**Внеклассное мероприятие**

***«В старину едали деды»***

Учитель – Загудалова Т.В.

Класс - 8

Цель:

* приучать учащихся к здоровому образу жизни
* познакомить с традиционными блюдами русской кухни, с обычаем русского хлебосольства
* показать щедрость, гостеприимство, доброту русской души

Оформление:

1. На доске  ***«Если хочешь быть здоров – закаляйся! Если хочешь умным, сильным и красивым быть, своим здоровьем занимайся!»***
2. На столах угощения, самовар с бубликами.
3. На стульях красивые платки узорные.
4. На стенде рисунок печки.

Ход мероприятия.

*На фоне русской народной песни «Коробейники» идёт повествование.*

**Учитель:** Дорогие ребята! Речь сегодня пойдет о русской старине, о том, как жили-не-тужили наши деды. Как берегли своё здоровье. Старое уходит, но его нужно знать и беречь. Неужели в наши дни никто не хочет иметь стол, простой и разнообразный, здоровый и полезный.

Русская старина вся пронизана добротой, а это очень важно в наши дни. Хлеб да соль зовут к миру, к теплу домашнего очага.

Но не ушло ли то старое, доброе, что велось веками? Скажем, в иной деревушке и сегодня можно отведать кислых щей, сваренных в русской печке, на Масленицу угоститься блинами, отведать русского кваса, капусту с луком в Великий пост.

Да, из того что и сегодня растет, бегает и порхает, наши прадеды умели готовить нечто необыкновенное.

Даже А.С.Пушкин, по свидетельству современников, изысканным заморским яствам предпочитал еду простую, деревенскую: блины на Масленицу, куличи к Пасхе, тушёный гусь с яблоками на Рождество. Любил поэт ботвинью (холодное кушанье из кваса с отварной свекольной ботвой, луком и рыбой), русские щи, бифштекс с жареным картофелем.

В «Книге опытной русской хозяйки», изданной полтора века назад, сказано: «Не порицая ни немецкой, ни французской кухни, мы думаем, что нам во всех отношениях здоровее и полезнее всё наше родное, русское, то, что мы привыкли, что извлечено опытом, передано от отцов детям. Ведь это определяется местностью, климатом и образом жизни. Вкусное, аппетитное укрепляет человека не только как хлеб насущный, но и как лекарство, как лучшее средство укрепления здоровья. В каждом доме должна быть кулинария отечества, кулинария родного края, кулинария своего рода и своей семьи.

**Кудрявцева Алина:**

Есть в природе нашего народа

Вечные, особые черты –

Не берут ни годы, ни невзгоды,

Ни капризы ветреные моды,

От души они, от доброты.

Гость, войди, традиций не нарушим.

С ним чайку всегда попьём.

Всем известно русское радушье:

Хлебосольство и открытый дом!

**Учитель:**  Главное в русском доме – это ПЕЧЬ. Затрещит мороз, завоет ветер в трубе, а на печи тепло и уютно. А знаете ли вы, что русская печь существует уже около четырех тысячелетий? Причина её долговечности - в универсальности. Она отапливает жильё. В ней приготавливается пища, выпекается хлеб, варится квас, сушатся продукты и одежда, в ней даже мылись.

Русская печь - это и посуда особой формы: горшки да чугуны. Дело в том, что посуда в русской печи нагревалась с боков, поэтому она должна была иметь большую боковую поверхность. Её удобнее доставать рогачом или ухватом.

Приготовленные в русской печи кушанья отличаются особым вкусом и ароматом.

Но с 18 века русская печь постепенно начала уступать место огненной плите, а горшок – наплитной посуде. Тем не менее, во многих местах она сохранилась до наших дней. В д.Устье у семьи Кожевиных такая печка существует до сих пор, на ней спит бабушка ( она ещё и с лежанкой)

А какие угощения дарит нам печь! Каша, щи, пироги самые румяные!

Вот и мы собрались у нашей печки блинов покушать, старинные песни послушать, умение своё показать.

**Чупрова Ольга:**

Рады видеть Вас у печки,

Без неё и дом пустой,

В ней и жарить, в ней и парить!

И зимой в ней, как весной!

В старину так говорили:

«Печь нам мать родная всем,

На печи всё красно лето,

У печи и сплю и ем!»

*Под звуки песен «Семеновна», «У самовара» ребята делятся семейными рецептами любимых блюд.*

**Учитель:** А ещё так говорили: «Всё, что в печи, на стол Мечи» Про хлеб говорили : «Хлеб – всему голова»

**Вокуева Валентина:**

Славится он первым на селе,

Славится он первым на столе,

Ветер его холит, холят его степи.

Он лежит сейчас парной,

Ситный, белый и ржаной.

Выбирай, тебе – какой?

*В класс вносится хлеб домашней выпечки. Рассказ о выпечке хлеба по современным технологиям.*

Кудрявцева Алина, Чупрова Ольга и Калий Кирилл исполняют частушки.

На столе у нас пирог,

Пышки и ватрушки.

Так пропойте под чаёк

Чайные частушки

Самовар блестит, кипя,

Чай в нём пенится.

Погляди-ка на себя –

Ну и отраженьице.

Подавай мне чашку чая.

Ведь люблю я русский чай.

В чае я души не знаю,

Наливай горячий чай.

**Учитель:** В 1638 году состоялось первое чаепитие в России. Когда испробовали этот напиток, то оказалось: «Питьё доброе, и когда привыкнешь - гораздо вкусно»

В 1679 году появились в России самовары. О чае пошла молва, что он **усиливает дух, смягчает сердце, удаляет усталость, будит мысль, облегчает и освежает тело»**

По русской традиции чай - лучшее завершение праздничного обеда. К нему подают лимон, варенье, мёд, бублики, пряники.

Вот и мы приступим к чаепитию. А стол мы накрыли по русской традиции:

* Самовар,
* хлеб,
* бублики,
* лимон,
* мёд,
* чай завариваем на травах
* пьём из блюдец
* фарфоровые чашки с каёмочкой.

*Чаепитие сопровождается играми, загадками.*