**МБДОУ «Детский сад с.Чесноковка»**

**Конспект занятия**

**с детьми старшего дошкольного возраста**

**в рамках реализации программы**

**«Разговор о правильном питании» (приобщение детей**

**к народным традициям через знакомство**

**с национальной кухней)**

**Тема: ««Кто гостей не любит звать,**

**тому радости не знать» -**

**« Кунакны яратмаган, шатлык һич белмәс»**

**(татарская пословица)**

**Цель:** Формирование у детей представления о культуре, традициях татарского народа через знакомство с национальной кухней.

**Программные задачи:**

**Познавательное развитие:**Формировать у детей представления о традициях, культуре, национальных блюдах татарского народа. Продолжать закреплять представления о здоровом питании;

**Речевое развитие: •** Познакомить с названиями различных блюд национальной кухни, обогащать словарный запас детей. Расширять знания детей о татарских пословицах о гостеприимстве, о пользе чая. **Художественно-эстетическое развитие:**  Формировать умение передавать форму знакомых предметов, их пропорции, используя усвоенные ранее приемы лепки; вызывать положительный эмоциональный отклик на красоту татарских народных танцев, музыки, одежды.

**Физическое развитие:**Знакомить с народными татарскими играми.

**Социально-коммуникативное развитие:** Вызвать у детей интерес к знакомству с традициями татарского народа. Воспитывать навыки культуры общения: доброжелательность, гостеприимство, вежливость. Сформировать у детей умение применять полученные знания, представления о татарском народе в самостоятельной деятельности (продуктивной, игровой).

**Интеграция образовательных областей**: Познавательное развитие, Речевое развитие, Художествено - эстетическое развитие, Социально – коммуникативное развитие, Физическое развитие.

**Предварительная работа:**

1. Беседы по теме.
2. Рассматривание иллюстрации.
3. Сбор наглядного материала (быт, костюмы, праздники)
4. Разучивание игр народов, пословиц.
5. Разучивание татарского танца «Тикмач кису» (Катаем лапшу).

**Оборудование:**стол, накрытый скатертью, самовар, посуда, предметы обихода, утварь, помогающие воссоздать интерьер татарской избы; изделия татарской народной кухни, татарский рушник, чак-чак (по народному татарскому рецепту), полотенце, мыло, ковш с водой; ИКТ; соленое тесто, доски для лепки, стеки, скалки ( на каждого ребенка).

**Место проведения:** музыкальный зал

**Ход НОД:**

*Дети одеты в русские и татарские народные костюмы.*

**1.Организационный момент.**

**Игровое упражнение «Здравствуйте!»**

Здравствуйте, ладошки! (вытягивают руки, показывают ладошками

вверх)

Хлоп-хлоп-хлоп! (3 хлопка)

Здравствуйте, ножки! (пружинка)

Топ-топ-топ! (топают ногами)

Здравствуйте, щёчки! (гладят ладонями щёчки)

Плюх-плюх-плюх! (3 раза хлопают по щёчкам)

Здравствуйте, губки! (качают головой вправо-влево)

Чмок-чмок-чмок! (3 раза чмокают губами)

Здравствуй, мой носик! (гладят нос ладонью)

Бип-бип-бип! (нажимают на нос указательным пальцем)

Здравствуйте, гости! (разводят руками в стороны)

Привет! (машут рукой).

**Вос-ль.** Ну вот, со всеми мы поздоровались.

**Воспитатель :** Дорогие ребята, как вам известно, в нашей стране проживает множество различных национальностей. У каждого народа своя культура, свои обычаи, традиции. И это очень хорошо, что мы все такие разные. Насколько интереснее становится наша жизнь, когда мы знакомимся и узнаем так много нового и полезного для себя.

**Ребенок:** Живут в России разные народы с давних пор.  
                           Одним – тайга по нраву, другим – степной простор.  
**Ребенок:** У каждого народа язык свой и наряд.  
                           Один - черкеску носит, другой надел халат.  
**Ребенок:** Один – рыбак с рожденья, другой – оленевод.  
                           Один кумыс готовит, другой – готовит мёд.  
**Ребенок:**  Одним милее осень, другим милей весна.  
                          А Родина Россия у нас у всех – одна.

**Постановка проблемной ситуации**

**Воспитатель:** А что же отличает один народ от другого?

**Дети:** Язык, одежда, кухня, обычаи, традиции.

**Воспитатель:** Молодцы. Вы правильно сказали.

Сегодня мы познакомимся с малой частью культуры татарского народа. Обычай встречать и принимать гостей свойственен людям любой национальности. О гостеприимстве татарского народа слагают легенды.

Ребята, сегодня у нас необычный день. Я хочу пригласить вас в гости Альфия-апа (бабушке). Вы не против?

**Дети:** Нет.

**2. Основная часть.**

**Воспитатель:**  Татары издавна очень внимательны, заботливы и вежливы по отношению к гостям. Стараются накрыть со вкусом стол, обильно угостить различными блюдами*.*Гостей было принято не только угощать, но и одаривать подарками. По обычаю и гость отвечал тем же.

Давайте мы с вами соберем подарки для Альфии-апы.

**Ребенок:**Я возьму полотенце вышитое.

**Ребенок:**Я - мыло душистое.

**Ребенок:**А я платочек расписной.

*Тихо звучит спокойная татарская мелодия.*

*Дети подходят к дому, выходит воспитатель в татарской одежде с внуками и с чак-чаком на рушнике.*

**Хозяйка**: Исенмесез балалар! (Здравствуйте, дети!)

**Дети :** Исенмесез! (Здравствуйте!)

(*заходят, вручают угощение, жмут руки, моют руки, вытираются о полотенце).*

**Хозяйка:**Гости - это хорошо.  «Кто гостей не любить звать, тому радости не знать”- в моем селе так говорят. Если хочешь, чтобы тебя почитали, будь хлебосолен, приветлив, щедр. От этого добра твоего не убудет, а возможно, его станет больше.

**Ребенок в татарском костюме:**"Если нет угощения, приласкай гостя словом"

**Ребенок в татарском костюме:**«Негостеприимный человек – неполноценный»

**Ребенок в татарском костюме:** "Если угощают, пей даже воду", — учат татарские народные пословицы.

*(Дети рассаживаются вокруг стола)*

**Хозяйка:** Хочу вас познакомить с татарской кухней.

Посмотрите на стол, перед вами национальные блюда. Наш народ бережно хранит секреты национальных блюд, передавая их из поколения в поколение. Первостепенное значение в татарской кухне имеют жидкие горячие блюда - супы и бульоны. В зависимости от бульона *(шулпа),* на котором они приготовлены, супы можно разделить на мясные, молочные и постные, вегетарианские, а по тем продуктам, которыми они заправляются, на мучные, крупяные, овощные.

## А вы любите супы?

**Дети:** Да. Очень!

**Ребенок:** Каждый ребенок обязательно должен кушать домашние супчики. Суп служит источником энергии и в нем больше питательных веществ, необходимых для нормального развития ребенка.

**Земфира:** Во время приема гостей, суп - лапша на мясном бульоне до сих пор остается обязательным блюдом. ***(токмач).***



***Девочки исполнят татарский танец «Тикмач кису».***

******

**Хозяйка:**На второе подают отваренное в бульоне мясо или курицу, порезанные крупными кусками и отварной картофель.



**Хозяйка:**В татарской кухне часто готовят всевозможные каши - пшенная, гречневая, овсяная, рисовая, гороховая… ***Слайд.***

**Д/игра «Каша из чего, какая?»**

*Каша из овсянки – овсяная,*

*Каша из гречки – гречневая,*

*Каша из риса – рисовая,*

*Каша из пшена – пшенная,*

*Каша из перловки – перловая.*

**Хозяйка:** К известным и древним татарским блюдам с несладкой начинкой относятся: кыстыбыи - пресное тесто с начинкой из картофельного пюре или пшенной каши и бэлиши. Фирменной традиционной выпечкой в татарской кухне считаются: эчпочмаки - пирожки в виде треугольника с начинкой из лука, мясного фарша, картофеля.



**Хозяйка:** Каждый человек хочет быть здоровым. Здоровье – это богатство, которое нельзя купить за деньги или получить в подарок. Люди укрепляют или разрушают то, что дано природой. Важную роль в сохранении и укреплении здоровья играет правильное питание. А для правильного питания нужны … полезные продукты, в которых содержатся питательные вещества.  Какие полезные продукты?

**Дети:** Молоко, овощи, фрукты.

**Ребенок:** Овощи в татарской кухне служат основой для разнообразных начинок и ароматных приправ к пище, прежде всего для пирогов, первых и вторых блюд. ***Слайд.***

**Ребенок:** Из цельного молока делают кислые напитки: катык, айран; корт - сушеный творог; эремчек - вид творога; каймак, масло***. Слайд.***

**Хозяйка:** Татарские хозяйки любят печь изделия из сдобного и сладкого теста: кош теле, баурсак (чак-чак), губадия. ***Слайд.***

Хотите, я вам расскажу татарскую сказку про чак-чак? А вы поиграйте с нами. *(дети встают).*

***Игра с движеньями.***

Жили-были дед да баба

На полянке у реки. (*руки на поясе, приседания с поворотом)*

И любили дед и баба

С медом вкусный чак-чак*. (гладят живот)*

Баба тесто замесила

И чак-чак она слепила, *(месят тесто руками)*

В масло его положила

И вот так оставила.*(показывают ладошки)*

Вышел он румян, пригож

И на солнышко похож. *(гладят щечки)*

Он хотел погулять,

От деда с бабой убежать, (*бегут на месте)*

По дорожке покатился,

Да рассыпался…*(разводят руки в стороны)*

Ой, ребята, рассыпался чак-чак на маленькие кусочки! Давайте поможем деду и бабе, соберем чак-чак?

***Проводится игра:****Дети под музыку выкладывают чак-чак из шариков в разных формах: бабочка, цветок, горка и т.п.)*

**Хозяйка:** Рано вошел в быт татар чай, большими любителями которого они являются. Чай с печеными изделиями (***кабартма***, оладьи) порой заменяет завтрак. Пьют его крепким, горячим, часто разбавляя молоком. Чай у татар является одним из атрибутов гостеприимства. ***Слайд***.

**Хозяйка:**Дорогие гости, а теперь посмотрим что вы знаете о чае. Я буду говорить пословицы, а вы должны ее продолжить.

**-** Чай пьешь – здоровье бережешь

**-** Пей чай - беды не знай.

**-** С чаю лиха не бывает, а здоровья прибавляет.

**-** Чай не пьешь – где силу берешь?

**-** Чай усталость всю снимает, настроение поднимает.

**-** Чай пить - приятно жить.

Я вам отрою один секрет: по традициям татарского народа мужчины и женщины за стол садятся отдельно. В начале женщины накрывают на стол мужчинам (приносят еду, но сами не садятся за стол), после садятся за другой стол в другой комнате.

Порядок подачи блюд у татарского народа имеет определенный порядок.

Первым блюдом подается суп на бульоне из мяса. Все блюда сопровождаются разнообразными овощными салатами из огурцов и капусты, рыбные блюда, томаты, соления, рыбные блюда. Далее подается мясо с картошкой и чай с выпечкой.

**Хозяйка:** А вы гости, дорогие хотите научиться печь?

**Ответы детей.**

**Хозяйка:** Эчпечмаки? Кыстыбый?

Ну что, гости дорогие готовы?

Была бы охота, заладится любая работа.

*(На столах приготовлены образцы изделий из соленого теста татарской кухни для того, чтобы дети могли ближе и детальнее рассмотреть изделия.)*

**Хозяйка.**Проходите за столы, помощники мои.

*Дети садятся за столы.*

**Хозяйка**. В татарских семьях принято угощать гостя чаем.

Добрым  чаем  угощались,

 С мёдом, явно  без  конфет.

Как  и нынче, мы   общались –

 Без  общенья  жизни  нет.

За разговорами, все вместе за одним столом, принято, и пироги стряпать и пельмени лепить. Вот и мы с вами сейчас научимся лепить изделия татарской национальной выпечки из соленого теста. Для этого, что нам пригодится?

***(Ответы детей)***

*(На столах приготовлено соленое тесто для лепки, разделочные доски, стеки, салфетки, скалки )*

Педагог объясняет последовательность этапов работы.

Дети лепят понравившиеся им изделия национальной татарской кухни.

Индивидуальная помощь.

По окончании лепки дети выкладывают свои изделия на сервированные национальной посудой столы и рассматривают поделки друг друга, любуются разнообразием блюд.

**Хозяйка**. Всех друзей  мы  приглашаем

               Выпить  чай  из  самовара,





Знаете, ребята, что у татарского народа много различных интересных игр. В одну из них мы с вами поиграем.

*Дети берут по тарелочке с одним из татарских угощений и встают в круг. В середине ребенок (самовар).*

**Игра «Самовар»**

**Ход игры:** Под любую весёлую татарскую мелодию со словами дети идут по кругу. Как слова заканчиваются, «самовар» подходит к тому ребенку, напротив которого он остановился и отгадывает то блюдо, которое у него в руках.

*Все дети спрашивают*: «Поскорей отгадай, с чем пью чай?»

*Ребёнок – «Самовар» указывает рукой и называет национальный пирог или сладкое блюдо. Если отгадает правильно, дети танцуют в паре, если неверно, то выбирают ведущего. Играют 2 раза.*

*Слова произносятся сначала на татарском, потом на русском языке.*

Там, там, тамчы там,

Тамуынны яратам,

Там, там, тамчы там,

Тамуынны яратам.

Самовардан темле итеп,

Чэй эчэрге яратам.

С самовара льется чай

Самовару не мешай

Ох, с самовара льется чай

Ложку с медом мне подай

Дуем, дуем, чай мы пьем

Потом хором все споем….



**Хозяйка :** Молодцы**.**

**3. Заключительная часть.**

**Хозяйка :**Вам понравилось у меня? Ходите друг к другу в гости, будьте открытыми, приветливыми, дружелюбными. Ведь главное в гостях – не застолье, а радость общения с дорогими людьми.

Если очень захотеть взрослым всем и детям,

Можно жить и не болеть никогда на свете.

Мы хотим вам дать совет, как дожить до сотни лет.

Зарядкой заниматься, почаще улыбаться,

Конечно, закаляться, конфеты не жевать!

Полезную пищу кушать, маму с папой слушать,

А вместо телевизора на улице гулять!

Я надеюсь, что теперь вы будете стремиться к здоровому образу жизни. Давайте поблагодарим, друг друга и похлопаем. И по национальному обычаю получите гостинцы ( кыстыбый).

Давайте попрощаемся, вместе произнесем это слово. «Саубулыгыз», до следующей встречи!

**Дети:** Рахмет! Саубулыгыз!

**Список литературы:**

1. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Разговор о правильном питании./ Методическое пособие. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2006.
2. Коростелёв Н. От А до Я детям о здоровье. – М.: Медицина, 1987
3. Климович Ю. П. Учимся правильно питаться. – Волгоград: Учитель – 2007г.
4. Латышина Д.И. По берегам Идели. Татарский народ. Быт, культура, обычаи с древних времен. Издательство Москва, Центр гуманитарного образования,1995г.
5. «Татар халык ашлары». Ю.Ә. Әхмәтҗәнов Казань.Тат кн. изд-во,1985год
6. Интернет ресурсы.