

**МБОУ Подозерская СШ**

# Чудо-элексир



**На проекте работали  
учащиеся 2 класса.  
Руководитель Щавелева О.А.**

**Чай горячий, ароматный  
И на вкус всегда приятный.**

**От недуг он исцеляет  
И усталость прогоняет.**

**Силы новые дает  
И друзей за стол зовет.  
С благодарностью весь мир  
Славит чудо-эликсир!**



## ПАСПОРТ ПРОЕКТА

Тема проекта	Традиции чаепития на Руси и в других странах.
Цель проекта	Формировать интерес к историческому прошлому, народным традициям чаепития, целебным свойствам чая.
Задачи проекта	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> ознакомление учащихся с историей происхождения чая;</li><li><input type="checkbox"/> формирование знаний обычаев и народных традиций через этнографическую направленность чаепития разных народов мира;</li><li><input type="checkbox"/> привитие потребности в здоровом образе жизни, правильном питании;</li><li><input type="checkbox"/> формирование культуры чаепития и гостеприимства.</li></ul>
Основополагающий вопрос	Каковы традиции чаепития на Руси?
Этапы реализации проекта	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Подготовительный: определение темы проекта; формирование рабочих групп, распределение работы по группам; посещение детской библиотеки .</li><li>2. Содержательный этап: что обозначает слово «чай»? как чай появился в России? какова история русского самовара? как готовят чайный напиток в России и в других странах? чем полезен чай? какие существуют традиции чаепития в разных странах? как правильно организовать чаепитие?</li><li>3. Завершающий этап: работа по созданию презентации; оформление выставочного стола в стиле русского чаепития; рефлексия.</li></ol>
Работа в группах	1 гр. – Историки; 2 гр. – Исследователи; 3 гр. – Технологи; 4 гр. – Медики; 5 гр. – Культурологи.

ИСТОРИЯ ЧАЯ

РУССКИЙ САМОВАР

ЧАЕПИТИЕ В  
ДРУГИХ  
СТРАНАХ

РАЗНООБРАЗИЕ ЧАЯ

ТИТЕСТЕР

ПОЛЬЗА ЧАЯ





# ТИТЕСТЕР

**Титестер** – это человек, посвятивший свою жизнь определению качеств чая. Чтобы стать титестером, необходимо иметь **природный талант**, как, например, талант певца или художника. Только встречается такой талант очень редко. Поэтому чайные фирмы платят огромные деньги талантливым титестерам.

**Эта профессия требует больших жертв.** Титестер не должен курить, употреблять спиртные напитки, обязан отказываться от употребления пищи с сильным ароматом: копченостей, солений и даже сладостей. Титестер не имеет права пользоваться духами, ароматизированной зубной пастой, душистым туалетным мылом. Руки он моет только специальным чайным мылом. **Титестер обязан беречь свое здоровье,** так как даже обычный насморк лишает его возможности работать, а чайная компания несет большие убытки.



# ПОЛЬЗА ЧАЯ

Мы хотим открыть секрет  
И полезный дать совет:  
Если хворь с кем приключится,  
Чаем можете лечиться.  
Чай всех снадобий полезней,  
Помогает от болезней.



Чай в жару нас освежает,  
А в морозы согревает.  
И сонливость переборет,  
И с усталостью поспорит,  
Сокрушит любой недуг,  
Чай – здоровью лучший друг!



**Чай может принести организму большую пользу, потому что в нем содержится много витаминов, полезных для здоровья. Вот только основные:**

**Витамин В<sub>1</sub>** - очень полезен для нервной системы.

**Витамин В<sub>2</sub>** - делает нашу кожу нежной и красивой.

**Витамин С** – помогает организму бороться с простудой. Кстати, в зеленом чае витамина С в 10 раз больше, чем в черном.

**Витамин Р** – укрепляет стенки кровеносных сосудов.

**Витамин А** – очень полезен для зрения.

# С давних пор чай используют как лечебное средство.



Горсть шиповника возьмем  
И водичкою зальем.  
Вскипятим, потом пропарим  
И лимончика добавим.  
Нет ангины, свежесть есть!  
Благодарность нам и честь!



Мы чай лечебный заварили:  
Клюкву с мятой положили,  
Земляникой подбодрили.  
Ароматным стал наш чай.  
Быстро в кружки наливай!



Положить 2 чайные ложки малинового варенья в стакан горячей кипяченной воды. Размешать.



Положить 1 столовую ложку цветков липы на 1 стакан кипятка. Настоять 15 минут. Добавить 1 чайную ложку меда. Пить теплым.



# ИСТОРИЯ ЧАЯ

Родиной чайного растения считают Китай. Существует много легенд об открытии чайного напитка. Вот одна из них. Однажды пастух присел отдохнуть под кустом. В его чашку с горячей водой упал листок. Пастуху очень понравился получившийся настой. Он был приятен на вкус и к тому же бодрил.

Китайцы подарили миру не только чайный напиток, но и само название. «Ча» в переводе на русский язык обозначает «молодой листочек».



Позже китайцы стали выращивать чайные кусты на чайных плантациях. Чайное растение:

- может расти на каменистых почвах;
- выносит жару и мороз  $-20^{\circ}$ ;
- живет более 100 лет (но хороший чай с него можно получать 60-80 лет;
- любит влагу и тень (рядом сажают деревья-затемнители).



Чай появился на Руси во времена царствования царя Алексея Михайловича. Придворный лекарь вылечил государя настоем чая от болезни желудка. С этого момента русские поверили в целебные свойства чая и начали регулярно закупать его в Китае.



Чай из Китая в Россию доставлялся караванами: на верблюдах, арбах, телегах, его переплавляли на паромах. Путь чая занимал около года.

Чай был очень дорогим.  
Поэтому его пили только  
бояре да дворяне при царском  
дворе.



Бедные крестьяне  
пили настои из трав:  
мяты, душицы, ягод  
земляники, цветков  
липы.



# РУССКИЙ САМОВАР



**О. Карелин**

Он во главе стола - большой  
начальник:

Зеркально блещут медные бока,  
На голове - пытит с заваркой  
чайник,

Внутри - воды кипящая река.

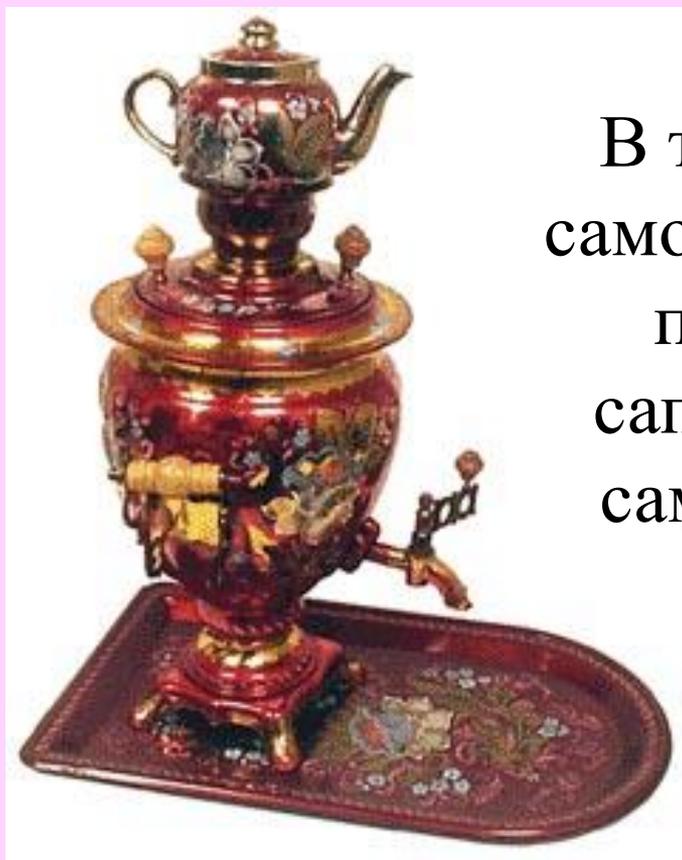
Случайно не задень его руками:

В его стальной утробе - жгучий жар!

Гостей приветит чаем с пирогами

Семьи поилец - русский самовар.

Первые самовары появились около 250 лет назад. Самые знаменитые на Руси – Тульские самовары, сделанные на фабрике в городе Туле. Немцы называли самовар «русской чайной машиной».



В трубу, которая находится внутри самовара, засыпали сосновые шишки, поджигали их, раздували огонь сапогом, и вода закипала. Сверху у самовара имеется приспособление для заварочного чайника.

С появлением самовара родился добрый  
обычай: собираться за столом с кипящим  
самоваром всей семьей.





Самовар был недешев (стоил примерно как корова). Но он все равно стал неизменным атрибутом каждого русского дома. В богатых домах заводили аж по два самовара — один на каждый день, другой — для праздников и гостей.



# ЧАЕПИТИЕ В ДРУГИХ СТРАНАХ

Чай в **Англии** – больше, чем чай. Традиции его питья соблюдают и королева, и простые британцы. Англичане пьют чай не меньше 6–7 раз в день. Чай с молоком уже давно стал национальным напитком британцев. Они добавляют чай в горячее молоко, а не наоборот. Широко известна английская чайная церемония «five o'clock».

В Англии принято пить чай в 17 часов.

На чаепитие приглашают друзей и родственников. К столу подают кексы, сухое печенье, мармелад.



Чай в **Китае** – это "огонь жизни" и "самое мудрое из всех растений". Для китайца предложить гостю чай - это первый знак дружеского отношения. С чашки чая начинаются не только приятельские беседы, но и деловые переговоры. И, разумеется, напиток должен быть только что приготовленным. На этот счет есть пословица: "Свежезаваренный чай – бальзам, чай, оставленный на ночь, - змея".





В Китае существует чайная церемония, которая проводится в специальном чайном домике. Существует множество различных чайных приборов, каждый из которых имеет свое значение.

# Правила китайской чайной церемонии

1



2



3



4



1. Чайные предметы.

2. Кипятим воду. Она должна быть мягкой, в идеале - родниковой. Снять с огня воду нужно, когда на поверхности появляются и лопаются большие пузыри.

3. Знакомимся с чаем. Предназначенный для заварки чай насыпается в чайную коробочку. Делаем вдох, наслаждаемся ароматом...

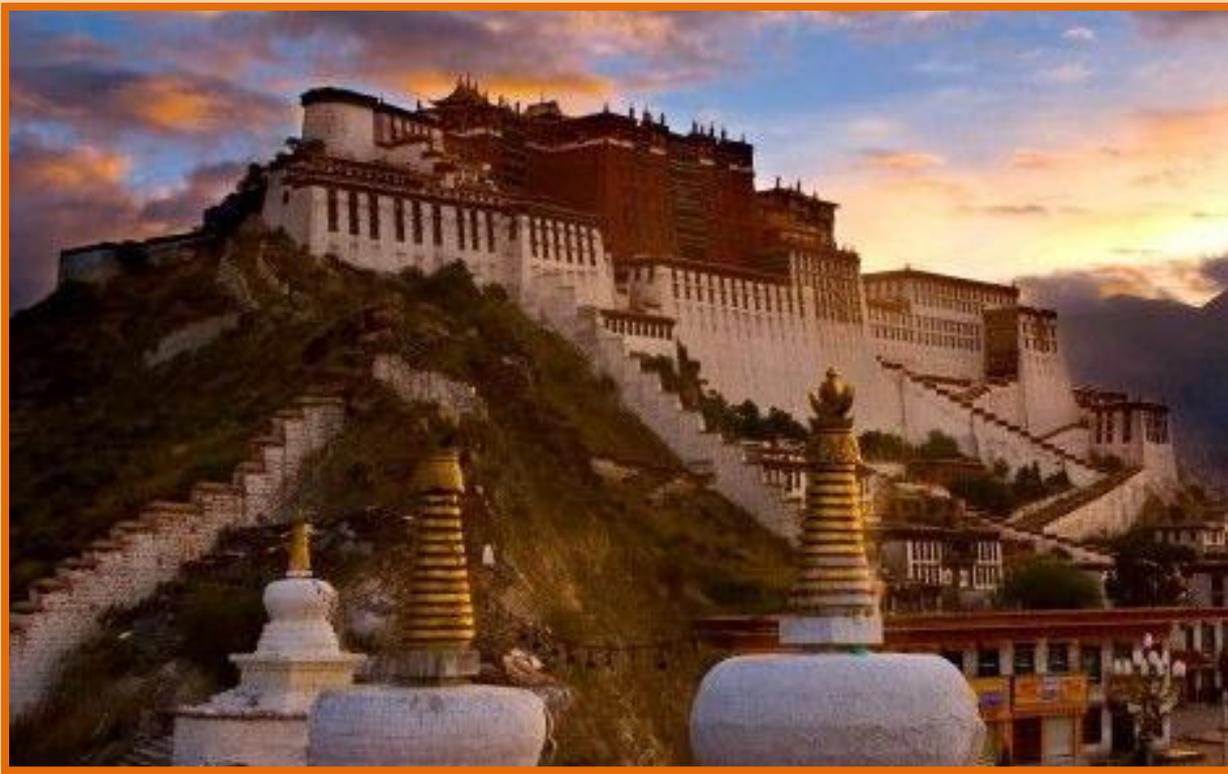
4. Подогреваем заварочный чайник, наполняем его сухим чаем, заливаем кипятком.



В **Японии** наиболее часто пьют зеленый чай. У некоторых семей есть специальные домики для проведения таких церемоний. Обстановка в них очень скромная: на стене картина, букет из сухих цветов, на полу – циновки. Для приготовления чая женщины растирают листовый чай в порошок. Это сопровождается плавными танцевальными движениями.



Вся чайная церемония проходит в тишине и молчании. Наслаждаясь вкусом и ароматом чая, каждый думает о своих проблемах, пытается найти их решение.



На **Тибете** чай появился около 1500 лет назад. В китайских книгах говорится: «Тибетцы живут чаем. Не имея его, они страдают до такой степени, что могут заболеть». На Тибете употребляют чай как в жидком, так и в сухом виде.

Чайный напиток называется «часуйма». Готовится он так: взбивается горячий крепкий чай со сливочным маслом и солью. Этот напиток способен почти мгновенно придать силы уставшему человеку. Представляете себе чай, состоящий из такой смеси? Наверное, нет. А тибетцы его обожают.

**Чай любят все на свете,  
И взрослые, и дети.**



***А так ли  
это?***

**Мы провели социологический опрос людей разного  
возраста: до 30 лет, от 30 до 50 лет и старше 50 лет.  
Из каждой группы опросили по 10 человек.**



# Результаты опроса:

**Можно сделать вывод, что люди разных возрастов предпочитают чай другим напиткам. Здоровью это только на пользу. Недаром в русском языке есть пословица  
«Чай пьешь – здоровье бережешь!»**



# РАЗНООБРАЗИЕ ЧАЯ

Чай – напиток, пожалуй, известный во всем мире. Каждый день вы пьете чай хотя бы один раз в день. А знаете ли вы, сколько видов чая можно различить по цвету?

**Черный чай** – самый известный в нашей стране. Он имеет темный цвет настоя и терпкий вкус.

**Красный чай** – имеет темно-красный цвет настоя, приятный вкус и аромат. Пьют красный чай только без сахара и заваривать его можно несколько раз.

**Желтый чай** – изготавливают из молодых побегов и чайных почек. Он обладает тонким ароматом, приятным вкусом.

**Зеленый чай** – широко распространен после черного чая. Имеет своеобразный слегка терпкий вкус. Пьют этот чай без сахара. Зеленый чай хорошо утоляет жажду. Часто его ароматизируют жасмином и другими травами.

**Белый чай** – готовят из еще не распустившихся чайных почек. Он имеет тонкий вкус и нежный аромат. Это один из самых дорогих сортов чая.

Из такого множества сортов чая каждый может выбрать себе на свой вкус и цвет. Как говорится в русской пословице – **пей чай – беды не знай!**

