

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа села Подстепки  
муниципального района Ставропольский Самарской области.  
Структурное подразделение «детский сад «Золотой ключик»

**Методическая разработка досуга совместного с родителями для  
детей старшего дошкольного возраста  
« Сила богатырская в каше русской»**

Подготовила воспитатель Гулау С.М.

445 143, Российская Федерация, Самарская область, муниципальный район Ставропольский,  
сельское поселение Подстепки, село Подстепки, ул. Юбилейная, дом 9, ул. 40 лет Победы, д. 14 -тел.  
/ факс (8482) 23 – 11 – 95 ; сайт: podstepki-ds.cuso.rue-mail:  
[Goldkey09@yandex.ruzolotoikluchikpodstepki@samara.edu.ru](mailto:Goldkey09@yandex.ruzolotoikluchikpodstepki@samara.edu.ru)

**Цель:** познакомить воспитанников с традициями и особенностями русской кухни.

**Задачи:**

1. Познакомить детей и родителей с традициями и особенностями русской кухни;
2. Воспитывать культуру труда, взаимопомощь;
3. Развивать познавательную активность, творческие способности воспитанников, навыки работы в группе.

**Подготовительная работа:** создание презентации, подготовка материала для предстоящего досуга (макет русской избы, столы накрытые блюдами русской кухни, приготовленные родителями, скатерти, кухонная утварь, русские народные костюмы.).

**Ход мероприятия:**

Ведущий: *(в русском народном костюме, в руках на рушнике хлеб, соль, встречает родителей и приглашает в зал под русскую народную музыку)*

Здравы, будьте, гости дорогие, проходите! Низкий вам поклон!

*(родители проходят в зал, дети сидят на стульчиках)*

Ведущий: Сегодня мы отправимся в путешествие в прошлое на 200 лет назад.

Представьте мы сейчас не в музыкальном зале, а в русской деревянной избе.

Посредине комнаты стоит стол, вдоль него лавки, скамейки. На них расселись, взрослые, дети. Это - большая, крестьянская семья. Хозяйка собирает на стол...

Что видите вы на столе? Как вы думаете, о чем сегодня пойдет речь?

*(Ответы родителей)*

1Реб.: Русская изба просторна да хороша,  
В гости всех приглашает она.  
В избе комната одна,  
Горницей названа она.

2 Реб.: Один угол русская печь занимала,  
Семью от бед оберегала.

3Реб.: Этот угол печным называли,  
Царством женщин считали.  
Здесь хозяйюшки колыбельку качали,  
В тепле старые да малые обитали.  
Возле печки дети играли,  
На палатях в тепле спали.

4Реб.: Второй угол избы  
Напротив печи.

Здесь женщины и девицы  
На лавках сидели.  
Пряли да ткали,  
Шили да вышивали.  
Всю семью одевали.

5Реб.: Третий угол избы,  
По диагонали от печи,  
Хозяева избы почитали.  
Красным углом его называли.  
Здесь душа избы обитает,  
Всю семью объединяет.

6Реб.: Гостей в красный угол провожают,  
За стол на лавки сажают,  
Да хлебом с солью угощают.

7Реб: Четвёртый угол – мужской.  
Этот угол не простой.  
Здесь лавка – коник стоит,  
Инструменты хозяина хранит.  
Вечерами мужчина на лавке сидит,  
Для хозяйства что – то мастерит.

Все: Не красна изба углами,  
А красна – пирогами!

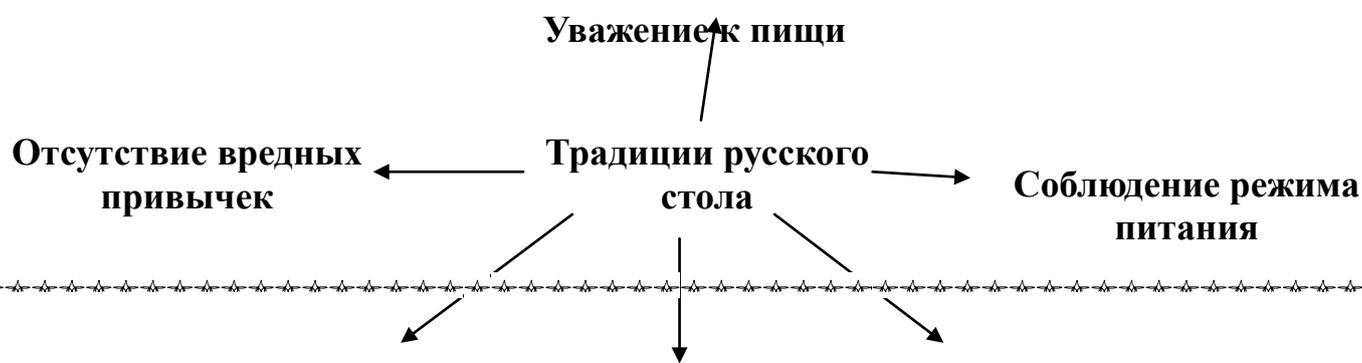
**Ведущий:** С давних пор русская кухня пользуется во всем мире заслуженной популярностью. Наша кухня считается одной из самых сытных, вкусных и богатых.

Русская стол поражает своим многообразием и изобилием.

Говоря о традиционной русской кухни невозможно не выделить основные традиции русского стола.

В чём же заключаются традиции русского стола?

*(ответы родителей)*





*(Ответы детей)*

*(выходит родитель в одежде богатыря)*

Богатырь: Здравствуйте, ребята дорогие, маленькие и большие!

Здравствуйте, гости мои дорогие, пожилые и молодые!

Много гостей - хозяину радость!

Всем ли видно, всем ли слышно, всем ли места хватило?

Собрались мы с вами для беседушки,

Собрались мы с вами для забавушки !

А не померится ли нам силушкой богатырской, да удалью молодецкой?

*(проводятся «Петушинные бои», «Перетягивание каната» - участники дети и родители, за старание леденцы, Богатырь уходит)*

Ведущий: Здоровая пища — это пища родного дома, которая основывается на семейных традициях, на традициях данной местности и данного народа. Надеюсь, вы понимаете, что та еда, которая вам сейчас нравится: разнообразные чипсы, сухарики с наполнителями, гамбургеры, салаты на майонезной основе – категорически не подходит вам для употребления в пищу. Эта еда очень вредна и наносит ущерб вашему молодому развивающемуся организму.

Ведущий: А сейчас рассмотрим кулинарное изделие, которое появилось несколько веков назад и до сих пор остается характерным для русских. Попробуйте отгадать, о чем пойдет речь?

Про что говорят, он всему голова ?

Родители: Хлеб.

Ведущий: Главное место на русском столе занимал и занимает ХЛЕБ. Невозможно представить себе русский стол без хлеба, обычно говорят так:

**«Не будет хлеба, не будет и обеда».** Хлеб употреблялся преимущественно ржаной. Он считался полезней пшеничного. Пшеничный хлеб был так называемым хлебом для праздника. Из пшеничной муки приготавливались пироги (от слова «пир»), калачи. Начинка пирогов была мясная, рыбная, творожная, ягодная. В начинку добавляли кашу, лапшу, яйца, грибы.

Из пшеничной муки к празднику пекли караваи. Соль в мучные изделия не добавлялась. Она подавалась вместе с хлебом.

Хлеб с солью со времен язычества были символом здоровья и богатства (хлеб – здоровье, соль – богатство), с ними встречали гостей, дарили молодым на свадьбу, новоселам, провожали в дорогу.

*(с детьми и родителями проводится хороводная игра «Каравай»)*

## Задание №1 для родителей

На Руси пекли калачи. У калачей было небольшое приспособление для тех, у кого руки были грязные. От этого приспособления пошла поговорка.

Как называлось приспособление и какая пошла поговорка?

(Подсказка: «Дошел до ...». Дошел до чего?)

**Ответ:** Приспособление – ручка калача. Когда съедали калач, говорили - «дошел до ручки».

Ведущий: А каким блюдом мы встречаем масленицу?

**Ответ:** блинами.

*(с детьми проводится пальчиковая игра «Печем блины»)*

В языческие времена блины на Руси были ритуальной пищей, которую готовили в честь прихода весны. Круглый румяный блин очень напоминает солнышко. С принятием христианства блины продолжали олицетворять собой проводы зимы - знаменитую русскую масленицу.

Сейчас блины часто готовят, используя в качестве разрыхлителя соду, но это веяния самого последнего времени, а настоящие русские блины пеклись из дрожжевого теста. Для их приготовления использовались различные виды муки - гречневая, овсяная, ячменная, пшеничная. К блинам подавали растопленное сливочное масло, сметану, соленную или копченую рыбу, варенье, мед, икру и многое другое, в зависимости от фантазии и возможностей хозяйки.

Ведущий: А сейчас, как вы думаете, данное блюдо популярно или нет?

*(Ответы детей. С детьми и родителями проводится хороводная игра «Блин-блинок»)*

## Задание №2 для детей

Ребенок: Из крупы ее сварили,

Посолили, подсластили.

Эй, ну где же ложка наша?!

Так вкусна на завтрак...

(Каша)

Ведущий: 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 из всех видов круп. Кашу можно было готовить с овощами, добавлять травы и корни. Ни одно событие в жизни людей не обходилось без каши.

Когда на войне заключалось перемирие, то обязательно ели кашу. Перед началом больших дел тоже полагалось, есть кашу. Прославилась и «суворовская» каша. По преданию, в одном из походов, у Суворова осталось понемногу разных видов круп. Если сварить только один вид, то на всю армию не хватит. Вот Суворов и предложил все крупы сварить вместе. Солдатам очень понравилась такая каша, и назвали её «суворовской»!

А сейчас поговорим об особенной каше.

В сочельник (канун Рождества) накрывали праздничный стол. В центре ставили кутью. Считалось, что так можно привлечь в дом успех и счастье на весь год. Кутью варили из зёрен пшеницы или ячменя, ржи, гречихи, гороха, чечевицы, позже - риса, добавляли орехи, мёд, изюм, мак. Обычай этот сохраняется и по сей день.

*(дети исполняют танец «Поварята» под песню «Варись, варись кашка»)*

Ведущий: На столе русской кухни с давнего времени используются жидкие первые блюда. Ассортимент разнообразен - это щи, похлёбка, рассольник, уха, окрошка, солянка, тюря, ботвинья, борщ, лапша, свекольник.

К древнерусским жидким первым блюда также относились овсяные, ржаные, пшеничные кисели. В наше время зерновые кисели забыты. Им на смену пришли ягодные кисели на крахмале, которые сегодня к первым блюдам не относятся.

Задание №3 для родителей

***Сопоставить названия блюд с их фотографиями.***

«**Ботвинья**»- холодное жидкое блюдо из листьев свёклы, щавеля, крапивы, рубленой свёклы на кислом квасе.

«**Уха**» - рыбный, куриный, мясной или грибной бульон.

«**Похлебка**»- холодный овощной отвар, по имени основного компонента, например «картофельная похлебка», «капустная похлебка» и т.д.

«**Рассольник**»- жидкое горячее блюдо, основу которого составляют соленые огурцы, мясные ингредиенты, крупы, овощи.

«**Солянка**»- жидкое горячее блюдо на крутом мясном, грибном или рыбном бульоне с острыми приправами.

«**Свекольник**»- холодное жидкое блюдо из свеклы, своеобразный холодный борщ.

«**Тюря**»- жидкое холодное блюдо, представляющее собой хлеб или сухарики, покрошенные в воде с солью, с добавлением небольшого количества постного масла, иногда с луком.

Ведущий: Как вы думаете, как стали называть эти традиционные жидкие блюда в эпоху Петра I?

**Ответ:** Супы.

Ведущий: Назовите самое распространенное первое блюдо, состоящее из следующих ингредиентов: **лук, свекла, морковь, масло, томат, картофель, капуста, соль.**

**Ответ:** Борщ.

Ведущий: Да, правильно. Одно из распространенных первых блюд – это борщ. А теперь попробуем его приготовить.

#### Задание №4 для родителей и детей

Перед вами карточки приготовления борща. Они все смешались. Восстановите последовательность.

Ведущий: Понятие «напиток» появилось в русском языке не столь давно - в начале прошлого столетия. Слово это исконно русское, образовалось от глагола напитать, то есть насытить, накормить. И напитками в России называли первоначально только те жидкости, которые были сытными и питательными.

Самый известным напитком в России, придающим силы, является – **квас.**

Это истинно русское питье. Квасы в России делали исключительно из полноценного натурального сырья – хлеб, плоды и ягоды, мед. Для улучшения вкусовых качеств, в квас добавляли различные травы, коренья.

Ещё одним напитком, тесно ассоциирующимся с русской кухней, стал чай. Он вошёл в рацион россиян из стран Востока, но быстро завоевал популярность, и стал традиционным напитком, которым обычно завершается всякое застолье.

Большинство русских народных сказок оканчивается словами: «И там я был, мед-пиво пил, по усам текло, а в рот не попало!». Итак, что же такое **сказочный русский мед?** Появился этот напиток на славянской земле в незапамятные времена. Излюбленный напиток готовили медовары. Уже давно не готовят медов на Руси. А жаль!

#### Задание №5 для родителей.

Вам нужно приготовить следующие медовые напитки. Технологические карты перед вами.

**Напиток «Калина с медом»**

Калину после первых морозов перебрать, размять и отжать сок. Влить полстакана сока в 1л теплой воды. Добавить мед- 3 ст. ложек. Хорошо перемешать.

**Напиток «Сладость»**

1 ч. ложка корицы залить 1л. горячей воды, добавить 3 ст. ложку меда.

Напиток «Медовое молоко» 1л. теплого кипяченого молока, стакан ягодного сока, 2 ст. ложка меда.

*(пока родители готовят напитки дети смотрят серию «Компот» из Ералаша)*

Ведущий: Вот и закончилось наше сегодняшнее путешествие по традициям русской кухни. А сейчас я приглашаю вас отведать приготовленные угощения, чтобы вы могли, придя в группу, сказать: «И я там был, мед пил, по усам текло и в рот попало!»

Пейте на здоровье. А как откусаете, не поленитесь, добрым словом отзовитесь!