

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Детско-юношеский центр»  
МО Ясенский городской округ**

*Проектная работа на тему:  
«Чай – мой любимый напиток!»*



**Выполнил:**  
обучающийся школы раннего развития «Росток»  
группа кратковременного пребывания «Малышок»  
**Реперчук Андрей**

**Руководитель объединения:**  
**Хохленко Наталья Рафаиловна**

**2017г.**

**Тема:** Чай – мой любимый напиток!

**Цель:** Выяснить, почему чай, а не другой напиток, считается самым любимым и популярным напитком нашей страны.

**Задачи:**

1. Выяснить, как появился чай на Руси?
2. Определить, какую пользу приносит людям чай?
3. Выяснить особенности чайной церемонии «по-русски».
4. Изучить устное народное творчество о чае.
5. Узнать, что пили на Руси, кроме чая?

**Тип проекта:** Информационно-поисковый.

**По предметно-содержательной области:** Исторический, экологический.

**Форма представления проекта:** сообщение, презентация, буклет, дегустация чая.

**Гипотеза:**

- ☉ Возможно, русский народ с давних времён по-особенному относился к чайной церемонии.
- ☉ Что, если чай с древних пор был единственным доступным напитком.

**Актуальность:** Среди разнообразных напитков, изготавливаемых людьми, самый известный и распространенный – чай. Его пьют в любом уголке земли. Я сам очень люблю пить чай с молоком. Во время работы над проектом мы узнали, что на Руси чай всегда почитали, чашка чая была украшением любой беседы, встречи. В России чаепитие – с пышным самоваром, пряниками и ароматным вареньем!

**Методы исследования:**





- беседы с родителями, педагогом;
- опрос обучающихся и педагогов Детско-юношеского центра;
- чтение энциклопедий, книг, брошюр;
- изучение информации из Интернета;
- собственные наблюдения;
- просмотр телепередач.

**Исследование:** Моя мама – Елена Александровна, бабушка – Галина Николаевна и педагог – Наталья Рафаиловна помогли мне в поиске информации по данной теме. Мы провели **опрос** среди обучающихся и педагогов Детско-юношеского центра с целью: узнать, какой напиток чаще всего они употребляют и почему? В опросе участвовало 28 человек.



## Опрос:

### 1. Какой напиток вы употребляете чаще всего?



чай	кофе	компот	сок
			
23	3	2	0

### 2. Почему вы предпочитаете именно этот напиток?

3 человека ответили о предпочтении кофе, так как он позволяет им быть бодрым в течение всего дня. 2 человека чаще пьют компот, так как в их семье принято запасать много ягод и фруктов летом и осенью. Остальные 23 человека ответили, что предпочитают чай всем остальным напиткам. Самыми распространёнными были следующие ответы:

- чай – национальный напиток;
- это тонизирующий напиток;
- чай – согревающий напиток;
- к чаю подаются разнообразные сладости;
- чай – возможность отдохнуть, поговорить по душам.

### 3. Какой чай больше любите: чёрный или зелёный?

чёрный	зелёный
	
25	3

Таким образом, можно сделать вывод, что самым популярным и любимым напитком в России является чёрный чай.



## План:

1. Откуда берется чай?
2. Праздник чая.
3. Традиции русского чаепития.
4. Чай в устном народном творчестве.
5. Что пили на Руси до появления чая?
6. Заключение.
7. Источники информации.
8. Приложение
  - Буклет



# Откуда чай берётся?



Чай берётся с чайных деревьев. Их называют кустами, потому что они низенькие.

Чай, который мы пьём, готовится из листьев чайного дерева.

Вам приходилось видеть пачки с надписью «Грузинский чай» или «Краснодарский чай» - значит, его привезли из Грузии или из Краснодарского края. А бывает, что на пачках написано «Китайский чай» или «Индийский чай» - значит, его вырастили и приготовили в Китае или Индии.





Китай – родина чая. Там с очень давних времён разводили чайные деревья.



А вот у нас чай появился всего лет 200 назад. Теперь это самый обыкновенный напиток, но тогда выпить чашку чая могли только очень богатые люди.

Чай – растение южное, ему нужен жаркий и влажный климат, неудивительно, что он был очень дорогой, ведь тогда ещё не было ни пароходов, ни железных дорог и чаю приходилось долго путешествовать, чтобы с далёкого Востока добраться до наших городов.



У нас чай растёт в Краснодарском крае.



Посмотрите, какая зелёная поляна. Она вся засажена низкими тёмно-зелёными кустами. Это – чайные кусты. На кустах очень много мелких листиков. Это и есть чай.

Чайные деревья – вечнозелёные, они не сбрасывают листву зимой. Но зимой чай не собирают. Свежие побеги срывают с мая до октября. И за это время можно 10-12 раз срывать свежие листики с каждого кустика.

А как вы думаете, маленькое чайное дерево – долго ли оно проживёт? При хорошем уходе чайное дерево живёт дольше, чем большие деревья. И каждый год оно даёт свежие побеги-чайные листики.



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КЛАССИФИКАЦИЯ ВИДОВ ЧАЯ



### Белые

(степень ферментации  
7-10 %)

Подвяливание;  
сушка на солнце.

Бай Мудань,  
Бай Хао Инь  
Чжэнь.

### Зеленые

(ферментация  
3-5 %)

Подвяливание;  
"убийство  
зелени";  
сминание и  
скрутка; сушка.

Си Ху Лун Цзинь,  
Би Ло Чунь,  
Хуан Шань Мао  
Фэн.

### Желтые

(ферментация  
10-12 %)

Подвяливание;  
"убийство  
зелени";  
сминание;  
томление в  
плотной бумаге;  
сушка.

Цзюнь Шань Инь  
Чжэнь,  
Мэн Дин Хуан Я.

### Улуны

(ферментация  
от 5-7 до 70 %)

Подвяливание;  
встряхивание;  
чередование  
прогрева и  
сминания; сушка.

Те Гуаньинь,  
Да Хун Пао,  
Фэн Хуан Дань  
Цун.

### Красные

(ферментация  
~ 100 %)

Подвяливание;  
сминание и  
скрутка;  
ферментация;  
сушка.

Чжэн Шань Сяо  
Чжун,  
Дянь Хун,  
Цимэнь Хун Ча.

### Черные

(постферменти-  
рованные)

Подвяливание;  
"убийство  
зелени";  
сминание;  
влажное  
скирдование;  
сушка или  
прессовка и  
сушка.

Пуэр Ча







# Праздник ЧАЯ!



## **Чай – волшебный напиток, который покори́л весь мир!**

Международный день чая отмечают 15 декабря. Вне всяких сомнений, такой вкусный, полезный и старинный напиток как чай заслуживает своего праздника! Во многих странах мира, например, в Англии, Японии, Китае, Узбекистане чаепитие уже давно превратилось в достаточно сложную церемонию, а заваривание чая – в настоящее искусство, секретом которого владеют немногие. Более того, сейчас в мире насчитываются тысячи школ чайного искусства, в которых учат только одному - правильно заваривать и подавать разные сорта чая.

### **История появления чайного напитка**

Гордое право называться первооткрывателями чая традиционно принадлежит китайцам. Считается, что еще в 2737 году до н.э. китайский император Шен Хунг впервые заварил себе этот крепкий и бодрящий напиток. Но еще задолго до него искусством приготовления чая прекрасно владели индусы и тибетцы. Также доказано, что еще много тысячелетий назад чайные плантации существовали в Японии и Корее. Так что утверждать со стопроцентной уверенностью, что именно благодаря китайцам этот великолепный напиток украшает наши столы, нельзя. Скорей всего, чай почти одновременно «открыли» для себя представители нескольких восточных и азиатских стран.

А вот в Европе история чая берет свое начало только в 16 веке. Португальские мореходы впервые привезли чайные листья из Китая в 1516 году. Для европейцев это был очень необычный и экзотический напиток. Прошло почти столетие, пока он занял свое достойное место на столах жителей Англии, Франции и других стран. В наши дни существует огромное количество сортов чая и немыслимое число рецептов его приготовления. Вкусы у всех, конечно, разные. Но все заядлые любители чая всегда сходятся в одном: жить без этого великолепного напитка просто невозможно!

### **История праздника Международный день чая**

Итак, вы сами видите, что Международный чайный день – это праздник миллионов людей. Появился он относительно недавно, после долгих и жарких дебатов. Впервые идея об учреждении Международного дня чая возникла в 2004 году на Всемирном Общественном Форуме в Мумбае (Индия). Затем ее обсуждение продолжилось на заседании Центра по Образованию и Обществу в Порту-Алегри. В 2005 году было принято

решение, что 15 декабря – это Международный день чая, неофициальный праздник, который отмечается каждый год.

### Традиции Международного дня чая

Учредители праздника, конечно, пытались привлечь внимание широкой общественности к социальным и экономическим проблемам чаеводов и неравноправию между небольшими чайными производствами и гигантскими корпорациями, производящими чай. Но вскоре праздник вышел за границы узкопрофессионального. Уже сейчас его отмечают не только в странах-производителях чая, таких как Шри-Ланка, Индия, Бангладеш, Индонезия, но и в Европе. В этот день во многих европейских странах проходят ярмарки-продажи, презентации новых сортов чая и дегустации. **Международный день чая отмечают и в России.** Ведь традиционное чаепитие с баранками да плюшками у русского самовара – это великолепный повод встретиться, пообщаться и просто хорошо провести время!





# Традиции русского чаепития



Традиция русского чаепития – одна из самых сложных для описания. За последние 150 лет произошло столько изменений в обществе и укладе жизни, что уже не понятно, что считать главным в русской традиции питья чая. Для иностранцев символом русского чаепития считается странный русский самовар, ранее использовавшийся для приготовления сбитня. **Самовар, питьё из блюда, стакан в серебряном подстаканнике** – это всего лишь внешние черты, доступные нам по описаниям классиков и по картинам известных художников прошлого. Следует отделить техническую сторону приготовления от внутренней, душевной сути чаепития по-русски. **Чай в России с давних пор был поводом для долгой неторопливой и добродушной беседы, способом примирения и решения деловых вопросов. Главное в русском чаепитии (кроме чая) – это общение. Много чая, угощений и приятная компания – вот составные части чая по-русски.** Современное русское застолье часто стоит из двух частей: еда и чай со сладостями. Так вот, чаще именно в чайной части ведутся разговоры, гости предаются приятным воспоминаниям, и возникают интересные идеи. Хозяйка только успевает согреть воду, а чай льётся рекой и закончившиеся сладости - не помеха для его продолжения. Эта традиция имеет и практический смысл. Несладкий чай через некоторое время после обильной пищи помогает пищеварению, и гость встаёт из-за стола посвежевшим и бодрым.

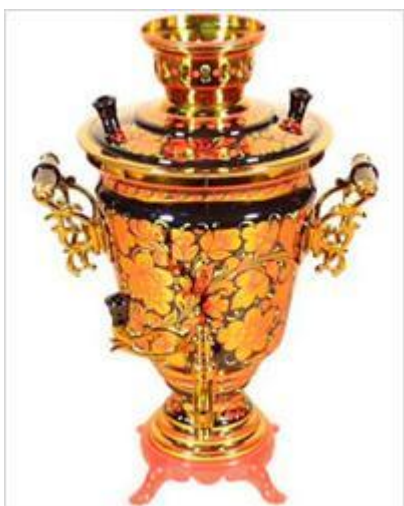


Технически процесс заваривания существует в 3-х вариантах. Первый – наиболее «русский»: вода подогревается в самоваре, чай заваривается в большом чайнике, который ставится на корону (верхнюю часть) самовара и разливается по чашкам без добавления воды и сахара. Сладкое принято в этом способе есть вприкуску. Здесь важен большой объём заварника и прогревание всей посуды в каждой стадии. Чай не любит прохладу – он любит жар. Во втором способе самовар заменяется чайником, а заварник накрывается специальной чайной грелкой, чтобы тепло не уходило – почти так же, как в английской традиции. Чай не разбавляется водой, и сладкое едят вприкуску. Есть и третий способ, имеющий своими корнями бедное советское время. Чай заваривается крепким, и эту заварку разливают по чашкам, в которые доливается горячая вода. Такую же процедуру иногда проводят с участием самовара вместо чайника.

Чай по-русски принято пить, когда есть хотя бы полчаса свободного времени. Не принято перехватить чашку чая и побежать дальше по делам. **Не принято и молчать за столом, как это делается в японской или китайской церемонии и слишком церемониться и разыгрывать «чайное представление», как это делают в Англии. Молчание за самоваром расценивается, как признак глубокого неуважения к хозяевам дома. Для «русской чайной церемонии» принято использовать красный (в европейской классификации – чёрный) цейлонский, индийский или китайский чай. Зелёные при таком чаепитии не подойдут.**

В русской чайной традиции есть свои устоявшиеся стереотипы, которые, так или иначе, влияют на восприятие чая самими русскими или гостями страны.

**Стереотип первый:** чай и самовар. Самовар изобретён для чая, и только с самоваром возможно настоящее русское чаепитие. Однако самовар – далеко не русское изобретение. Его принцип использовался ещё в Древнем Риме, где в ёмкость с водой клали раскаленные камни для нагревания. Позже самовар проник в Европу и использовался для нагревания воды. Известно, что Пётр Первый в числе прочих диковин привёз из Голландии устройство, напоминающее современный самовар. Позже русские мастера изготовили собственный вариант прибора, дав ему звучное русское название, а с конца 18 века



самовары начали изготавливать в Туле и на Урале. Таким образом, самовар «обрусел» и был приспособлен под наши нужды – сначала для приготовления сбитня, а потом воды для заваривания чая. Надо сказать, что широкое распространение самоваров началось только с 19 века.

**Стереотип второй:** русские пьют чай из блюдца или из стакана в подстаканнике. И то и другое, несомненно, существовало, но было необязательным. Из блюдца могли пить чай в узком кругу друзей или родственников, потому что в





обществе такое поведение считалось вульгарным. Также из блюда любили пить люди из купеческой среды, которые не принимали европейских «правил приличия», считая их чопорными и надуманными, и предлагали собственные правила, с которыми гости чувствовали себя уютнее за столом. Позже эту традицию «примерили» и мещане, копируя разные варианты чаепитий и смешивая их воедино.

**Стереотип третий:** для приготовления чая делается заварка, а затем разбавляется в чашке кипятком. Этот обычай появился в послереволюционные годы, когда «барского» чая было вдоволь, а как его правильно заваривать, знали немногие. В эпоху дефицита чай разбавляли водой для экономии. Этот «экономный» способ крадёт истинный вкус чая, превращая ароматный напиток в подкрашенную жидкость для запивания бутербродов.



**Стереотип четвёртый:** зелёный чай горький и для русского чаепития не подходит. Горьким он может получиться в двух случаях – плохой чай или неправильное заваривание. Правильно заваренный зелёный чай имеет сладковатый вкус и нежный аромат. А цвет его очень лёгкий, зеленоватый или желтоватый, но не интенсивный, а почти прозрачный. Настаивать зелёный чай не следует – нужно сразу начинать его сливать, едва залив заварник горячей водой. Если чай всё равно горчит, попробуйте сыпать меньше заварки или быстрее выливать готовый напиток.

**Ещё один стереотип состоит в том, что русское чаепитие не имело упорядоченный вид наподобие английского.** Такого не было никогда, и в этом, возможно, *величайшая ценность чая по-русски*. Чай пили как душе угодно, в каждом доме были собственные традиции. Неписанные законы не фиксировали и не сделали русское чаепитие мёртвым, как это произошло в Англии.



Если говорить о сложившейся традиции русского чаепития, то можно выделить некий лубочный образ, усреднённый «бренд» чая по-русски: это самовар, пузатый чайник-заварник, фарфоровые чашки на блюдцах, кусковой сахар и чайные угощения: блины, пироги, ватрушки, баранки и прочие сладкие и не очень «закуски». Этот

купеческо-мещанский способ питья чая и стал считаться русским, так как дворянское чаепитие с его копированием английских традиций не может считаться русским.

**Чай принято пить несколько раз в день.** Как правило, это 4-6 раз, причём в дни постов и зимой чай пили активнее.

**Непременный атрибут русского гостеприимства – угощение чаем.** Сейчас эта традиция доведена до автоматизма и предполагает кроме чая обязательные разговоры, угощение сладким (вареньем, мёдом, пирогами, конфетами и печеньем). Для гостей в доме держится специальный «праздничный» сервиз, который не принимает участия в будничных чаепитиях. Тот же сервиз используется в чайной части русских застолий. В советское время красивый чайный сервиз был показателем статуса хозяев. Лучшими считались «заграничные», те, которые сложно было найти. Особенно важно было иметь красивый чайный сервиз дома как противоположность общепитовским стаканам со слабым, сладким чаем.

Непонятная иностранцам традиция питья чая из стаканов уходит корнями в 17 и 18 век. В то время чай в трактирах подавали в стаканах, потому что европейские чашки и сервизы ещё не вошли в моду. Позже стаканы стали постепенно заменяться чашками, но в некоторых семьях было принято использовать такую традиционную посуду вплоть до революции. Фарфоровые чашки почти везде вытеснили стаканы, но в трактирах они всё ещё оставались: чай, как грубый мужской напиток подавали в той же посуде, что и дешёвый алкоголь или смешивали алкоголь с чаем. Чтобы не обжигать пальцы, смастерили подстаканник. Это была скорее походная, железнодорожная посуда, которая при любых благоприятных условиях заменялась на фарфоровую или фаянсовую.

В обязательный список предметов классического русского праздничного чаепития входили: самовар или чайник для подогрева воды, подставка или поднос для самовара, сервиз, который состоял из заварника, чайных пар (чашки и блюдца), молочника и сахарницы, щипцы для рафинада, щипцы для колки рафинада, ситечко для заварника, вазы для сладостей. Воду для чая предпочитали брать родниковую, мягкую. Чай на такой воде получался ароматным и свежим. Способ заваривания была схожей с английским.



В русской традиции, правда, заваривать чай принято не так крепко, как в Англии. Чай готовили в заварнике и разливали по чашкам, не разбавляя водой. В случае добавления молока или сливок подогревали их и добавляли в чашки до чая. Традиция делать отдельно крепкую заварку, а потом разбавлять водой укоренилась в рабоче-крестьянской среде, и теперь почему-то считается народным способом. Но учитывая, что чай при таком способе получается значительно хуже, чем заваренный правильно, лучше не использовать его.

Существует традиция завершения чаепития. В классическом русском варианте 18-19 века это представляло собой перевёрнутый вверх дном стакан или чашку, поставленную на блюдце. Несколько позже на европейский манер стали класть ложечку в чашку. Чайная ложечка в пустой чашке была знаком того, что гость больше не хочет чаю. Нельзя было дуть на чай, чтобы остудить его, и звякать ложечкой, размешивая сахар. Правила хорошего тона диктовали, что ложечка не должна касаться стенок чашки, а по окончании размешивания не оставаться в чашке. Наливать чай в блюдце и пить из него тоже считалось противным этим правилам. Но, как известно, чай по-купчески опровергал все заморские правила и предоставлял большую свободу за чайным столом.



В царской России пили в основном китайский чай. До 19 века это был исключительно китайский, в конце 19 века стал появляться цейлонский и индийский. До 19 века чаи из Китая, доставленные посуху, ценились очень высоко – они не портились в дороге, не отсыревали, хотя и были очень дороги. Такой чай ценился европейскими гурманами, которым был недоступен дорогой китайский чай. Они покупали его в России за большие деньги. В середине 19 века Китай резко урезал поставки чая в Европу, а некоторые сорта и вовсе запретил к вывозу. Для России, наоборот, было сделано исключение, и наши предки могли насладиться эксклюзивным жёлтым чаем, недоступным для европейцев.

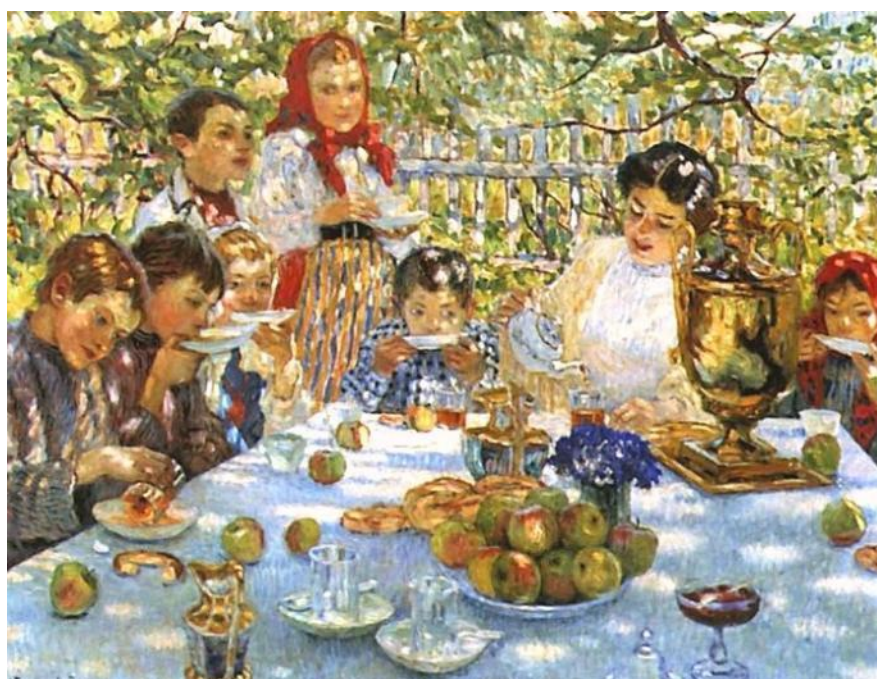
В конце 19 века в России стали продаваться чаи из Индии и Цейлона, появились первые урожаи чая из Грузии и Краснодар. Индийский чай всегда был ниже сортом и дешевле китайского. Были и исключения – высокогорные чаи северной Индии или горных районов Цейлона. Такой чай шёл в массовую продажу и пользовался успехом у неискушённой публики или в



трактирах. Индийский чай можно было заварить крепко и экономно, а его назначением чаще всего было «напоить и согреть». Чёрный чай стал чаем для пирогов, трактирным чаем. Позже ту же нишу занял и грузинский, который был ещё ниже сортом и продавался в составе смесей (купажей). Краснодарский чай всегда стоял отдельно ото всех известных чаеводных районов. Опыты по выведению чайного куста в достаточно холодных условиях были успешными, и интересный и специфический вкус краснодарского чая нашёл своих почитателей. Однако трудоёмкость и высокая цена «родного» чая не позволяла и до сих пор не позволяет ему конкурировать с китайскими и индийскими сортами.

В 20 в. китайский чай пили до 70-х годов, пока не обострились отношения с Китаем. С 1970-х перешли на цейлонский и индийский чай, а также грузинский и краснодарский, которые появились ещё 100 лет назад, но считались низкосортными и шли только на подмес к недорогим китайским и индийским сортам. В 80-х годах 20 века в СССР резко ухудшилось качество ввозимого чая (в первую очередь из Грузии). В 90-е в Россию просачивался и высококлассный китайский чай вместе со знанием о китайских традициях, но основная масса чая была очень низкого качества. Сейчас в магазинах преобладают дешёвые сорта цейлонского чая, вторым по популярности можно назвать индийский, далее следуют китайский, кенийский, яванский, вьетнамский, турецкий, иранский, и завершает рейтинг краснодарский чай. Грузинский чай совсем исчез из продажи из-за его низкого качества.

Что касается дорогих чаёв, их выбор настолько велик, что каждый имеет возможность выбрать чай по своему вкусу.



# Чай в устном народном творчестве



## Пословицы, поговорки, загадки про чай

Чай пить – не дрова рубить.

За чаем не скучаем – по шесть чашек выпиваем.

Выпей чайку – забудешь тоску.

Самовар кипит, уходить не велит.

Приходите к чаю – пирогами угощаю.

Чай не пьёшь – какая сила? Чай попьёшь – другое дело.



Руки в боки, как начальник,

Раньше всех на стол встает,

Сам себе плита, и чайник -

Сам заварит, сам нальет.

(Самовар)

Смесь из листьев и цветов

Заварил, и он готов!

(Чай)

Зелёный, чёрный и в пакетах,

Есть развесной, а есть в брикетах.

Давай, дружище, выручай:

«Что утром пьёшь с лимоном»?

(Чай)

Пью его я каждый день,

Наслаждаться мне не лень.

Он в Цейлоне созревает —

Всяк ответ здесь отгадает.

(Чай)



На морозе мы гуляли –  
И замёрзли, и устали.  
Чтоб согреться, наливай  
Ароматный крепкий ... (чай)!

На столе стоит блестящий,  
Толстопузый, настоящий  
Из- под крышки валит пар.  
- Здравствуй, дядя, самовар!  
В гости я пришёл, встречай!  
В чашку лей мне крепкий (чай)

Гость пришёл - в дверях встречай,  
Да не будь печальным, грустным -  
Из печи румяным, вкусным  
Пирогом уважь капустным  
И подай с вареньем ...(чай)



Чай-чай-чай,  
Примечай, примечай!  
Чай-чай-чай,  
Примечай, примечай!  
Как заваривать чаек,  
Сколько ложек в котелок.  
Как настаивать сей чай,  
Привечай, привечай!  
Чай с лимоном, с сухарем  
В полдень пьем, в полдень пьем.  
И с вареньем из малины  
Еще чашки половину.  
Чай с печеньем с увлечением  
За беседой мы попьем.  
И собрав лукошко ягод  
Жарким днем так нальем  
Чай с черникой, земляникой,  
Со смородиной, брусникой,  
С шоколадом, мармеладом,  
С пирогом, тортом и сыром  
Чай отведаем всем миром!

Чайные листья с чайных кустов  
Собирают в корзины руками.  
Зачем? Понятно без лишних слов,  
Чтоб чай мы пили с вами.  
*Кондратьев С.*

Пить его можно и много и часто,  
Выпьешь, и жизнь сразу станет прекрасна.  
Жажду всегда сможешь им утолить,  
Чай – это сила, его нужно пить.



С сухарями пили чай,  
С пирогами пили чай,  
С сушками, ватрушками,  
С пирогами, плюшками,  
Чай с лимоном,  
Чай простой,  
Сладкий чай  
И чай пустой...  
Пили, пили, напились,  
На перинах улеглись,  
Сладко спали до зари...  
Чай побулькивал внутри.  
*Алдонина Р.*

Чёрный, красный и зелёный,  
Рассыпной и листовой.  
Чай-напиток бесподобный,  
Это скажет вам любой.  
Хорошо, гостей встречая,  
Посидеть за чашкой чая!  
*Гришин А.*

Восточное изобретенье -  
К нему желательно варенье.  
Но, если такового нет,  
Сойдет и парочка конфет.  
Напитка и в жару нет лучше,  
Да и на Севере зимой:  
Он в зной облегчит Вашу душу,  
Согреет зимнею порой.





### *Сказка о чае.*

Давным-давно высоко в горах затерялась небольшая деревушка с названием Драконов колодец. И в ней было всего с десятков домов, да и те разбросаны по склонам окрестных гор.

В дальних горах крестьяне сажали бамбук, а в ближних — злаки. Работали они от зари и до зари, но сытыми никогда не бывали, на самом краю деревни стояла ветхая хижина, крытая соломой, в которой жила старуха. Ни детей у нее не было, ни мужа, и доживала она свой век как перст одна. Она не могла уже подниматься в горы и обрабатывать землю. Сил едва хватало на то, чтобы ухаживать во дворе за десятком старых чайных кустов. Кусты старились вместе со своей хозяйкой, и она собирала с них раз в год не больше нескольких цзиней грубых темно-зеленых листочков.

В жизни этой женщине пришлось хлебнуть немало горя, но она сохранила свою доброту, несмотря на все невзгоды, и сейчас старалась, как могла, скрасить жизнь окружающим. Каждый день она брала несколько листков, заваривала чай и ставила его у дверей своей хижины, чтобы односельчане, спускавшиеся с гор после работы, могли утолить жажду.

Однажды в канун Нового года, когда в горах валил густой снег, в деревне готовились к празднику. Все запасы у старухи иссякли, если не считать нескольких чайных листьев, но она все же решила не изменять заведенному обычаю. Поднявшись спозаранок, старуха опустила эти листья в котел, залила кипятком и поставила настаиваться вблизи очага. Вдруг снаружи послышался шум. Дверь распахнулась, и на пороге появился запорошенный снегом старик. Старуха торопливо подошла к нему: — Почтеннейший, в горах снег, пережди немного в моем доме. Незнакомец стряхнул с себя снег, прошел в комнату, и любопытный взгляд его остановился на очаге:

Хозяйка, а что у тебя в котле?

Чай настаиваю, — ответила ему старуха. Гость очень удивился:

До Нового года осталось уже немного времени. Завтра у всех большой праздник и во всех семьях колют бычка, барашка или кабанчика, чтобы умиловить предков, а ты только чай завариваешь!

Я слишком бедна, — горько вздохнула женщина, — мне нечего принести в жертву предкам, зато я каждый день готовлю чай и угощаю им своих односельчан.

Неожиданно для нее незнакомей, рассмеялся: — Что ты жалуешься на бедность, когда во дворе у тебя спрятано сокровище!

Услыхав это, старуха вышла во двор отыскать место, где может быть, спрятано сокровище. Но там все было как обычно: около сарая, крытого лапником стояли две скамьи, да в углу была треснутая каменная ступка, в которой еще с прошлого года прел мусор. Ничего нового во дворе не появилось. Незнакомец вышел вслед за хозяйкой и указал на ступку:

Вот твое богатство!

Да разве ж ступка может быть богатством? — изумилась старуха. Видно незнакомец насмехается надо мной, подумала она и добавила:

Если она тебе нравится, можешь забрать ее!

Как же я могу взять у тебя эту драгоценность даром. -воскликнул тот, — продай мне эту ступку. Если согласна, то я схожу за людьми, чтобы помогли мне унести ее.

Незнакомец, довольный сделкой, ушел. Старуха долго рассматривала ступку, но никак не могла понять, чем же она понравилась гостю, и решила, что негоже продавать такую грязную вещь. Вытащила она из ступки мусор и зарыла его под чайными кустами. Затем старуха налила в ступку воды, вымыла ее, а грязную воду выплеснула под те же кусты. Она уже закончила работу и любовалась чистой ступкою, когда вернулся незнакомец с деревенскими парнями. При виде вымытой ступки он истошно завопил:

Что ты наделала? Куда делось богатство?

Никак не ожидала старуха, что труды ее вызовут столь сильный гнев, и прямо-таки опешила:

Да я же только вымыла ее!

Куда дела ты все, что было в ступке? — от нетерпения незнакомец, даже ногой притопнул.

Да вон, зарыла под чайные кусты.

Жалость-то какая! — дрожащим голосом воскликнул незнакомец. — Ведь этот мусор и был самым настоящим богатством теперь оно перешло в чайные кусты. Он махнул рукой и велел парням идти по домам. Новогодний праздник окончился, а вскоре и весна наступила. И вот нежданно-негаданно

все чайные кусты во дворе покрылись множеством изумрудных листочков. Но когда старуха стала их собирать, то люди удивились еще больше: чайные листья были необыкновенно нежными, сочными и ароматными. Односельчане стали просить у старухи отростки от этих чудесных кустов и с тех пор вместо бамбука разводили в горах чайные плантации. Спустя годы чай с необыкновенным вкусом и ароматом, который готовили из листьев, собранных в этих местах, стали называть чаем «Драконов колодец».





Что пили на Руси  
до появления чая?



Ежедневно в целях оздоровления славяне пили наполненные светом Солнца-батюшки и соками Земли-матушки (как они поэтично называли последних) подобные напитки. Среди них всем известные: квас, сбитень, морс, компот, кисель и, конечно же, различные травяные чаи.

Позволим себе напомнить несведующим читателям, что же за напитки пили наши прадеды и прабабушки.

### **КВАС**

Это славянский напиток. Некоторые историки считают, что квас на Русь завезли греки. Они научили славян готовить этот напиток. Однако, археологи находят при раскопках частицы кваса в древних сосудах. Их возраст датируется до нескольких веков до новой эры. Первый памятник письменности, в котором упоминается о квасе – это летопись Нестора летописца. Нестор говорит, что квасом угощали народ, когда крестили Русь. Из этого легко догадаться, что квас существовал и раньше. Этот напиток был очень распространен на Руси. Квас пили, чаще всего, простолюдины. Знать редко пила этот напиток, и предпочитала ему заморские вина. Квас в России пили почти все. Его готовили для солдат, давали больным в больницах. Иностранцы, бывшие в России в 18 веке, описывали квас так. "В России есть замечательный напиток. Он замечательный по вкусу и по качеству заменяет константинопольский щербет. Этот вкусный и питательный напиток очень дешевый. На 1 рубль можно купить целую бочку."

Квас был очень популярен на Руси. Его можно было выпить очень много и не опьянеть. При этом квас весьма полезен. Квас прекрасно утоляет жажду, полезен для желудка и сердца. По некоторым источникам, питье кваса считали терапией от чахотки и цинги. Квасом поливали раскаленные камни в бане, создавая этим восхитительный аромат. Квас был любим крестьянами, так как при сельскохозяйственных работах он бодрит тело и утоляет жажду. Способов приготовления кваса много. Наиболее распространен хлебный квас. Он приготавливается из ржаного хлеба специальной закваски.

### **СБИТЕНЬ**

Напиток этот на Руси появился очень давно. Упоминание о нем встречается в памятниках письменности 12 века. Нельзя говорить о сбитне, как только о безалкогольном напитке. Способов приготовления сбитня было великое множество. Вот наиболее известный рецепт. В кипящую воду кладется мед, гвоздика, имбирь, корица, мускатный орех. Затем вся эта масса кипятится. Если сбитень хотели сделать алкогольным напитком, то в него добавляли

вино. Сбитень был широко известен не только на Руси, но и за границей. Иностранцы называли сбитень русским глинтвейном. Сбитнем торговали на улицах, в трактирах. Этот напиток пили простолюдины на морозе, чтобы согреться. Торговали сбитнем сбитенщики. Они носили напиток в самоварах.

### МОРС

Морс известен на Руси с 15 века. Он упоминается в памятнике письменности «Домострое». Морс делали путем смешивания воды и разного варенья (клюквенного или брусничного).

Всего существует семь видов варенья для морса.

## КОМПОТ

Компот является, прежде всего, северным напитком. Компоты стали широко распространены в России в 18 веке. До этого они были тоже известны. Компот хорошо утоляет жажду и превосходен на вкус. Способов приготовления компотов существует великое множество. Компоты варят из всех съедобных фруктов и ягод.

## КИСЕЛЬ

Название кисель пошло именно от исконно русского деревенского блюда — овсяного киселя, а сладкие фруктово-ягодные кисели, появившиеся позднее, когда в России распространился картофель и картофельный крахмал, унаследовали это название. Овсяные, ржаные, пшеничные кисели относятся к древнейшим русским кушаньям. Им более 1000 лет. История о том, как кисель спас город, занесена в древнейшую русскую летопись «Повесть временных лет». Вот о чем поведал летописец Нестор:

«X век на Руси выдался тяжелым: шла великая непрерывная война с кочевыми племенами, которые совершали постоянные набеги на русские земли. Однажды печенеги осадили Белгород. Долго длилась осада, и начался в городе сильный голод. Тогда собралось народное вече, и порешили горожане: лучше сдаться печенегам, чем всем умирать с голода. Но сказал один старец: „Не сдавайтесь еще три дня и сделайте то, что я вам велю“. Велел старец собрать со всего города остатки овса, пшеницы и отрубей, приготовить из них цежь (кисельный раствор) для варки киселя, да поискать меду и сделать из него пресладкую сыту (медовый взвар, разварной мед на воде). Затем приказал выкопать два колодца и поставить в них кадушки вровень с землей. В первую кадушку налили кисельный раствор, а во вторую медовый напиток. На другой день пригласили горожане нескольких печенегов и привели их к колодцам. Почерпнули ведром из первого колодца, сварили кисель, стали его есть сами, да запивать медовым напитком из

второго колодца и угощать печенегов. Подивились те и решили, что кормит русских сама земля. Вернувшись, поведали печенеги своим князьям, все что было, те сняли осаду и пошли от города восвояси.» Эта статья была опубликована 19 мая 2009 г..

### Травяные чаи

В России, как, впрочем, и во многих других странах, чаем считают еще и горячие напитки, приготовленные из листьев и стеблей некоторых растений, так называемые травяные чаи. Для приготовления поливитаминных чаев используются многие известные всем пищевые и лекарственные растения: боярышник — цветы и плоды, брусника — листья и ягоды, гречиха посевная — цветки и верхняя часть стебля, трава зверобоя, Melissa, мяты, иван-чай (кипрей) — листья и цветы, липа — цветы и листья, облепиха — листья и плоды, черная смородина — листья, плоды, молодые побеги; шиповник — листья, плоды, цветки и корни; рябина — плоды, земляника — плоды и листья, малина — плоды, листья и молодые побеги; черника — плоды и листья. Травяные чаи столь разнообразны, дают такой простор для фантазии, что порой трудно сказать об их составе что-либо определенное. Они полностью зависят от вкусов и пристрастий каждого, если не брать в расчет специальных лечебных травяных чаев. В прошлом люди были гораздо ближе к природе, отличались большой наблюдательностью и любознательностью. Именно это помогало им подмечать, чем пользуются животные, излечивая себя от различных хворей, а потом применять эти знания в своей практике. К сожалению, о подобных фактах из жизни древних славян или других народов, проживавших на территории нашей страны, информацией мы сегодня практически не располагаем, зато нетрудно догадаться, как это все происходило, анализируя исторические примеры, ставшие хрестоматийными. Так, бодрящее свойство кофе обнаружил эфиопский монах, который заметил, что козы, которых он пас, становятся не в меру возбуждены и непослушны, после того как наедятся зерен повсюду растущего растения. Попробовав их, пастух на всю ночь лишился сна и мог спокойно стеречь стадо. Потом эти сведения переключались к монашеской братии, а затем более чем стремительно по всему миру.



Об одном из популярных травяных чаев мы узнали поподробнее.



## Русский чай



### Легенда «Иван-чай»

Жил в одном селе под Питером паренёк Иван, любил щеголять в красной рубашке. Большую часть времени односельчане видели его в лесу, на опушках, среди цветов и трав. Любил он лес, изучал целебные свойства растений. Завидев мелькавший среди листвы алый цвет, говорили: «Да, это Иван, чай, ходит!».

Никто и не приметил, в какой момент запропастился Иван, но на опушках у околиц вдруг появились невиданные раньше красивые алые цветы. Люди, их увидев, принимали цветы за рубашку Ивана и стали снова говорить: «Да, это Иван, чай!». Так и пристало название к неожиданно появившимся цветам.

Привыкли к ним люди: красивые цветы, да душистые. А однажды попали цветы в котелок с кипятком, и оказался отвар приятным и освежающим. Так и начали в том селе Копорье, что под Петербургом, делать из листьев и цветов иван-чая целебный напиток. Такова легенда о появлении на Руси иван-чая.



«В нем есть все, чтобы человек долго жил и не болел, просто «божий дар» — такой вердикт вынесли российские академики после исследования состава и свойств иван-чая.

Мы хорошо знаем индийский чай, цейлонский, английский, китайский... А что нам известно про русский чай? Знаем ли, что когда-то русский чай был знаменит не меньше, чем персидские ковры и китайский шелк?

Русский чай производился из листьев кипрея, более известного как иван-чай. В 12 веке иван-чай используется повсеместно на Руси, именно он являлся в то время традиционным русским напитком.

Ботаническое название Иван-чая — Кипрей узколистый. Растёт он практически во всех уголках нашей Родины, от Заполярья до Кубани. В народе кипрей ещё называют хлебница, пуховик, сорочьи глаза, богородицына трава, дикий лен, елушник, копыл-трава, иван-трава, скрипун, петушковые яблоки, красный цвет, боровое зелье.

Цветет Кипрей в июне-августе, раскрывая свои характерные, похожие на чашечки из 4 лепестков, розовые цветы, около 7 утра. Весь день пчёлы собирают с него нектар и пыльцу, в результате чего получается очень вкусный и полезный **Кипрейный мёд**.

Где растёт Иван-чай? Да где он только не растёт! Помимо пожарищ, Иван-чай любит просеки, поляны, пустыри, высохшие болота. Это настоящий первопроходец! Открытое место и достаточно солнца — всё, что ему нужно. Неприхотливый товарищ!

Кипрей «с головы до ног» несёт человеку пользу, служит ему. Начиная с цветков, дающих массу нектара, заканчивая корнем. Корневища Кипрея содержат много крахмала, сладковатые на вкус. Их сушили и перемалывали в муку, добавляя в хлеб и булки, что позволяло экономить на сахаре. При желании из Кипрея можно приготовить целый обед! Первые и вторые блюда, салат, напитки.

### ЧЕМ ПОЛЕЗЕН ИВАН ЧАЙ

Кипрей повышает иммунитет и сопротивляемость инфекциям, оздоравливает и повышает работоспособность, очищает организм от токсинов.

Отмечено благотворное влияние иван-чая на иммунную и эндокринную систему. Он является мощным противовоспалительным средством и эффективен при любых воспалительных процессах. Научно доказано, что у него самый высокий среди растений коэффициент противовоспалительного действия.

Наличие определенного набора микроэлементов дает иван-чаю способность улучшать состав крови и процесс кроветворения. помогает при малокровии и анемии, стимулирует обмен веществ.

Кипрей успокаивает, уменьшает напряжение и чувство тревоги, снимает депрессию. Помогает справиться с бессонницей, являясь мягким природным средством спокойного, здорового сна. По своим успокоительным свойствам кипрей только чуть уступает валериане, при этом к нему не возникнет привыкания.

Ничего я не знаю нежней иван-чая!  
Своего восхищенья ни с кем не делю.  
Он стоит, потихоньку головкой качая,  
Отдавая поклоны пчеле и шмелю.

Узнаю его розовый-розовый конус,  
Отличаю малиновый светлый огонь.  
Подойду, осторожно рукою дотронусь  
И услышу мольбу: «Не губи и не тронь!

Я цвету!» Это значит, что лето в разгаре,  
В ожидании благостных ливней и гроз,  
Что луга еще косам стальным не раздали,  
Травяной изумруд в скатном жемчуге рос.

Он горит, иван-чай, полыхает, бушует,  
Повторяет нежнейшие краски зари.  
Посмотри, восхитись, новоявленный Шуберт,  
И земле музыкальный момент подари!

В.Боков



## Заключение

В ходе работы над проектом мы узнали много интересного и удивительного о чае: чай – это самый вкусный напиток; чай приносит здоровье; чай утоляет жажду; чай – это важная церемония при встрече друзей.

Первая гипотеза, выдвигаемая нами, подтвердилась. Действительно, русский народ с давних времён по-особенному относился к чайной церемонии. Чаепитие на Руси обростало своими традициями и отличалось от чайной церемонии в Китае и Англии. Чаепитие для нас – очень доброе и тёплое слово. А душевный разговор за чаем – национальная черта, особенность России. Вторая гипотеза не нашла своего подтверждения.

Работая над проектом, мы выяснили, как появился чай на Руси. Чай, который мы пьём, готовится из листьев чайного дерева. Родиной чая является Китай. Там с очень давних времён разводили чайные деревья. У нас чай появился всего лет 200 назад. Теперь это самый обыкновенный напиток, но тогда выпить чашку чая могли только очень богатые люди.

Мы определили, что существуют разные виды чая, и каждый из них обладает своими полезными свойствами: улучшает здоровье, наполняет энергией, активизирует умственную деятельность, укрепляет иммунитет, нормализует пищеварение, бодрит и т.д.

Мы выяснили, что к чайной церемонии, действительно относились и готовились по-особенному. Чай в России с давних пор был поводом для долгой неторопливой и добродушной беседы, способом примирения и решения деловых вопросов. Главное в русском чаепитии (кроме чая) – это общение. Много чая, угощений и приятная компания – вот составные части чая по-русски.

Мы изучили устное народное творчество по нашей теме. Так как чай был любимым напитком нашей многонациональной страны, ему посвящали стихотворения, придумывали загадки, сказки, пословицы и поговорки.

Нам удалось узнать, что чай не был единственным напитком на Руси. Самыми популярными напитками до появления чая были: квас, сбитень, морс, компот, кисель и, конечно же, различные травяные чаи.

В нашей семье любой праздник – будь то День Рождения, Новый год, Масленица, всегда заканчивается чаепитием с разными сладостями и тортом. Мы собираемся за столом, завариваем свой любимый чай, нам интересно и весело вместе!

В своей группе «Малышок» я познакомил ребят с нашим проектом. Они слушали с большим интересом, а потом мы устроили чаепитие с весёлыми рассказами и играми. Создали рисунки на тему «Чай».



### **Источники информации:**

1. Похлебкин. «Все о чае», 1989.
2. Колесниченко Л. В. Чайные традиции и церемонии в разных странах мира. – Донецк ., 2004.
3. Похлебкин В. В. Чай, его типы, свойства, употребление. – М., 2007.
4. Интернет-сайт [BestReferat.ru](http://BestReferat.ru)
5. Китлер М. С. Чай. Несложно и вкусно. – М., 1998.
6. Детская энциклопедия: Я познаю мир – Растения. 1989г.

