МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №57 г. УЛЬЯНОВСКА

**Тема: «От колоска до каравая»**

**Выполнил:**

**ученик 2Б класса**

**Пригоренко Данил**

**Научный руководитель:**

**Сайманова Л.А.**

**г. Ульяновск**

*Дороже и злата и соболя он – всем и всему голова.*

*У хлеба значенье особое: Державные держит права.*

*И так повелось это исстари! Изба пирогами красна.*

*Хлеб наиглавнейшая исповедь пред жизнью во все времена.*

**Актуальность проекта.**

Мы знаем, что человек - часть природы и он должен  беречь и  уважать  окружающий  мир. В связи с этим особенно важно воспитание любови к Родине, её традициям и обычаям, уважение к людям труда, любовь к природе родного края. К сожалению, иногда приходится наблюдать то, как равнодушно, а порой и пренебрежительно дети относятся к хлебу.

Дома, когда мама пекла из муки хлеб, я задумался, откуда берётся хлеб на нашем столе и решил провести исследование.

С помощью родителей, учителя и информации из интернета я решил проследить весь путь хлеба: от колоска до нашего стола.

**Гипотеза**: предположим, что хлеб, сделанный своими руками очень вкусный, питательный и витаминный. Такой хлеб должен быть в каждой семье.

**Мотив выбора темы:**

Однажды мы с учителем Людмилой Анатольевной прочитали стихотворение С.Михалкова «Булка»

Три паренька по переулку, играя, будто бы в футбол,

Туда - сюда гоняли булку, и забивали ею гол.

Шел мимо незнакомый дядя, остановился и вздохнул.

И на ребят почти не глядя, к той булке руку протянул.

«Ты кто такой? » – спросили дети, забыв на время про футбол.

«Я - пекарь»- человек ответил и с булкой медленно ушел.

Меня очень возмутил поступок мальчиков, которые пинали кусочек хлеба.

Мама и учителя всегда учили меня очень бережно относиться к хлебу, как к великой народной ценности и я решил рассказать своим одноклассникам о великом предназначении каравая, а также научиться самому печь хлеб.

**Цель работы**: приготовить каравай в домашних условиях.

**Задачи исследования:**

1.Найти информацию по данной теме.

2.Поставить практический эксперимент «Как из колоска приготовить каравай?»

3.Сравнить полученные практические и теоретические данные.

**Объект исследования:** каравай хлеба.

**Предмет исследования:** процесс превращения колоска в каравай.

**Методы исследования:**

-анализ источников информации,

-интервью, опрос общественного мнения.

-наблюдения,

-практическая работа,

-эксперимент.

**Ход исследования**

На уроке окружающего мира по теме «Растения нашего края» Людмила Анатольевна показала презентацию. На экране появилось пшеничное поле, и был задан вопрос, что на этом поле растёт и что держит в руках женщина. Ученики не смогли ответить на вопрос. Когда услышали, что это хлеб, были очень удивлены.

Поэтому у меня возникла необходимость реализовать проект «От колоска до каравая» и познакомить своих одноклассников с приключениями и превращениями пшеничного колоска, а также с теми профессиями, которые помогают хлебу попасть на наши с вами столы.

Далее я решил провести интервью среди учителей моей школы и задал следующие вопросы:

1.Как колосок превращается в каравай?

2. Люди каких профессий участвуют в приготовлении хлеба?

3.Вы умеете печь хлеб?

**1.1.Значение хлеба в нашей жизни.**

Хлеб – это главный пищевой продукт, дающий значительное количество энергии и необходимые организму питательные вещества.

Хлеб является привычным продуктом питания. В нём содержится от 40% до 45% углеводов, поступающих в организм в виде 1000-1100 кал в день. Достаточно потреблять 300-400 г хлеба в день при разнообразном и полноценном питании.

Люди предпочитают, есть хлеб из пшеницы, ведь она содержит клейковину, которая лучше задерживает пузырьки газа. В результате этого хлеб становится более пышным. Из данного продукта можно приготовить разнообразные блюда.

Каждому известен удивительный запах свежеиспечённого хлеба. Как оказалось, запах хлеба – один из самых богатых и сложных по составу. Хлеб получил во многих странах широкое распространение благодаря своей высокой питательности, отличным вкусовым свойствам, хорошей усвояемости и насыщаемости, лёгкости приготовления.

К слову о пользе хлеба: его потребление количеством 500 г в сутки покрывает потребность организма в белках примерно на 1/3 за счет синтеза белка, происходящего при сочетании белков хлеба с белками животных продуктов. В хлебе мало кальция и натрия, однако он богат фосфором, калием, магнием, серой. Белок в хлебе из пшеничной муки 1–го сорта усваивается на 85%, углеводы на 96%, что говорит о его высокой усвояемости. Из-за большего содержания удаляемых при сортовом помоле белков, витаминов и минеральных веществ, по химическому составу хлеб из муки грубого помола наиболее биологически полноценен. В таком хлебе больше отрубей, богатых клетчаткой, улучшающей пищеварение. Хотя биологическая полноценность ржаного хлеба выше, чем пшеничного, однако он хуже усваивается. Введение в хлеб белков с незаменимыми аминокислотами, внесением добавок, содержащих витамины и соли кальция повышает его пищевую ценность.

**1.2. Страницы истории**

Испокон веков хлеб был не простой едой. Он был мерилом не только общественного благосостояния, но и человеческой совести. Хлебом – солью встречали друзей. За хлеб бились с врагом насмерть. Хлебом, как именем матери, клялись. Хлеб был продуктом, вызывающим особое, можно сказать, святое чувство.

 «Хлеб» — слово греческого происхождения: для производства этого продукта древнегреческие пекари использовали специальные горшки – клибанос. Русское происхождение слова «хлеб» было связано с заимствованным именем Глеб, или глаголом «хлебать». Но в настоящее время эти предположения могут быть опровергнуты.

Хлеб всегда был, есть и будет одним из самых незаменимых продуктов в мире.

Кисловатый черный хлеб был на Руси основным видом хлеба, но помимо него также выпекали ситный (муку просеивали через сито) и белый из крупчатки. Простой же народ не мог позволить себе отведать «Боярского» хлеба даже на праздник. К пекарям относились с большим уважением и в некоторых странах их даже освобождали от налогов по причине того, что хлеб очень ценился, особенно в неурожайные годы. Согласно переписи 1638 года в Москве было 2367 ремесленников, из них: 52 хлебные пекари, 43 – пекли пряники, 7 – блины, 12 – пекли ситный хлеб. В то время было много пекарен, или так называемых «хлебных изб». На рубеже ХIX – XX веков крендели, бублики, баранки, калачи пользовались огромной популярностью в России: единственный  Государственный музей Хлеба, в котором представлено около 19000 экспонатов, посвященных хлебу, был открыт в Санкт-Петербурге в 1988 году.

**1.3. Польза хлеба**

Всемирная Организация Здравоохранения разработала схему «пирамида питания», помогающая каждому из нас составить правильный рацион.

В основании пирамиды находятся злаковые продукты: хлеб, макаронные изделия, зерновые продукты, рис или картофель, которые необходимо употреблять несколько раз в день.

За счет этих продуктов, согласно рекомендациям ВОЗ, должна покрываться свыше половины суточной калорийности. Именно в них содержится минимум жиров, много белков и пищевых волокон, а также микроэлементы (калий, кальций, магний), витамины С, В6, фолиевая кислота.

Поэтому в основе здорового питания в первую очередь необходимо рекомендовать употребление в пищу именно этих продуктов.

Хлеб, изготовленный из грубых сортов муки и включающий отруби или цельное зерно, в особенности полезен для здоровья человека, так как в нем содержатся пищевые волокна, которые способствуют правильной работе кишечника, удалению из организма вредных веществ, а соответственно, снижению калорийности.

**1.4. Профессии, участвующие в приготовлении хлеба.**

Тракторист, Шофёр, Комбайнер, Агроном**-** это люди, которые выращивают хлеб под общим названием Хлеборобы. В выращивании хлеба задействовано очень много людей с разной профессией и с одним направлением. А ещё мельник, пекарь… Представляете, сколько людей различных профессий участвует в приготовлении каравая?

Стихотворение Светланы Богдан очень хорошо просвещает о превращении колоска в каравай.

|  |  |
| --- | --- |
| 1.Вырос в поле колосок. Как же хлебом стать он смог? В колоске домов полно! В каждом  вызрело зерно. | 2.Вышли в поле трактора, Землю им пахать пора, Чтоб посеять рожь, пшеницу… Ведь на поле Хлеб родится! |
| 3.К севу всё уже готово! И кипит работа снова… В сеялки полным-полно Насыпается зерно. С ранней зорьки до темна В землю сеется оно! | 4.Поле солнцем залитое, Говорят, что золотое… Колоски росли, трудились, Светом солнечным налились, Силу взяли от Земли - Золотыми стать смогли! Дни промчались… Наступает Время сбора урожая… |
| 5.Дружно взялись все за дело И работа закипела! С ранней зорьки и до ночи Комбайна двигатель клокочет… | 6.Он колосья жнёт умело, Зерно ссыпает в грузовик! Как благородно это дело! И хлебороб к труду привык! |
| 7.Везут зерно на элеватор. А там трудяга-экскаватор… Перемешает он зерно, Чтобы проветрилось оно, Чтобы под солнцем просушилось, И лучше в зиму сохранилось. | 8.Лишь зерно проветрится – Его везут на мельницу. Ветер жернова вращает, В муку зёрна превращает… Вы готовьте лишь мешки – Хватит здесь для всех муки! |
| 9. Белый-белый порошок Насыпают нам в мешок. … Вот и есть у нас мука Из зерна пшеничного. | 10.Как белёшенька, мелка – Качества отличного! Как теперь нам дальше быть? Тесто из чего месить? |

**1.5. Технологический процесс производства хлеба.**

Хлеб — пищевой продукт, получаемый путём выпечки, паровой обработки или жарки теста, состоящего, как минимум, из муки и воды. В большинстве случаев добавляется соль, а также используется разрыхлитель, такой как дрожжи. Для приготовления хлеба употребляют пшеничную и ржаную муку, реже — кукурузную, ячменную и другие. Словом хлеб часто называют сельскохозяйственные культуры (пшеницу, рожь, ячмень и другие), а также само зерно этих культур и изготовляемую из него муку. В некоторые сорта хлеба также добавляют специи такие как зёрна тмина, орехи, изюм, чеснок, курагу и зёрнышки (семена кунжута, мака и другие). Зёрнышки также служат для украшения.

Хлеб можно есть отдельно, однако нередко его едят со сливочным, арахисовым или подсолнечным маслом, вареньем, джемом, желе, мармеладом, мёдом, что по сути является блюдом, носящим название бутерброд. Он может быть только выпеченным или впоследствии подрумянен (например, в тостере) и может подаваться практически без ограничений от комнатной температуры до горячего состояния.

**1.6. Мука и ее классификация.**

Мукой называется продукт, который получается после измельчения зерновых продуктов в порошок.  Этот продукт бывает разным, как по классификации, так и по сырью, из которого он готовится.

Помол, какой он бывает?

Любой продукт, в независимости от исходного сырья, получается различными способами. Вот и мука на выходе получается со своими особенными характеристиками. На сегодняшний день пищевая промышленность делит муку на такие виды:

1. Тонкий помол получается из зерна, предварительно очищенного от отрубей, оболочек и алейронового слоя. Пшеничная мука потом делиться на сорта и типы;
2. Средний помол сохраняет клетчатку с оболочкой зерновых культур;
3. Грубый помол (обойная мука) в своем составе содержит практически все те компоненты, имеющиеся в зерновой культуре, из которой делается данный продукт. Это самый полезный продукт для организма, ведь в ней содержаться витамины и минералы, а также и другие полезные вещества. Такая мука имеет вид измельченного зерна, которое не прошло просеивание. Грубее этого продукта бывают только изделия крупы.

Сорта муки.

 В современной кулинарии существует традиционная градация, которая разделяет пшеничный продукт на множество видов.

*Пшеничная мука*

Существует несколько сортов этого типа продукции: крупчатка, высший сорт, первый сорт, второй сорт,обойная мука.

*Ржаная мука*

В древности именно ржи принадлежало первенство, ведь эта культура была более распространенной и популярной в нашей стране, чем пшеница.

*Кукурузная мука*

Является одним из молодых видов, так как пришла она в Европу только после того, как была открыта Америка.

*Гречневая мука*

Наиболее популярной является, как диетический продукт.

*Мука из зародышей пшеницы*

Обладает очень полезными свойствами. Это уникальный продукт, если смотреть на его химический состав. Здесь очень большой витаминно-минеральный комплекс.

**1.7.Изготовление каравая.**

|  |  |
| --- | --- |
| 1.Что ж, начнём… Муку просеем. Горкой насыпаем. В серединку воду льём,  Маслом заправляем. А теперь немного соли - Лишь щепоточку, не боле… | 2.Яйцо добавим, сахар тоже, Тесту это всё поможет Пышным быть и очень вкусным. Поработаем искусно! |
| 3. А тем временем опару Мы для теста ставим: Дрожжи с молоком, мукой Взобьём и оставим. Постоит пускай в тепле, Чтобы выросло вдвойне! | 4.Вот опара и готова. Теперь можно всё смешать. Тщательно и аккуратно, Чтобы хлебу силу дать! Есть у пекарей секрет Терпеливым лишь здесь место! Чем мы дольше месим тесто – Тем пышнее будет хлеб! |
| 5.Тесту нужно дать подняться, Чтобы сил могло набраться, Чтоб воздушным было, пышным… Вкусный хлеб не будет лишним! В формы тесто помещаем, Пусть немного постоит. В печке жару прибавляем - Веселей огонь горит!  Ещё нужно подождать – Подрастёт… и в печь сажать | 6. Время быстро пробежало – Тесто в формах задышало: Стало рыхлым, ноздреватым И воздушным, словно вата. Пора тесто ставить в печь, Чтобы хлебушек испечь! Вот запахло хлебом дома. Это значит - всё готово! Достаём мы из печи, Караваи знатные! Корочки хрустящие, Румяные, блестящие! |
| 7.Каравай… Ах, красота! Хлеб такой для торжества. Не у всякой мастерицы Может Хлеб такой родиться! | 8. Хлеб, ребята, берегите! Никогда им не сорите! Много рук его растили, Собирали, молотили, Отдыха порой не знали, Долго у печи стояли, Чтоб для нас испечь полезный Хлеб душистый и чудесный! Вот так малый колосок На стол хлебом прийти смог! |

Вывод

В результате работы над проектом я узнал:

1.Как вырастить хлеб.

2.Узнал об истории возникновения хлеба, хлебных профессиях.

3. Научился печь каравай.

А главное: я буду учиться бережно относиться к хлебу, ведь это труд многих людей!

Данный проект позволил в условиях воспитательно-образовательного процесса расширить мои знания и знания моих одноклассников о пользе хлеба, о его ценности, о тяжелом труде людей, выращивающих хлеб.

**Моя гипотеза подтвердилась:** в домашних условиях каравай получается очень вкусным и питательным. Про витамины я узнаю позднее, когда буду есть такой хлеб длительное время. А сейчас пока наслаждаюсь его вкусом , насладитесь и Вы!

Спасибо за внимание.

Список литературы:

1.Артемова Л. В. «Окружающий мир в дидактических играх дошкольников» М. ; Просвещение, 1992

2.Волчкова В. Н., Степанова Н. В. «Развитие и воспитание детей младшего дошкольного возраста» - Воронеж: ТЦ «Учитель», 2001

3.Воронкевич О. А. «Добро пожаловать в экологию! » Часть1 СПб. : «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2004

4.Детство: Программа развития и воспитания детей в детском саду Под ред. Т. И. Бабаевой, З. А. Михайловой, Л. М. Гурович СП б. : Детство – Пресс, 2004

5.Иванова А.И. «Экологические наблюдения и эксперименты в детском саду. Мир растений», М.: 2005 г. 234 с.

6.Комарова Н.Г., Грибова Л.Ф. «Мир, в котором я живу», М.: 2006 г. 215 с.

7.Николаева С.Н. «Воспитание экологической культуры в дошкольном детстве», М. «Новая школа», 1995 г. 187 с.

8.Поддубная Л.Б. «Природа вокруг нас», М. «Корифей», 2006 г. 94 с.

9.Саморукова П. Г. «Методика ознакомления детей с природой в детском саду» М. ; Просвещение, 1992

10.Т. И. Бабаева Комплексная образовательная программа дошкольного образования «Детство», Санкт-Петербург, ДЕТСТВО-ПРЕСС 2016.

11.Т. М. Бондаренко «Экологические занятия с детьми 5-6 лет» Воронеж 2006.

12.О. А. Воронкевич «Добро пожаловать в экологию», Санкт-Петербург, ДЕТСТВО-ПРЕСС 2019.

13.В. Н. Матова «Краеведение в детском саду», Санкт-Петербург, ДЕТСТВО-ПРЕСС 2015.

14.З. А. Михайлова, М.Н. Полякова Образовательная область «Познавательное развитие», Методический комплект программы «Детство», Санкт-Петербург, ДЕТСТВО-ПРЕСС 2016