

Початкова школа і суспільність

«Логіка» та «Ейдетика»
як засоби розвитку
креативного
мислення

Математичний
потяг

Урок математики,
2 клас

Вчитайся,
вслухайся
в Шевченкове слово!

Урок читання, 3 клас

У кожному
куточку світу свої
традиції і звичаї

Урок «Я у світі», 4 клас

Що я бачу в полум'ї свічі

Бінарний урок розвитку зв'язного
мовлення та образотворчого
мистецтва, 4 клас

Рослинна
символіка України

Проектна робота
прозакласного читання

ПЕРЕДПЛАТНИЙ ІНДЕКС
86516

Початкова школа і сучасність

НАУКОВО-МЕТОДИЧНИЙ ЖУРНАЛ

Виходить щомісяця
№ 5 (45) ТРАВЕНЬ 2018

Заснований у вересні 2014 р.

ЗАСНОВНИК
ТОВ «ВИДАВНИЦТВО «БІЛИЙ ТИГР»

ГОЛОВНИЙ РЕДАКТОР

Світлана МАРТИНЕНКО,
ДОКТОР ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК, ПРОФЕСОР,
ПРОРЕКТОР КИЇВСЬКОГО МІЖНАРОДНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

Надія БІБІК,
ДОКТОР ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК, ПРОФЕСОР,
ДІЙСНИЙ ЧЛЕН НАПН УКРАЇНИ,
ГОЛОВНИЙ НАУКОВИЙ СПІВРОБІТНИК
ВІДДІЛУ ПОЧАТКОВОЇ ОСВІТИ
ІНСТИТУТУ ПЕДАГОГІКИ НАПН УКРАЇНИ

Марія БРАТКО,
КАНДИДАТ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК, ДОЦЕНТ,
ДИРЕКТОР УНІВЕРСИТЕТСЬКОГО КОЛЕДЖУ
КИЇВСЬКОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ БОРИСА ГРИНЧЕНКА

Алла ЖУКОВА,
КАНДИДАТ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК, ДИРЕКТОР
ГІМНАЗІЇ МІЖНАРОДНИХ ВІДНОСИН № 323
ДАРНІЦЬКОГО РАЙОНУ м. КИЄВА

Василь ЖУКОВСЬКИЙ,
ДОКТОР ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК, ПРОФЕСОР
НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ «ОСТРОЗЬКА АКАДЕМІЯ»

Олена МАТВІЄНКО,
ДОКТОР ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК, ПРОФЕСОР,
ЗАСТУПНИК ДЕКАНА З НАУКОВОЇ РОБОТИ
ФАКУЛЬТЕТУ ПЕДАГОГІКИ І ПСИХОЛОГІЇ
НАЦІОНАЛЬНОГО ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
ІМЕНІ М. П. ДРАГОМАНОВА

Тетяна ПУШКАРЬОВА,
КАНДИДАТ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК,
ДИРЕКТОР СКАНДИНАВСЬКОЇ ГІМНАЗІЇ
ДАРНІЦЬКОГО Р-НУ м. КИЄВА

Ольга СЛОНЬОВСЬКА,
КАНДИДАТ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК, ПРОФЕСОР
ПРИКАРПАТСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНИКА

Лариса СОЛОВЕЦЬ,
КАНДИДАТ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК, ВІДМІННИК ОСВІТИ УКРАЇНИ,
ЗАСЛУЖЕНИЙ ВЧИТЕЛЬ УКРАЇНИ

Галина ТАРАСЕНКО,
ДОКТОР ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК, ПРОФЕСОР
КАФЕДРИ ДОШКІЛЬНОЇ ТА ПОЧАТКОВОЇ ОСВІТИ
ВІННИЦЬКОГО ДЕРЖАВНОГО ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
ІМЕНІ М. КОЦЮБИНСЬКОГО

Лідія ХОМИЧ,
ДОКТОР ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК, ПРОФЕСОР,
ЗАСТУПНИК ДИРЕКТОРА З НАУКОВОЇ РОБОТИ
ІНСТИТУТУ ПЕДАГОГІЧНОЇ ОСВІТИ
І ОСВІТИ ДОРОСЛИХ НАПН УКРАЇНИ

Ірина ШАПОШНИКОВА,
КАНДИДАТ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК, ПРОФЕСОР,
ЗАВДУВАЧ КАФЕДРИ ПЕДАГОГІКИ І МЕТОДИКИ
ПОЧАТКОВОГО НАВЧАННЯ ФАКУЛЬТЕТУ ПЕДАГОГІКИ
І ПСИХОЛОГІЇ НАЦІОНАЛЬНОГО ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
ІМЕНІ М. П. ДРАГОМАНОВА

Роман ЯРОШЕНКО,
КАНДИДАТ ФІЛОЛОГІЧНИХ НАУК, ЗАВДУВАЧ КАФЕДРИ
АУДІОВІЗУАЛЬНОГО МИСТЕЦТВА ТА ВИРОБНИЦТВА
КИЇВСЬКОГО МІЖНАРОДНОГО УНІВЕРСИТЕТУ,
ДІЙСНИЙ ЧЛЕН НАЦІОНАЛЬНОЇ СПІЛКИ ЖУРНАЛІСТІВ УКРАЇНИ

ЗМІСТ

НОВИНИ

Актуальні новини в галузі
початкової освіти

2

МОВОЮ НАУКИ

Світлана МАРТИНЕНКО

Діагностичні методики визначення
психологічного мікроклімату
в педагогічному колективі



3

МЕТОДИЧНИЙ АРСЕНАЛ УЧИТЕЛЯ

**Олена РУДЕНКО,
Світлана ЯКОВЧУК**

Проекти «Логіка» та «Ейдетика»
як засоби розвитку креативного
мислення другокласників

8

Тетяна ПИЛИПЕНКО

Використання нестандартних
уроків при вивченні математики
в початкових класах.

Математичний потяг

Урок математики, 2 клас

$$\begin{array}{l} 81 : 9 + 29 = \square \\ 23 + 5 \cdot 6 = \square \\ (36 + 36) : 8 = \square \\ (24 + 25) : 7 = \square \end{array} \quad \begin{array}{l} 5 \cdot 3 + 39 = \square \\ 64 : 8 + 32 = \square \\ 45 : 9 + 39 = \square \\ 3 \cdot (99 - 91) = \square \end{array}$$

14

Анна ЛІСОВА

Вчитайся, вслухайся
в Шевченкове слово!

Т. Г. Шевченко. «Село!

І серце відпочине...»,

«І досі сниться: під горою...»,

«Тече вода із-за гаю...» (уривок
з вірша «Тече вода з-під явора...»)

Урок читання, 3 клас



18

**Катерина РОМАНЕНКО,
Євгеній СІМЕНИК**

У кожному куточку світу
свої традиції і звичаї
Урок «Я у світі», 4 клас



23

**Катерина СЛІПЧЕНКО,
Ірина СЕГЕНІШИНА**

Що я бачу в полум'ї свічі
Бінарний урок розвитку зв'язного
мовлення та образотворчого
мистецтва, 4 клас

35

Віра ОРЛОВА

Рослинна символіка України
Проектна робота
з позакласного читання

38

ВИДАТНІ ПЕДАГОГИ УКРАЇНИ

Ірина ІОНОВА:

«Учитель повинен любити
дітей такими, якими вони є...
бути професіоналом
і фанатом своєї справи»

45

МАЛЕНЬКІ ГЕНІЇ

Ярослав ВОЛОЦУК

46

КРЕАТИВНЕ НАВЧАННЯ

Логічне мислення: типи завдань

13

Якою має бути швидкість читання

22

Східна і Західна культури: цікавинки

34

Значення свічки для українців

37

Вишиванка – твій генетичний код

44

Лабіринт

47

АНОНС ПОДІЙ

Цікаві заходи у червні

48

Календар пам'ятних дат у червні

48

На 1 сторінці обкладинки:
Оксана МАНЗЕНКО, учениця 2-А класу Київської гімназії № 287
Святошинського району м. Києва, 8 років

Передплатний індекс: 86516

У кожному куточку світу свої традиції і звичаї

Урок «Я у світі», 4 клас

Катерина РОМАНЕНКО,

викладач кафедри початкової освіти Педагогічного інституту Київського університету імені Бориса Грінченка, м. Київ

Євгеній СІМЕНИК,

студент IV курсу спеціальності «Початкова освіта» Університетського коледжу Київського університету імені Бориса Грінченка, м. Київ

Мета: ознайомити учнів із звичаями та традиціями народів світу, поглибити знання про українську та світову кухні; розвивати вміння працювати у команді, з картою, шукати та аналізувати інформацію, робити висновки, навичку ораторського мистецтва, уміння працювати за планом; розширювати словниковий запас учнів; виховувати толерантне ставлення до інших народів, лідерські якості, повагу до себе та інших.

Обладнання: наочності, презентація, комп'ютер, підручник «Я у світі» для 4 класу (Н. М. Бібік), карта світу, м'ячик.

Методи, прийоми та форми роботи:

- *індивідуальні* – робота біля дошки;
- *фронтальні* – словникова робота, евристична бесіда, поетична хвилинка, бесіда за віршом, робота з картою, вільний мікрофон, кросворд;
- *групові* – робота в мікрогрупах, мозаїка, фестиваль страв світу, вікторина.

Тип уроку: комбінований.

Форма проведення: фестиваль страв народів світу.

Очікувані результати:

- знати звичаї і традиції народів світу;
- розрізнити традиції народів світу;
- вміти знаходити спільні і відмінні риси з українськими традиціями.

*Є тисячі прекрасних місць,
кожне з них по-своєму чудове,
а найкраще з поміж них – своє, рідне.*

Народний вислів

Хід уроку

I. Організація класу до уроку.

Учитель.

Любі діти! Добрий день!

Зичу праці та пісень.

А ще, друзі, всім бажаю

Сил, натхнення на весь день!

Учні.

Добрий день! Добрий день!

Дякуєм за побажання.

На урок берем з собою

Знання, вміння, навички й старання.

II. Перевірка домашнього завдання.

Пояснити твердження.

Учні виходять по черзі до дошки, беруть карточку з твердженням, зачитують її, відповідають «так» чи «ні», свою відповідь обґрунтовують.

Традиція	Звичай	Обряд
Досвід, погляди, смаки, норми, що склалися історично й передаються з покоління в покоління	Загально-прийнятий порядок, правила, які здавна існують у громадському житті й побуті якого-небудь народу, суспільної групи, колективу	Сукупність установлених звичаєм дій, пов'язаних з побутовими традиціями або з виконанням релігійних настанов

III. Актуалізація опорних знань учнів.

1. Словникова робота.

Учитель. Погляньте на екран, ви бачите 3 слова, які досить часто чуєте і живаєте під час спілкування. На жаль, досить часто ці слова замінюють одне одним, попри те, що вони мають різне значення. Спробуємо розібратися, яка між ними різниця.

2. Поетична хвилинка.

Учитель. Діти, послушайте вірш української поетеси Надії Красоткіної про традиції (www.youtube.com/watch?v=W8HDPd6xpSI).

Традиції народу

Традиції народу – це велике диво,
Яке струмить з глибин у майбуття.
Їх знаючи, народ іде щасливо
І впевнено у непросте життя.
В традиціях живе душа народу,
Великий зміст закладений у них.
Народ наш любить й береже природу
Та рідну пісню і веселий сміх.
І щире слово, й жарти іскрометні,
Легенду й казку, що в душі пливе.
І пам'ятає подвиги безсмертні,
А добра слава у віках живе.
Традицій у народу є багато,
Бо довго ми живемо на землі.
І нам їх треба добре пам'ятати,
Запам'ятати, поки ми малі.
Й нести з глибин віків у день прийдешній,
Бо без минулого немає майбуття.
Щоб в правді й вірі, в доброті сердечній
Творити нам історію життя.
Щоб й далі рідну землю нам любити,
Поля і гори та вишневий цвіт.
У волі й славі на землі цій жити
І українцями іти у світ.

Надія Красоткіна

Чи погоджуєшся ти з твердженням (так чи ні)?

Спілкуван-ня
людини
починаєть-ся
з сім'ї

Людина не
може
спілкува-
тися за
допомогою
комп'ютерних
мереж

Народ - це
люди, які
живуть в
одній країні,
вважають її
культуру
своєю

Людство -
усі люди
однієї
країни

Кожен народ
створює
свою
особливу
культуру

На планеті
Земля живе
понад 7
мільярдів
людей

3. Евристична бесіда.

- Що автор хотіла цим твором донести до нас?
- У чому живе душа народу?
- Що на думку автора є «душа народу»?
- Як ви розумієте вислів: «Без минулого немає майбуття»?
- Які традиції, звичаї та обряди існують в Україні?
- Які українські традиції вам до душі?
- Які звичаї притаманні вашому населеному пункті?
- Чи брали ви участь в обрядах? У яких?
- Яких традицій дотримуються у вашій родині?
- Чи є у вас родинні звичаї? Як ви до них ставитесь?
- Які традиційні родинні страви готують ваші бабусі і мами?
- Чому ми повинні знати, оберігати і дотримуватися українських традицій, звичаїв та обрядів?

IV. Мотивація навчальної діяльності. Повідомлення теми і мети уроку.

Учитель. Погляньте на карту. На ній зображено країни, їх прапори, а також народ, що проживає на їх території. Всього у світі налічується близько 10 тисяч народних угруповань. Деякі схожі між собою, а інші цілком різняться, однак всі вони мають свої звичаї і традиції.



Учитель. Сьогодні на уроці ми дізнаємося про звичаї і традиції народів світу. Але спочатку я хочу перевірити вашу ерудованість.

Погляньте на дошку. Ви бачите зображення людей. Тож пригадайте, до яких націй відносяться ці люди (діти співвідносять назви із зображеннями), і покажіть на карті, де вони проживають.



Японці



Греки



Італійці



Українці



Грузини



Турки

V. Сприймання і усвідомлення нових знань.

1. Мозаїка (робота в мікрогрупах).

Учитель. А зараз я пропоную вам гру «Знавці традицій»!

Крок 1. Витягніть по черзі папірець, колір якого вам найбільше сподобався.

Крок 2. Сформуйтеся у групи за кольором.

Крок 3. На ваших папірцях є зображення. Відгадайте, які традиції ви будете вивчати!

Крок 4. Виберіть двох експертів.

Учитель. Тож берімося хутко до роботи, а у допомозі вам стануть підручники!

Учитель готує три кольорові картки із зображенням Нового року, Різдва, шкільні звичаї. Картки у довільній формі учитель розрізає на чотирикутники відповідно до кількості присутніх дітей. Учні по черзі витягують їх і формуються у 3 групи відповідно до зображення. У кожній команді обирають двох експертів. Учні згідно з зображенням відгадують, які традиції будуть досліджувати. Учитель дає завдання кожній команді ознайомитися з матеріалом підручника, зокрема:

I команда – Новий рік у різних народів (с. 145);

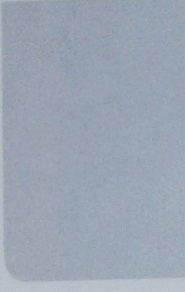
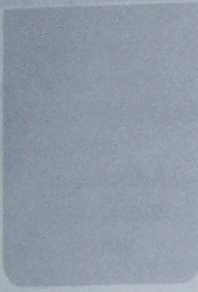
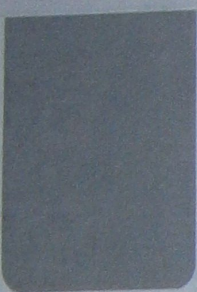
II команда – Різдвяні свята (с. 147);

III команда – Шкільні звичаї в різних країнах (с. 152).

© Романенко К., Сіменюк Є., 2018

МЕТОДИЧНИЙ АРСЕНАЛ УЧИТЕЛЯ

Кожній команді на ознайомлення і обговорення матеріалу виділяється 3 хвилини. Після цього представники переформовуються так, щоб у кожній новоствореній групі були експерти з кожної групи. Потім у кожній підгрупі йде обмін знаннями. У кінці учитель задає питання для обговорення всьому класу.

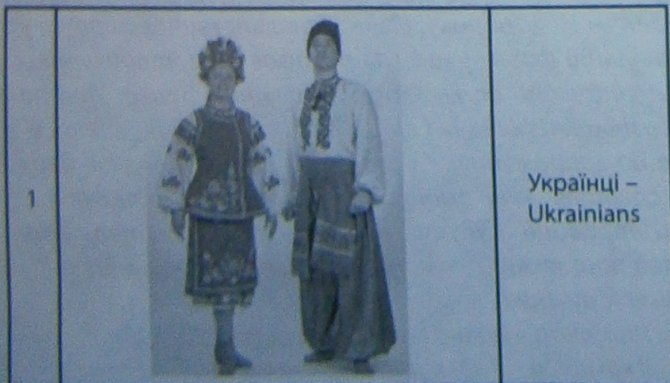


Вільний мікрофон:

- Про які традиції святкування Нового року ви дізналися?
- Чи є щось спільне у святкуванні Нового року в українців з іншими народами?
- Що нового дізналися про різдвяні свята?
- Чому різдвяні свята так шануються у світі?
- Чим є Різдво для вас?
- У яких країнах ви хотіли б зустріти Різдво чи Новий рік? Відповідь аргументуйте.
- Які шкільні звичаї народів світу вам сподобалися?
- Якби ви були директором школи, то які нові звичаї ви хотіли б запровадити у школі?

2. Кросворд.

На екрані висвітлюються зображення національних костюмів, учні мають назвати національності українською та англійською мовами.



2		Німці – Germans
3		Індійці – Indians
4		Китайці – Chinese
5		Мексиканці – Mexicans
6		Американці – Americans

Учитель. Перед початком Фестивалю ознайомтесь із пам'яткою. Прочитайте її. Чи згодні ви з написаним? Що могли б доповнити?

Пам'ятка учасника Фестивалю

1. Слухай уважно.
2. Виявляй повагу до виступаючих.
3. Якщо хочеш запитати – підними руку!
4. Дослуховуй відповідь до кінця.

Пам'ятка для виступаючих

1. Логічно висловлюй думки.
2. Говори виразно.
3. Роби паузи.
4. Жестикулуй в міру.

Учитель. Якщо всі згодні з правилами. Розпочнемо наш Фестиваль! Ознайомтесь із порядком виступів.

Фестиваль страв світу

Порядок виступів на Фестивалі

страв світу:

1. Українці
2. Німці
3. Індійці
4. Китайці
5. Мексиканці
6. Американці
7. Єгиптяни

Виступ 1 групи. Українська національна кухня.

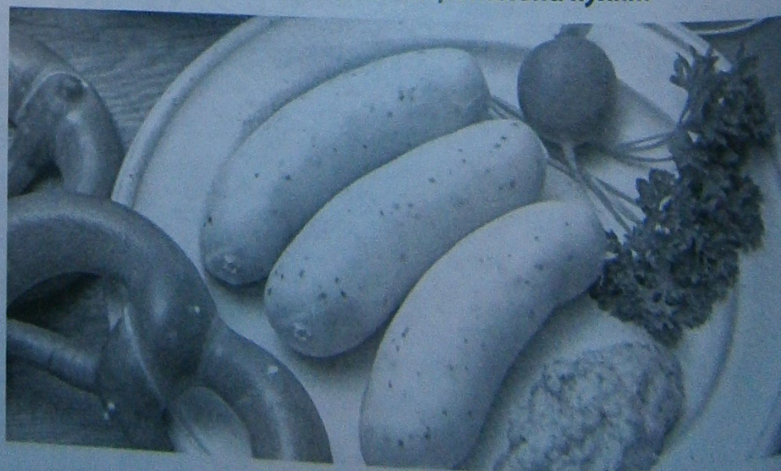
Народна кухня – це така ж культурна спадщина українського народу, як мова, література чи мистецтво. Українська кухня складалася протягом віків і з давніх часів відрізнялася різноманітністю страв, високими смаковими і поживними якостями.



Літописи та інші писемні пам'ятки, а також археологічні розкопки, свідчать про багатство і різноманітність їжі, яку споживало населення Середньої Наддніпрянщини в період Київської Русі. Крім продуктів переробки зерна і різних овочів, до «меню» входило м'ясо свійських тварин (свиней, овець, кіз, корів, телят) і птиці (кур, гусей, качок, голубів, тетеревів і рябчиків). З диких звірів найчастіше вживали для харчування диких свиней (вепрів), зайців. З городніх овочів використовували свіжу й квашену капусту, буряки, редьку, моркву, огірки, гарбузи. Це був початковий період формування української національної кухні.

У наступні періоди асортимент урізноманітнюється. Деякі страви (наприклад, борщ) стають традиційними. Цікаво, що тоді для української кухні характерним є вживання крові забитих тварин і виготовлення з неї кров'яних ковбас – кров'янки. Любили українці мед та виготовляли з нього найрізноманітніші напої: безалкогольні та хмільні.

Виступ 2 групи. Німецька національна кухня.



Німецька кухня має дуже багату та цікаву історію. Історично так склалось, що кожен регіон має свої кулінарні традиції і звички. Поняття німецької кухні, як одного цілого, з'явилося лише в другій половині XIX століття, разом з об'єднанням німецьких земель в одну державу.

Любителі картоплі.

Картоплю в німецькій кухні готують по-різному: печеною, смаженою чи додають її до холодних салатів. Німці не дуже люблять пюре, віддаючи перевагу кнедликам. Смачною та поживною стравою є тушковане м'ясо – повноцінна страва, приготована в одному горщику, котра замінює цілий обід. У залежності від інгредієнтів може бути схожою на суп, салат чи гуляш. Туди зазвичай додають все, що попадеться під руку. Серед десертів дуже популярний яблучний штрудель, родом з Австрії – гарячий яблучний пиріг.

Німецькі супи.

Супи в Німеччині не користуються особливою популярністю, найвідоміший з них гуляш, гострий суп – квасолинний, і суп цибулевий, схожий на французький суп із червоної цибулі.

Ковбаса – загальновідомий національний продукт.

Страви німецької кухні зазвичай ситні, калорійні та дуже смачні. Важлива роль тут відводиться м'ясу, особливо свинині, котру переробляють у найрізноманітніші способи. Навряд чи знайдеться людина, яка хоча б раз у житті не чула про німецьку ковбасу, наприклад, франкфуртські ковбаски.

Дуже популярна капуста: варена, тушкована, квашена. З'явилася вона на території сучасної Німеччини дуже давно, але не втратила своєї ролі в німецькій кухні і досі.

Крім капусти дуже популярна спаржа. Спаржевий сезон триває з квітня по червень. У цей час багато ресторанів пропонують окрім свого традиційного ще й спаржеве меню.

Жодного дня без кави.

Із напоїв популярнішою за чай є кави. Слово «Kaffeekuchen» (кавовий торт) у Німеччині означає каву з тістечком, тобто посиденьки, під час яких випивається кави та з'їдається який-небудь десерт.

Виступ 3 групи.

Індійська національна кухня.

Страви індійської кухні – справжній рай для відчуттів.

Чудово прикрашені страви радують око, аромати приправ збуджують відчуття, а різноманіття смаків

захоплює подих. Трапеза складається із закуски, найчастіше салату, основної страви, різноманітних паст, пікулі та неперевершеної випічки – чапаті, яку їдять з овочами та рисом. З точки зору індійців їжа є даром богів людям. Саме тому приготування страв вимагає поваги та уваги.



Вимушені вегетаріанці.

На початку, ще до епохи колонізації, м'ясо в Індії вживали лише воїни. Зараз більшість жителів є вегетаріанцями не з власного бажання.

Індійська кухня особливо творчо ставиться до овочів. У ній можна знайти багато страв, для приготування яких використовують сочевицю, квасолю, кабачки, баклажани та помідори, кольорову капусту і шпинат.

Йогурт і святі корови в Індії.

Результатом існування культу священних корів стала заборона споживання яловичини. З іншого боку, великою популярністю користуються молочні продукти, особливо йогурт (dahi). У багатьох індійських домах трапеза без дахі вважається неповною. Це легко пояснити. Елементи, які містяться в молочних продуктах, добре втамовують спрагу, яку викликає дуже гостра їжа.

Правила хорошого тону.

Традиційну індійську їжу їдять пальцями, правою рукою відламуючи шматочок чапаті та набираючи на нього рис з овочами чи м'ясом. Звісно, якщо комусь незручно їсти руками, можна використовувати виделку та ложку. Також варто пам'ятати, що індуси не п'ють алкоголь під час їжі, замість нього використовується вода з льодом або йогурт (дахі).

Королівство приправ.

У результаті впливу традицій і історичних подій, індійські кухарі перетворилися на спеціалістів із приправ. Більша частина Індії вегетаріанська, саме тому вмиле використання приправ стало справжнім мистецтвом. Серед величезної кількості спецій, які

використовуються в індійській кухні, слід виділити: кмин, коріандр, куркуму, кардамон, червоний і зелений чилі, корицю, шафран, гвоздику, мускатний горіх, імбир, аніс, кунжут, цибулю-часник.

Карі.

Незважаючи на величезну популярність, карі вважається стравою простолюдців. Саме тому деякі індуси не люблять слова «карі», оскільки гадають, що їх критикують за те, що подають до столу. І все-таки для багатьох гурманів ця страва є кулінарним чудом. Незважаючи на велике різноманіття карі, у повара є група додатків (часник, імбир, цибуля, перець чилі чи йогурт), яких не можна не згадати при приготуванні карі.

Міцне здоров'я.

Спеціалісти дійшли висновку, що індійська кухня не тільки дуже смачна, але й корисна. Велику роль тут відіграє індійський спосіб вживання м'яса, невеликі кількості якого змішані з овочами або фруктами, трохи підсмаженими, або ж тушкованими. З точки зору спеціалістів це протидіє появі ракових клітин в організмі, а також запобігає ожирінню та цукровому діабету.

Виступ 4 групи.

Китайська національна кухня.

Найпопулярнішими інгредієнтами китайської кухні є рис та овочі. М'ясо та риба присутні в залежності від регіону.



Китайська гармонія.

У китайській кухні немає чіткого поділу на суто м'ясні страви, страви з овочів тощо, змішуються різні компоненти, з яких у результаті виходить одна страва. Характерною рисою є гармонія харчування, тобто на стіл ніколи одночасно не подають страви з одного м'яса, схожі за смаком і складом. Це пов'язано з вірою в теорію древнього китайського філософа І-н, згідно з якою кожен смак відповідає якомусь внутрішньому органу, тому балансування смаків у їжі зберігає здоров'я організму.

Кільканадцять тисяч видів.

Овочі в китайській кухні відіграють одну з найважливіших ролей. У рецептах китайської кухні нараховується кільканадцять тисяч видів овочів. Багато видів овочів у Китаї в великій мірі відрізняються від тих, які знаємо ми, європейці.

Чотири кухні.

Беручи до уваги розміри країни, важко говорити про однорідну кухню. У Китаї можна виділити чотири напрямки регіональної кухні: північна школа, прибережна, континентальна і південна.

Більшість відомих у світі китайських страв родом з південного регіону. Ці страви легкі, делікатно приправлені й менш жирні, ніж в інших регіонах країни. Найбільш популярні спеції – соєвий соус, свіжий імбир, херес і курячий бульйон. Не використовується дуже багато гострих приправ, тому що цінується натуральний смак основних компонентів. Багато страв кантонської кухні готують, використовуючи техніку швидкого приготування.

Придумали її давно, у часи, коли в кухні не вистачало дров. Маленькі, однакової величини шматочки продуктів смажать кілька хвилин на дуже гарячій олії. Під час смаження продукти потрібно постійно помішувати, енергійно підкидаючи їх на пательні.

Баклажан родом з Китаю. Перші спогади про баклажан знайдено в Китаї і датуються V ст. до н.е. Звідти баклажан, завдяки арабським купцям, опинився аж у Іспанії. Сприятливий клімат Піренейського півострова вчинив, що баклажан назавжди поселився на іспанських полях і городах.

Пес і рис.

Відповідно до міфу, люди дізналися про рис завдяки дикій тварині. Довготривалі проливні дощі та повені привели до знищення врожаю та змусили людей почати полювання на тварин. Одного разу до людей підбіг дикий пес. Вони помітили, що на його хвіст причепилося декілька жовтих зерен. Вдячні люди не зробили собаці нічого поганого, а зерна з її хвоста посіяли, і в такий спосіб почалося культивування рису.

Виступ 5 групи.

Мексиканська національна кухня.

Скуштуйте багатство мексиканської кухні – поєднання кулінарних традицій європейської і американської кухонь.

До прибуття іспанців у Мексиці не знали ані про жир, ані про оливкову олію. Їжу пекли, варили у воді чи на пару, іноді готували у викопаних у землі ямах. Іспанські колонізатори швидко американізувалися,

перейнявши стиль життя та харчування тубільців. Нові кулінарні методи – смаження, гриль тощо посприяли появі багатьох незвичних рецептів.



Люди з плоти та кукурудзи

До прибуття іспанців основою харчування місцевих жителів була кукурудза. У міфології Майя люди були створені з кукурудзяної маси, змішаної з кров'ю богів, тому кукурудза була предметом майже божественного поклоніння. Кукурудзяна маса стала основою для випічки хліба та пирогів.

Тортилья чи начос..

З кукурудзяної маси печуть мексиканський хліб – тортилью. Для приготування тіста замочують сухі зерна в теплій воді з кальцієм, варять до готовності, потім залишають на ніч. Наступного дня зерна проціджують, миють і перемелюють. З меленої маси формують тонкі коржі та викладають їх на розігріту глиняну плиту, що називається комаль. Інший вид коржів – тотопос – тонкі, нарізані шматочки, їх готували з борошна печеної та меленої кукурудзи, змішаної із сіллю та гострим перцем чилі. Американці популяризували їх під назвою «Начос».

Квасолеві мачо.

Мексика є батьківщиною приблизно 20 сортів квасолі. Квасоля в поєднанні з кукурудзою забезпечує організм людини відповідними амінокислотами, необхідними для вироблення білків і обов'язкових для збалансованого харчування. Квасолю можна зварити з ароматними травами чи перемолоти зварену та зробити у вигляді пасту, якою начиняють тортильї.

Секрет пекучого темпераменту.

У Мексиці гостра паприка чилі була, є та буде королевою приправ. Мексиканці так полюбили гостру паприку, що навіть найбільш вишукана страва вважається незакінченою, якщо її не приправили чилі. Найчастіше мексиканці готують соуси чилі – мелена гостра паприка з червоними чи зеленими помідорами, для

густоти додають пасту з насіння соняшника, гарбуза, арахісу чи зерен какао, а також різні прянощі. Відомо приблизно 90 сортів гострої паприки різного кольору, форми та смаку.

Виступ 6 групи.

Американська національна кухня.

Мішанина культур, рас і релігій з різних частин світу досконало відображає розмаїту американську кухню.

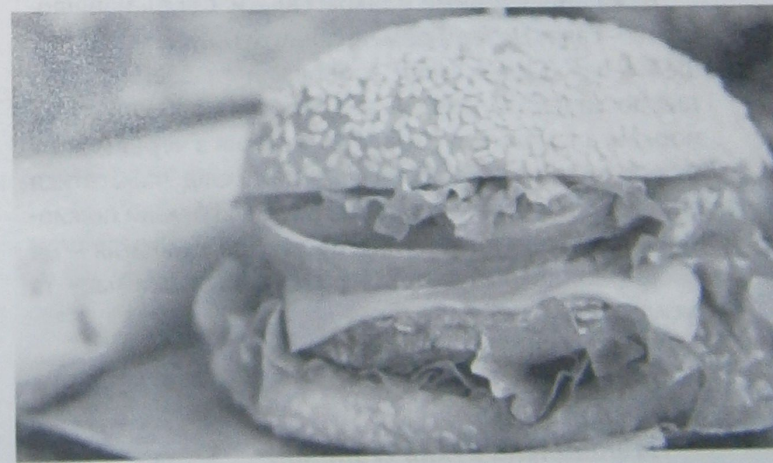
Кухня багатьох народів.

Американська кухня завдячує своєю різноманітністю індіанським, африканським впливам, а також емігрантам з Європи й Азії. В окремих регіонах вплив на формування кулінарної культури мали традиції народів, які їх заселяли. Окрім того, на різноманітність американської кухні впливає також масштабність країни.

Фаст фуд або швидке харчування.

Незаперечно перше, з чим асоціюється американська кухня, – це швидке харчування, тобто фаст фуд, поняття далеке від дотримання кулінарних звичаїв. Тут спадають на думку найбільш популярні американські страви, такі як: хот-дог, гамбургер або курячі крильця.

Ці страви сьогодні популярні в цілому світі й доступні майже в кожній країні. Американська кухня перш за все асоціюється зі швидким, досить калорійним і не завжди здоровим харчуванням, а стиль американської їжі, сервірування столу та споживання страв є прототипом швидкого, не надто цінного перекусу поза домом, під час короткої робочої перерви.



Овочі на стіл.

З іншого боку, традиційні супи, випічка, консервація чи салати, до складу яких входять овочі та фрукти, також назавжди вписалися в американську культуру. Не можна не згадати про важливу роль таких овочів, як кукурудза чи гарбуз. Відомо багато видів кукурудзи,

яка входить до складу численних страв або виступає самостійним блюдом. Варені качани кукурудзи з маслом і сіллю, популярний попкорн, тобто смажені зерна кукурудзи, чи корн-дог – сосиска, вкрита кукурудзяним тістом і смажена в олії – відомі в усьому світі.

Особливим овочем є також гарбуз, який, напевно, найбільше асоціюється зі святом Хелловін, що пов'язаний зі святом Усіх Святих, святкування якого розпочинається 31 жовтня. Тоді Америка забарвлюється в помаранчевий колір і навряд чи вдасться знайти місце, де не було б цих чудових овочів, які після вичищення середини використовуються як лампи. Найвідоміші страви – це суп із гарбуза чи гарбузовий пиріг.

Американська традиція.

Глибоке коріння в американській культурі мають також такі страви, як фарширований індик, солодка картопля чи журавлиний соус, які готуються на свято Подяки, так званий Thanksgiving Day.

Ціла родина збирається за святковим столом, споживаючи святкову трапезу. Це свято пов'язане з традиційною молитвою подяки під час збору сільськогосподарських врожаїв. Нагодою для товариських зустрічей, які є невід'ємним елементом життя американців, є також беззаперечно традиційні зустрічі на свіжому повітрі, такі як знані барбекю біля гриля чи прийом в саду – Garden Party. Готувати на грилі можна все, починаючи з м'яса та закінчуючи овочами й фруктами. Американський гриль – це передусім курячі реберця та крильця, які подаються з різноманітними соусами.

Дуже популярними є також салати. Серед найвідоміших – салат Цезар з ромен-салатом і соусом вінегрет, Шеф-салат (Chef's salad) з овочами та звареним на твердо яйцем, салат Коулслоуз перевагою капусти та моркви, а також салат Уолдорф-Асторія з черешковою селерою, яблуком і горіхами. Отже, слід намагатися створювати цікаві та здорові страви, які б мали поживну цінність, пам'ятаючи при цьому, що кулінарія – це мистецтво, котрому варто присвятити трохи часу та зусиль.

Виступ 7 групи.

Національна кухня єгиптян.

Єгипетська кухня має багато спільного з турецькою, арабською чи грецькою кухнями.

Єгипетська кухня вважається дуже «складною». Це досить своєрідна кухня, яка смакує не всім туристам. Тим не менше, вона заслуговує на увагу. Традиційні єгипетські страви складаються в основному з рису з додаванням овочів або м'яса. Їх приправляють олією

та сіллю, перцем, цибулею та часником, а також ароматною зеленню, наприклад, кмином, кропом або м'ятаю.

Без ножа і виделки.

Єгипетський хліб є на кожному столі. Єгиптяни складають шматочки тонкого хліба в «котячі вушка» і наповнюють їх їжею. Тому столовими приборами вони практично не користуються, хіба що для супів.



Єгипетське меню.

На сніданок і другий сніданок у Єгипті часто подають суп із зеленої рослини молохеї, схожої на шпинат. Популярна також махсі, страва схожа на голубці. Вона фарширується рисом і яловичиною із зеленню. Закручують начинку в найрізноманітніший спосіб.

Вранці єгиптяни їдять щось схоже на бутерброди – таемеа. Складаються вони зазвичай із котлети, вкладеної між двох скибок хліба. Котлети для таамеї роблять із квасолі чи турецького гороху, з додаванням приправ. Котлету разом зі свіжим листям салату вкладають у хліб.

Ще однією традиційною стравою є фоул. Його готують із перемелених і смажених бобів. Таку начинку зазвичай вкладають у хліб, схожий на піту. У єгипетських ресторанах можна знайти величезну кількість видів фоулу, їх подають із маслом, м'ясом, яйцем.

Популярною закускою в Єгипті є хліб із пастою. Хліб, який має безліч різновидів, найчастіше зустрічається плаский хліб розміром із тарілку. Існує також хліб, схожий на «французький хліб» (багет).

Хліб подають із кунжутним соусом – тахіна, до якого додається лимонний сік і часник. Інший соус до хліба – бабаганук, готується з меленого баклажана з часником і петрушкою.

Єгипетська піца.

Єгиптяни мають власну піцу, яка випікається на м'якому тісті. Її готують в присутності клієнта, і можна