**Содержание**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | 1. | Вступление | 2 - 3 стр. | | 2. | Традиционная еда англичан в среднее века | 4 стр. | | 3. | Правила английской кухни | 4 стр. | | 4. | Праздничное меню | 5 - 6 стр. | | 5. | Создание книги рецептов | 6 - 7 стр. | | 6.  7. | Вывод  Библиографический список | 8 стр.  9 стр. | | 8. | Приложение | 10- 13 стр. | |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**Вступление**

Я думаю, что если мы будем знать об Англии больше, то и уроки английского будут проходить интереснее. Да и поездки за границу сейчас не редкость. Эти знания пригодятся нам как туристам.

**Новизна** моей работы в том, что создана книга рецептов английской кухни на русском и английском языках. Для того, чтобы познакомить одноклассников с материалами своего исследования в занимательной форме создана игра-викторина, которую можно использовать с помощью интерактивной доски на уроках и переменах.

**Гипотеза:** возможно в ходе моего исследования, я смогу не только познакомить одноклассников с традициями английской кухни, но и пополнить их английский словарный запас.

**Цель исследования**: изучить основные традиции английской кухни ипознакомить с ними своих одноклассников,чтобы расширить их знания о стране.

**Задачи исследования:**

1. Провести анкетирование среди одноклассников и учителей, чтобы узнать, интересна ли для них тема моего исследования.
2. Собрать информацию о кулинарных традициях Англии и представить самые интересные факты своим одноклассникам.
3. Составить книгу рецептов английской кухни на русском и английском языках с собственными комментариями.
4. Составить игру-викторину для интерактивной доски по материалам моего исследования.

**Объект исследования**: народные традиции Англии.

**Предметом исследования**: традиционные блюда английской кухни.

**Методы исследования:**

* анкетирование;
* анализ;
* наблюдение;
* сравнение..

**Традиционная еда англичан в среднее века**

Как говорил Гордон Рамзи, британский повар «Знать о еде человек должен не меньше, чем о математике или о своём родном языке».

Изучая литературу на эту тему, я узнал, что в разных странах мира есть свои совершенно уникальные кулинарные традиции.

Интересным оказался тот факт, что в среднее века, в Великобритании, основным продуктом был хлеб и его состав зависел от состояния семьи. Рыба тоже была важным продуктом, но по указу Католической церкви, по средам, пятницам и субботам, запрещалось кушать мясо. Среди духовенства было распространено говядина, баранина и птицы.

Англия - страна, которая гордится своей историей и наследием в самых разных областях, включая кухню, которая полна неожиданных и вкусных блюд, собранных из разных уголков мира. Несмотря на такое разнообразие, англичанам удалось сохранить традиционные национальные блюда в оригинальном виде, благодаря своему легендарному консерватизму.

**Правила английской кухни**

Изучив разные источники, мне удалось выделить правила английской кухни и традиционные блюда.

Основу любого перекуса британца составляет, конечно же, чай (tea). Едва открыв глаза, каждый типичный представитель Англии в первую очередь считает своим долгом выпить чашку крепкого бодрящего напиткас молоком (утренний чай, morningtea).

*Завтрак* является основой дневного рациона англичан, так как служит им зарядом энергии на весь день. В отличие от Франции, где утром по-быстрому глотают круассан, запивая его на ходу черным кофе, обстоятельные англичане предпочитают на завтрак более сытные продукты, что, вероятно, было перенято ими у мореплавателей. Британцы не спешат во время завтрака и с расстановкой съедают кашу из овсяных хлопьев, сливок и сгущенного молока, которая называется «porige». Они также могут выбрать в качестве утреннего блюда кукурузные хлопья, иными словами «cornflex», и запить их вкусным фруктовым соком. Затем следует яичница с беконом и аппетитный белый хлеб со сладким вареньем.

Все больше английских семей отдают предпочтение*ланчу*, нежели обеду (это практикуют в школах и офисах разных компаний в Англии). Обычно на ланч кушают суп, сэндвич, треугольной формы с белого хлеба и огурцом, и салат. Ланч – это фактически наш обед, только немного раньше по времени (с 11 утра до 13 часов дня).

Особой любовью пользуется воскресенье. На ланч подают жареное мясо, картофель и овощи как главное блюдо, а на второе – «пудинг» (пирог или пирожное с фруктовой начинкой).  
Традиционный пятичасовой чай (fiveo’clocktea) сопровождается особыми кулинарными деликатесами. К напитку предлагаются круглые коржики и кексы, которые разрезаются пополам и намазываются маслом или сливками.

После*«Fiveo’clockTea»*чаепития, которое проходит со всеми формальностями, наступает время довольно позднего *ужина*. Для некоторых английских семей именно этот прием пищи считается главным за день.

На ужин обычно едят ростбифы или бифштексы, в качестве добавки ко второму блюду идет овощная закуска (бобы, кукуруза, маринованные овощи, цветная капуста и т.д.). К каждому блюду предлагаются соусы. В конце трапезы обычно подают что-то сладкое к излюбленному напитку англичан – чаю.

**Праздничное меню**

Есть множество блюд, которые британцы готовят исключительно в праздники.

К примеру, на *Рождество* делают особый рождественский пудинг, На протяжении многих веков у всех жителей Британских островов распространенным кушаньем на Рождество была особая овсяная каша плум-порридж (plum-porridge), сваренная на мясном бульоне, в нее добавляли также хлебные крошки, изюм, миндаль, чернослив и мед и подавали на стол очень горячей. В течение XVIII в. плум-порридж постепенно заменяется плум-пуд-дингом (plum-pudding), и к середине XIX в. последний становится самым главным блюдом Рождественского стола. Плум-пудинг приготовляют из хлебных крошек с добавлением разных специй, фруктов, перед подачей на стол его обливают ромом и зажигают. И до сих пор осталось еще в обычае у британцев прятать в Рождественском пудинге мелкие серебряные монеты и украшения - "на счастье".

В день *Благодарения*, обязательным является праздничный стол. Его традиционными блюдами считаются жареная индейка и тыквенный пирог. Часто готовят блюда из кукурузы, как дань индейскому прошлому, на столе всегда много овощей, фруктов. ,

А вот *Пасху* англичане встречают с утра Страстной Пятницы (последняя пятница перед Пасхой), которая в Англии называется «Хорошей»- Good Friday, начинается с завтрака, во время которого подают свежеиспеченные крестовые булочки (hot cross buns) — пряные, пышные, перед выпечкой надрезанные сверху крестом, с изюмом, иногда с цукатами внутри. Есть поверье: булочки охраняют дом от злых духов и имеют лечебные свойства. Поэтому, раньше люди имели обыкновение вешать эти булочки на потолках кухни.

Для пасхального обеда традиции рекомендуют:   
Обычно угощают мясными медово-чесночными фрикадельками, запеченной копченой ветчиной, весенним салатом, сосисками или беконом, глазированными яблоком, картофелем в розмариново-чесночном масле. В Англии на Пасху собирается вся семья, готовят воскресный обед: запекают барашка со множеством овощей, пекут пасхальный торт (simnel cake), красят яйца.

**Создание книги рецептов**

Изучив кулинарные традиции Великобритании, узнав о новых для меня блюдах, мне захотелось поделиться этой информацией со своей семьёй и с одноклассниками. Посоветовавшись с мамой, мы решили для начала сами освоить несколько блюд английской кухни. Начали с самого популярного блюда «Рождественского пудинга». Его приготовление требует терпения и усердия. Было нелегко осваивать новое блюдо, но увлекательно. Мне помогали мама и сестрёнка Амина.

Кулинария меня увлекла, и я решил провести мастер-класс по приготовлению Рождественского пудинга для одноклассников. Сначала я познакомил их с кулинарными традициями Великобритании. Закончился мой мастер-класс угощением. Ребята смогли попробовать ещё одно блюдо английской кухни «крестовые булочки», которые традиционно подают в Великобритании в праздник святой Пасхи.

Но кроме этих двух рецептов в ходе работы мне встретилось ещё множество интересных. Чтобы не растерять эту информацию и донести её до всех желающих, я решил составить сборник рецептов «Традиционные блюда Великобритании». Насколько мне известно, подобной книги нет в наших книжных магазинах. Интернет-магазины предлагают в лучшем случае сборники рецептов европейской кухни, куда, безусловно, входят и английские блюда, но не более 2-3 рецептов. Конечно, можно найти информацию на различных сайтах, но приятнее иметь книгу, которая всегда под рукой. На первых страницах сборника читатели могут ознакомиться с правилами столового этикета англичан Приложение II. Кроме того, мой сборник рецептов может быть полезен для тех, кому интересно узнавать новые английские слова. Для этого в каждой статье моего сборника название блюда и список ингредиентов даны на русском и английском языках. Далее следует описание приготовления, которое в некоторых случаях сопровождается пошаговыми фотографиями. Этот сборник подарен школьной библиотеке. Уже появились первые отзывы читателей:

*"Книга очень заинтересовала. Интересно попробовать блюда английской кухни. Подобранные рецепты довольно доступны и просты в исполнении. Спасибо за работу."*

*Учитель начальных классов Зименкова Людмила Петровна»*

*"Мне книга понравилась. Оказалось, английские блюда совсем не сложные в приготовлении. Пару рецептовуже взяла себе на заметку. Спасибо."*

*Библиотекарь Сенина Ирина Александровна*

Электронная версия сборника рецептов «Традиционные блюда Великобритании» помещена на сайте «Прогимназии «Сообщество» на страничке «Занимательный английский» и на сайте dnevnik.ru. Это сделает сборник доступным большему количеству читателей, как среди детей, так и среди взрослых. Возможно, и родители прогимназистов заинтересуются кухней Великобритании. Я буду очень рад этому. Знание традиций другого народа расширяет кругозор, словарный запас и развивает дружбу между народами. Ведь мы должны уважительно относиться к стране, язык которой изучаем. А уважение начинается со знания традиций.

Чтобы закрепить знания о кулинарных традициях Великобритании, я решил, что хорошо бы провести какое-нибудь занятие с одноклассниками на эту тему. Я составил задания и на одном из уроков английского языка провёл викторину между двумя командами Приложение III. Ребята составляли меню англичанина на день, выбирали блюда для праздников, собирали названия блюд из рассыпанных букв. Все активно принимали участие. Победила дружба. Задания викторины я выложил на сайте «Прогимназии «Сообщество» на страничке «Занимательный английский» и на сайте dnevnik.ru. Надеюсь, ими смогут воспользоваться и дети, и учителя.

**Вывод**

Завершая своё исследование, я сделал следующие выводы:

1. В среднее века, основным продуктом питания англичан были хлеб, рыба и мясо. Англичанам удалось сохранить традиционные национальные блюда в оригинальном виде.

2. Чопорные англичане чрезвычайно серьезно подходят к процессу принятия пищи. Представители этой нации едят в течение дня так часто, как больше никто из европейцев. Основные приёмы пищи: morningteа, breakfast, lunch, традиционный пятичасовой чай (fiveo’clocktea), dinner.

3. Есть множество блюд, которые британцы готовят исключительно в праздники: рождественский пудинг, крестовые булочки, тыквиной пирог.

В результате работы, я и мои одноклассники узнали много полезной информации.

Мы без труда можем назвать блюда, которые традиционно готовят англичане на Рождество и Пасху, знают традиционный режим питания англичан, знают названия основных приёмов пищи на английском языке. Значит гипотеза исследования подтвердилась.

Английская кухня довольно простая и доступная. Думаю, моя работа сделала её немного популярнее.

**Библиографический список**

1. Википедия – свободная энциклопедия статья «Соединённое Королевство Великобритании и Северной Ирландии» [Электронный ресурс]. - http://wikipedia.org . - (дата обращения: 11.09.2014).

2. Англия от А до Я статья " Как питаются англичане? Традиционный завтрак, обед и ужин англичан" [Электронный ресурс]. - http://englishgid.ru/o-strane/kitchen/chtoedyatanglichane.html. - (дата обращения 12. 09. 2014).

3. BestCountry статья "Национальная кухня Англии" [Электронный ресурс]. -http://www.best-country.org/europe/great\_britain/food. - (дата обращения 12.09.2014).

4. Путешествие и туризм статья " Национальная кухня Великобритании" [Электронный ресурс]. - http://travel.rin.ru/cgi-bin/pages-tree.pl?n=316. - (дата обращения 14. 09. 2014).

# 5. Уникальный иллюстрированный английский словарь для детей. 1000 главных английских глаголов  [Е. Чекулаева](http://www.ozon.ru/context/detail/id/19152891/#tab_person). [Астрель](http://www.ozon.ru/brand/3165260/). 2012 г.

# 6. Русско-английский, англо-русскийсловарь / Russian-English, English-RussianDictionary. [Проспект](http://www.ozon.ru/brand/857448/). 2011 г.

**ПриложениеI**

**Анкета**

1. Знаете ли вы, что англичане кушают на завтрак, обед и ужин?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. Хотелось бы вам познакомится с традиционной едой Великобритании?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Знаете ли вы, что англичане кушают на завтрак, обед и ужин? (стартовый опрос)**

**Хотелось бы вам познакомится с традиционной едой Великобритании?**

**ПриложениеII**

**Памятка. *Основы столового этикета англичан***

* Сидите за столом прямо, но не чопорно, не сутультесь.
* Всегда говорите «спасибо» и «пожалуйста».
* Как только садитесь за стол, кладите на колени салфетку.
* Не ставьте на стол локти, держите их ближе к себе во время трапезы, свободная рука должна лежать на коленях.
* Ждите, пока всем не подадут еду, и только потом приступайте к трапезе, если только хозяева не предложили вам приступать к еде.
* Не держите столовый прибор, как лопату. Используйте американский или континентальный стиль.
* Всегда отламывайте или отрывайте кусочки от хлеба (но не отрезайте) и намазывайте только тот кусочек, который собираетесь откусить.
* Отрезайте и съедайте один кусочек пищи за один раз, тщательно пережевывая ее перед тем, как проглотить. Отрезайте такие кусочки, которые удобно и легко есть.
* Никогда не жуйте с открытым ртом, не говорите с полным ртом и не пейте напитки, пока не прожевали пищу.
* Жуйте спокойно и избегайте чавканья и чмоканья.
* Если вы положили кусочек пищи на вилку или ложку, съедайте его полностью. Не держите его на весу во время разговора и не размахивайте им вокруг себя.
* Никогда не кладите использованные столовые приборы на стол, только на край тарелки.
* Если вы чего-то не можете достать, попросите других передать вам это. Даже если вы сами можете достать, никогда не наклоняйтесь через другого человека.
* Извинитесь, если вам нужно будет выйти по какому-либо поводу во время приема пищи.

***Поведение:***

* Откусывайте небольшие кусочки пищи, чтобы вы могли легко поддерживать беседу за столом.
* Не дуйте на горячую пищу, дайте ей остыть самой, пока вы будете разговаривать.
* Всегда передавайте соль и перец вместе, чтобы они не были разделены за столом.
* Если что-то передаете за столом, не передавайте это прямо в руки, а ставьте на стол между собой и тем, кто рядом с вами. Если вам нужно передать блюдо дальше, чем вы можете достать, то попросите соседа по столу сделать это и передать блюдо тому, кто просит.
* Если вам передали блюдо, не накладывайте его себе сами, если только вы не являетесь тем, кому оно предназначалось.

Возможно, за столом англичане покажутся Вам слишком чопорными, однако они всегда будут вежливы и доброжелательны к Вам.

**Приложение III**

**Игра-викторина**

1. Составьте меню англичан на 1 день. Используйте слова в скобках (tea , sandwich, porridge,pudding , cake, teawith milk, soup, salad, chips, fish, meat)

morningteа............................................................................................................................

breakfast..............................................................................................................................

lunch....................................................................................................................................

five o’clock tea...................................................................................................................

dinner.................................................................................................................................

(ответ: morningteа - tea; breakfast -porridge; lunch - sandwich, salad;five o’clock tea -teawith milk, cake; dinner - pudding,chips, fish, meat)

2. Выберите блюда для праздничного меню.

Oatmeal Porridge

Plum Pudding

Dripping Pudding

Stuffed turkey

Cornish pasties

Hot cross buns

Fish & Chips

(ответ:Plum Pudding, Stuffed turkey, Hot cross buns)

3. Составьте названия блюд из рассыпных букв

e p u r d v e r a s o c k t i e b h e r uem c d g l ir k e t e ic n k y l p i n g i d g

(ответ: vegetables, rice, chicken, turkey, milk, pudding, porridge)

**Знаете ли вы, что англичане кушают на завтрак, обед и ужин? (итоговый опрос)**