



**Народный календарь  
Февраль**

## **Авторский коллектив:**

Старший воспитатель: Кувшинова Н.Б.,

Воспитатель: Болтнева А.А., Незнамова Е.С., Разумовская Е.В., Чухлебowa М.А., Кузнецова И.В., Бондаренко А.Ю.

Музыкальный руководитель: Томилина Н.В.

Инструктор по физической культуре: Частихина Е.В.

Под общей редакцией кандидата педагогических наук, доцента. Г.Б. Мoнина

## **Содержание**

1. Народное значение месяца
2. Народные приметы и поговорки
3. Заклички
4. Праздники и обычаи
5. Куклы обереги
6. Народная кухня
7. Народные игры (подвижные и хороводные)
8. Русские народные сказки
9. Планирование
10. Источники

## Перспективное планирование на год (от 3-7 лет )

### Учебно-методическая разработка

#### «Всякая душа празднику рада».От Руси – к России. Народные праздники»

#### Февраль

№	Виды деятельности	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
1	Сказки	Лисичка сестричка и серый волк	Зимовье	Заяц – хвоста	По щучьему велению
2	Театр	Настольный театр «Лисичка сестричка и серый волк»	Плоскостной театр на фланелеграфе «Крылатый, мохнатый, да масляный»	Театрализация «Сказка о домовом Ивашке»	Теневой театр «Лесные шорохи»
3	Игры	«Льдинки, ветер и мороз»	«Домовой, поиграл — отдай»(Горячо-холодно), Карусель	Льдинка	Зайцы Воробей Заря - зареница
4	Ручной труд	Баранки из солёного теста	Угощение для домового из солёного теста	Изготовление куклы «Чучело зимы»	Желанница
5	Изодеятельность	Узор на кругу (тарелка, блюдо)	Декоративное рисование «Тарелочка для блинов»	Сюжетное рисование «Масленичные гуляния»	Рассматривание картины «Взятие снежной крепости» Русский сарафан народный узор
6	Словарь	Месяц – враль, ветродуй, лютый	Кудесы, дух, чулан, домашняя утварь	Високосный год, Сретенье, месяц враль	Запечник, прибаутник, бокогрей, стрекотать, <a href="#">Сретенье</a>
7	Игрушки	Кукла неваляшка	Домовёнок	Кукла «Желанница»	Птица- счастье
8	Мероприятие	День народных зимних игр	масленица	масленица	День народных зимних игр
9	Обычаи	Сретение господнее (зима с весной встречается)	Придумывание имён для домового	Дразнилки	Сретенье господнее (зима с весной встречается)
10	Словотворчество	Разучивание песенок, дразнилок	Е.Зарицкая «Домовушка»	Свиридов Метель	Дразнилки,
11	музыка	Хоровод «как на тоненький ледок»	Хоровод «Вот зима проходит», русские народные инструменты в оркестре	П.И Чайковский «Масленица» русские народные инструменты в оркестре	П.И Чайковский «Февраль» «Масленица». русские народные инструменты в оркестре

## Народное значение месяца

**Февраль** – второй месяц года, он заканчивает зиму. Название имеет несколько версий происхождения. Самое распространенное мнение – производное от латинского слова februa, что в переводе означает «праздник очищения». В это время проводили обряд искупления грехов. По второй версии название получено в честь бога подземного царства Фебрууса.



**Февраль** – последний месяц зимы. В народе его называют по-разному: «лютень», поскольку бывают еще в это время лютые морозы, а также «бокогрей», так как начинает уже проглядывать солнышко и пригревать бока.

Февраль в народе называют порой вторых снегопадов.

По старославянскому календарю последний месяц зимы — *«лютень»*.

Февраль по латыни значит: *«тот, кто очищает»*. В Древней Руси его называли *«бокогрей»* и *«снежень»*. Украинцы и белорусы нарекли его *«лютый»*. Особенно сильны морозы в ночные часы. Днем они помягче. Февраль — пора лютого голода диких зверей и птиц. В затишье на южной стороне в ясные дни уже пригревает солнышко. Правда, оно пока еще не сильное, пригревает сбоку. Говорят: *«Не тот снег, что метет, а тот, что сверху идет»*. В этом месяце выпадают вторые снега, которые весной переполнят реки, зальют озера и водохранилища, пополнят запасы почвенно-грунтовых вод.

Февраль - самый короткий месяц в году, финал зимы. Последние холода. Ледяной ветер гуляет в открытом поле, носится меж голых берез и осин, забивает еловые лапы снегом. А в безветрие все засыпано инеем.

Шелковистая вата снегов нежно румянится в свете заката.

Переменчив этот месяц. С буранами, метелями. Вольно гуляет ветер в открытом поле, а как наскочит на лес — злится, воеет, свистит, силится засыпать его снегом, но белые сугробы растут только на опушке.

Стоит наступить оттепели, как это бывает нередко в *«февральские окна»*, и эти диковинные растения заставляют улыбаться человека, встретившегося с ними в лесу. Частые оттепели в конце февраля, как говорят, *«сшибают рог зиме»*.



Звенит капель. На южной стороне крыш повисли длинные сосульки. Солнце с каждым днем все ярче. Если раньше тени на снегу были темные, неподвижные, то сейчас стали синими и живыми.

Оживление и у птиц. Любители почек и сережек — тетерева, греясь в солнечных лучах, подолгу засиживаются на верхушках деревьев и на ночь уже не зарываются в снег. Особенно радуются оттепели голосистые синицы.

Они раньше всех птиц узнают о приближении весны и напоминают об этом всем своим пернатым сородичам.

Пробуждение природы и в том, что за месяц заметно увеличилась продолжительность светового дня — на целых два часа. Еще нетронутыми в конце февраля лежат сугробы чистейшего снега, а небо над ними уже весеннее, нежно-васильковое. Теплый южный ветер все чаще напоминает о приближении весны.

## Пословицы и поговорки про февраль для детей

У февраля два друга: метель да вьюга.

Вьюги да метели в феврале налетели.

Белее зима - зеленее лето.

Спасибо, мороз, что снегу нанес.

Февраль - месяц лютый, спрашивает, как обуты.

Февраль в берлоге медведю бок греет.



## Народные приметы и поговорки о месяце

Веками накопилось много народных примет февраля, по которым можно предугадать будущее лето, осень и зиму, урожай, погоду на ближайшие дни.

### Приметы о погоде в феврале

- ✚ В начале февраля тепло, тает снег - к посредственному урожаю.
- ✚ Если февраль холодный — к благоприятному лету.
- ✚ Февраль холодный и сухой - август жаркий.
- ✚ Февраль теплый - к холодной весне, а морозный - к благоприятному лету.
- ✚ В феврале много инея - летом будет много росы и много меда.
- ✚ Яркие звезды в феврале - к морозу, тусклые - к оттепели.
- ✚ Если февраль выдастся дождливым, то такими же можно ожидать весну и лето. Погожий февраль предвещает засуху летом.
- ✚ Сильные морозы - к короткой зиме.
- ✚ В конце февраля много длинных сосулек - к долгой весне.
- ✚ Бесснежный февраль грозит летней засухой.
- ✚ Чем холоднее последняя неделя февраля, тем теплее будет в марте.
- ✚ Гром в феврале - к сильным ветрам.



Про данную пора года накоплено немало произведений малого жанра, среди которых следует обратить внимание на народные поговорки и пословицы про февраль.

Как в феврале аукнется, так осенью откликнется.  
В феврале зима с весной встретятся впервой.  
Вьюги да метели под февраль полетели.  
Для хорошего кота и в феврале – март.  
Как февраль не злись, а на весну брови не хмурь.  
У февраля два друга – метель да вьюга.  
Февраль — месяц лютый: спрашивает, как обутий.  
Февраль зиму выдувает, а март ломает.  
Февраль и теплом приласкает, и морозом отдубасит.  
Февраль одной рукой гладит нос, а другой – по нему щёлкает.  
Февраль переменчив: то январем потянет, то мартом проглянет.  
Февраль силён метелью, а март – капелью.  
Февраль строит мосты, а март их ломает.  
Февраль три часа дня прибавит.  
Февраль, коль морозом не возьмёт – все дороги заметёт.  
Январю-батюшке — морозы, февралю — метели.

### **Заклички**

#### **Закличка с обращением к зиме, что бы она отступила**

Зимушка, уходи, весна красна, приходи!  
Солнышко, появись, красное, покажись!  
Птицы с юга прилетят, песни нам будут петь:  
Вить-вить-вить, тьох-тьох-тьох,  
Ку-ка-ре-ку!

#### **Закличка с обращением к зиме и весне**

Спешите, спешите, всех приглашаем!  
Сегодня всем миром Веснянку  
встречаем!  
Будем Зиму провожать,  
Весну в гости зазывать!  
Ты иди, Весна, скорей!  
Солнце, Землю обогрей.  
Растопи скорей снега,  
В зелень убери луга,



Ручейкам дорогу дай,  
Дружно игры затевай!

Полно, беленький снежок,  
На талой земле лежать!  
Время, беленький снежок,  
Время таять-пропадать,  
Во долинушку стекать  
И сыру землю питать!

Солнышко-ведрышко,  
Выгляни, красное,  
Из-за гор-горы!  
Выгляни, солнышко,  
До вешней поры!



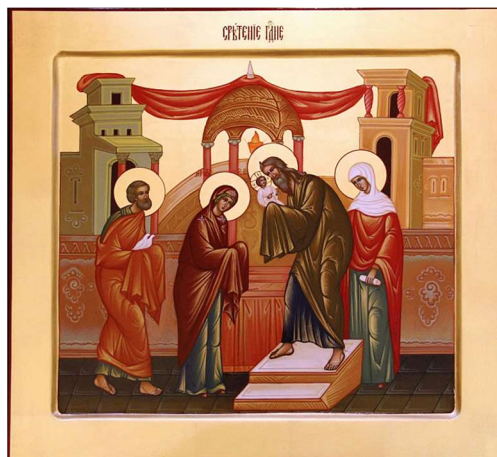
## Праздники и обычаи

### 15 февраля

#### Сретение Господне.

Один из двенадцатых православных праздников в память о том, что в этот день, на 40-й день от Рождества, младенец *Иисус* был принесён в *Иерусалимский храм*, где его встретили *Симеон Богоприимец* и *Анна Пророчица*.

Сретенье — зима с весной встретились. Свесились с поветей сосульки-переростки, затенькали робкие капельки, на солнышке весной потянуло. Сретенье — первая встреча весны. Глубокие снега захрясли, подернулись поверху настом — по-старому наслудом. На окнах мороз еще выводит художества — папоротники и пальмы, а уж воробьи заватажились по-весеннему. Расчирикались на полдневной стороне карниза, шустрые стали. То все нахохленные сидели, а теперь оживились. Видать, капель бродит. На Сретенье зима весну встречает, заморозить красную хочет, а сама, лиходейка, от своего хотенья только потеет. Темные стволы одиночных деревьев заметно нагреваются, теплеют. Возле комлей пестреют затайки, снег как бы опален, подался. О весне судили так: ежели на Сретенье установится оттепель — весна ранняя теплая, коли холода завернут — весна холодная; выпавший в этот день снег — к затяжной и дождливой весне. Если на Сретенье снег через дорогу несет, — весна поздняя и холодная.



### 24 февраля

Масленица — излюбленный народный праздник. Традиции и обычаи масленичной недели пришли к нам из глубокой древности и по сей день остаются неизменными.

Последняя неделя перед Великим постом — время гуляний и веселья, сытных дней перед длительным



воздержанием.

**Народные традиции и обычаи** сопутствуют многим праздникам, но Масленица — особое время, много значившее для наших предков. Это переломный период, когда зима встречается с весной. Наступление долгожданных погожих деньков и проводы надоевшей зимней стужи — одна из ключевых традиций.

Время перед Великим Постом названо Мясопустной неделей или Сырной Седмицей. Это период, когда на столах православных христиан отсутствуют мясные продукты, но изобилуют продукты сырные, блины и прочая вкусная снедь.

Также масленичная неделя предшествует длительному духовному и физическому воздержанию от земных соблазнов, поэтому люди широко отмечали Масленицу и старались нагуляться и наесться впрок.

Одним из самых захватывающих и зрелищных действий, пожалуй, можно назвать сжигание чучела зимы. Соломенную фигуру, символизировавшую уходящие холода, наряжали в старую одежду. Сжигание чучела напоминало о скором потеплении, а также давало возможность **избавиться от негатива в домах**.

В костер кидали ненужные поломанные вещи и старую утварь. Повсеместно люди зажигали костры, которые своим теплом топили остатки снега.

## Куклы обереги

### Лихоманки. Зимние народные календарные куклы.

Куклы Лихоманки создавались в конце зимы.

А их назначение было уберечь всех обитателей дома от болезней. Выбор именно этого времени понятен. К концу долгой северной зимы организм особенно ослаблен, витаминов получить неоткуда, а летний запас уже исчерпан. Вот и обостряются все хронические болячки. Да и простуды чаще привязываются. Чтоб избежать этих напастей и появились в народном кукольном календаре куклы Лихоманки. Наши предки верили, что если человек заболел, то значит в него вселилась недобрая сила – лихоманка.

Всего таких лихоманок насчитывали тринадцать.

Старшую из них звали Кумоха. А остальных двенадцать: ать младших сестер: Аввареуша, Глазея, Глухоя, Желтея, Каркуша, Ледея, Немя, Огня, Отпея, Пухлея, Тряся, Храпея.

Жили лихоманки в лесу, но частенько, забредали в деревню и залезали через печные трубу в избы. Чтоб избежать проникновения Лихоманок в свой дом их старались обмануть. Делали тринадцать кукол Лихоманок, наряжали в яркие лоскуты и подвешивали около печки. Вот, пролезут в трубу Лихоманки, увидят таких красавец, узнают в них себя и, скорее вселятся в куколок. А людей не тронут.

На Благовещение, в апреле, кукол сжигали вместе с другим накопившимся за зиму сором и хламом.

Конструктивные особенности народной календарной куклы Лихоманки. Для основы кукол Лихоманок брали осиновые палочки. Одну побольше и двенадцать одинаковых. Наряжали кукол ярко в разноцветные лоскутки. Фигурки были очень условные, без ручек. Связывали всех кукол вместе вокруг «старшей» и подвешивали у печи.



### Масленица Зимние народные календарные куклы



Закрывает зимний календарь народных кукол Масленица. И кукла, и праздник Масленицы стоят на границе зимы и весны. Да и сам обряд сжигания чучела – это проводы, похороны зимы. Даты этого праздника подвижные и привязаны к празднованию Пасхи. Самая ранняя Масленица может выпасть на начало февраля, а самая поздняя на середину марта. Масленица – самая известна и до сих пор «живая» календарная кукла. Ведь на всех современных масленичных народных гуляньях высшей точкой

праздника становится сжигание на костре чучела Масленицы. Наши предки «играли» с Масленицей целую неделю. В понедельник делали чучело и ставили на обозрение всей деревни до воскресенья. Зачастую устраивали целую встречу – возили в санях или носили по улице с песнями и величаниями. А в Прощеное воскресенье куклу сжигали.

Конструктивные особенности календарной куклы Масленица  
Основа календарной куклы «Масленица» — крестовина из двух палок. Обычно брали для этих целей березовые жерди. Эту основу-крестовину обматывали тряпками, одевали в женскую одежду и набивали соломой. Могли делать куклу и полностью соломенной. Кукла большая – в рост человека или выше.

### **Домашняя Масленица. Зимние народные календарные куклы**

В Тульской губернии помимо большой обрядовой куклы было принято делать маленькую тряпичную куклу – «Домашнюю Масленицу».

Такая народная кукла была оберегом дома, сулила достаток, здоровье и плодovitость. Срок жизни куклы – один год. От масленицы до масленицы.

В прощенное воскресенье ее сжигали и делали ей замену.

## Народная кухня

### Блины на молоке

Это самый популярный рецепт русских блинов. Такие блины не сложно готовить, и они подойдут как для десерта, так и в качестве основного блюда.

Нам понадобится:

- молоко — 500 мл;
- яйцо — 2 шт.;
- мука — 200 граммов;
- растительное масло — 2 столовые ложки;
- сахар — 1 столовая ложка;
- соль — 1 щепотка.

Теперь приступаем к приготовлению теста:

1. Для начала нам нужно взбить яйца в миску и перемешать их с сахаром и солью. Яйца лучше всего достать из холодильника заранее, чтобы они успели согреться до комнатной температуры;
2. Добавляем молоко и хорошо перемешиваем;
3. Высыпаем муку. Делать это следует постепенно, постоянно перемешивая тесто, так оно получится однородным и нужной консистенции;
4. И, наконец, добавляем растительное масло и снова все тщательно перемешиваем.

Начинаем выпекать:

1. Для начала хорошо разогреваем сковороду и добавляем немного растительного масла, буквально пару капель. Распределяем его равномерно по всей сковороде с помощью кисточки;
2. Ставим огонь на середину;
3. Наливаем на сковороду 90 мл теста. Сковороду нужно слегка наклонить, чтобы тесто само растеклось по кругу;
4. Жарьте блин 2-3 минуты, затем с помощью тонкой лопатки подденьте его и аккуратно переверните, после чего выпекайте еще 2 минуты;
5. Готовый блинчик выложите на блюдо и накройте крышкой.

### Блины на воде

Этот вариант подойдет, если у Вас на кухне не оказалось молока, или, если Вы хотите приготовить легкое, диетическое блюдо. Готовится такое тесто практически так же, как и тесто на молоке.



Нам понадобится:

вода — 500 мл;

мука — 320 граммов;

яйцо — 2 шт.;

растительное масло — 2 столовые ложки;

сахар — 1 столовая ложка;

соль — 1 щепотка.

Замешиваем тесто:

Вбиваем в миску яйца, добавляем соль, сахар и хорошо перемешиваем;

Наливаем воду и снова все тщательно перемешиваем;

Постепенно насыпаем муку, постоянно помешивая тесто .

Выпечка:

Хорошо разогреваем сковороду и добавляем совсем немного растительного масла; Равномерно распределяем его по сковороде;

Уменьшаем огонь до среднего уровня ;

На сковороду наливаем примерно 90 мл теста, наклоняем её , чтобы тесто равномерно растеклось;

Жарим блинчик по 2-3 минуты с каждой стороны ;

Выкладываем готовый блин на тарелку и накрываем крышкой ;

Все, тесто для диетических блинчиков готово. Процесс выпекания ничем не отличается от блинчиков на молоке. Это блюдо хорошо подойдет в качестве легкой перекуски или десерта. Блины на воде малокалорийны и прекрасно сочетаются с ягодами и фруктами.

### **Дрожжевые блины**

Это традиционные блины, которые в России готовят на Масленицу. Они получаются более толстыми, воздушными, и отлично сочетаются со сладкими начинками.

Ингредиенты:

сахар — 60 г

соль — 1 ч.л.

яйцо — 3 шт.

дрожжи сухие — 7 г

растительное масло — 70 мл

мука — 300 г

молоко — 300 мл

вода – 200 мл

Делаем тесто:

Добавляем в миску яйца, сахар и соль. Венчиком взбиваем, пока не появится пенка;

Вливаем в миску молоко (его следует предварительно немного разогреть), добавляем дрожжи и муку. Муку всыпаем постепенно, помешивая тесто;

Вливаем масло, воду и снова все перемешиваем;

Ставим тесто в теплое место примерно на 1 час. За это время оно увеличится примерно в 2 раза;



Перемешиваем его, чтобы выпустить воздух и ставим подниматься еще раз.

Когда тесто снова поднимется, его ни в коем случае нельзя перемешивать, нам нужно сохранить его воздушность, поэтому обращаемся с ним аккуратно.

Жарка:

Разогреваем сковороду и равномерно смазываем её маслом;

Осторожно зачерпываем тесто поварёшкой и выливаем на сковороду, давая ему растечься. Зачерпывать тесто нужно сверху, не опуская поварешку глубоко, так мы сохраним пышность будущих блинчиков;

Когда поверхность блина станет золотистой, переворачиваем его с помощью лопатки и обжариваем вторую сторону до такого же состояния;

Готовые блины складываем друг на друга, смазывая их сливочным маслом.

Дрожжевые блины готовы! Советуем есть их со сладкими начинками: вареньем, ягодами и фруктами.

### **Праздничная солянка в рыбные дни**

Приготовьте литр очень крепкого бульона из любой рыбы.

Мелко нарубленный лук обжарьте в кастрюле на масле.

Осторожно посыпьте лук мукой, перемешайте, прожарьте, пока мука не станет золотистого цвета. Тогда влейте в кастрюлю рыбный бульон и огуречный рассол, хорошенько перемешайте и доведите до кипения.

Нашинкуйте грибы, каперсы, из оливок удалите косточки, добавьте все это в бульон, доведите до кипения.

Рыбу разрежьте на куски, ошпарьте кипятком, припустите на сковороде с маслом, томатом-пюре и огурцами, с которых снята кожа.

Добавьте рыбу и огурцы в кастрюлю и варите солянку на слабом огне до готовности рыбы. За три минуты до готовности добавьте лавровый лист, специи.

Правильно изготовленная солянка имеет светлый, слегка красноватый бульон, острый вкус, запах рыбы и пряностей. При подаче на стол в тарелки положите по куску каждого вида рыбы, залейте бульоном, добавьте по кружку лимона, зелень укропа или петрушки, маслины.

К солянке можно **подать растегаи с рыбой**.

100 г свежей семги, 100 г свежего судака, 100 г свежей (или соленой) осетрины, маленькая банка оливок, две чайные ложки томата-пюре, 3 белых маринованных гриба, 2 соленых огурца, луковица, 2 столовые ложки растительного масла, столовая ложка муки, десяток маслин, половина стакана огуречного рассола, столовая ложка каперсов, черный



перец горошком, лавровый лист, соль по вкусу, пучок укропа или петрушки, 2 кружка лимона.

### **Кислые суточные грибные щи**

Сварите сухие грибы и коренья. Вынутые из бульона грибы мелко изрубите. Грибы и бульон понадобятся для приготовления щей.

Потушите на маленьком огне в течение полутора-двух часов отжатую шинкованную квашеную капусту со стаканом воды и двумя столовыми ложками томатной пасты. Капуста должна быть очень мягкой.

За 10—15 мин. до окончания тушения капусты добавьте в нее обжаренные на масле коренья и лук, а минут за пять до готовности — поджаренную муку.

Уложите капусту в кастрюлю, добавьте нарубленные грибы, бульон и варите минут сорок до готовности. Солить щи из квашеной капусты нельзя — можно испортить блюдо. Щи вкуснее, чем дольше варятся. Раньше такие щи ставили на сутки в горячую печь, а на ночь выставляли на мороз. В готовые щи добавьте две дольки чеснока, растертые с солью.

К щам можно подать кулебяку с жареной гречневой кашей.

Можно добавить в щи картофель или крупу. Для этого три картофелины нарежьте кубиками, отдельно распарьте до полуготовности две столовые ложки перловой или пшенной крупы. Картофель и крупу надо класть в кипящий грибной бульон на двадцать минут раньше, чем тушеную капусту.

Капуста квашеная — 200 г, грибы сушеные — 20 г, морковь — 20 г, томат-пюре — 20 г, мука — 10 г, масло — 20 г, лавровый лист, перец, зелень, соль по вкусу.

### **Тюря постная из кислой капусты**

Нарезанную квашеную капусту смешайте с натертой на терке луковицей. Добавьте черствый хлеб, также натертый на терке. Хорошо размешайте, полейте маслом, разведите квасом до нужной вам густоты. В готовое блюдо надо добавить перец, посолить.

Капуста квашеная — 30 г, хлеб — 10 г, лук — 20 г, квас — 150 г, масло растительное, перец, соль по вкусу.





### **Картофельные котлеты с черносливом**

Сделайте пюре из 400 граммов отварного картофеля, посолите, добавьте полстакана растительного масла, полстакана теплой воды и столько муки, чтобы получилось некрутое тесто.

Дайте настояться минут двадцать, чтобы мука распухла, в это время приготовьте чернослив — очистите его от косточек, залейте кипятком.

Раскатайте тесто, нарежьте стаканом кружки, в середину каждого положите чернослив, сформируйте котлеты, защемив тесто в виде пирожков, обваляйте каждую котлету в панировочных сухарях и жарьте на сковороде в большом количестве растительного масла.

### **Расстегаи**

400 г муки, 3 столовые ложки масла, 25—30 г дрожжей, 300 г щуки, 300 г семги, 2—3 щепотки черного молотого перца, 1 столовая ложка толченых сухарей, соль по вкусу.

Замесите постное тесто, дайте ему два раза подняться. Поднявшееся вторично тесто раскатайте в тонкий лист и стаканом или чашкой вырежьте из него кружки.

На каждый кружок положите фарш из щуки, а на него — тоненький кусочек семги. Можно использовать фарш из морского окуня, трески, сома (кроме морского), судака, сазана.

Концы пирожков защипните так, чтобы середина осталась открытой.

Расстегаи уложите на смазанный маслом противень и дайте им подойти 15 минут.

Каждый расстегай смажьте крепким сладким чаем и обсыпьте сухарями.

Выпекать расстегаи следует в хорошо разогретой духовке.

Отверстие в верхней части расстегаев-пирожков оставляют для того, чтобы во время обеда в него можно было залить рыбный бульон.

Расстегаи подают к ухе или рыбному супу.

В те дни, когда рыба не благословляется, можно приготовить расстегаи с грибами и рисом.

Для фарша потребуются 200 г сушеных грибов, 1 головка репчатого лука, 2—3 столовые ложки масла, 100 г риса, соль, перец черный молотый.

Отваренные грибы пропустите через мясорубку или порубите. Мелко нарезанный лук обжарьте вместе с грибами 7 мин. Жареные грибы с луком охладите, смешайте с отваренным рассыпчатым рисом, посолите, посыпьте перцем.

### **Рыбник**

500 г рыбного филе, 1 луковица, 2—3 картофелины, 2—3 столовые ложки масла, соль, перец по вкусу.

Сделайте постное тесто, раскатайте его на две лепешки.



Лепешка, которая будет использована для нижнего слоя пирога, должна быть несколько тоньше верхней.

Уложите раскатанную лепешку на смазанную маслом форму, на лепешку уложите слой тонко нарезанного сырого картофеля, обсыпанные солью и перцем крупные куски рыбного филе, сверху — тонко нарезанный сырой лук.

Все полейте маслом и накройте второй лепешкой. Края лепешек соедините и подогните книзу.

Поставьте готовый рыбник в теплое место на двадцать минут, перед тем, как поставить рыбник в духовку, проколите верх в нескольких местах.

Выпекайте в духовке, разогретой до температуры 200—220°C.

## Народные игры

### Игра Сковорода.

На полу (на земле, на снегу) начертите круг. Это сковорода. Все игроки (и взрослые, и дети) берутся за руки и прыгают на одной ноге, пытаясь толкнуть друг друга в круг. Кто попал в круг, тот «спекся» на сковороде. Задача игроков – в него не попасть.

### Игра Скоморошки.

Наденьте на ребенка (детей) шапочку скомороха. Можно пришить бубенчики к обычной яркой шапочке. Попросите скоморошков показать, как медведи ходят, как гуси ходят, как петушки прыгают, как козлики бодаются, как солнышко по небу катится, и так далее. В конце игры после выполнения задания скоморошки пляшут под веселую музыку вместе со всеми.

### Игра Шапочки.

Игра для мальчиков. Играют двое. Они надевают на голову шапки. Шапка должна сидеть на голове свободно. Задача – сделать так, чтобы шапка противника упала с его головы, но не уронить свою шапку.



### Игра Горшки.

Впереди сидит на корточках «горшок». Сзади него стоит «продавец». Он предлагает свой товар, выкрикивает: «Кому горшки? Кому горшки?». Покупатель (один игрок – взрослый) присматривается к горшкам, ведет диалог – задает вопросы: «А хорош ли горшок?» Выбирает понравившийся горшок и торгуется о цене (можно продавать горшок и за 10 хлопков, и за 5 прыжков и т.п.). Если цена не устраивает, то покупатель идет дальше выбирать горшок. Если цена устраивает, то покупатель и продавец бьют по рукам и сразу же бегут по кругу в ту сторону, куда они стояли лицом. Кто прибежит первым на свое место – тот хозяин горшка. Если опоздал –

становишься покупателем. Так игра продолжается. Затем продавцы и горшки меняются ролями.

### **Игра Карусель.**

Возьмите длинную палку (можно взять гимнастическую палку или рейку из хозяйственного магазина). Привяжите к ее концу разноцветные атласные ленты одинаковой длины. Позовите детей и взрослых: «Кто хочет на нашей карусели с ленточками пробежаться?». Каждый берет один конец ленты, натягивает его и карусель кружится. Можно говорить слова в ритм движениям:

«Еле – еле – еле — еле

Завертелись карусели.

А потом, потом, потом

Все бегом, бегом, бегом!

(убыстраем темп)

Побежали, побежали,

Побежали, побежали!

Можно после этих слов поменять направление движения.

Тише, тише, не спешите,

Карусель ос-та-но-ви-те.

Раз-два, раз-два (пауза)

Вот и кончилась игра».

### **Игра . У Маланьи**

Игра для всех возрастов. Водящий стоит в центре. Все поют песенку:

«У Маланьи, у старушки

Жили в маленькой избушке

Семь дочерей, семь сыновей,

Все без бровей (закрываем брови ладошками).

С такими глазами (здесь и далее Маланья смешно изображает глаза, огромные уши, длинный нос и т.д., а все игроки за ней повторяют эти движения),

С такими ушами, с такими носами,

С такими усами, с такой головой,

С такой бородой...

Ничего не ели, целый день сидели,

На нее (на него) глядели,

Делали вот так... (ведущий делает движение, а все его повторяют)»

Кто лучше всех повторил движение – то становится Маланьей в следующей игре.



### **Игра. Пряничная доска.**

Все играющие садятся рядом друг с другом на скамейку или на стулья, поставленные в ряд. Это будет «пряничная доска». Вокруг скамьи или стульев должно быть достаточно места (чтобы можно было их обежать). Водящий ходит вдоль «пряничной доски», все игроки говорят или поют:

Прянична доска, с целого пенька,  
С целого пенька, сбрось-ка паренька.  
На слова «Сбрось-ка паренька» водящий  
быстро хлопает рукой по колену одного  
из игроков. Игрок должен быстро обежать  
«пряничную доску» и сесть на свое место.  
В это время ведущий обегает «пряничную  
доску» в другом направлении. Если  
водящий успел занять место игрока – то  
теперь водить будет игрок, которого  
хлопнули по колену. Если нет- то снова  
будет водить тот же водящий.



### **Игра Катание на лошадях.**

С детьми постарше можно поиграть в катание на лошадях по-другому. Возьмите красивую тесьму или ленту, привяжите на нее колокольчики. Получится упряжка. Ребенок встает в «упряжку», остальные участники берутся руками за концы тесьмы или ленты и говорят:

«Стук-стук, тра-та-та, Отворяйте ворота!

Отворяйте ворота! Выезжаем со двора! Но!»

На это слово лошадка начинает двигаться, звенит бубенцами, пока ей не скажут «тпру».



## Сказки

### Заюшкина избушка.

Жили-были лиса да заяц. У лисы избушка ледяная, а у зайца - лубяная. Вот лиса и дразнит зайца:

- У меня избушка светлая, а у тебя темная! У меня светлая, а у тебя темная!

Пришло лето, у лисы избушка растаяла. Лиса и просится к зайцу:

- Пусти меня заюшка, хоть на дворик к себе!

- Нет, лиска, не пущу: зачем дразнилась?

Стала лиса пуще упрашивать. Заяц и пустил ее к себе на двор.

На другой день лиса опять просится:

- Пусти меня, заюшка, на крылечко.

- Нет, не пущу: зачем дразнилась?

Упрашивала, упрашивала лиса, согласился заяц и пустил лису на крылечко.

На третий день лиса опять просит:

- Пусти меня, заюшка, в избушку.

- Нет, не пущу: зачем дразнилась?

Просилась, просилась, заяц пустил ее и в избушку.

Сидит лиса на лавке, а зайчик - на печи.

На четвертый день лиса опять просит:

- Заинька, зайнька, пусти меня на печку к себе!

- Нет, не пущу: зачем дразнилась?

Просила, просила лиса, да и выпросила - пустил ее заяц и на печку.

Прошел день, другой - стала лиса зайца из избушки гнать:

- Ступай вон, косою! Не хочу с тобой жить!

Так и выгнала.

Сидит заяц и плачет, горюет, лапками слезы обтирает. Бегут мимо собаки:....



## Солнце и блины

На Масленицу напекла баба блинов пять чугунов и на стол поставила.

Заглянуло солнце в окно, увидало на столе целую гору блинов и просит:

- Дай, баба, кругленьких да желтеньких отведать!

А баба отвечает:

- Подожди, солнышко! Блины еще не маслены. Приходи через час — другой...

Приходит солнце через час — другой.

Заглядывает в окно и просит:

- Дай, баба, кругленьких да желтеньких отведать!



А баба:

- Подожди, солнышко! Блины без сметаны не едят. Пойду в погреб схожу за сметаной. Приходи через час-другой.

Через час – другой заглядывает солнце в окно и опять просит:

- Дай, баба, кругленьких да желтеньких отведать!

А баба в ответ:

- Подожди, солнышко! Еще Масленица не прошла!

Солнце думает: «Пойду-ка я первой встречу Масленицу». Выкатилось на дорогу и смотрит во все глаза. Кто только по дороге не едет: мужики в санях, добры молодцы на конях, барин в карете, а Масленицы всё не видно. День прошел, другой, третий... Не стерпело солнце, вернулось опять к бабе под окно. Заглянуло: а на столе блинов уже нет: один редьки хвост – на Великий пост. Масленицу-то уже отгуляли!

Раскраски



с Масленицей



## Литература:

1. Лыкова И.А., Шипунова В.А. Народный календарь. Зима-чародейка. Методическое пособие для воспитателей дошкольных образовательных организаций, учителей начальной школы, педагогов доп.образования. – М.: Издательский дом «Цветной мир», 2017.
2. Детям о традициях и праздниках русского народа/Сост. С.Ю. Куликова. – СПб.: Паритет, 2015.–
3. Традиционные народные праздники в общеобразовательных учреждениях: Методическое пособие/Е.И. Якубовская, Н.В. Еремина, Г.В. Емельянова и др. Под общей ред.Е.И. Якубовской. – СПб.: Литография,2015.-
4. Развивающие игры, сказки, забавы для дошкольников: Методическое пособие/ Е.И. Якубовская, Н.В. Еремина,Л.Н. Иванищенко; Под общей ред.Е.И. Якубовской. – СПб.: Литография,2015.-
5. Русские обережные куклы: семейная энциклопедия/Юлия Моргуновская.- Москва: Эксмо, 2016.-

## Интернет-источники

[https://mypensiya.mirtesen.ru/blog/43533615326/Starinnyie-retseptyi-na-Maslenitsu?nr=1&utm\\_referrer=mirtesen.ru](https://mypensiya.mirtesen.ru/blog/43533615326/Starinnyie-retseptyi-na-Maslenitsu?nr=1&utm_referrer=mirtesen.ru)