В полезности же  крупы для нашего здоровья вы можете не сомневаться.     Она отвечает за слаженную работу нервной системы, красивые волосы и чистую кожу. Нужна для хорошего зрения и защиты от инфекций, предотвращает преждевременное старение.    Делает крепкими кости и зубы. Необходима для нормального обмена веществ и хорошей работы мозга.

**Ведущий:** Как приготовить кашу?

**Для этого выбирает детей, которые готовят и представляют свои каши.**

Представление каши.

**Ведущий:**

Раз решили Миша с Машей  
На обед сварить всем **кашу**.  
Вот кастрюлю дотащили,  
Вот воды в неё налили.  
На огне кипит вода,  
Надо бы крупы туда:  
Манку, гречку, рис и просо,  
Кашу им варить не просто.  
Маша кашу посолила,  
А вдобавок поперчила.  
Стала каша закипать,  
Из кастрюли вытекать.  
Миша с Машей - в руки ложки,  
Чтоб попробовать немножко.  
Лучше кашу варит мама!  
Дети съели два банана,  
А потом пошли играть,  
Книжки добрые читать.  
И читают Миша с Машей,  
Как мальчишки варят кашу.

**1-ый ученик*.***

Я насыпала в миску риса,  
Залила его молоком.  
Рис поднялся, разварился,  
Дышит - пышет, как живой.  
Из под крышки пар клубится,  
Крышка прыгает звеня,  
Приходите все учиться,  
Кашеварить у меня.

Из рисовой крупы я приготовила рисовую кашу. Каша получилась рассыпчатой, красивой, словно жемчуг белый. А ещё свою кашу я украсила вкусными сухофруктами. Оказывается, больше всего в мире выращивают и собирают риса

**2-ойученик*.***

Это вам не просто каша,  
С корочкой хрустящей,  
А румяный теплоход,  
Самый настоящий!  
Полный ход!  
Есть полный ход!  
Прямо – в рот!  
Есть, прямо в рот!

Из гречневой крупы я приготовила гречневую кашу и добавила в неё ложечку гречишного мёда. Каша получилась, аппетитной, вкусной и рассыпчатой.

**3-ий ученик*.***

Вскипятите молоко,Соли, сахару добавьте,Размешайте все легко,Манкой медленно заправьте,Интенсивно помешав,Остудите, но не слишком,И слюнявчик повязав,Кашку можно дать детишкам.

**4-ый ученик***.*

Овсяная каша стоит на столе,Её приготовила бабушка мне.Смотрела в одной передаче онаКакой в самом деле быть каша должна.Без соли, без сахара, без молокаЕё я попробовал только слегка.Овсяную кашу я ложкой мешаюИ долго серьёзно над нею размышляю.И выход нашёлся довольно простойКак сделать тарелку с овсянкой — пустой:Налил молока и добавил варенья.Овсяная каша теперь — объеденье!

**Ведущий:** Какую кашу больше всего любят дети?

Наши исследователи опросили 25 учеников2В класса и 25 учеников других 2-х классов. Так какие же результаты?



На первом месте - манная каша-22ч.

На втором месте - рисовая каша- 16ч.

На третьем месте – гречневая каша-12ч.

Независимо от того какую кашу вы больше любите, сегодня на мероприятии мы узнали что все каши полезны.

**Ведущий:**

В гости к нам с других планет  
Прибыл знатный кашеед,  
Заглянул в наш холодильник  
И воскликнул:  
«Ну уж нет!  
Супу – нет!  
Котлетам – нет!  
Ненавижу винегрет!  
Что у вас здесь происходит?  
Где мой завтрак? Где обед?  
Где мой полдник?  
Где мой ужин?!  
Мне горшочек с кашей нужен!  
Подавайте сей же час!  
А не то умчусь на Марс!»  
Мы ничуть не растерялись.  
Мы готовили, старались:  
Гречневую, манную,  
Пшённую, овсяную –  
**Каши** из различных круп.  
– На здоровье, кашелюб!

**Ведущий:**

**Город Кашин** небольшой,  
Обстановка странная -  
Мчит по городу рекой  
Резво каша манная.  
На крутые берега  
Перекинут мост из гречки,  
На опушке пастуха  
Ждут перловые овечки.  
Город стены окружают  
Из отборного пшена,  
И богатым урожаям  
Удивляется страна.  
Здесь улыбчивые лица,  
Рисовые облака,  
Крыши кроют чечевицей,  
Маслицем полив слегка.  
Если Саша и Наташа  
Потеряли аппетит,  
Приезжайте в город Кашин**.**

**Итог занятия**На столе дымится каша,Где большая ложка наша?С кашей будем мы дружить,Лет до ста мы будем жить

**Рефлексия** Мы поняли, что …  
Мы узнали …  
Нам было интересно …  
Мы теперь будем…

