**Занятие 5 «Хороша кухня русская»**

Составитель: Новожилова Людмила Вадимовна, воспитатель

**Цель:** Знакомство с будничными и праздничными блюдами русской национальной кухни.

**Задачи:**

1. **Обучающие:**
* познакомить  с традициями и особенностями русской кухни;
* формировать представление о традициях приема гостей на праздник.
1. **Развивающие:**
* развивать познавательную активность;
* развивать любознательность, мышление, речь.
1. **Воспитательные:**
* воспитывать интерес к  национальным традициям.

**Материалы и оборудование:**

**Демонстрационный материал:** русские народные костюмы, лотки на лямках, рушник с караваем, проектор, экран. Картинки блины, кулич, яйцо, гусь с яблоками, жаворонки из теста.

**Раздаточный материал:** кусочки соленых огурцов, квашеная капуста, сушеные яблоки, груши, ягоды, рецепт «Сбитень московский».Шапки, пояса, платки.

**Предварительная работа:** разучивание с детьми текста инсценировок, знакомство с кулинарными традициями народных праздников.

**Ход занятия**

1. **Организационно - мотивационный этап.**

- Пожалуйте, гости дорогие, пожалуйте! Веселья вам да радости!    Давно вас поджидаем, занятие без вас не начинаем. У нас для каждого найдётся теплое местечко у печки  и приветливое словечко. Припасли мы для вас, забавушек, на всякий вкус, кому – сказку, кому – правду, кому – песенку. Щедрый душой человек издавна славился своим хлебосольством. Зайдите к нему на часок – из-за стола не выберетесь! Все вкусно, сытно, а главное – полезно и продукты вполне доступны. Давайте же узнаем, чем был богат традиционный русский стол.

Воспитатель показывает детям большую красочную кулинарную книгу.

|  |
| --- |
| Волшебная книга открывается, Путешествие начинается,Страничка перевернись,«Живая картинка» явись. |

1. **Основной этап.**

**Инсценировка «Торговые ряды»**

1 ребенок. Сбитень горяч! Кипит горяч!

2 ребенок. Кому щи? Сколь не ходи, таких наваристых  нигде не встретишь!

1 ребенок. Вот  сбитень! Вот горячий!

3 ребенок. Каша, каша – пища наша! Подходи, налетай, кашу на любой вкус выбирай!

4 ребенок. Парное молоко! Жирное,   да сладкое! А сметана – белая, да густая! Красны девицы, откушайте  сметанки!

1 ребенок. Вот сбитень, вот горячий сбитень! Не зевай, кружку подставляй!

5 ребенок. А вот пирожки, с мясом, с капустой! Вкусные блины, вкусные, масляные блины!

1 ребенок. Горячий сбитень – жажду утолит, печаль развеет, усталость как рукой снимет!

-Книга закрывается.

- Ребята, давайте повторим, чем торговали на улицах старинного города? (Ответы детей.)

-Здесь было названо много блюд и напитков. Но вот какие они на вид и на вкус?      Опишите их так, чтобы мы  их представили.

**Игра «Продолжи фразу»**

- Щи какие? (Горячие, вкусные, наваристые, мясные, постные, густые, жирные  и т.д.)

- Молоко какое? (Парное, коровье, жирное, кислое, топленое, сгущенное и т.д.)

- Блины какие?  (Масляные, сладкие, постные, кислые, пресные и т.д.)

- Каша какая? (Масляная, рассыпчатая, горячая, молочная, овсяная, гречневая и т.д.)

Закончить игру на слове каша

-Каши считались очень полезными и питательными, поэтому до сих пор в каждой семье обязательно в меню есть  каши.

* Игра. «Кто последний назовет кашу?»

Дети перечисляют названия каш, выигрывает тот, кто последний назовет кашу.

- Названия всех ранее названных блюд и напитков известны и сейчас. А вот кто был самым внимательным и услышал  какое-то необычное название во время нашего путешествия?

(Сбитень.) Если дети не ответят,  то воспитатель повторяет: «Сбитень горячий сбитень!»

- А как вы считаете, ребята, это какое-то блюдо или напиток? (Ответы детей)

- Правы те, кто считают  сбитень напитком. Этот старинный русский напиток был вкусным и питательным, хорошо утолял жажду. А готовили его так.

Мед растворить в кипятке, добавить гвоздику, корицу, сок брусники или клюквы, прокипятить в течение 30 мин, снимая пену. Готовый напиток процедить и подать горячим.

-

А вот какие еще напитки пили в старину, вы узнаете, отгадав загадки.

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
| Загадаю вам загадкуВкусный он и очень сладкий.Быть здоровым помогает,Его пчелы собирают. (Мед) |

|  |
| --- |
| Течет молочная река,А из чего же берега?(Кисель) |

|  |
| --- |
| Из бочки мне нальют сейчасПрохладный, очень вкусный. (Квас) |

|  |
| --- |
| Слава вкусной еде!Фрукты варим в воде.Сахар всыплем и вот,Получился (Компот) |

- Молодцы ребята! Какой продукт был самым главным, самым почитаемым на Руси?(Хлеб!)

- Правильно, хлеб – всему голова!  Как надо относиться к хлебу? (Свято, бережно, ведь он достается тяжелым трудом. Хлеб можно брать только чистыми руками. Его нельзя выбрасывать. А если уронил хлеб, обязательно надо поднять. Раньше, даже крошки со стола сгребали в ладонь и съедали.)

- В старину люди в основном жили в деревнях. Каждая семья имела свой огород, который давал к столу свежие овощи. В каких сказках об этом упоминается? («Репка», «Вершки и корешки», «Волк и семеро козлят».)

- А как русские люди сохраняли свой урожай?(Овощи солили, квасили, хранили в погребе. Фрукты и ягоды сушили.)

- Давайте поиграем.

**Игра «Узнай на вкус»**

*Попробовав ребенок должен сказать, из чего сделано то или иное соленье.*

- Чем же был богат праздничный русский стол? Посмотрим  вторую «живую картинку».

|  |
| --- |
| Волшебная книга открывается,Путешествие начинается,Страничка перевернись,Новая  картинка явись. |

**Инсценировка**

1 ребенок. Дорогих гостей встречаем круглым, пышным караваем.

2 ребенок. Он на блюде расписном с белоснежным рушником.

3 ребенок. Каравай мы вам подносим, поклонясь,  отведать просим.

- Спасибо за хлеб – соль! Да,  на Руси всегда все были гостеприимными, на пиры всех соседей созывали, да вкусными кушаньями угощали. Вот,  например, как описывается пир в древней Руси …

Слайд 2

- Пиры русских князей отличались обилием яств, роскошью и количеством напитков. Проводили их достаточно часто, потому что поводов было немало: свадьбы, рождение ребенка, именины, события государственной важности, православные праздники.

Слайд 3

- Как рассаживали гостей и кого приглашали? Лавки расставлялись у стен, а вдоль них столы. Когда гостей приглашали очень много, то из столов делали целые ряды. Царь сидел отдельно, его стол располагался на специальном оборудованном возвышении. Почетных гостей хозяин мог пригласить лично, а к другим менее ожидаемым отправлял слуг.

Слайд 4

- Иностранные гости занимали те места, на которые им указывали, садиться, как душа пожелает, было нельзя. Бояре постоянно спорили, кто из них будет сидеть на лучшем месте. Занимать места нужно было согласно своему достоинству. Если кто-то садился, пренебрегая законами, то наносил окружающим оскорбление.

Слайд 5

- Что подавали на стол? На столы выносили еду, и торжество благополучно начиналось. Сначала подавали первые блюда. Вместо хлеба всем подавались калачи, пироги с плотной начинкой из листьев капусты, брусники, мяса птицы с зеленью и сливами. Для декора использовались сахарные фигурки и из теста в форме какой-либо птицы.

Слайд 6

- Также гостям предлагалась соленая белуга, фаршированная яйцом, лимоном или брусникой, выложенная на капустные листья. Популярностью пользовалась лососевая или белужья икра, преподносимая в деревянных чашах.

Слайд 7

- Когда наступала пора горячего, то приносили виртуозно украшенного полевыми цветами поросёнка с зеленью и брусникой. Не отказывали себе и в жареных фазанах, тетеревах и лебедях. Обилие каш и различные рубленые овощи с мясом просто не могли не радовать глаз. А вот супы появлялись на столе крайне редко.

Слайд 8

- Что пили за столом? Фруктовые, ягодные соки и морсы пользовались большой популярностью. Брусничная вода и различные настойки на яблоках, грушах, вишне в патоке ставили на столы. Хмельной мед – излюбленный напиток на основе пчелиного меда. Хлебный квас тоже был одним из любимых напитков – в него добавляли разные приправы: от мяты до изюма.

Ни один русский праздник не обходился без пирогов. А какие это были пироги! С капустой, луком, яйцами, яблоками, малинкой, рыбой, курицей. Назывались они: расстегаи, кулебяки, курники.

-В каких русских сказках упоминаются пироги? ( «Колобок», «Колосок», «Маша и медведь» и т. д.)

**Русская народная подвижная игра «Пирог»**

Дети встают в круг, ребенок «Пирог» сидит в середине. Дети водят хоровод, приговаривая:

|  |  |
| --- | --- |
| Испекли мы пирог,Положили на порог.Да этакий он высоконький, Да этакий он широконький.Да этакий он мягошенький.Бери нож режь да ешь. | *Идут по кругу.**Поднимают руки вверх.**Разводят руки в стороны.**«Лепят» пирожок руками.**Разбегаются в стороны.* |

*«Пирог» ловит, кого поймает, тот становится «Пирогом».*

- Отгадайте еще одну мою загадку.

|  |
| --- |
| Я - символ солнца румяный,В любой избе гость желанный.Бываю толстым и худым,С начинкой и совсем пустым.Отгадай, кто я такой,Оладушек – мой брат родной. (Блин) |

- Верно, ни одно застолье не обходилось без блинов. Ели блины с маслом, сметаной, медом, вареньем, ягодами, икрой – всего не перечислишь. На какой праздник специально пекли блины? (На Масленицу.)

- Что вы знаете про этот праздник? (Этот праздник посвящен проводам зимы, встрече весны, тепла, солнца, блины были символами солнышка.)

- Какие еще народные праздники вы знаете? (дети перечисляют)

**Игра «Что ели на этом празднике?»**

*Воспитатель называет праздник, дети находят картинку с угощением для этого праздника.*

- Масленица (Блины.)

- Пасха (Кулич, яйцо.)

- Рождество (Гусь с яблоками).

- Сороки (Жаворонки из теста.)

- Капустник (Квашеная капуста.)

- Русские люди придумали о капусте много песен, загадок, стихов, игр. Приглашаю вас поиграть в одну из них.

**Русская народная игра «Капуста»**

*Рисуется круг — «огород». На середину круга складываются шапки, пояса, платки и пр. Это — «капуста». Все участники игры стоят за кругом, а один из них выбирается «хозяином». Он садится рядом с «капустой». «Хозяин» изображает движениями то, о чем поет:*

|  |
| --- |
| Я на камушке сижу,Мелки колышки тешу.Мелки колышки тешу,Огород свой горожу,Чтоб капусту не украли,В огород не прибежалиВолк и лисица, бобер и курица,Заяц усатый, медведь косолапый. |

*Играющие стараются быстро забежать в «огород», схватить «капусту» и убежать. Кого «хозяин» поймает, тот выбывает из игры. Участник, который больше всех унесет «капусты», объявляется победителем.*

- Много блюд разных готовилось для пира, а в конце всегда подавались различные сладости. Но не было тогда ни шоколада, ни тортов. А чем же тогда лакомились сластены, как вы думаете? (Пряниками, медом, сахаром.)

- Время десерта для многих было долгожданным. Тогда выносили Кремль из сахара, украшенный маленькими лошадьми, каретами, пушками и стрельцами из марципана, фруктовые пряники или фруктовые пирамиды, вес которых доходил до шести и более.

1. **Оценочно - рефлексивный этап.**

- Вот и подошло к концу наше путешествие. Волшебная книга закрывается,

Путешествие заканчивается. Что нового вы узналисегодня, путешествуя в прошлое? (Ответы детей.)

- Какие блюда вам были знакомы? (Ответы детей.)

- О каких блюдах вы узнали впервые? (Ответы детей.)

- Попробуйте приготовить сбитень дома с мамами и расскажите, действительно ли он так вкусен, как об этом говорится.

*Раздать детям рецепт* ***«****Сбитень московский».*

1. **Список информационных источников**
2. Большая кулинарная энциклопедия <http://supercook.ru>
3. Клавдия Алексеевна Калинкина «Русская кухня», - Ульяновск: Дом печати, 1992.
4. Коншина Людмила «Великие пиры древней Руси» <https://proza.ru/2016/09/11/2038>
5. Национальные кухни народов мира. Русская кухня. <http://www.eda-server.ru>
6. Новикова Л. П. «1000 рецептов старинной кухни», - Ульяновск: Дом печати, 2002.
7. Русская кухня: история, развитие, традиции http://www.kedem.ru