

МУЗЫКАЛЬНАЯ МОЗАЙКА

ГАЗЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Сентябрь 2023 год
Выпуск № 1

МАДОУ
«Детский сад № 268»



ТЕМА НОМЕРА "ВОЗДВИЖЕНИЕ. КАПУСТНИК" ТЕМА НОМЕРА "ВОЗДВИЖЕНИЕ. КАПУСТНИК"

Составитель:
музыкальный руководитель

Герасимова
Ольга Юрьевна

В ЭТОМ ВЫПУСКЕ:

1. История праздника
2. Традиции и обычаи
3. Лечебные свойства капусты и блюда из капусты
4. Занимательные минутки (игры, забавы)

1. ИСТОРИЯ ПРАЗДНИКА

Воздвижение Честного и Животворящего Креста Господня, или Крестовоздвижение, отмечается Русской православной церковью 27 сентября и относится к числу 12 важных церковных



праздников. Однако это единственный из двенадцатых праздников, который не связан с событиями земной жизни Христа и Богородицы. По ле-

генде, Елена «узнала» настоящий крест, поскольку он единственный из трех оказался чудотворным.

Согласно легенде, Елена нашла у Голгофы три креста, на одном из которых, как рассказали местные жители, и был распят Спаситель. Обнаружились и другие артефакты, связанные с евангельской историей.

Святыня была найдена в IV веке благодаря усилиям византийского императора **Константина** и его матери — царицы **Елены**, которая отправилась в Иерусалим искать материальные следы земной жизни Христа.

Праздник Воздвижение посвящен чудесному обретению креста, на котором по преданию был распят **Иисус Христос**.

На Руси Воздвижение связывали с окончанием бабьего лета, встречей осени, завершением полевых работ и с заготовкой капусты. Отсюда славянское название праздника — **Капустник**

2. традиции и обычаи

Воздвижение на Руси совпадало с окончанием бабьего лета. День был посвящен заготовке на зиму поздних сортов капусты. Отсюда русское название праздника — Капустник.

В этот день люди старались не ходить в лес. Согласно поверью, на Воздвижение змеи уползают под землю и могут утащить с собой человека.

Также в этот день строго запрещалось оставлять незапертыми двери и ворота, чтобы змеи не заползли в избу или в хлев.

Поскольку Воздвижение — большой церковный праздник, на Руси в этот день под запретом была любая работа, кроме заготовки капусты. Запре-

щались скандалы, ссоры и споры. Строго осуждалось пьянство и вообще невоздержанность.

Хорошей приметой считалось увидеть на Воздвижение улетающих на юг птиц. Если в этот день тепло и солнечно — это к счастью.

Что нельзя делать 27 сентября

Согласно народному поверью, если на Воздвижение гремят грозы, значит, в небесах разворачивается битва между светом и тьмой, которую удастся побороть силой Креста Господня. Поэтому в этот день люди, опасаясь грозы, старались все осенить крестом. Кресты рисовали углем на стенах, воротах и оградах.

Позже традиция капустников перешла в театральную среду — артисты устраивали праздники «для своих», на которых было много цеховых шуток, импровизации и, конечно, спиртных напитков. Ради антуража в качестве угощения подавали пироги с капустой. Традиция театральных капустников жива и поныне.

3. Лечебные свойства капусты

О ПОЛЬЗЕ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ

- ✓ Очистение крови
- ✓ Улучшение зрения
- ✓ Очистение желудка и кишечника
- ✓ Дополнительные антиоксиданты
- ✓ Стимуляция иммунной системы
- ✓ Противогрибковый эффект
- ✓ Дополнительный источник железа
- ✓ Противораковое действие
- ✓ Противовирусное и антибактериальное воздействие



НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ ПРИ:

- ОБОСТРЕНИИ ЗАБОЛЕВАНИЙ ЖКТ, ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ И ПОЧЕК
- ЭНТЕРОКОЛИТЕ

Блюда из капусты

Запеканка «Капустный праздник»

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г белокочанной капусты
4 яйца
0,5 стакана риса
1 ст. л. подсолнечного масла
1 ст. л. панировочных сухарей
100 г твердого сыра
соль
перец

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Отварить вкрутую 2 яйца. Очистить, порезать кубиками. Капусту мелко нашинковать. Размять руками. Сыр натереть на крупной терке.

2 Рис отварить в большом количестве воды в течение 15 минут. Воду слить, рис откинуть на дуршлаг.

3 Взбить венчиком 2 оставшихся яйца с солью и перцем. Смешать с рисом, вареными яйцами и капустой.

4 Форму смазать подсолнечным маслом. Присыпать панировочными сухарями. Выложить заготовку. Посыпать сыром. Готовить 40 минут при температуре



180 градусов до образования румяной корочки.



4 порции



130 ккал



55 минут

4. Занимательные минутки

Пройдя по ссылке можно поиграть с детьми в занимательные игры.

Вариант	Музыкальная игра «Капуста»	Подвижная игра	Пальчиковая игра	Головоломка
Видеоинструкция	https://www.youtube.com/watch?v=-FBpyPC0h_8 	https://www.youtube.com/watch?v=wE3gS1OYKcw 	https://www.youtube.com/watch?v=ts_9E0LVK4c 	https://www.youtube.com/watch?v=SNgAdTeJbfQ 