**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад №72 «Аленушка»**

Конспект комбинированного занятия

с родителями

«Каша – матушка наша»

Воспитатель: Похолкова Т.А.

**Программное содержание:** Формировать знания о здоровом питании, о пользе каши в рационе детского питания;

**Закрепить** умение соотносить существительные с прилагательными;

**Учить** различать и называть разные виды круп (гречка, рис, манка, пшено);

**Воспитывать** положительное отношение детей к здоровому питанию и привычку вести здоровый образ жизни.

Оборудование: Разные виды круп; картинки с продуктами для варки каши, шаблоны из бумаги тарелок с кашей, изюма, орехов, клубники для украшения каши; игрушка Петушок.

Кисти для клея, клейстер, салфетки.

**Словарная работа:** Русь, витамины, микроэлементы.

**Предварительная работа:** экскурсия на кухню для просмотра приготовления молочной каши; знакомство с пословицами и стихами о каше; рассматривание разных видов круп; разучивание игры – хоровод «Варим кашу».

**Ход занятия:**

**Воспитатель:** Ребята, скажите, что вы едите утром на завтрак? (ответы детей)

- Почему полезно кушать кашу на завтрак? (ответы детей)

- Как вы думаете, почему о некоторых людях говорят: «Он каши мало ел?» (ответы детей)

- Да, вы правы, это говорят о слабых и хилых людях, которые не едят каши. С утра бывает много различной работы: и поиграть, и позаниматься нужно, на всё это тратиться много сил и энергии, а в каше много полезных витаминов и веществ, которые помогают нам со всем этим справиться. Ребята, вы знаете, оказывается, каша известна с глубокой древности. Каша – означает кушанье из крупы, сваренная на воде или на молоке. На Руси, народ сложил много пословиц про кашу. Вспомните, какие вы знаете?

Русская каша – матушка наша.

Кашу маслом не испортишь.

Что за обед, коли каши нет.

Щи да каша – пища наша.

Хороша каша, да мала чаша.

Воспитатель: Посмотрите, к нам сегодня на занятие пришел Петушок. Он просит помочь разобраться с его мешком, давайте посмотрим, что там? (небольшие пакетики с различными видами круп). Что же это такое? (зерна, крупы). Да и зерна разные. А какие зерна вы знаете? (пшеница, рис, гречка, рожь, овес). Я вам предлагаю поиграть в игру

Игра «Угадай-ка»

Я вам покажу разные виды круп, а вы попробуете назвать крупу или кашу, которую из неё варят.

**Например:** Какая каша варится из гречки? (гречневая); рисовая - из риса; и т.д.

Воспитатель: Петушок, благодарит вас за то, что вы помогли ему разобраться с зерном. А теперь давайте сделаем массаж рук с помощью пшена.

Дети подходят к столу, становятся вокруг него. На столе стоят тарелочки с пшеном. Дети вместе с воспитателем.

Берём в руку пшено, пересыпаем из руки в руку.

Расправив ладошки, надавливаем на пшено.

Взяв в руки немного пшена, трём ладошки друг о друга. Работаем аккуратно, над тарелочкой.

Взяв в обе руки немного пшена, развернув руки ладошками вверх, сжимаем ладошки в кулачки, разжимаем.

Взяв в одну руку немного пшена – щепотку, сыплем пшено в тарелочку.

**Воспитатель:** А как вы думаете, какая каша самая полезная? (ответы детей)

**СТИХИ О КАШАХ:**

«Кушай кашу «Геркулес» – Это чудо из чудес!

Кушай, станешь силачом любая гиря нипочем!»

Каша белая из риса

Полезней всякого ириса,

Зерна белые тверды,

Но налей в чугун воды

Да поставь на огонек,

Да посыпь–ка сахарок,

Подсоли немножко –

И берись за ложку».

«Кашу манную любят малыши!

Белую, пушистую едят все от души

Любят её с маслом, любят с молоком

Станут все красивыми

И сильными потом!

“Ешьте больше каши разной,

сваренной на молоке.

Там есть нужный и полезный

Детям витамин Е!”

Воспитатель: Оказывается, каждая каша по-своему полезна, по-своему вкусна. В ней содержится много витаминов и микроэлементов полезных для здоровья и роста детей. А сейчас, давайте немного отдохнем и поиграем в игру

Игра - физкультминутка «Варим кашу»

Мы с вами будем варить кашу, встали в круг. Это большой горшок. Молоком будет – Лиза, Солью – Алина, Сахаром – Ваня, а крупой Миша и Саша. Как только услышите название своего продукта, выходите в середину круга.

Раз, два, три,

Кашу нашу 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 мы крупу…

Мы внимательными будем,

Ничего не позабудем!

Все продукты поместили.

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!

Её вместе поедим,

Всех – всех кашей угостим.

Ведь варилась – то: «Пых – пых!» -

Для друзей и для родных».

Воспитатель: Молодцы, детишки девчонки и мальчишки, показали, как правильно нужно кашу варить! А знаете ли вы, что нужно добавить в кашу, чтобы сделать её вкуснее?

Дети предлагают варианты: добавить масло, варенье, орехи, изюм, клубнику и т.д.

**АППЛИКАЦИЯ** «Наклей добавку на тарелку с кашей»

Я предлагаю вам стать кулинарными художниками и украсить свою кашу, добавив в неё клубники, орехов или изюма.

Дети украшают кашу (звучит музыка). По окончании рассказывают, кто что добавил, чтобы каша бала вкусней и полезней.

**Молодцы!** Как красиво и великолепно у вас получилось украсить кашу.

Вы настоящие творцы – поварята! И я думаю, что кто не любит кашу, обязательно её полюбит и расскажет своим сестричкам и братишкам о пользе русской каши.

**Воспитатель:** Чем мы сегодня занимались? Молодцы! Вкусную кашу вы приготовили. И Петушок дарит вам книжку со сказкой «Горшок каши», где вы узнаете о волшебном горшочке, который сам варил кашу.