

## **Конспект занятия «Культура еды: изучение традиций питания в России.»**

**Цель:** сформировать культурный стереотип традиционного поведения детей в обыденной жизни.

### **Задачи:**

- познакомить учащихся с традициями и особенностями русской национальной кухни.
- формирование интереса к русской национальной кухне.

### **I. Организационная часть занятия.**

Приветствие. Проверка присутствующих на занятии. Создание атмосферы соответствующей теме занятия. Создание рабочей обстановки. Объявление темы занятия и постановка учебных задач.

### **II. Основной (содержательный) этап**

Ребята! Мы с вами недавно познакомились с предметами быта в избе. Узнали для чего они нужны (повторить предметы быта). А сегодня мы с вами поговорим о традициях русской кухни, научимся определять, какие же блюда относятся к ней, и почему.

Прежде чем приступить к теме нашего занятия «Традиции и обряды русской кухни», скажите, пожалуйста, как вы понимаете слово «традиция». Слово «традиция» произошло от латинского «tradition», что в переводе означает «передача». Значит традиция – это то, что передается от поколения к поколению и сохраняется в течение длительного времени. Традиция – это память, сохранённая в предметах и делах. Традиционное питание — одна из сторон культуры народа, которая тоже передается из поколения в поколение. Обряд -составная часть культуры. Она отражает духовную сущность народа.

Русский человек издавна славился своим гостеприимством. Зайдите к нему на часок-из-за стола не выберетесь! Все вкусно, все сытно, а главное- полезно. Ребята, а какие вы традиционные русские блюда знаете?

Дети: Суп ,щи, пироги, блины, каши, варенья, соленья, пряники.

Какой продукт был самым главным, самым почитаемым на Руси? Без него не обходился ни один обед?

Хлеб!

Правильно, хлеб - голова! Как относились к хлебу русские люди? К хлебу в старину относились свято, бережно, ведь он доставался тяжелым трудом. Хлеб можно было брать только чистыми руками. Его нельзя было выбрасывать. А если уронил хлеб, обязательно надо было поднять и поцеловать. Даже крошки со стола сгребали в ладонь и съедали.

Из чего делали хлеб?

Из зерна.

В полях росли рожь, пшеница. Из них делали хлеб — основной продукт питания русских людей. Наши предки всегда с любовью относились к хлебу.

Воспитатель: Какие Вам известны пословицы и поговорки о хлебе?

Хлеб-всему голова.

Что посеешь, то и пожнешь.

Хочешь есть калачи- не сиди на печи.

Хлебушко-калачу дедушка.

Худ обед, когда хлеба нет,

Хлеба ни куска – стол - доска.

Как называли хлеб, который пекли к празднику?

Каравай.

Верно! Ни один русский праздник не обходился без пирогов.

А какие это были пироги, как вы думаете? Дети: скапустой, луком, яйцами, яблоками, малиной, рыбой, курицей. Назывались они: расстегаи, кулебяки, рыбники, левашники, курники.

В каких русских сказках упоминаются пироги или изделия из теста:

«Колобок», «Маша и медведь», «Гуси – лебеди».

ни одно застолье не обходилось без блинов. Ели блины с маслом. Сметаной, медом, вареньем, Ягодами, икрой – всего не перечислишь, специально пекли блины?

На Масленицу.

Этот праздник посвящен проводам зимы, встрече весны, тепла, солнца, блины были символами солнышка.

Каша: раньше это было самое любимое среди русских людей кушанье. Оно готовится из сваренного или запаренного зерна, крупы или муки. 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.

Каша была и остается русским национальным блюдом, сопровождая нас всю жизнь, — с раннего детства до глубокой старости.

«Каша — матушка наша, а хлеб ржаной — отец родной», — гласит русская пословица.

Каши варили и из крупы одного сорта, и из смеси круп (например, пшена, гречки и риса). Кашу можно было готовить с овощами, добавлять травы и коренья.

Какие овощи ели наши предки?

Вы узнаете, если отгадаете мои загадки:

Расту в земле на грядке я,

Красная, длинная, сладкая. (*Морковь*)

Лоскуток на лоскутке,

Зеленые заплатки,

Целый день на животе

Нежится на грядке. (*Капуста*)

Сильно плачут все вокруг,

Если мама чистит... (Лук).

Кругла, рассыпчата, белая,

На стол она с полей пришла.

Ты посоли её немножко.

Ведь правда, вкусная ( картошка)

. Щи — одно из любимых блюд русского народа. Недаром в пословицах говорится:

«Щи да каша — пища наша»,

«Где щи, там и нас ищи». Русские люди очень любили щи со свежей капустой.

К нашим, русским традиционным праздникам относятся –

Рождество, Масленица, Пасха. Существует обрядовая еда характерная для каждого из них.

В праздники, русские хозяйки стараются показать своё кулинарное мастерство и накрывают «вкусный» стол, на котором обязательно присутствует обрядовая еда:

-на Рождество пекут пряники и расписывают их сахарной глазурью;

-на Масленицу пекут блины:

-на Пасху обязательно хозяйки красят и расписывают яйца. Пекут куличи и изготавливают «пасху» из творога и сливочного масла.

Ребята! Наше занятие подошло к концу. Сегодня, Вы узнали о традиционной русской еде. Благодарю Вас за внимание и участие в практической деятельности. Надеюсь, что Вам было интересно?!

Думаю, что новые знания о традициях русской кухни Вы сможете использовать в своей обыденной жизни. Желаю Вам здоровья!