

Письминчук Елена Николаевна

мастер производственного обучения

Областное государственное автономное образовательное учреждение среднего профессионального образования

«Губкинский технологический техникум»

г. Губкин

### **КЛАССНЫЙ ЧАС «ИЗ ГЛУБИНЫ ВЕКОВ»**

**Цель классного часа:** Приобщение обучающихся к родной культуре, знакомство с историей, ее праздниками, обрядами, обычаями, связанными с едой.

**Форма:** Коллективное творчество.

**Подготовительная работа:**

Поиск литературы по заданной теме.

Изготовление красочных плакатов: “Не красна изба углами, а красна пирогами”, “Без обеда не красна беседа”, “Хороша весть, коли говорят: пора есть”, “За столом посидеть – что в раю побывать”.

Оформление кабинета кулинарии в русском народном стиле: керамическая и деревянная расписная посуда, самовар, вышитые полотенца, салфетки, скатерть.

Подготовка презентации и музыкального сопровождения.

Поиск пословиц, связанных с едой (домашнее задание всем участникам.)

**Содержание классного часа.**

**Вступительное слово мастера:**

“Уважение к прошлому – вот черта, отличающая образованность от дикости”, говорил А.С. Пушкин, и время показало, что он был прав. Заглянем же с уважением в наше прошлое, и пусть попытка эта коснется самого земного и насущного – еды – по разным поводам, и вспомним все, что с ней связано: “обряд известный угощенья”, “привычки милой старины”.

А поводов, чтобы собраться за накрытым столом у каждой семьи достаточно: народные праздники, свадьба, рождение ребенка, крестины и еще много важных для каждой семьи событий.

**Обучающийся:** Визитная карточка русской кухни – это пироги. А может ли быть иначе, ведь с глубокой старины в России возделывались рожь, пшеница, ячмень, овес, просо. Народ-хлебопашец с большим почтением относился к зерну, выращивая его, зная ему цену, ибо хлеб кормил и поил его. Ведь недаром говорят: “Хлеб всему голова”. Первым и главным угощением на Руси всегда были хлеб-соль, пироги, блины, каши, пиво, квас – все из хлеба.

Каравай заводили в празднично убранной кухне, в нарядной одежде. Женщины, выпекающие его, должны быть самыми почитаемыми, добрыми. Произносились специальные наговоры. Вручали хлеб-соль молодоженам, желая добра, здоровья, счастья. Позднее стали встречать хлеб-солью и других почетных гостей.

**Ведущие в русских национальных костюмах встречают “гостей” хлебом-солью.**

**1-ый обучающийся**

Если мы хотим кого-то  
Встретить с честью и почетом,  
Встретить щедро, от души,  
С уважением большим.  
То гостей таких встречаем  
Круглым, пышным караваем.  
Он на блюде расписном  
С белоснежным рушником.

**2 – ой обучающийся**

С караваем соль подносим,  
Поклонясь, отведать просим:  
- Дорогой наш гость и друг!  
Принимай хлеб-соль из рук

**Ведущий:** Есть праздники и обычаи, которые прочно укоренились в народе и передаются поколения в поколение. И закон им не указ, и запреты не действуют. Самые главные из них: Рождество, Крещение, Сретенье,

Масленица, Пасха. В каждый из этих праздников готовят особые обрядовые кушанья.

**Ведущий задаёт вопрос.** Какой праздник на Руси отмечают через неделю после нового года? Его называли самым радостным днём года.

**Обучающийся рассказывает о рождественских праздниках:** Сочельник (канун Рождества) – это, прежде всего, семейный ужин. В доме царят мир, покой и согласие, приветливость, доброжелательность. Все горести, неудачи и печали преданы забвению. Накрывается праздничный стол. По старинному обычаю стол прежде посыпали сеном – в память о вертепе и яслях, где родился Иисус, затем застлали белоснежной скатертью. В центре ставили обрядовое сочиво и другие кушанья, которых должно быть двенадцать. Сочиво варили из зерен пшеницы или риса, добавляли орехи, мед, изюм. Готовили также колядки – маленькие выпечные изделия из ржаного теста, с различными начинками, намазками. Колядками угощали христовославов и колядовальщиков.

**Ведущий задаёт вопрос.** Как называется праздник проводы русской зимы?

### **МАСЛЕНИЦА.**

**Обучающийся:** Масленичный обряд появился очень давно и был заимствован у других народов. Масленица - обычай языческий, не связанный с христианством. Проводился праздник в честь бога солнца – Ярилы. И, конечно же, не случайно блин был золотым гвоздем масленицы. Масленица – это проводы зимы. Молодежь развлекалась, устраивая игры у костра, сжигая чучело зимы. В народном быту масленицу называли широкою (широка масляна) по разгульности и раздолью, так как русский человек в масленичные дни предавался широкому разгулу. И этот разгул так похож на торжество человека над происками коварной зимы, которая так долго держала его взаперти. Масленичное гулянье длилось неделю, каждый день имел свое название. Понедельник – встреча, вторник – заигрыши, среда – лакомства,

четверг - широкий, пятница – тещины вечерки, суббота – золовкины посиделки, воскресенье – проводы или прощенное воскресенье.

**Ведущий задаёт вопрос.** Назовите главный христианский праздник?

**ПАСХА** – один из самых почитаемых у христиан праздников. Готовясь к Пасхе, красят или расписывают яйца (крашенки и писанки), пекут кексы, бабы, пряники, куличи. К числу обрядовых блюд для пасхального стола относится пасха – творожная масса в виде усеченной пирамиды. Для ее приготовления нужна специальная пасочница – деревянная резная разборная форма. Существует много рецептов пасхи с добавлением масла, сметаны, яиц, сахара, изюма, ванилина, миндаля. Блюдо это трудоемкое и довольно дорогое. Пасху освящают в церкви вместе с куличами и крашеными яйцами.

**Ведущий:** Невозможно за час упомянуть все праздники, а к каждому из них готовилось свое обрядовое блюдо. Как велика и разнообразна Россия, так обширна, многообразна и самобытна кухня народов ее населяющих.

В России, как ни в одной другой стране, «первому» придавали большое значение. Без него не начинался ни один обед, будь то праздничный, или будничным. «Суп почитается питательнейшей и полезнейшей пищей», говорится в одной из русских летописей, его рекомендовали людям старым и с сухим телосложением, потому как считалось, что суп предохраняет тело от иссушения.

**Обучающийся:** Щи – общепризнанное национальное русское блюдо, о котором народ сложил множество пословиц и поговорок . На щи зазывали гостей, они были знаком гостеприимства. И одним из главных достоинств, наряду со вкусом и полезностью, признается то, что суп этот не «приедается». А потому и до сих пор трудно представить себе соотечественника, который обходился бы без него.

**Ведущий:** Давайте проведём игру “найди вторую половинку”.

**В старину говорили:**

Щами / мир стоит.

Премудрость во щах / вся сила в капусте.

Щи да капуста / лихого не попустят.

Без капусты / щи не густы.

Щи в котле, / каравай на столе.

Где щи, / тут и нас ищи.

Капуста не пуста, / сама лезет в уста.

Голодному Федоту / щи в охоту.

Тех же щей, / да побольше влей.

Щей поел - / словно шубу надел.

Щи да каша - / кормилицы наши.

**А сейчас проведём аукцион пословиц связанных с едой.**

Кто не работает, тот не ест.

Сытый голодного не понимает.

На чужой каравай рот не разевай, а пораньше вставай, да свой затевай.

Горе наше, что без масла каша. Кашу маслом не испортишь.

Дорога ложка к обеду.

Что есть на печи – все на стол мечи.

Живот крепче – на сердце легче.

Красна дорога ездоками, а обед – едоками.

Где оладьи, тут и ладно; где блины, тут и мы.

Хлеб да вода - здоровая еда.

Мельница сильна водой, а человек едой

Что в рот полезло, то и полезно.

Хлеб да вода - блаженная еда.

**Ведущий:** Мы немного отдохнули, И теперь продолжим экскурс в историю.

**Обучающиеся поочереды рассказывают ...**

●Русская традиционная кухня складывалась под влиянием религиозных запретов на еду. Что-то пришло от соседних народов. Так дрожжевое тесто от

скифов и греков, из Византии – рис и греча, Болгария подарила перец, баклажаны, кабачки.

●Особую роль играла русская печь. Её устройство обуславливало способ приготовления и выпуклую форму посуды. Русская печь позволяла готовить без масла и жира, поэтому во время постов православные могли приготовить вкусные пареные, вареные или тушеные овощи, грибы, блины, каши.

●Домашний скот был источником мяса и молочных продуктов, в реках водилось много разнообразной рыбы, лес давал грибы, ягоды, плоды и травы, дичь.

●Очень популярны были репа и редька, а размеры их были больше, чем у современных собратьев. Репу вообще называли «вторым хлебом». Причем сырая репа считалась более полезной, чем прошедшая термическую обработку.

●Хорошо прижилась капуста, а вот морковь, свекла, перец, картофель появились в рационе позже. Причем последние совершенно точно были в Россию завезены.

●В рационе русских крестьян обязательно присутствовал горох, хотя родину его также сложно определить. Из гороха варили похлебки, готовили каши, мололи горох в муку, пекли блины, пироги и лепешки.

●Наши предки пили совсем не тот чай, то пьем сегодня мы. Это были настои различных трав, такие сборы были прекрасной профилактикой различных заболеваний. Были популярны квасы, сбитни, кисели, морсы, ягодные соки, природные соки - например, березовый и кленовый..

Кисели варили из овсяной муки, которую заквашивали в воде, а затем разбавляли и варили.

●Большое внимание в русской кухне уделяли дикорастущим травам и кореньям. Ведь многие популярные ныне специи не были знакомы нашим предкам, поэтому широко использовались такие травы, как мята, ромашка, душица, можжевельник, дикий лук, щавель, лебеда.

●Также употребляли в пищу корни разнообразных дикорастущих растений - таких, как пастернак, козлородник, чистец. Причем наши предки до определенного времени почти не употребляли соль, ведь она была очень дорогая.

В то время обходились травами и овощами, в которых содержится органическая соль.

●Главные черты русского национального стола: обилие яств, разнообразие закусок, любовь к употреблению хлеба. Широкое употребление солений из овощей и грибов, изобилие праздничного стола с его вареньями, печеньями, куличами и пирогами.

.....**Это интересно!**

В древности на Руси кашу варили в знак примирения между врагами. Словом «каша» называли людей работавших вместе. «Кашею» называли и брачный пир.

Ухой первоначально называли любой суп, а позже только из рыбы.

«Сырники» от слова «сыр», но на самом деле ни крошки сыра в этом блюде нет. Творог на Руси называли сыром. И по сей день многие блюда из творога называют сырными.

**Ведущий:** Давайте подведём итоги классного часа, ответив на вопросы.

1. Какое блюдо является визитной карточкой русской кухни ?
2. Как готовили каравай для хлеб-соли?
3. Сколько блюд должно было стоять на рождественском столе?
4. Что такое колядки?
5. Что значит “широка масленица”?
6. Почему растительное масло называют постным?
7. Какие блюда готовят на Пасху?
8. Что представляет собой пасха?
9. Какой овощ называли вторым хлебом?
10. Какие блюда готовили их гороха?

11. Какой чай пили наши предки?

**Мастер:** В заключении я хочу сказать, что блюда русской кухни актуальны с давних пор до сегодняшних дней. Открываются рестораны и трактиры блюд русской кухни. Русскую кухню любят не только в нашей стране, но и за рубежом. В Германии, во Франции, в Америке, в Италии и даже в Китае есть рестораны русской кухни.