**Конспект занятия по внеурочной деятельности**

**«Плох обед, коли хлеба нет»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Цели и задачи:** |  |

Конец формы



* расширить знания детей о полезности продуктов, получаемых из зерна;
* сформировать представление детей о многообразии ассортимента продуктов, получаемых из зерна, необходимости их ежедневного включения в рацион;
* расширить представление детей о традициях русского народа
* способствовать формированию уважения к культуре собственного народа и других народов, бережного отношения к хлебу.
* Развитие речи, активизация словаря.

 ***Ход занятия:***

**I. Вхождение в урок.**

- Ребята, давайте закроем глаза и представим, что мы находимся на краю пшеничного поля. Давайте встанем в круг и возьмёмся за руки. Стоит яркий солнечный день, ветерок колышет спелые колосья... Пшеница передаёт вам тепло этого дня (пожимает руку одному из детей, ребёнок передаёт пожатие по кругу).

- Ну, вот теперь и мы согреты теплом этого дня, которого, надеюсь, нам хватит до конца занятия. (Дети садятся)

- Посмотрите ещё раз на пшеничное поле, скажите, какое у вас сегодня настроение, с чем вы его можете сравнить? Оно как нежное маленькое зёрнышко, которое хочет укрыться в тепле, как колосок, который тянется к солнцу.

**II. Выведение темы и цели занятия.**

- Сегодня на занятии мы продолжаем разговор о правильном питании.

- Откройте тетради и прочитайте тему занятия.

- Так о чем же мы сегодня будем говорить?

(об обеде и значении хлеба)

- Давайте определим цели занятия:

**УЗНАТЬ**…(новое по теме, полезность данных продуктов, когда появился хлеб)

**ПОВТОРИТЬ**…(какие бывают хлебобулочные продукты)

**ПОМНИТЬ!** (о том, что нужно бережно относиться к хлебу)

Что хотели бы узнать, что необходимо повторить, о чём нужно помнить.

**III.Работа по теме занятия.**

1.Актуализация знаний.

- Что вы знаете о хлебе?

- Я надеюсь, что ваши знания пополнятся.

- На наших занятиях о завтраке мы с вами уже говорили, пришло время обеда.

- Как вы думаете, без чего не обходится ни один обед?

(без хлеба)

-Да, не случайно говорят: «Плох обед, если хлеба нет.»

(слайд)

- К хлебу в старину относились свято, ведь хлеб доставался тяжёлым трудом. Вспомните, как не просто пришёл он к нам. Много людей помогало ему в этом.

- У нас на столе сегодня представлены образцы хлебных продуктов.

Хлебные изделия – это только маленькая часть того, что можно выпечь. Обратите внимание, как сегодня разнообразен выбор хлебобулочных изделий. (слайд)

- Кто скажет, почему так упакован хлеб?

(чтобы хлеб был всегда чистым)

- Да, действительно, хлеб должен быть чистым, брать его можно только чистыми руками.

- Какие еще правила обращения с хлебом вы знаете?

(хлеб нельзя бросать, выбрасывать, хлебом нельзя играть… и т.д.)

- Был хлеб всегда в почете на Руси!

Его просторов главное богатство,

Его ты цену хочешь знать? Спроси.

Тебе ответить могут ленинградцы…

(слайд)

2. Рассказ учителя.

- Вот, что вспоминает медсестра детского сада №5 г.Отрадное Ленинградской области:

«Помню тёмный, вязкий, маленький кусочек хлеба. Только один кусочек… На всех – взрослых и детей. На весь день. И мама режет его медленно на одинаковые кубики…

Помню, как я на коленях ползала по полу в надежде найти хоть какую-нибудь крошку хлеба.

Помню старенькую бабушку… Помню маму, больную, обессиленную, которая вместе с другими женщинами тащила плуг на колхозном поле… И эта память жжёт все года моё сердце ненавистью к войне.»

- Так нужно ли беречь хлеб?

- А ещё, о хлебе существует много пословиц и поговорок!

(Дети подходят к ИД и читают)

- Ну, а теперь мы возвращаемся к обеду. Каждый день мы с вами в школе ходим на обед. Давайте посмотрим, из скольких блюд должен состоять обед?

(Один из ребят переворачивает карточки на доске)

1. Закуска или салат;
2. Первое блюдо;
3. Второе блюдо;
4. Третье блюдо (десерт, компот и т.д.)

- Мне кажется, чего-то не хватает…. (хлеба)

- А как называется перечень всех блюд, входящих в обед?

(меню)

(слайд)

-Сейчас я предлагаю вам самим составить меню для обеда из предложенных блюд.

Но перед этим давайте отгадаем загадки.

(слайд)

- На столе вы видите карточки с названиями блюд. Выберите те, которые будут входить в ваше меню. (Работа в группах по составлению меню обеда)

-Молодцы!!!

- А сейчас посмотрим, какое меню выбрала уже известная нам семья.

(стр.30-31)

Чтение текста детьми и приглашенными родителями

Прочитайте данный здесь текст по ролям.

(Роли «мамы» и «папы» распределяются между родителями, приглашёнными на занятие, роли «детей» – между детьми из ГПД)

5. Микрообобщение.

- Какие незнакомые слова вам встретились?

(Ответы детей, слайд о значение незнакомых детям слов)

-Чье меню вам нравится больше?

-Что бы вы хотели попробовать?

(физкультминутка «Солнышко лучистое» под музыку)

-Ребята, а какие первые блюда вы знаете? (Ответы детей) Поднимите руки, кто из вас любит борщ?

- Сейчас проверим, умеете ли вы его готовить!

(Дети делятся на две группы)

Нужно выбрать продукты для варки борща и положить их в кастрюлю.

- Молодцы! Садитесь!

6. Чтение пословиц и разбор «Золотых правил питания»

*Без хлеба - не будет и обеда.*

*Без печки холодно - без хлеба голодно.*

*Ржаной хлебушко - калачу дедушка.*

*Хлеб ногами топтать - народу голодать.*

*Покуда есть хлеб да вода - всё не беда.*

*Плох обед, коли хлеба нет.*

*Нет хлеба - нет обеда.*

*Много снега - много хлеба.*

*Хлеб на стол - и стол престол.*

*Хлеб - всему голова.*

*Всё приедается, а хлеб - нет.*

- А теперь давайте вспомним «Золотые правила питания», обратимся к памяткам, которые я вам раздам.

(Один из ребят раздает памятки. Дети по очереди читают вслух правила.)

1.Главное - не переедайте!

2. Ешьте в одно и то же время свежеприготовленную пищу, которая легко усваивается.

3. Тщательно пережевывайте пищу, не спешите глотать.

4. Мойте руки перед едой.

5. Мойте овощи и фрукты.

6. За столом не разговаривайте, соблюдайте правила этикета.

7. Итог занятия.

- Подводя итоги занятия, какой вывод, ребята, мы сделаем?

(Ответы детей. Мы должны употреблять в пищу только полезные продукты. В обед должны съедать первое, второе, третье блюдо. Обязательным продуктом является хлеб. Нужно к нему бережно относится.)

- Я вижу, что у вас хорошее нас хорошее настроение!!! Весеннее!!!

Ну, а какая весна без птиц?! Вот и к нам сегодня прилетели жаворонки с вестью о том, что пришла весна.

(слайд)

Такими жаворонками мы угостим сегодня наших гостей. Приятного аппетита, весеннего настроения и солнечных улыбок!!!