

**МАКСИМОВА Людмила Ивановна,**

*воспитатель,*

*МБДОУ «Детский сад КВ №90»,*

*г. Братск, Иркутская обл., Россия*

## **«ЕЁ ВЕЛИЧЕСТВО - КАША»**

### **План-конспект родительского собрания в группе компенсирующей направленности для детей с ЗПР**

*Цель:* формировать у родителей представления о значимости правильного питания детей, как составной части культуры здоровья.

*Задачи:*

1. Дать представление о каше, как наиболее полезном продукте, который необходим человеку каждый день.
2. Формировать навыки приготовления вкусных, полезных, разнообразных каш, как обязательного компонента меню дошкольника.
3. Пробуждать интерес к народным традициям.
4. Создание кулинарной книги «Моя любимая каша».
5. Решение проблемной ситуации «Что делать, если ребенок отказывается от каши?»

*Форма проведения:* семинар-общение.

*Участники:* воспитатели группы, родители, дети.

*Материал:*

1. Буклеты «Каша – матушка наша».
2. Презентация «Её Величество - каша».
3. Кокошники с зарисовкой каши.
4. Рисунки детей о каше с описанием.
5. Пословицы, поговорки, стихи о каше.
6. Видео ролик «Наш завтрак – каша».

*Ход собрания.*

*Вступительное слово воспитателя:*

– Здравствуйте! Что означает это слово? Здороваясь, люди желают друг другу здоровья. А чтобы быть здоровым нам нужна пища, которая включает в нужных пропорциях необходимое нашему организму микроэлементы. Особенно нашим детям. Здоровое питание – здоровый ребенок. А здоровый ребенок в семье – это самое важное.

Л.Н. Толстой писал: «Если бы люди питались только простой, чистой пищей, то они бы не знали болезней». Вспомните русскую поговорку: «Щи да каша – пища наша». Русский народ всегда отличался силой и здоровьем. Самым главным блюдом на столе была каша. Каша, наиболее подходящее блюдо для завтрака. Любая каша – это чрезвычайно полезный, к тому же диетический продукт. Каша – обязательный рацион ребенка. Различные виды круп имеют множество полезных элементов – белков, минеральных веществ, витаминов, углеводов, клетчаток. Каша – источник энергии. Белки – ценный строительный материал для растущего организма. Углеводы дают чувство сытости. Клетчатка заставляет работать кишечник. Масса преимуществ у каш.

*Воспитатель показывает презентацию «Её Величество – каша» – о разновидностях каш группы «В» (гречневая, рисовая, пшеничная, кукурузная, овсяная, ячневая, пшеничная, гороховая и т.д.), способах их приготовления.*

*Воспитатель:*

– Но, тем не менее, не все дети любят кашу. Ни в коем случае нельзя идти на поводу у ребенка и исключать каши из меню. Что же делать? Давайте вместе решать эту проблему. Включите свою фантазию – дети любят играть, примите это.

*Проводится интервью с родителями. Примеры ответов: говорить шутливым голосом от имени каши, позавтракать вместе с ребенком, красиво подать, и т.д.*

*Воспитатель:*

– Давайте поделимся опытом по приготовлению каши. Как сделать кашу вкуснее?

*Родители предлагают свой рецепт каши (положить в кашу фрукты, ягоды, варенье, мед, масло, молоко).*

*Воспитатель:*

– А вот как в детском саду начинается завтрак.

*Просмотр видеоролика «Наш завтрак - каша», где дети делятся впечатлениями о съеденной каше.*

*Воспитатель:*

– А что думают наши дети о пользе каши.

*Заходят дети (на головах кокошники с разными видами каш). Читают стихотворения о кашах.*

*1 ребенок:*

– В детском садике весело живем,

Каша вкусные жуем.

С каждым днем мы подрастаем,

Силы и здоровья набираем.

*2 ребенок:*

– Предпочтенье отдаю я молочной каше,

Чтобы с каждым новым днем становиться краше.

*3 ребенок:*

– Очень всем полезна каша овсяная, перловая,

Потому, что в этой каше – сила стопудовая!

*4 ребенок:*

– С детства кашу кушать надо,

Она лучше шоколада.

Гречку скушай ты с утра,

День пройдет, как на «Ура!»

*5 ребенок:*

– Рисовая каша – сладкая, приятная,

Вкусная, пахучая, белая, сыпучая.

Из стран заморских к нам пришла,

Друзей средь нас себе нашла.

6 *ребенок:*

– На плите в кастрюле – каша пыхла,  
Всех ребятишек угостить хотела.  
Манная, манная, каша желанная,  
Вкусная, нежная каша – полезная!

7 *ребенок:*

– Овсяная каша, овсяная каша!  
Едят её Шура и Толя и Маша.  
Дает она силы зимой и весной.  
Желудку приятно и сердцу легко,  
И вкусно, если добавить в неё молоко!

*Воспитатель:*

– А теперь все вместе угадаем пословицы.

*Родителям и детям предлагается закончить пословицу, поговорку о каше.*

*Воспитатель:*

- Хороша кашка, да мала... (*чашка*).
- Каша – матушка... (*наша*).
- Где с маслом каша, там и... (*место наше*).
- Заварил кашу, так не жалея ... (*масла*).
- Сам заварил кашу, сам и ... (*расхлебывай*).
- Один у каши ... (*сирота*).
- Без каши обед – ... (*не обед*).
- В родной семье и каша ... (*гуще*).
- Каша – кормилица ... (*наша*).
- Без каши семью ... (*не прокормишь*).

*Воспитатель:*

– Все молодцы! А давайте создадим кулинарную книгу.

*Родители и дети создают рисунки с описанием любимой каши.*

*Воспитатель:*

– Огромный путь проходит каша, прежде чем попасть к нам на стол. Люди многих профессий трудятся над этим. Наши повара в детском саду, мамы дома готовят вкусные рассыпчатые каши. Употребляется каша ежедневно. Каша – здоровье наше.

*Высказывания родителей.*

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Воробьева Т.М., Гаврилова Т.А. Традиционная русская кухня. – М.: Эксмо, 2006. – 528 с.
2. Болтовской Г. Каша – здоровье наше. – М.: Просвещение, 2001. – с.
3. Братушева А. Блюда из круп: аппетитно, разнообразно, сытно. /Братушева А.// Повар и поваренок, М.: ЭКСМО, 2009.