

Электронная газета

для родителей

№1, октябрь, 2022 г

Автор и редактор: воспитатель-методист по приоритетному направлению Костянецкая М.С.



ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:

РУБРИКА:

*О здоровье всерьёз
«Польза хлеба»*

**СПЕЦИАЛИСТЫ
СОВЕТУЮТ:**

*«Расскажите детям о
хлебе!»*

РУБРИКА:

«Обучаемся играя»

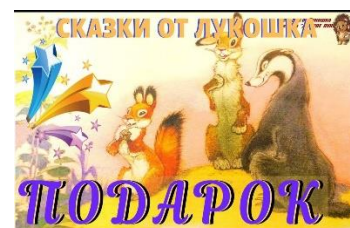
РАЗДЕЛ:

*«Маленький учёный»
читайте далее на
следующей
странице...*

**Здравствуйте, уважаемые родители и ребята Бендерского
Центра развития ребёнка «Сказочная страна»!**

Наш первый номер газеты посвящен Хлебу. Ученые полагают, что впервые хлеб появился на земле свыше пятнадцати тысяч лет назад. Жизнь наших предков в те далекие времена была нелёгкой. Главной заботой была забота о пропитании. В поисках пищи они-то и обратили внимание на злаковые растения. Эти злаки являются предками нынешних пшеницы, ржи, овса, ячменя.

Древние люди заметили, что брошенное в землю зерно возвращает несколько зерен, что на рыхлой и влажной земле вырастает больше зерен. Долгое время люди употребляли в пищу зерна в сыром виде, затем научились растирать их между камнями, получая крупу, и варить её. Так появились первые жернова, первая мука, первый хлеб.



«ПОЛЬЗА ХЛЕБА»

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.

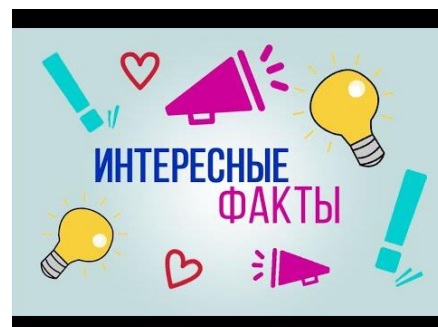
Блюда из пшеницы нормализуют пищеварение и обменные процессы, выводят шлаки из организма, являются хорошей профилактикой дисбактериоза и диатеза, способствуют укреплению мышц.

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 (провитамином А).

Интересные факты:

- ✚ Дрожжи стали применяться при выпечке хлеба лишь в XVII веке.
- ✚ Хлеб и хлебобулочные изделия изготавливают в промышленных масштабах из самых разнообразных видов муки, включая ржаную, пшеничную, рисовую и кукурузную.
- ✚ Из зернышка пшеницы можно получить около 20 миллиграммов муки первого сорта. Для выпечки одного батона требуется 10 тысяч зерен.



Уважаемые родители!

Расскажите детям, какое значение для всех людей имеет хлеб, как много людей разных профессий трудятся, чтобы у нас на столе появился хлеб, что хлеб надо беречь; объясните детям выражение «Хлеб - всему голова»; с целью расширения и закрепления знаний о хлебе сходите с ребёнком в булочную, посмотреть, какие есть хлебобулочные изделия; купив хлеб, обратите внимание на его вкус, запах, расскажите, из чего пекут хлеб; рассмотрите пшеничное зерно, муку; поговорите с ребёнком о труде колхозников, которые выращивают хлеб.

Наши предки уважали и почитали хлеб. По русскому обычаю, если нечаянно уронишь хлеб, его нужно поднять, и не только бережно обтереть, но, и поцеловав, попросить прощение.

Хлеб – дар Божий, говорили наши предки. Они считали хлеб главным богатством. Хлеб – это символ благополучия и достатка.

Давайте будем беречь хлеб и учить этому своих детей. Человек, который не научится беречь хлеб, никогда не будет пользоваться уважением окружающих.

Прочитайте детям пословицы и поговорки о хлебе, объясните их значение:

-Хлеб – батюшка, вода – матушка.

-Хлеб хлебу брат.

-Хлеба ни куска, так и в горнице тоска.

-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.

-Без хлеба, без соли никто не обедает.

-Не в пору и обед, коли хлеба нет..



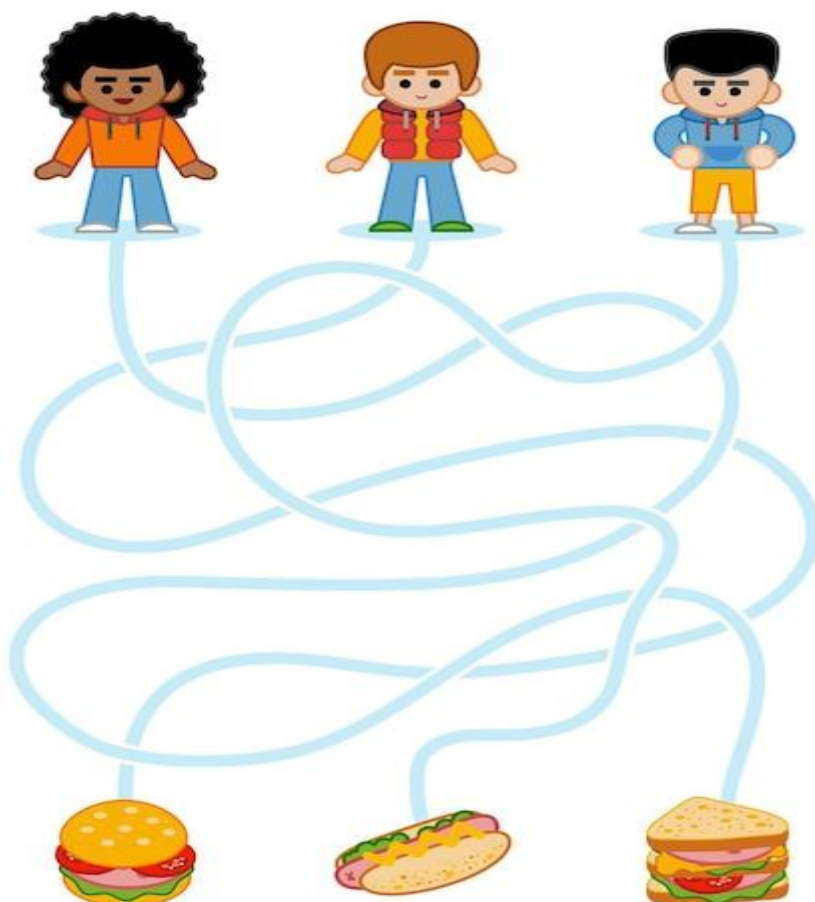
Игра «Слушай внимательно»

Хотите поиграть в интересную игру? Вы должны быть очень внимательны. Я буду читать вам стихотворение. Если вы услышите название продукта, который делают из муки, хлопайте в ладошки, если же он не из муки нет. Готовы? Начинаем!

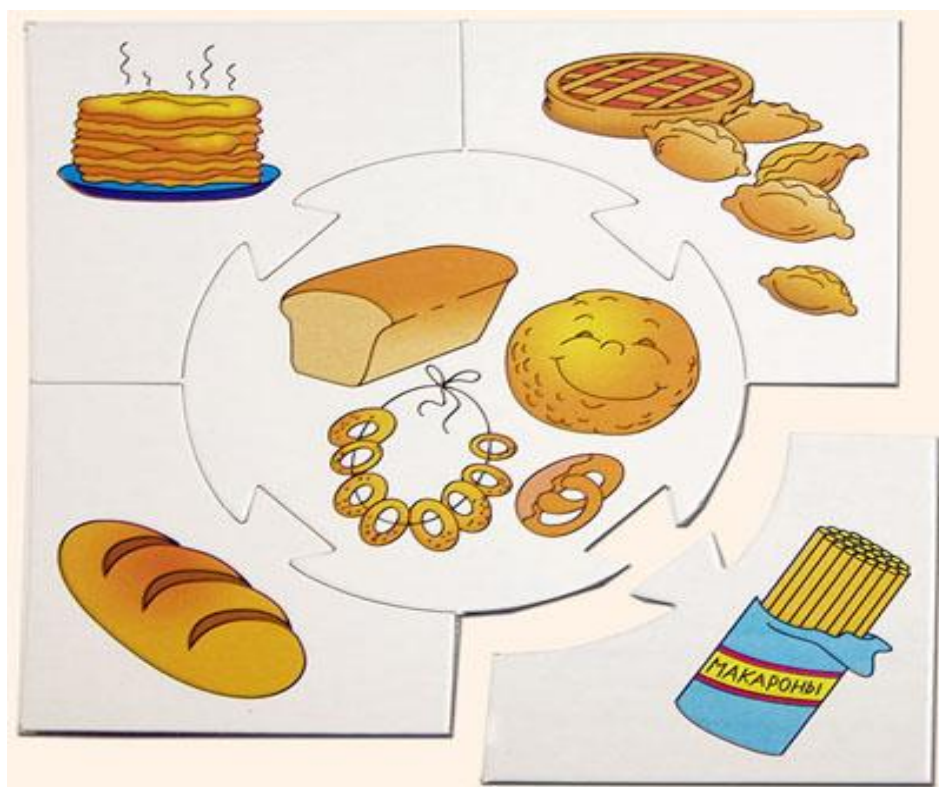
В булочной у нас баранки,
Булки, бублики, буханки.
Пирожки, батоны, плюшки,
И плетенки и ватрушки,
Курабье, бисквит, печенье,
Бутерброды, чай с вареньем.
Много пряников, конфет,
Пастила есть и щербет,
И пирог с начинкой сладкой,
И полено, и помадка...
Называйте, не стесняйтесь.
Выбирайте, угощайтесь!



ИГРА «Кто быстрее»



Задание для детей



Опыт №1 «Запах»

Осторожно понюхайте муку. Мука имеет запах?

Дети: Да, у муки есть запах, но он какой-то особенный.

(Ставим обозначение «Мука имеет запах»)

Опыт № 2 «Сыпучая»

Возьмите ложечку муки, просейте через ситечко. Что происходит с мукой?

Дети: Сыплется.

(Ставим обозначение «Мука сыпучая».)

Опыт № 3 «Мягкая»

Возьмите щепотку муки и скажите, что вы почувствовали? Мука какая?

Дети: Легкая, мягкая, пышная, гладкая, воздушная

(Ставим обозначение «Мука — мягкая, пушистая».)

Опыт № 4 «Растворяется в воде»

Давайте этот опыт сделаем вместе. Ложечку муки положите в стакан с водой и осторожно размешайте. Что случилось с мукой?

Дети: Растворилась

(Ставим обозначение «Растворяется в воде»)

Добавьте еще две ложечки. Размешайте и определите, что получилось?

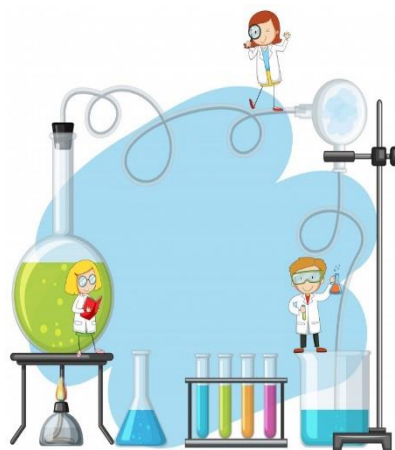
Дети: Получилось жидкое тесто.

Воспитатель: Какое стало тесто?

Дети: Тесто тягучее, липкое, плотное, густое.

Таким образом, замешивают тесто для выпечки.

(Ставим обозначение «Мука + вода = тесто»)



Опыт № 5 «Как сделать дрожжевое тесто»

Для того чтобы испечь пышные булки, в тесто добавляют разные ингредиенты: масло, соль, сахар, яйца, дрожжи.

Давай те пройдем за другой стол.

Ребята, я замесила такое тесто как у вас в двух стаканчиках.

Сейчас, в стаканчик №1 добавим немножко сахара и дрожжей. И оба стаканчика поставим в чашку с теплой водой. И немножко подождем.

Классический рецепт соленого теста для лепки

В миску или кастрюлю высыпать 300 г соли и влить 200 мл теплой воды.

Растворить соль и всыпать 300 г муки, вымесить тесто.

Если тесто рассыпается, добавьте воды, если получается слишком липким — еще муки.

Добавить пищевой краситель, гуашь или овощные соки.

После вымешивания завернуть тесто в полиэтилен и отправить в холодильник. Приступать к лепке можно через несколько часов, а хранить массу в холодильнике — около месяца.

Легкий хлеб

Белорусская народная сказка

Косил на лугу косарь. Устал и сел под кустом отдохнуть. Достал мешочек, развязал и начал хлеб жевать. Выходит из лесу голодный волк. Видит - под кустом косарь сидит и ест что-то. Волк подошел к нему и спрашивает:
- Ты что ешь, человек?
- Хлеб, - отвечает косарь.
- А он вкусный?
- Да еще какой вкусный!
- Дай мне отведать.
- Что ж, отведай. Отломил косарь кусок хлеба и дал волку. Понравился волку хлеб. Он и говорит:
- Хотел бы я каждый день хлеб есть, но где мне его доставать? Подскажи, человек!
- Ладно, - говорит косарь, - научу тебя, где и как хлеб доставать. И начал он волка поучать:
- Прежде всего надо землю вспахать...
- Тогда и хлеб будет?
- Нет, брат, постой. Потом надо землю взборонить...
- И можно есть хлеб? - замахал волк хвостом.
- Что ты, погоди. Прежде надо рожь посеять...

- Тогда и хлеб будет? - облизнулся волк.
- Нет еще. Дождись, пока рожь взойдет, холодную зиму перезимует, весной вырастет, потом зацветет, потом начнет колоситься, потом зреть...
- Ох, - вздохнул волк,
- долго ж, однако, надо ждать! Но уж тогда я наемся хлеба вволю!..
- Где там наешься! - перебил его косарь. - Рано еще. Сперва надо спелую рожь сжать, потом в снопы связать, снопы в копны поставить. Ветер их провеет, солнышко просушит, тогда вези на ток...
- И буду хлеб есть?
- Э, какой нетерпеливый! Надо сначала снопы обмолотить, зерно в мешки ссыпать, мешки на мельницу отвезти и муки намолоть...
- И все?
- Нет, не все. Надо муку в деже замесить и ждать, пока тесто взойдет. Тогда в горячую печь садить.
- И спечется хлеб?
- Да, спечется хлеб. Вот тогда ты и наешься его, - закончил косарь поученье.



Задумался волк, почесал лапой затылок и говорит:
- Нет! Эта работа больно долгая да тяжелая. Лучше посоветуй мне, человек, как полегче еду добывать.
- Ну что ж, - говорит косарь, - раз не хочешь тяжелый хлеб есть, поешь легкий. Ступай на выгон, там конь пасется. Пришел волк на выгон. Увидел коня.
- Конь, конь! Я тебя съем.
- Что ж, - говорит конь, - ешь. Только сперваними с моих ног подковы, чтоб не ломать тебе зубы об них.
- И то правда, - согласился волк. Нагнулся он подковы снимать, а конь как ударит его копытом в зубы... Перекувыркнулся волк - и бежать. Прибежал к реке. Видит - на берегу гуси пасутся. "А не съесть ли мне их?" - думает. Потом говорит:
- Гуси, гуси! Я вас съем.
- Что ж, - отвечают гуси, - ешь. Но сперва окажи нам перед смертью одну услугу.
- Какую?



- Спой нам, а мы послушаем.
- Это можно. Петь я мастер.
Сел волк на кочку, задрал голову и давай выть. А гуси крыльями хлоп, хлоп - поднялись и полетели. Слез волк с кочки, поглядел вслед гусям и пошел ни с чем.
Идет и ругает себя последними словами: "Ну и дурень же я! Зачем согласился петь? Ну, теперь кого ни встречу - съем!"
Только он так подумал, глядь - идет по дороге старый дед. Волк подбежал к нему:
- Дед, дед, я тебя съем!
- И зачем так спешить? - говорит дед. - Давай сперва табачку понюхаем.
- А он вкусный?
- Попробуй - узнаешь.
- Давай.
Достал дед из кармана кисет с табаком, сам понюхал и волку дал. Как нюхнул волк во весь дух, так весь кисет табаку и вдохнул. А потом как начал чихать на весь лес... Ничего от слез не видит, всё чихает. Так чихал с час, пока

весь табак не вычихал. Осмотрелся, а деда уж и след простыл. Пошел волк дальше. Идет он, идет, видит - на поле стадо овец

пасется, а пастух спит. Высмотрел волк в стаде самого лучшего барана, схватил его и говорит:

- Баран, баран, я тебя съем!

- Что ж, - говорит баран, - такова моя доля. Но чтобы долго тебе не мучиться да не ломать зубы об мои старые кости, стань лучше вон в той ложбинке и раскрой рот, а я взбегу на горку, разгонюсь и сам влечу к тебе в рот.

- Спасибо за совет, - говорит волк. - Так мы и сделаем.

Стал он в ложбинке, открыл рот и ждет. А баран взбежал на горку, разогнался и трах рогами волка по голове. Так искры из глаз у серого и посыпались, весь свет перед ним закружился!

Опамятовался волк, покрутил головой и рассуждает сам с собой:

- Съел я его или нет?

А тем временем косарь закончил работу и идет домой. Услыхал он волчьи слова и говорит:

- Съесть-то не съел, да зато легкого хлеба отведал.

