|  |
| --- |
| Муниципальное образовательное учреждение  Спасская средняя общеобразовательная школа.  Утверждена  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Директор МОУ Спасская СОШ  В.Н. Чавкина.  «\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2011 г.  **Дополнительная образовательная программа**  ***«Хозяюшка»***  **Для детей с 7 до 14 лет**  Разработал:  Учитель технологии  Зайцева Т.В.  с. Спасское  2011 год. |

**Информационная карта.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Наименование учреждения | Муниципальное образовательное учреждение  Спасская средняя общеобразовательная школа. |
| 2 | Полное название программы | «Хозяюшка» |
| 3 | Разработчик программы | Зайцева Т.В. |
| 4 | Руководитель учреждения | Чавкина В.Н. |
| 5 | Адрес, место проведения | С. Спасское, пл. Революции, д. 62 |
| 6 | Форма проведения |  |
| 7 | Количество детей |  |
| 8 | Возраст детей |  |
| 9 | Сроки реализации программы | Смена – 21 день |
| 10 | Условия размещения участников | Кабинет технологии |
| 11 | Цели и задачи программы | Наследование забытых семейных рецептов русской народной кухни;  Узнать историю древнерусской кухни, как готовились блюда и их особенности, также ознакомиться с изменениями в русской кухне.  - изучить историю древнерусской кухни;  - изучить особенности древнерусской и современной кухонь;  - проследить переход современной кухни от древней. |
| 12 | Направление программы |  |
| 13 | Кадровое обеспечение | Учитель технологии |

**Пояснительная записка.**

Тематика данной программы - русская кухня. В наше время эта тема актуальна, и актуальность её заключается в том, что традиции древнерусской кухни утрачивают свое значение и современная русская кухня "вытесняет" кухню IX-XVII вв. Постепенно люди современного мира забывают традиции приготовления пищи и историю возникновения того или иного блюда русской кухни. Сейчас жители России без особых проблем могут попробовать блюда практически любой кухни мира. Во многих городах открываются кафе и рестораны, меню которых содержат национальные кушанья различных народов. Однако интерес к исконно русской кухне сейчас очень высок, что связано с определёнными процессами, происходящими в обществе.

Интенсивный темп жизни привёл к тому, что у многих людей сформировалась привычка питаться полуфабрикатами, продуктами быстрого приготовления, где пища лишена малейшего оттенка национального колорита, а представляет собой стандартизированный набор калорий и питательных веществ. Поэтому праздничный обед, состоящий из традиционных российских блюд, воспринимается с неменьшим энтузиазмом, чем любая заморская экзотика, а некоторые старинные русские кушанья кажутся совершенно новыми и необычными.

В данной программе приведены блюда древнерусской кухни, поэтапные инструкции их приготовления и история.

Знакомство с традиционной кухней России позволяет получить более широкое представление о жизни своих предков, что само по себе имеет большое воспитательное значение. Вовлечение учащихся в практическую деятельность по подготовке и приготовлению блюд Русской кухни помогает разнообразить деятельность ребят.

На занятиях все участники учебного процесса имеют равные права и возможности принять самое активное участие, проявить собственную инициативу. Такие занятия помогают лучше узнать и понять учеников, оценить их индивидуальность, решить внеклассные проблемы общения, возможность самореализации и осуществлению собственных идей. Занятия проходят в специализированном кабинете технологии, где есть всё необходимое оборудование для практических занятий. Важно позаботиться о том, чтобы на занятиях было всё, что требуется для практической работы: ножи, разделочные доски, различная посуда, прихватки и прочее.

***Цель данной программы:***

* Наследование забытых семейных рецептов русской народной кухни;
* Узнать историю древнерусской кухни, как готовились блюда и их особенности, также ознакомиться с изменениями в русской кухне.

***Задачи:***

- изучить историю древнерусской кухни;

- изучить особенности древнерусской и современной кухонь;

- проследить переход современной кухни от древней.

Структура программы включает две части: теоретическую и практическую. Теоретическая часть содержит историю русской кухни и её особенности, практическая же – примеры технологических карт, приготовление некоторых блюд русской кухни.

***Ожидаемые результаты:***

* Овладение навыками приготовления блюд русской кухни;
* Оформление сборника «Лучшие старинные рецепты»

**Механизм реализации:**

Данная программа рассчитана на смену – 21 день. В течение смены запланировано 4 занятия по 1 часу. Занятия проводит учитель технологии.

**Учебно-тематический план.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Дата* | *Время проведения* | *Тема занятия* |
|  |  | «Еда на русском столе. Знакомство с особенностями русской кухни». |
|  |  | «Русские блины». |
|  |  | «Традиции русского чаепития». |
|  |  | «Хлеб – продукт особый. Хлебная запеканка с яблоками». |

**Методическое обеспечение программы**

***Тема 1:*** «Еда на русском столе. Знакомство с особенностями русской кухни».

*Цель занятия:*

* познакомить учащихся с традициями и особенностями русской национальной кухни;
* воспитывать бережное отношение и сохранение к народным традициям.

**Ход занятия:**

1. Актуализация знаний учащихся: историческая справка о традициях и особенностях русской национальной кухни.

### Особенности национальной русской кухни. Древняя русская кухня.

История русской кухни неразрывно связана с историей Руси, с развитием её культуры.

За многовековую историю нашей страны русский народ изобрел огромное количество кулинарных рецептов.

*- Какие вы знаете исконно русские блюда?*

Следует отметить, что древняя, исконно русская кухня не отличалась особым разнообразием. На протяжении веков она была традиционной – кушанья были просты и однообразны. И хотя названий блюд существовало великое множество, различались они преимущественно одним или двумя компонентами (например, использованием разных типов масел или пряностей). Православие с его строгим и частыми постами оказало значительное влияние на формирование русской кухни: долгое время постный (растительно-рыбно-грибной) и скоромный (мясной) столы были разделены. Изолирование одних продуктов от других привело к упрощению меню, однако с другой стороны послужило причиной создания многих оригинальных блюд, которые сегодня стали визитной карточкой русской кухни.

Можно сказать, что больше «повезло» **постному столу** - ведь из 365 дней в году постными считались от 192 от 216 (в зависимости от года). Именно поэтому в русской национальной кухне преобладают грибные и рыбные блюда, кушанья из зерна, овощей, лесных ягод и трав. Овощи – капусту, репу, редьку, горох, огурцы ели в сыром, вареном, пареном, печеном, виде. Рыбу готовили паровую, вареную, тельную, жаренную, чиненую (с начинкой из каши или грибов), тушеную, заливную, печеную в чешуе и без, соленую, вяленую, сушеную и даже квашенную и мороженную. Икру ели не только просоленную, но и вареную в уксусе и маковом молоке. Разнообразие каш базировалось на многообразии зерновых культур, растущих в России, причем, из каждого вида зерна делалось несколько сортов круп – от целых до дробленых различными способами. Многие русские постные блюда не имеют аналогов в зарубежных кухнях: квашенная капуста, соленые огурчики, сухие белые грибы.

**Скоромный стол** был куда беднее: мясо и молоко употребляли сравнительно редко. Мясо варили в супах и кашах, из молока делали простоквашу и сметану. Одним из самых популярных молочных блюд был творог (на Руси его долгое время называли «сыром», а блюда из него «сырными»). Творог в России приготовляли особым способом, который позволял подолгу хранить его во время постов, когда в домах скапливалось много неиспользованного молока. Чтобы сохранить творог свежим, его «консервировали» - несколько раз прессовали и томили в печи, после чего он становился совершенно сухим и мог храниться многие месяцы. Необходимость консервирования скоромной пищи привела и к появлению «русского масла» - т.е. топленого масла, которое способно оставаться свежим подолгу.

Многие исконно русские блюда сохранились на наших столах и по сей день. Главенствующую роль на русском столе всегда играли **супы.** Кстати, слово «суп» является заимствованным – оно появилось в русском языке только в конце XVIII века, когда в России стали появляться и приживаться западноевропейские блюда – вроде бульонов, супов-пюре и т.д. До этого жидкие блюда назвались «хлебова». Наибольшей популярностью, конечно же, пользовались щи – их насчитывалось до 60 видов: с мясом, с рыбой, головизной, с грибами, щи ленивые, пустые, суточные, зеленые, кислые, из крапивы и т.д. По сей день русский обед – богатый или бедный – немыслим без супа.

*- Какие вы знаете пословицы и поговорки о еде? (*Каши мало ел, Щи да каша пища наша…)

Еще одно важнейшее блюдо русского национального стола **- каша.** Первоначально это было обрядовое, торжественное блюдо, употребляемое на праздниках и пирах. В XII веке слово «каша» даже было синонимом слова «пир». Утратив постепенно свое обрядовый смысл, каша, тем не менее, на долгие века стала главным повседневным блюдом россиян. Это отразилось и в бытовом языке

Одно из самых древних русских блюд **– блины**. Никто не знает, когда блины появились на русском столе, но известно, что они были ритуальным блюдом еще у языческих славянских народов. Самые разнообразные поверья и традиции связаны у русских людей с блинами. Одна из сохранившихся до наших дней традиций, связанных с блинами – Масленица – древний языческий праздник. В течение целой недели перед Великим Постом во всех русских домах пекут блины и едят их с различными закусками – икрой, сметаной, рыбой, мясом, грибами.

Другое знаменитое русское мучное блюдо - **черный хлеб**. Он непопулярен в других странах, но в России без него не обходится ни один обед. Черный ржаной хлеб появился в России в IX веке и сразу стал самым любимым блюдом. Его ели и в богатых дворянских домах, и в крестьянских избах. Белый же пшеничный хлеб стали выпекать гораздо позже, а широкое распространение он получил только в начале XX века. Другое мучное лакомство, известное на Руси еще до принятия христианства и дожившее (правда, в измененном виде) до сегодняшнего дня, – пряники. Сначала пряники состояли из смеси ржаной муки с медом и ягодным соком – они даже назывались «медовым хлебом». Это были самые простые и, наверное, самые вкусные пряники, поскольку мед составлял в них почти 50%. Однако постепенно в пряники стали добавлять все больше пряностей: корицу, гвоздику, кардамон, померанцевую или лимонную цедру, ямайский перец, мускатный орех, бадьян, мяту, анис, имбирь и т.д. Пряности стали отличительной особенностью пряничного теста. Из-за изменения рецепта выпечка поменяла и свое название.

Конечно, говоря о русских мучных блюдах, нельзя не упомянуть **о пирогах** – самом известном и любимом блюде русской кухни. Это одно из подлинных национальных изделий, которое дошло до нас из глубокой древности, избежав каких-либо иностранных влияний. Пироги издревле и по сей день пекутся по праздникам, недаром же слово «пирог» произошло от слова «пир». При этом каждому празднеству соответствовал особый вид пирогов, что стало причиной разнообразия форм, начинок и видов пирогов. Какие только пироги не пекли на Руси: с мясом, рыбой, визигой, сельдью, молоками, снетками, яйцами, творогом, грибами, кашей, репой, луком, капустой. Пироги становились и десертом, если в качестве начинки использовались ягоды и фрукты: яблоки, черника, голубика, малина, калина, брусника, вишня, слива, черемуха. Пироги и пирожки поныне остаются одним из любимейших русских блюд, отведать которое можно как в дорогом ресторане, так и в гостях у друзей.

Характер приготовления блюд русской кухни в значительной степени обусловлен особенностями **русской печи**, которая в качестве очага столетиями верно служила и простому городскому люду, и знатным боярам, и посадским крестьянам.

Конструкция русской печи обуславливала способ приготовления пищи. Так как посуда нагревалась не снизу, а с боков, ее боковые поверхности должны были иметь максимальную площадь для прогревания всего содержимого. Отсюда округлая форма **горшков и чугунков** и обилие в древнерусской кухне тушеных, вареных, томленых и печеных блюд.

Печи были большими, в них можно было готовить одновременно несколько кушаний. Несмотря на то, что пища порой слегка отдавала дымом, у русской печи были и преимущества: блюда, приготовленные в ней, отличались неповторимым вкусом.

При Петре I в кухнях россиян стали появляться плиты и посуда, приспособленная для жарения и варки на открытом огне: кастрюли, противни, шумовки.

Готовка в русской печи, придавая русской кухне своеобразие, в то же время ограничивала разнообразие тепловой обработки блюд. Не допускалось смешивание продуктов, их перемалывание, дробление (особенно это относилось к мясному столу - даже в пирогах рыбу и мясо не измельчали, а пластовали). К тому же над русской кухней довлела церковная традиция: для каждого дня, сообразно его значению в церковном календаре, был заранее назначен стол. Даже богатые люди вели этот своеобразный гастрономический календарь, который, конечно, не способствовал развитию кулинарной фантазии их поваров.

К концу XVII века популярен стал **студень** (от слова "студеный", то есть холодный: во-первых, студень и должен быть холодным, иначе растечется по тарелке; во-вторых, ели его обычно зимой, от Рождества до Крещения, то есть в самое холодное время года).

**Из напитков** самыми популярными были ягодные и фруктовые соки с морсами, а также и настойки. Но главным русским напитком издревле оставался хлебный квас. С чем только его не делали - от изюма до мяты!

### - Современная русская кухня

С XVIII века русская кухня начала приобретать европейские черты. Начиная с петровских времен русское дворянство стало заимствовать и вводить у себя иноземные традиции. Путешествуя по Европе, богатые вельможи привозили оттуда поваров – сначала голландских и немецких, а затем французских.

На русском столе появилось множество популярных блюд, позаимствованных из европейской кулинарной традиции – котлеты, сосиски, омлеты, салаты, муссы, компоты и т.д.

Именно в XIX веке русская кухня обогатилась множеством блюд, из которых сегодня состоит как повседневный, так и праздничный стол русского человека. Блюда эти также пользуются заслуженной популярностью на западе, хотя многие любители не подозревают об их русском происхождении. Дело в том, что блюдам, придуманным в России часто давали французкие названия, или называли их в честь поваров-французов, придумавших их. Так появились многие русские блюда с нерусскими названиями — **лангеты** (от французского слова «язычок» - по форме нарезки), **бефстроганов** и т.д.

Одним из русских изобретений стал **винегрет**, известный во всем мире как «русский салат».

Тогда же в России появились и получили широкое распространение салаты, ставшие с тех пор одним из популярнейших элементов русского стола.

Другой известный салат, чей рецепт был создан в России – **«оливье»**. Его изобрел в середине XIX века повар-француз Люсьен Оливье, владевший трактиром «Эрмитаж» в Москве. Сегодня салат «оливье», можно увидеть как в меню ресторана, так и на домашнем столе россиян.

Главное достоинство современной русской кухни заключается в ее многообразии и готовности заимствовать, а главное, творчески перерабатывать самые различные кулинарные традиции.

(Рассказ сопровождается презентацией)

1. Конкурс «Лучший старинный рецепт»

- условия конкурса

- правила оформления рецептов

3. Планирование занятия №2

- разделение ребят на группы

- распределение продуктов необходимых для второго занятия по группам.

4. Подведение итогов занятия.

***Тема 2:*** «Русские блины».

*Цель занятия:*

* Познакомить учащихся с историей блинов;
* Рассмотреть основные способы приготовления теста;
* Усвоить правила выпекания блинов.
* Изучить технологию приготовления блинов.
* Воспитание эстетического вкуса, правил хорошего тона.

**Ход занятия:**

1. О русских блинах, масленице и русских обычаях.

*- немного из истории*

Блин — испорченное от млин (от глагола мелить), то есть изделие из намеленного, из муки. В русской кухне блюдо, приготавливаемое из жидкого дрожжевого теста, специально выдержанного до состояния максимального образования в нем углекислого газа, что сообщает тесту особую разреженность и быстроту приготовления. Блины разного типа, разной консистенции и из разной муки известны почти у всех народов, от англичан до узбеков. Наибольшее развитие это блюдо получило у славянских народов. На Русь блины из кислого теста были принесены варягами в IX веке.

Известны русские блины из пшеничной, ячневой, овсяной, гречневой муки и их различного сочетания, в разных пропорциях.

Если в тесто добавить 1-2 ст. ложки растительного масла, сковороду не придется смазывать перед каждым блином, и блины не будут прилипать к сковороде.

*О приготовлении русских блинов*

Порядок приготовления следующий:

1. Приготовление опары.

2. Замес теста (мука, дрожжи, вода, масло, сахар, соль) и его выстойка, подход.

3. После подхода теста введение добавок (сливки, белок).

4. Выпекание блинов.

Блины выпекаются только на предварительно вычищенных солью с маслом и прогретых черных (чугунных) сковородках (без ручек). Перед выпечкой каждого блина сковородка смазывается тонким слоем растительного масла при помощи половинки луковицы, насаженной на вилку. Пока блин печется на одной стороне, другая, после затягивания пленкой, также смазывается маслом «луковичной щеточкой».

Выпечка происходит с обеих сторон блина в течение 2 минут.

*Разновидности блинов с припёком*

Существуют разновидности БЛИНОВ С ПРИПЕКОМ (своеобразные блины с начинкой):

1) На верхнюю (еще не жареную) поверхность выпекаемого блина тонким слоем наносится пастообразный пищевой продукт (творог, мясной или рыбный фарш) и, после перевертывания, быстро припекается к блину (если фарш используется сырой, после перевертывания надо тщательно жарить до его полной готовности и образования красивой поджаристой корочки).

2) Тонко нарезанный кусочками или полосками продукт (например, соленая рыба) выкладывается на раскаленную сковороду и заливается блинным тестом; далее блин выпекается, как обычно.

3) На сковороду очень тонким слоем наливается половина теста, предназначенного для блина, после небольшого подпекания нижней стороны (чтобы начинка не "проваливалась" в жидком тесте до дна) на блин выкладывают желаемые продукты и сверху вновь тонко заливают тестом; когда нижняя сторона готова, блин перевертывают и жарят до готовности. Получается нечто, похожее на жареный пирожок.

Для припека обычно используют мелко нарезанные готовые продукты: жареный лук, жареную морковь, вареные вкрутую яйца, предварительно отваренные и обжаренные грибы - свежие и сушеные, соленую или иную готовую рыбу (можно из консервов), растертый до однородности творог (можно с различными добавками), а также самые разнообразные паштеты. Все зависит от вкуса и фантазии кулинара и имеющихся под рукой продуктов.

*Традиционные русские добавки к блинам.*

Блины едят свежеиспеченными.

Обычно блины после изготовления просто сдабриваются маслом (сливочное предварительно оставляют в теплом месте, чтобы хорошо размягчилось или даже немного "потекло"), или маслом, тщательно разболтанным с подсоленным сырым яйцом или желтком, или сметаной (в которую можно добавить нарубленную зелень, специи по вкусу).

Или едят блины с соленой (копченой) рыбой, селедкой, икрой.

Иногда к блинам растирают масло и крутые яйца, используют творог (в т.ч. с различными добавками) или другие смеси.

Блины подают в качестве хлеба и к некоторым первым блюдам (это по вкусу).

*Масленица*

Самые разные поверья и традиции связаны у русских людей с блинами. Но прежде всего блины, как мы уже говорили, обязательное угощение на масленицу, ставшее как бы необходимым атрибутом весеннего праздника. Об этом напоминают многие пословицы и поговорки, припевки: «Как на масляной неделе в потолок блины летели», «Без блина не масляна» и т. д.

Масленица, пожалуй, самый веселый из праздников восточнославянского календаря. Русский народ называл масленицу веселою, широкою, разгульною, честною, тридцати братьев сестрою, сорока бабушек внучкой, трех матерей дочкой и т. д.

Праздник продолжался неделю, и каждый день имел свое название:

понедельник называли встречею,

вторник — заигрышем,

среду — лакомкой,

четверг — переломом или разгулом,

пятницу — тещиными вечерями,

субботу — золовкиными посиделками,

воскресенье — проводами, целовальником, прощеным днем.

В четверг начиналась «широкая масленица».

Праздновалась она очень шумно. В эти дни не было грехом:

...есть до икоты, пить до перехоты, петь до надсады, плясать до упаду.

Каждая хозяйка старалась угостить своих домочадцев и гостей на славу. И главным блюдом были блины.

1. Выпекание блинов (практическая часть занятия)

- приготовление теста

**Технологическая карта.**

**Блины скороспелые.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Наименование продукта.* | *Количество продуктов.* | *Последовательность приготовления.* | *Посуда и инвентарь.* |
| Яйца  Сахар  Соль  Кефир | 2-3 шт.  1 ст.ложка  ½ ч.ложки  3 стакана | Яйца, соль, сахар перемешать с кефиром. | Миска, столовая ложка, стакан, миксер. |
| Мука  Сода | 3 ½ стакана  ½ ч.ложки | Смешать муку с содой, всыпать в смесь с кефиром, перемешать до исчезновения комков, выпечь блины. | Столовая ложка, сковорода. |

1. Дегустация.
2. Планирование занятия №3. - распределение продуктов необходимых для третьего занятия.
3. Подведение итогов занятия.

***Тема 3:*** «Традиции русского чаепития».

*Цель занятия:*

* Воспитание культуры, традиций русского чаепития у учащихся.
* Ознакомление учащихся с историей появления чая в России.
* Ознакомление учащихся с назначением чая, видами и сортами чая.
* Знакомство с правилами приема гостей, традициями русского чаепития, сервировкой стола и угощениями на чаепитии.
* Воспитание бережливости, аккуратности и эстетического вкуса.

**Ход занятия:**

1. Чайные традиции России.

Сегодня мы поговорим о традициях и обычаях русского народа. Многим из них мы следуем и по сей день.

Впервые в Россию чай привез русский посол Василий Старков, который решил порадовать царя до этих пор не виданным продуктом. Это историческое для России событие произошло в 1635 году. Так чай завоевал свое первое признание. Спустя несколько десятилетий состоялся еще один важный акт для русской чайной истории – это подписание договора с Китаем в 1679 году о поставке чая в Россию. Так потянулись, груженные “сушеной травой”, караваны в Москву. Путь их был очень длительным и сложным и порой продолжался больше года. Вот почему чай первоначально стоил очень дорого и распространился только среди дворянской знати. Но именно в аристократической среде стали постепенно складываться традиции и особенности русского чаепития.

*А кто нам скажет, что такое чай?*

Чай - это тонизирующий напиток, придающий бодрость и улучшающий пищеварение и настроение. А также у чая очень мягкий неповторимый аромат, ни с чем не сравнимый вкус.

*А какая страна является родиной чая? (Ответы детей)*

Правильно, Китай. Это был дикий крупнолистовой чай, иногда достигающий огромных размеров.

Чай стал известен человеку за долго до нашей эры, поэтому его история уходит в глубь веков. Само появление чая овеяно легендами. Чаще всего ссылаются на ту, согласно которой первый чай появился неожиданно.

Когда-то (это было за много веков до н. э.) китайскому императору кипятили воду в сосуд упало несколько листков с чайного куста и вода потемнела, от нее исходил тонкий и приятный аромат. Настой попробовали и восхитились. Это было первое в мире чаепитие.

Долгое время этот напиток считался редким и был принадлежностью знати. Чай в России для крестьян был недоступен, они пили его лишь в особых случаях. Поэтому возникло выражение “чайком побаловаться”. Многие бедняки даже не знали, как заваривать чай.

Чаепитие в России стало настолько популярным, что превратилось в один из национальных обычаев. Чаепитие породило особую систему сервировки, которая складывалась из многочисленных чайных принадлежностей: самовар, чайник, сахарницы с щипчиками, стаканы, чашки, блюдца. Даже скатерти для стола должны были отвечать нормам чайного этикета. Поэтому столы покрывались только тонкой накрахмаленной, как правило, белой или голубой материей.

*Что такое самовар?*

В чем заключается притягательная сила самовара, почему он остался наиболее устойчивым атрибутом домашнего уюта, можно понять, только поняв особенности русской традиции – чаепития.

Самовар стал традиционным русским сувениром. Самовар, несмотря на весьма высокую стоимость, проникал в рабочую и крестьянскую семью и становился непременным атрибутом каждого русского дома. Самоваром пользовались не только дома, его брали в дорогу, на гулянье. Для этой же цели использовались дорожные самовары.

Русские самовары растапливали углями или сосновыми шишками. Для того на внутреннюю трубу ставили Г-образный удлинитель и раздували огонь сапогом. Вода в нем долго не остывает. Потому что в старину труба с раскаленными углями была внутри самовара, а теперь там расположен герметичный нагревательный элемент. А еще самовар придает столу своеобразный уют. И вообще, самовары порой подлинные произведения искусства. Их изготавливали из меди, латуни и даже железа.

*Предлагаю вам отгадать загадки.*

Черненько, горяченько,

а все любят.

(Чай)

Закипит – исходит паром,

И свистит, и пышет жаром,

Крышкой брякает, стучит.

- Эй, сними меня! – кричит.

(Чайник)

Я бел как снег,

В чести у всех.

В рот попал –

Там и пропал.

(Сахар)

Стоит толстячок,

Подбоченивши бочок,

Шипит и кипит,

Всем чай пить велит.

(Самовар)

Неприступная на вид,

Подбоченившись стоит,

А внутри-то, посмотри

Угощение внутри!

(Сахарница)

Он бывает с толокном,

С рисом, мясом и пшеном,

С вишней сладкою бывает,

В печь сперва его сажают,

А как выйдет он оттуда,

То кладут его на блюдо.

Ну, теперь зови ребят!

По кусочку все съедят.

(Пирог)

Он пыхтит как паровоз,

Важно кверху держит нос.

Пошумит, остепенится –

Пригласит чайку напиться.

(Самовар)

*Виды и сорта чая.*

Внешний - вид, аромат, вкус настоя и прочие характеристики чая в значительной степени определяются тем, насколько долго и в каком режиме проводится ферментативное окисление чайного листа перед окончательной сушкой.

Выделяется две «полярные» категории чая, в зависимости от степени окисления:

Зелёный — неокисленный или слабо окисленный. В сухом виде имеет зелёный цвет, настой — неяркого желтоватого или зеленоватого цвета, в аромате отчётливо выделяется «травяная» нотка, вкус терпкий, может быть чуть сладковатым.

Чёрный — сильно окисленный. Листья проходят длительное окисление, от двух недель до месяца. В сухом виде имеет тёмно-коричневый или почти чёрный цвет. Настой — от оранжевого до тёмно-красного. В аромате могут выделяться цветочные или медовые нотки, вкус характерный, терпкий, не горчит.

Прочие чаи находятся по степени окисления между чёрным и зелёным, либо выделяются какими-то технологическими особенностями приготовления. Все нижеперечисленные виды чаёв производятся, в основном, в Китае или на Тайване.

Белый чай несмотря на название, белый чай имеет более высокую степень окисления, чем большинство зелёных чаёв. В сухом виде имеет светлый, желтоватый цвет. Поскольку листья не подвергаются скручиванию, чаинки достаточно крупные и лёгкие, в воде они быстро раскрываются. Настой жёлто-зеленоватый, более тёмный, чем настой зелёных чаёв. Настой имеет цветочный аромат, сладковатый вкус и оставляет приятное, сладковатое послевкусие.

Жёлтый чай — окисляется почти как зелёный, но перед сушкой проходит процедуру закрытого «томления». Считаются элитными, некоторые сорта жёлтых чаёв ранее производились исключительно для императорского двора и были запрещены к вывозу из Китая.

Улун - в России встречается наименование «красный чай», в Китае его иногда называют «бирюзовым» или «сине-зелёным»), — окисление продолжается от двух до трёх дней, достигая 30—70 %. Внешний вид и характеристики улунов сильно зависят от технологии и конкретной степени окисления, но все улуны имеют очень характерный вкус, который не позволяет спутать их с какими-то другими видами чаёв.

Пуэр (кит. хэй ча, «чёрный чай»). Изготавливается как из почек, так и из зрелых листьев, со старых деревьев. По способу приготовления делится на Шу Пуэр (искусственно состаренный, приготовленный) и Шэн Пуэр (сырой, зелёный). Первоначально доводится до состояния зелёного чая, после чего проходит ферментацию. Естественное старение проводится в течение нескольких лет без дополнительной обработки (иногда называется вылёживанием), искусственное — методом ускорения ферментации в условиях повышенной температуры и влажности. В отличие от других типов чаёв, пуэр не только окисляется, но и ферментируется в точном смысле этого слова.

Наиболее популярны рассыпные, или байховые чаи. Название "байховый" происходит от китайского "бай-хоа" - "белая ресничка". Так поэтично называют типс - едва распустившуюся почку с легким налетом, придающую чаю особую тонкость. Чем больше типсов в рассыпном чае, тем выше ценность чая. Черные байховые чаи подразделяются на листовые (крупные), ломаные (средние), мелкие (высевки, крошка) и цветочные. Обычно ломаные сорта содержат значительную долю более молодых побегов, в то время как листовые сорта состоят из более зрелых и жестких листьев. Есть еще и более сложная единая международная классификация листового и ломаного чая в зависимости от рода листа.

*А теперь давайте, используя правила чайного этикета, накроем на стол.*

Ребятам предлагается накрыть на стол, используя чайную посуду, салфетки, угощения, а также рассказать об особенностях сервировки.

Правила этикета при чаепитии незамысловаты и полностью отвечают принципу целесообразности, которым руководствуется этикет вообще.

Самое главное правило – чай надо пить не спеша, тем более не залпом, обжигаясь и отдуваясь. Но не следует и слишком медлить. Холодный чай невкусен.

Кусочки сахара берут из сахарницы щипчиками и кладут в чашку, стараясь не расплескать напиток. Их не следует с силой размельчать с стакане или чашке – нужно подождать, когда они растворятся сами. Сахарный песок берут ложкой, прилагаемой к сахарнице. Размешав сахар, ложку обязательно вынимают из чашки, кладут на блюдце и, взяв чашку правой рукой, пьют чай небольшими глотками.

Если вы расположились в некотором отдалении от стола, например в кресле, то блюдце надо держать в левой руке. Выпив чай, чашку нужно поставить на блюдце.

Не следует облизывать ложку или выскребать ею оставшийся на дне сахар. Если вам хочется добавить в чай какой-либо напиток, сначала налейте его в ложечку, а уж из нее в чашку. Ломтики лимона берут специальной вилкой, а потом в чашке ложкой выдавливают из него сок. Кожуру кладут на край блюдца. Оставшийся после чая лимон доедать не следует.

Если к чаю подано варенье, то левой рукой берут розетку, правой – десертную ложку и осторожно перекладывают варенье в розетку.

Пирожные и торты обычно едят специальной вилочкой или чайной ложкой, но твердые пирожные можно есть и без них. Если пирожные лежат на блюде на маленьких бумажных салфетках, их кладут на свою тарелку вместе с этой салфеткой и едят прямо с нее. Нарезанные или штучные изделия из теста берут с общего блюда рукой и едят без помощи вилки и ложки.

Сначала необходимо подумать, сколько человек пригласить. При этом следует учитывать не только цель вашего приглашения, но и размеры вашей квартиры.

Кого пригласить – тоже вопрос немаловажный. Хорошо, если гости знакомы друг с другом: это будет способствовать тому, что они быстро почувствуют себя просто и естественно.

Чтобы беседа за чаем не касалась только бытовых проблем, продумайте интересные темы для обсуждения.

Ваша квартира должна сиять чистотой, а какой-нибудь праздничный элемент (например, цветы или свечи) ненавязчиво скажет вашим гостям, как их ждали и рады видеть. Если чаепитие происходит зимой или осенью, шторы на окнах лучше задвинуть, а зажженные свечи или светильники на стенах внесут дополнительное ощущение тепла и уюта в вашем доме. Если за окном теплый летний или весенний день, то легкий аромат цветущих растений, зеленая ветка дерева или луч солнца принесут ощущение бодрости или комфорта.

Ваша одежда на званом чаепитии не должна быть ни повседневной, ни слишком нарядной. А какой-то штрих – необычная бижутерия, интересный цвет помады и так далее – только подчеркнут изящную простоту вашего наряда.

Недопустимо накрывать на стол в присутствии гостей – все готовится заранее, кроме самого чая (заварки).

Весь процесс приготовления чая должен проходить на глазах у гостей: хозяйка, сидя у самовара или чайников, заваривает чай, дает ему настояться, а затем, поместив чашки всех гостей около себя, наливает чай. Чашки должны передаваться из рук хозяйки в руки гостя.

Недопустимо обходить гостей с чайником с кипятком.

*Сервировка стола к чаю.*

Стол для чайного стола накрывают цветной, нежных оттенков льняной скатертью и кладут салфетки одного тона со скатертью.

Сервировку также дополняют салфетки для личного использования и несколько небольших квадратных салфеток для подачи хлеба, фруктов и прочее. Стол можно оформить льняными салфетками под каждый прибор гостя и дорожкой, которую стелят посредине стола. Это оригинально, однако стол выглядит не столь уютно. Прекрасное украшение чайного стола – композиция из цветов. Букет не должен быть высоким, чтобы цветы не заслоняли людей, сидящих за столом.

При сервировке стола нельзя пренебрегать такой деталью, как удачное сочетание чайного сервиза со скатертью и салфетками. Пестрый сервис лучше смотрится на однотонной скатерти, цвет которой должен перекликаться с цветом сервиза.

Неотъемлемым атрибутом русского чайного стола был и остается самовар. Его ставят на стол слева от хозяйки или на отдельном столике. Фарфоровый чайник с заваркой, чашки с блюдцами и ситечко для чая располагают возле самовара. Остальную посуду расставляют следующим образом: каждому гостю ставят десертную тарелку (или тарелку для пирожных и пирожков), на которую кладут красиво сложенную салфетку. Салфетку можно положить и слева от тарелки. Десертная тарелка ставится вровень с краем стола или отстоит от него на 1-2 см. Десертные приборы – нож, ложку и вилку (в зависимости от десертного блюда) кладут справа от десертной тарелки, а приборы для фруктов – за тарелкой. Затем, правее тарелки, ставят чайную чашку, повернутую ручкой вправо. Чайную ложку кладут на блюдечко справа от чашки. Если к чаю подают варенье или мед, то каждому гостю следует подать розетку, или еще одну чайную ложку и блюдце для косточек.

Сахарница должна быть с ложкой или с щипчиками для сахара. Если к чаю подают молоко или сливки, их наливают в молочник, который ставят на небольшую тарелочку, чтобы уберечь скатерть от капель. Сахар и сливки всегда ставят в центре стола.

Для чайного стола по-русски характерно большое разнообразие десертов и закусок. К чаю подают мелкие бутерброды (канапе), пироги, калачи, кексы, печенье, пирожное, торты, бисквиты, конфеты, фрукты и ягоды. Торты, пироги подают на стол нарезанными. Фрукты подают в вазах, а ягоды раскладывают по порционным тарелочкам, посыпав сахаром или украсив взбитыми сливками.

На стол можно подать наборы шоколадных конфет в коробках или поставить конфеты в вазочках. К чаю подают также мед, различные варенья, лимон. Не возбраняются и алкогольные напитки – коньяк, ликер, ром, слабоалкогольные коктейли и десертные напитки.

Накрывая чайный стол, не забудьте о том, что хорошее настроение гостей зависит не только от количества и качества угощения и изящной сервировки, но и от умения хозяйки создать особую атмосферу непринужденности и задушевности, издавна присущую русскому чаепитию.

Прежде чем приступить к завариванию чая детям напоминаются правила техники безопасности.

Стол накрыт, ребята садятся к столу.

Начинается чаепитие, на котором обсуждается, что нового дети узнали, что им больше всего понравилось.

1. Чаепитие.

**Технологическая карта приготовления чая.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Наименование продукта.* | *Количество продуктов.* | *Последовательность приготовления.* | *Посуда и инвентарь.* |
| Вода |  | Вскипятить воду. Обдать кипятком чайник для заваривания чая. | Чайник для кипячения воды. |
| Чай | 2-3 ч.ложки | Всыпать чай и залить кипятком на 1/3. Дать настояться 5-8 минут и долить чайник горячей водой доверху. | Чайник для заваривания чая. |
| Сахар. | По вкусу. | Добавить в чашку. | Чайная ложка. |

1. Подведение итогов занятия.

***Тема 4:*** «Хлеб – продукт особый. Хлебная запеканка с яблоками.»

*Цель занятия:*

* Воспитать уважительное отношение к хлебу.
* Показать историю зарождения хлеба.
* Подвести итоги конкурса рецептов

**Ход занятия:**

1. «Хлеб - всему голова»

*Загадка:*

Отгадать легко и быстро:

Мягкий, пышный и душистый,

Он и чёрный, он и белый,

А бывает подгорелый. (Хлеб)

Он каждый день на нашем столе. Без него не обходится ни завтрак, ни обед. Он сопровождает нас на протяжении всей нашей жизни. Он наш верный друг, имя которое мы произносим с любовью и теплотой. Его имя – это хлеб. Чем же объясняется высокое потребление хлеба в нашей стране, в частности в России? Прежде всего, надо иметь в виду, что русский национальный хлеб - это черный хлеб, т.е. хлеб из ржаной муки, дрожжевой, кислый. И это многое объясняет. Как показали новейшие биохимические исследования, такой хлеб хорошо усваивается, особенно если он приготовлен на закваске, а не просто на прессованных дрожжах. А именно так готовился русский национальный ржаной хлеб. Закваска - это часть старого теста, которое остается на дне и стенках посуды, в которой замешивается тесто. Она богата витаминами, ферментами и другими полезными для нашего организма веществами, которые еще более активизируются, попадая вместе с тестом в печь. Например, хрустящая корочка черного хлеба - это один из важнейших источников пополнения нашего организма витамином В1.

Хлеб это символ благополучия, достатка. Хлеб на столе - это богатство в доме. А часто ли мы задумываемся, когда берем хлеб в руки, сколько лет хлебу?

Ученые полагают, свыше 15 тысяч. Правда, они оговариваются, что хлеб в те давние времена мало чем напоминал нынешний. Это были плотные поджаренные куски зерновой массы.

В древнем Египте 5-6 тысяч лет назад произошло как бы второе рождение хлеба. Там научились разрыхлять тесто, способом брожения, используя чудодейственную силу микроскопических организмов – хлебопекарных дрожжей и молочнокислых бактерий. Искусство приготовления “кислого хлеба” от египтян перешло к грекам. Большим лакомством считался разрыхленный пшеничный хлеб и в Древнем Риме. Там появились довольно крупные пекарни, в которых мастера выпекали многие сорта хлеба.

На Руси владели секретом приготовления дрожжевого теста с незапамятных времен. Пекарни когда-то назывались избами. Но пекли хлеб практически в каждом доме. Лишь несколько веков назад возникла специализация хлебных дел мастеров. Появились хлебники, пирожники, пряничники, блинники, ситники, калачники. С ростом благосостояния населения страны доля потребления самого хлеба немного падает, но, тем не менее, это еще основной продукт на столе рабочего, крестьянина, на солдатском столе. Со временем возникает все больше блюд с использованием муки. (Предлагается детям назвать продукты питания в приготовлении которых используется мука)

Хлеб - не только основа русского национального стола, но и нечто большее. Он - символ народного благополучия. Именно поэтому с хлебом в России связаны обычаи, которые пережили многие столетия и в почти неизменном виде дошли до наших дней. С хлебом связано много обрядов. У восточных и западных славян было принято класть хлеб перед иконами, как бы свидетельствуя этим о своей верности Богу. Хлеб брали с собой, отправляясь свататься; с хлебом и солью встречали гостя, молодых по возвращении из церкви после венчания; везли хлеб вместе с приданым невесты. Хлеб часто использовали в качестве оберега: клали его в колыбель к новорожденному; брали с собой в дорогу, чтобы он охранял в пути. Буханка хлеба и каждый его кусок, особенно первый, или крошка воплощали собой долю человека; считалось, что от обращения с ними зависят его сила, здоровье и удача. Не разрешалось, чтобы один человек доедал хлеб за другим – заберешь его счастье и силу. Нельзя есть за спиной другого человека – тоже съешь его силу. Дашь во время еды хлеб со стола собакам – постигнет бедность.

Сколько же людей причастны к тому, чтобы хлеб появился на нашем столе?

(Можно предложить детям назвать профессии, которые имеют отношения к хлебу – пекарь, мельник, шофер, комбайнер, агроном, селекционер)

Святое дело – вырастить хлеб. Булки на деревьях и впрямь не растут… Сотворение каравая начинается далеко от пекарен, от выложенных белым кафелем цехов хлебозавода. В лабораториях ученых – селекционеров, на их опытных делянках, на полях, где поспевает рожь и пшеница, - здесь начало всех начал. Только потом зерно везут на мельницу, а оттуда, уже муку, на завод, - чтобы выпекли из нее румяные, ароматные, пышные буханки, батоны, калачи, булки – таким приходит хлеб на наш стол.

Из зернышка пшеницы можно получить около 20 миллиграммов муки первого сорта. Для выпечки одного батона требуется 10 тысяч зерен.

Помните: хлеб – это труд тракториста, который посеял зерно; хлеб-это труд комбайнера, который его убирал; хлеб-это труд хлебопека, который его выпекал с большой любовью . И забота о хлебе насущном всегда была и будет главной заботой людей. С древнейших времен к этому продукту относились по-особенному. Хлеб сравнивали с солнцем, самой жизнью, о нем говорили, как о живом существе, называли кормилец. Мы должны помнить о том длинном пути, который проделывает колосок от весеннего поля до нашего стола.

**Технологическая карта.**

**Хлебная запеканка с яблоками.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Наименование продукта.* | *Количество продуктов.* | *Последовательность приготовления.* | *Посуда и инвентарь.* |
| Яблоко  Сахар  Молотая корица | 2-3 шт.  75 г. ,  ½ ч ложки | У яблок удалить сердцевину, нарезать их тонкими ломтиками, посыпать сахаром и корицей. | Нож, чайная ложка |
| Чёрствый белый хлеб Яйца | 500 г.  2 шт. | У хлеба срезать корочку и нарезать его ломтиками. Обмакивая ломтики во взбитые яйца, выложить ровным слоем на смазанную маслом сковороду.  Поверх хлеба выложить приготовленные яблоки, закрыть их ещё одним слоем ломтиков хлеба, одна сторона которых смочена в яйце, а другая оставлена сухой.  Залить блюдо остатками взбитого яйца, посыпать сахаром и запекать в духовке в течение 10-12 мин. | Нож, миска, венчик, сковорода. |
| Сливочное масло | 50 г. | Перед подачей на стол запеканку полить растопленным сливочным маслом. |  |

1. Дегустация.
2. Подведение итогов конкурса рецептов
3. Оформление сборника.