

**14 Республиканская  
Научно – практическая  
конференция**

---

**«Первые шаги»  
Малая Академия Наук**

**МБОУ «Харбятская основная общеобразовательная  
школа им. В.Б. Саганова»**



**«Белая пицца -  
это  
здоровая пицца»**

**Секция «История родного края»**

**Автор: Галтаев Золто,  
ученик 3 класса**

**Научный руководитель:  
Галтаева Любовь Аркадьевна**

● *Целью моего исследования являются:*

- ❖ Узнать о роли молочных продуктов в жизни наших предков, в народной медицине на примере напитка курунга.
- ❖ Собрать информацию о полезных свойствах традиционной молочной продукции.



## Задачи:

- ❖ Собрать информацию у жителей села.
- ❖ Изучить литературу по данному вопросу.
- ❖ Сделать фотоснимки и презентацию.
- ❖ Обосновать выводы.

Эта тема актуальна, потому что рекламируемые в мире различного рода напитки, соки и лекарственные средства зачастую оказываются с химическими и с вредными добавками, и являются токсичными, имеют побочные действия.



А курунга имеет ряд преимуществ перед химическими препаратами, так как содержит микроорганизмы, положительно влияющие на здоровье человека, и способствует излечению без побочных эффектов.



У многих кочевых народов и у бурят бытуют случаи ритуального использования молока.

- Самого почётного гостя встречали белой пищей.
- При отправлении в дорогу вслед брызгали молоком, чтобы путь его был чистым.



- ✓ При проведении *Сурхарбана*, при чествовании победителей в стрельбе из лука, в борьбе, на скачках – везде присутствует молоко как самый священный продукт.
- ✓ Кропили молоком шерсть при валянии войлока.
- ✓ Белой пищей угощали духов местности *обоо тахихадаа*.



При встрече Нового года  
по лунному календарю,  
Белого месяца – *Сагаалган*  
готовят «белую пищу»  
*сагаан эдээ*,  
широко используя  
молочную продукцию.



- При возведении дома или новой юрты брызгали молоко.
- При возведении коновязи *сэргэ* место установки окропляли молоком.

- При всех свадебных обрядах – встрече невесты, зажжении очага в доме молодых.
- Белое молоко ежедневно подносили духам в жилище и за его пределами.



Основой долголетия и здоровья жителей Байкальского региона был правильный уклад жизни и питание.

В рационе питания бурят большое значение имели молоко и молочные продукты.





Каждая женщина -  
бурятка имела свои  
рецепты  
приготовления  
молочных блюд и  
заготавливала на  
зиму масло,  
которое получали  
посредством  
пахтанья молока.

Свежее сдоенное молоко сливали в посуду с закваской, а дня через два скисшее молоко ЭЭДМЭГ, тараг сбивали в деревянной маслобойке бэлэмүүр.

Полученное масло хорошо промывали в холодной воде и употребляли в пищу или оставляли для хранения.

После снятия масла оставался обезжиренный вкусный и питательный напиток – хүрэнгэ





**Из беседы с  
прабабушкой  
Галтаевой  
Хандой  
Самбуевной,  
которой 99 лет,**





**И с бабушкой  
Малановой  
Нелли  
Бадмажаповной**

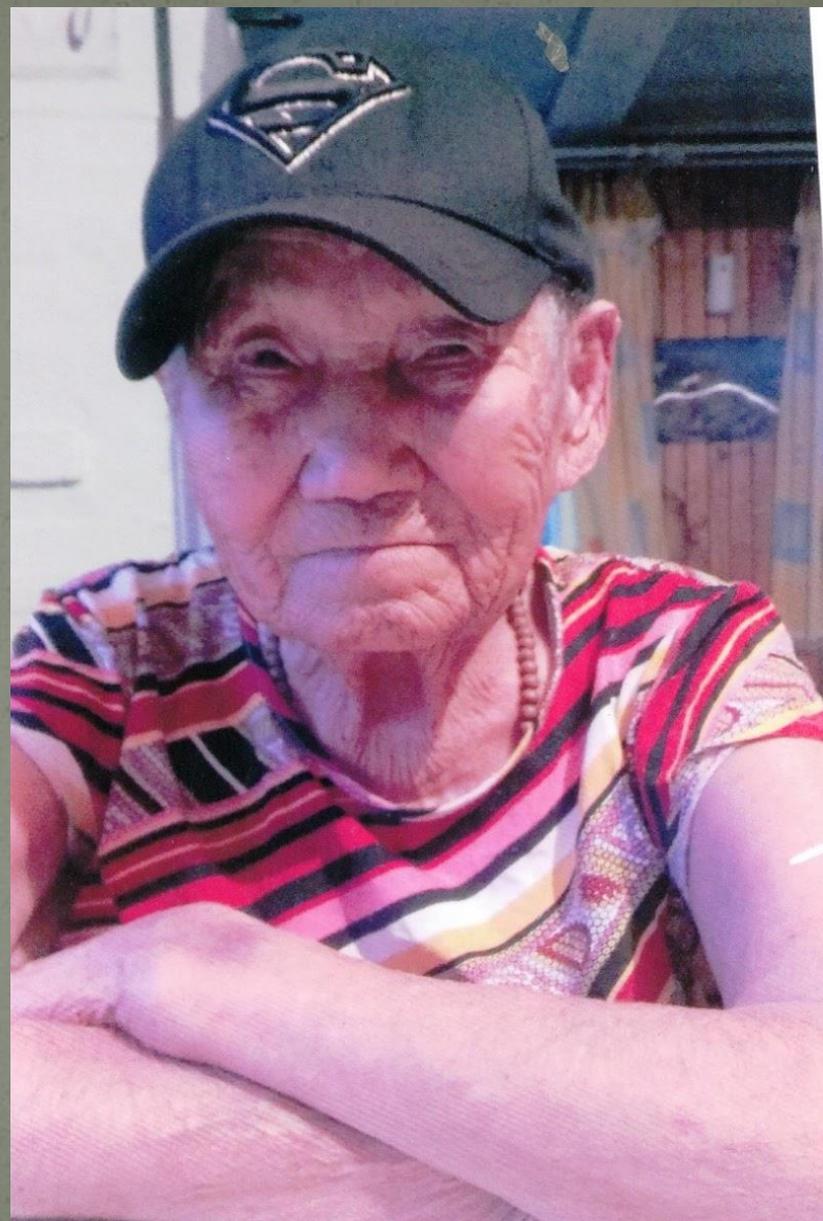
**я установил, что курунгу  
по праву можно назвать  
любимым напитком  
жителей Харбят  
и всех, тех, кто занят  
домашним хозяйством  
и разведением  
крупного рогатого скота**



**Бабушки рассказали,  
что благодаря этому  
молочному продукту  
сохраняются  
в хорошем состоянии  
желудочно-кишечный  
тракт,  
органы дыхания,  
зубы.**

**Может  
и поэтому моей  
прабабушке  
99 лет!**

**Она и сейчас  
очень любит  
пить молоко  
и особенно  
курунгу.**



Я решил изучить литературу по этому вопросу. Из разных источников я узнал, что курунголечение может стать основным методом восстановления здоровья при самых различных заболеваниях.

Ежедневный приём стакана курунги надёжно подавляет гнилостные процессы в кишечнике и восстанавливает работу микрофлоры.

Уменьшает камнеобразование в желчном пузыре, почках.

Восстанавливает все виды обмена веществ в организме человека. Снижает нагрузку на поджелудочную железу, печень, почки в 10 раз!!!



Из статей ученого, врача  
Петра Аюшеевича Шаблина  
я узнал, что «ежедневный прием  
курунги восстанавливает способность

внутренней микрофлоры контролировать ген  
болезнетворности патогенных микроорганизмов,  
что обеспечивает человеку достаточно надежную  
профилактическую защиту в период всевозможных  
эпидемий гриппа, гепатита, дизентерии».

Выяснилось, что курунга имеет возможность при  
различных заболеваниях оказать чудодейственную  
силу.

**Изучив литературу и побеседовав с информантами,  
я пришёл к выводам:**

- Белая пища занимала и занимает большое место в питании жителей нашего района.**
- Белая пища – это здоровая пища, благодаря которой наши предки сохранили здоровье.**
- Изготовление курунги и в наши дни сохранилось.**
- В Харбяхтах курунга делается почти в каждом доме.**
- Аарсу и молочную водку готовят редко к Сагаалгану.**
- Курунга – напиток будущего, так как она имеет ряд полезных свойств в лечении болезней желудка, кишечника, легких, кожных заболеваний.**
- У бурят сохранилось трепетное и уважительное отношение к белой пище.**

## **Информанты:**

**1. Галтаева Ханда Самбуевна,  
1922 г.р. жительница с.Харбятты.**

**2. Маланова Нелли  
Бадмажаповна, 1962г.р.  
жительница с. Харбятты.**

# Литература:

- 1. Бабуева В.Д. «Материальная и духовная культура бурят». /Улан – Удэ,2004/
- 2. Юбухаев Ж.Д. Статья «Буряад заншалнууд. Сагаан эдээнэй эм шанар тухай»  
/Мундарга. 2002.12 окт. С.5/
- 3. Шаблин П.А. Статья «Сделаем для себя важные открытия».  
/Буряад үнэн. 2004. №29. 19 февр. С. 20-21/



**Районной  
Научно - Практической  
Конференции  
учащихся начальных  
классов  
«Первые шаги»,  
посвященной 100-  
летию системы  
Дополнительного  
Образования,  
Программа  
«Умные каникулы»**





**Дипломант  
3 степени  
в номинации  
«История родного края»  
14 Республиканской  
Научно - Практической  
Конференции  
учащихся  
начальных классов  
«Первые шаги»,  
МАН  
Улан-Удэ ноябрь 2018г.**

**Спасибо  
за внимание!**