Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №2 г.Туймазы муниципального района Туймазинский район Республики Башкортостан

Исследовательская работа

**Путь зерна до хлеба.**

Ты не клюй меня, дружок,

Голосистый петушок.

В землю теплую уйду,

К солнцу колосом взойду.

В нем тогда таких, как я,

Будет целая семья..

Выполнила Калимуллина Камилла,

ученица 2в класса

Руководитель Фахретдинова Л.Р.,

Учитель начальных классов

Туймазы

2015 г.

**Содержание**

**Введение**

**Глава 1**.Когда и где родился хлеб?

**Глава 2**.Как выращивали хлеб на Руси

**Глава3**.Как выращивают хлеб сейчас (на примере сельскохозяйственного предприятия «Нерал-Матрикс» в Туймазинском районе)

**Глава4**. Пословицы, поговорки и загадки о хлебе

Список литературы

**Введение**

Мы каждый день едим хлеб, но никому не приходит в голову мысль о том, что это не просто самый распространенный продукт, а одно из величайших чудес на свете. И даётся он человеку ценой больших усилий.

Чтобы вырастить хлеб, нужно, прежде всего, любить родную землю, отдавать ей частичку душевного тепла. А еще в совершенстве владеть техникой. Кто живет в селе, знает, что крестьянская жизнь трудна, что приходится в жару и холод трудиться на земле, отдавая ей все силы. Ведь земля - наше бесценное богатство.

Испокон веков сеяли и убирали хлеб мой прапрадед, дед и папа. Каждый из них познавал все тонкости своей профессии и передавал их своим детям. Благодаря им, я убедилась в том, что нет на свете более тяжелой и, в работы чем работа земледельца. Поэтому я с гордостью могу сказать: «Мой папа Калимуллин Динар Дамирович–земледелец! Он окончил Башкирский Аграрный университет и работает сейчас директором сельхозпредприятия «Нерал–Матрикс».

Весной   надо пахать и сеять, летом – ухаживать за посевами. Приближается осень – надо скорее урожай убирать. Во время уборки я его иногда не вижу по несколько дней. Когда он уходит на работу, я еще сплю, а приходит с поля далеко за полночь. Иногда мне удается его уговорить взять с собой в поле. И тогда я с восхищением наблюдаю за работой папы, вижу, что она приносит ему радость!

В своей профессии - он первый! Когда вижу все его грамоты, я горжусь им: у меня замечательный папа. И мне есть чему поучиться у него: как людей уважать и любить, как Отечество беречь, как трудиться, думая не только о хлебе насущном, но и о пользе обществу и его процветании.

Труд земледельца всегда стоит в центре внимания российского народа и по праву занимает это место. Ведь с хлебом связаны не только судьбы отдельных людей, но и судьба нашей Родины.

Я преклоняюсь перед великим трудом  тех, кому мы обязаны хлебом. Сутками пропадающие в полях, не знающие отдыха и покоя до тех пор, пока последний колосок не будет обмолочен!

**Актуальность исследования:**  
В наше время многие не задумываются о цене хлеба в нашей жизни, как и каким трудом, он достается, поэтому я решила изучить какой путь проходит зерно, прежде чем стать румяным хлебом у нас на столе.   
  
**Цель исследования:** изучить, откуда берется готовый хлеб  
  
**Объект исследования** : Хлеб  
  
**Задачи исследования**:  
1.Изучить историю появления хлеба

2.Познакомиться с процессом выращивания хлеба   
3.Формировать представления о сельскохозяйственных профессиях и техники  
4.Расширять знания о злаковых растениях (рожь, пшеница, овес) и продуктах, которые из них получают, о свойствах муки и теста.  
5.Поучаствовать в процессе приготовления хлеба  
  
**Практическая значимость**: если человек будет знать, сколько затрачено труда для того, чтобы пришел хлеб к нам на стол, то будет бережнее относиться к нему

**Методы исследования**:

1. Изучение исторической литературы, понятий злаковых, хлеба с помощью энциклопедий и интернета.

2.Понаблюдать, как сеют, выращивают, собирают хлеб на полях Туймазинского района в сельхозпредприятии «Нерал–МАТРИКС»

3.Выяснить процесс превращения зерна в муку

4.Познакомиться с процессом изготовления хлебобулочных изделий на Туймазинском хлебокомбинате

**Предварительная работа**:

1) Сбор информации: о злаковых растениях, о сельскохозяйственной технике, о хлеборобах, о народных традициях;

2) Подбор демонстрационного материала: картинки, иллюстрации, видео материал, злаковые растения, крупы, мука из разных злаков, предметы быта;

3) Подбор литературного материала: пословицы, рассказы, сказки, притчи, стихи.

**Глава 1.Когда и где родился хлеб?**

Ученые полагают, что впервые хлеб появился на земле свыше пятнадцати тысяч лет назад. Жизнь наших предков в те далекие времена была нелегкой. Главной заботой была забота о пропитании. В поисках пищи они то и обратили внимание на злаковые растения. Эти злаки являются предками нынешних пшеницы, ржи, овса, ячменя.

Древние люди заметили, что брошенное в землю зерно возвращает несколько зерен, что на рыхлой и влажной земле вырастает больше зерен. Долгое время люди употребляли в пищу зерна в сыром виде, затем научились растирать их между камнями, получая крупу, и варить ее. Так появились первые жернова, первая мука, первый хлеб.

Первый хлеб имел вид жидкой каши. Она и является прародительницей хлеба. Ее в наше время еще употребляют в виде хлебной похлебки в некоторых странах Африки и Азии. У дикорастущей пшеницы зерна с трудом отделялись от колоса, и чтобы облегчить извлечение их, древние люди сделали еще одно открытие. К тому времени человек уже научился добывать огонь и применял его для приготовления пищи. Было подмечено, что подогретые зерна легче отделяются от колосьев. Собранные злаки начали нагревать на разогретых камнях, которые помещали в вырытые для этого ямы. Случайно человек обнаружил, что если перегревшиеся зерна, то есть поджаренные, раздробить и смешать с водой, каша получается гораздо вкуснее той, которую он ел из сырых зерен. Это и было вторым открытием хлеба.

Примерно шесть с половиной - пять тысяч лет назад человек научился возделывать и культивировать пшеницу и ячмень. В то время изобрели ручные мельницы, ступки, родился первый печеный хлеб. Археологи предполагают, что однажды во время приготовления зерновой каши часть ее вылилась и превратилась в румяную лепешку. Своим приятным запахом, аппетитным видом и вкусом она удивила человека. Тогда-то наши далекие предки из густой зерновой каши стали выпекать пресный хлеб в виде лепешки. Именно с того времени и возникло на земле хлебопечение.

**Глава 2. Как выращивали хлеб на Руси**

Племена первобытных собирателей селились неподалеку от полей диких злаков. Каменными серпами они срезали зрелые колосья. Постепенно люди изобретали различные инструменты, с помощью которых обрабатывали землю, убирали зерно, мололи муку.

Подготовка земли под посев – работа тяжелая. На большей части Руси в давние времена росли могучие, непролазные леса. Крестьянам приходилось выкорчевывать деревья, освобождать почву от корней. Чтобы земля «ожила», надо было ее вспахать, и не раз: сначала осенью, потом весной перед севом. Пахали в те давние времена сохой или косулей. Эти простые инструменты, которые каждый крестьянин мог смастерить сам.

Позднее появился плуг, хотя он не полностью заменил соху. Чем пахать, решал крестьянин. Это зависело от почвы. Плуг чаще использовали на тяжелых плодородных почвах. В отличие от сохи плуг не только подрезал пласт земли, но и переворачивал его.

После того как поле вспахано, надо его «причесать». Это борона. Иногда в качестве бороны использовали еловое бревно с большим количеством, длинных сучков.При бороновании все комья разбивались, а камушки удалялись. Земля становилась рыхлой, готовой для сева.

На Руси год начинался весной. От посева во многом зависела жизнь крестьянина. Урожайный год – это безбедная, сытая жизнь. В неурожайные годы приходилось голодать. Крестьяне бережно хранили семена для будущего посева в сухом прохладном месте, чтобы они не проросли раньше времени. Не раз проверяли, хороши ли семена. Зернышки клали в воду – если они не всплывали, а опускались на дно, значит, хорошие. Зерна должны быть также не лежалыми, то есть храниться не больше одной зимы, чтобы им хватило сил справиться с сорняками.

В те времена не было никаких прогнозов погоды, поэтому крестьяне полагались на себя и народные приметы. Наблюдали за природными явлениями, чтобы вовремя начать посев.

День посева – один из самых ответственных, но и самых торжественных дней в земледельческом году. Потому и выходил первый сеятель босым (ногам должно уже было быть тепло) в поле в белой или красной (праздничной) рубашке, на груди у него висело лукошко с семенами. Разбрасывал семена равномерно, с «тайной неслышной молитвой». После сева сева зерна нужно было заборонить.

В давние времена крестьяне отдавали предпочтение ржи: она надежнее, устойчива к холодам и перемене погоды. Пшеничный хлеб вкуснее, но хлопот с этим злаком больше. Пшеница капризна, теплолюбива, может не уродиться.

Крестьяне сажали зерновые культуры не только весной, но и осенью. До наступления сильных холодов сеяли озимые зерновые. Эти растения успевали до зимы дать росток и появиться на поверхности. А когда вокруг желтела листва, то и озимые ростки начинали блекнуть и опадать. Если же долго стояли теплые осенние деньки, то крестьяне специально выпускали на озимое поле скот. Животные съедали ростки, и тогда растение более активно укоренялось. Теперь крестьяне надеялись на снежную зиму. Снег – это шуба для растений. На поля клали ветви деревьев, различные предметы, чтобы снег «цеплялся»за них и оставался на полях.

С того момента как зернышко попало в землю, оно стремится выбраться наружу. Солнышко светит, согревает землю и дает зернышку тепло. В тепле зернышко начинает прорастать. Чтобы зерна росли быстрее, урожай был больше, землю удобряли. Удобрения в те времена были натуральные. Землю удобряли навозом, который скапливался за год от содержания скота.  
 Солнышко дает растениям не только тепло, но и свет. Первые листочки прорастают вертикально вверх, а вот последующие растут в противоположном направлении и потом дают корешки, и из одного зернышка получается целый кустик.

Без помощи крестьян, зерновым не обойтись. Крестьяне «вооружались» различными приспособлениями и боролись с сорняками – «осокой, разными мятами, метлами или метелками и травой костра». Трудиться приходилось много, но победить сорняки не всегда удавалось. Например, если пырей появляется в поле, то вывести его уже очень трудно. Нужно собрать все кусочки корней пырея, иначе из небольшой частички может вырасти новый пырей.  
 Большой вред зерновым полям наносили мыши-полевки, устраивали во ржи зерна, подъедали корни. Настоящее бедствие для злаков представляла саранча, стаи которой могли совсем ничего не оставить от растений. С насекомыми крестьянам помогали сражаться птички – воробьи и особенно коростели.

Жатва – пора ответственная. Крестьянам надо было точно определить время, когда ее начинать, – чтоб и в срок, и в хорошую погоду. И тут уж земледельцы наблюдали за всем и вся: за небом, звездами, растениями, животными и насекомыми. Спелость хлеба проверяли на зуб: рвали колоски, вышелушивали – и в рот: если зернышки хрустят, значит, поспели.  
 За дело брались все вместе, всей семьей выходили в поле.   
Работа была очень трудная. Приходилось вставать до рассвета и отправляться в поле.

Самое главное было вовремя собрать урожай. Все забывали о своих болезнях и горестях. Что соберешь, тем и весь год живешь. Уборка урожая – труд, хоть и тяжкий, но приносящий радость. «Собирание хлеба сопровождается пением, исполненным душевной радости. Убирали зерновые косами и серпами.

Крестьяне скрупулезно рассчитывали сроки жатвы, и если погода не позволяла дождаться, пока зерно поспеет, то его убирали недозрелым.   
 Снопы сначала везли на овин или ригу. Овин – хозяйственная постройка, в которой сушили снопы перед молотьбой. Овин обычно состоял из ямы, где располагалась печь без трубы, а также из верхнего яруса, куда складывали снопы. Рига – постройка с печью для сушки снопового хлеба и льна. Рига была больше овина…

Спелое зерно везли сразу на гумно – огороженный участок земли, предназначенный для хранения, молотьбы и другой обработки зерна, – и там обмолачивали. Это был один из самых тяжелых этапов труда. Люди побогаче старались пригласить кого-нибудь помочь выполнить эту работу.

А состояла работа вот в чем: брали колотило (молотило) или цеп и ударяли по снопам, чтобы зерно «высвободить». Для получения лучших семян и небитой соломы применяли околот снопа о бочку. Позднее эти способы стали заменяться обмолотом с помощью молотилок, которые работали на конной или паровой тяге.

Обмолот хлеба происходил не всегда сразу, иногда этот процесс затягивался, молотили и осенью, и в начале зимы. После обмолота зерно веяли – обычно стоя на ветру с помощью лопаты.

Хлеб, как известно, пекут из муки. Чтобы получить муку, зерно нужно измельчить, перемолоть.

Первыми инструментами для измельчения зерна были каменная ступка и пестик. Затем зерно стали не толочь, а перетирать.

Значительным шагом вперед стало изобретение ручной перетирной мельницы. Ее основа – жернова – две тяжелые плиты, между которыми растиралось зерно. Нижний жернов устанавливали неподвижно. Зерно засыпалось через специальное отверстие в верхнем жернове, который приводился в движение мускульной силой человека или животных. Большие тяжелые жернова вращали лошади или быки.

Молоть зерно стало легче, но эта работа по-прежнему оставалась тяжелой. Ситуация изменилась только после того, как была сконструирована водяная мельница. В равнинных местностях скорость течения рек мала для того, чтобы вращать колесо силой водяной струи. Для создания нужного напора реки запруживали, искусственно поднимали уровень воды и направляли струю по желобу на лопатки колеса.

С течением времени устройство мельницы совершенствовалось, появились ветряные мельницы, их лопасти вращал ветер. Ветряные мельницы строили в районах,где поблизости не было водоемов.

На Руси пекли черный «кислый» хлеб. Черным он назывался потому, что для его приготовления использовалась ржаная мука, а она имеет более темный цвет, чем пшеничная.

Ставили хлеба в печь с молитвой. Ни в коем случае, пока хлеб в печи, нельзя было ругаться или ссориться с кем-нибудь. Хлеб тогда не получится.

Хлеб был кормильцем русского народа, главным лакомством на столе.

**Глава 3. Как выращивают хлеб сейчас**

Наша страна огромная. Нам нужно очень много хлеба, чтобы прокормить всех людей.

Все мы каждый день едим белый и черный хлеб, многие любят сушки, печенье, различные пирожные. Как и кто выращивает хлеб сейчас ?

Чтобы найти ответы на вопросы я обратилась к папе. Мой папа заслуженный работник сельского хозяйства, он возглавляет уникальное предприятие в Туймазинском районе- «Нерал-Матрикс».Предприятие было создано 2004 году и в этом году отметило 10-летие. Здесь производят молоко, выращивают зерновые и зернобобовые культуры. Всего земель-5025 га. Сеют озимую рожь, пшеницу, ячмень и рожь. Предприятие располагает всем необходимым набором техники и машин-жаток, комбайнов и тракторов.

За высокие достижения в сельскохозяйственном производстве Правительством Республики Башкортостан предприятию был присужден Диплом и вручен Президентом РБ Хамитовым Р.З. на День сельскохозяйственного работника и перерабатывающей промышленности 14 ноября 2014 года.

Вместе с ним я нашла ответы на все мои вопросы. Весь путь зерна до хлеба я прошла с ним.

Итак, хлебный каравай начинается с зернышка. На выпечку лишь одного батона уходит 1200 зёрен. И для того чтобы маленькое зернышко стало хлебом, надо три силы: Земля, Солнце, Труд. Хлеб – это дело тысяч и тысяч рук.

Прежде чем посеять пшеницу, зерно проверяют на всхожесть. Сортируют на специальных машинах, их называют сортировальными машинами. Для посева нужны средние, нормальные зернышки. Все злаки бывают яровые и озимые. Яровые сеют весной и убирают осенью. Озимые сеют в августе – сентябре, а убирают в июне – июле, они дают большой урожай.

Отправимся в небольшое путешествие со мной! На хлебное поле!!!

Чтобы вырастить озимую пшеницу или рожь, в августе-сентябре в поле выходят **тракторы**.

На тракторах работают **трактористы** . Что делает трактор? …   Он тащит плуг, борону, рыхлит землю, готовит теплую постель для зерна. Трактор тянет за собой железный плуг, который глубоко вспахивает землю, перемешивая удобрения с землей. После окончания пахоты тракторист принимается за боронование полей. Работа сравнительно несложная, но очень важная для получения высокого урожая. И сеют пшеницу,

Вскоре наступит зима и хлебное поле накроет пушистым снегом. Весной снег растает, напоит почву влагой, и потянутся молодые всходы к солнышку.

Весной трактором боронуют землю и сеют яровую пшеницу в землю. Боронование способствует правильному задержанию влаги в почве, размельчает крупные комки, «заставляет» работать каждый комочек земли.

Вместе с коллективом сельхозпредприятия, мне довелось поучаствовать на празднике первой борозды. На полевом стане накрыли стол, где находился каравай, мука, зерно и вареные яйца. Яйца покрасили в разные цвета. Голубой- символизирует небо, зеленый- растения, желтый- солнце, коричневый- землю. После молитвы всю посевную технику осыпали мукой , папа, я и работники сеяли зерно и катали по пашне вареные яйца, приговаривая: «Уродись, зерно, размером с яйцо»…Затем яйца собирали и трапезничали. Все это сопровождалось заговорами.

За вспашкой земли, за посевом семян, за его ростом следит **агроном**.

Солнце светит, дождик идет. Вскоре на полях появляются зеленые ростки- всходы.

И вот уже все поле в золотистых колосьях. Оно очень похоже на золотое море.

Вот зерна созрели, колоски пожелтели. Пора их косить. Начинается **жатва**. И на поле выходят другие машины – **комбайны**. На комбайнах работают **комбайнеры**. Комбайн – это сложная зерноуборочная машина, работающая исключительно на уборке хлебов. Комбайн косит хлеб, обмолачивает его, ссыпает зерно сначала в особый бункер, а затем в подъезжавшую автомашину, собирает солому в копны и расставляет эти копны по полю. Самоходный комбайн не напрасно называют «кораблём полей». Наверху расположена площадка управления агрегатом. Комбайнёру нужно хорошо видеть посевы, которые он убирает. Чем они гуще, тем осторожнее ведёт он комбайн.

      Обслуживают комбайн два человека – комбайнёр и его помощник. Помощник сидит рядом с комбайнёром и работает только тогда, когда потребуется его помощь – что-нибудь смазать, очистить машину от половы, забивающейся повсюду, или подменить комбайнёра на несколько минут. Особенно нужна его помощь тогда, когда случится что-либо непредвиденное, например, соскочит с шестерён  роликовая цепь и нужно срочно ликвидировать аварию. Ведь каждая остановка машины обходится хозяйству очень дорого.

     Во время уборки комбайнёры становятся настоящими героями села. В их руках судьба урожая. Во время уборочной страды рабочий день комбайнёра длится 15 – 17 часов.

     Словом, комбайн решает одну из самых важных и самых трудных сельскохозяйственных проблем – проблему уборки урожая. Без комбайнов на уборке всегда не хватало бы рабочих рук.

После этого зерно везут на элеватор. **Элеватор** - это место для хранения зерна. По транспортерной ленте зерно отправляется на мельницу. Там его перерабатывают в муку. С мельницы мука отправляется на хлебозаводы и пекарни.

Потом  муку везут на **хлебозавод**. На хлебозаводе специальные машины из муки вымешивают тесто. Другие машины режут его на одинаковые части, придают им разные формы и отправляют   в большие печи для выпечки хлеба, батонов, булочек, баранок и всего того, что мы так любим.

В печи завершается создание чуда – выращенные зернышки превращаются во вкусный ароматный хлеб. Оборудование для выпечки хлеба должно быть безупречным – Только это позволит изготовить хлеб высшего качества. Тестовые заготовки прогреваются постепенно слой за слоем.

Теперь вы знаете, что каждая крошка хлеба – это огромный труд. И это труд не одного человека, а большого количества людей разных профессий: трактористов, Комбайнеров, агрономов, сотрудников мукомольных заводов, операторов, работников транспортных компаний и, конечно пекарей .

**Глава 4. Пословица, поговорки и загадки о хлебе**

В устном творчестве русского народа, упоминание хлеба встречается часто. Это неудивительно, с давних пор он употреблялся в пищу, от того, насколько богат был урожай, зависела судьба людей до следующей жатвы.

-Береги хлеб для еды, а деньги для беды.  
-Сеем, пашем, руками машем, о межи тупим, а хлеб круглый год купим.  
-Тот счастлив, у кого есть хлеба с душу, платья с тушу, денег с нужу.  
-У голого порой бывает пир горой, да горько после пиру – ходить за хлебом по миру  
-И богат мужик, да без хлеба — не крестьянин.  
-У нищего хлеб на уме, у скупого и корочки на счету.  
-Всяк на себя хлеб добывает.  
-Невеяный хлеб не голод, а посконная рубаха не нагота.  
-Хлеб – батюшка, вода – матушка.   
-Хлеб хлебу брат.   
-Худ обед, когда хлеба нет.   
-Хлеба ни куска, так и в горнице тоска.   
-Хлеб да вода – мужицкая еда.  
-Хлебушко – калач дедушка.  
-Хлеба нет – корочка в честь.  
-Сколько ни думай, а лучше хлеба-соли не придумаешь.   
-Человек хлебом живет, а не промыслом.   
-Покуда есть хлеб да вода, все не беда.   
-Без хлеба, без соли худая беседа.   
-Палата бела, а без хлеба в ней беда.   
-Плевать на обед коли хлеба нет.   
-Хлеб – дар божий, отец, кормилец.  
-Хлеб да соль, и обед пошел.  
-Без хлеба, без соли никто не обедает.  
-Не в пору и обед, коли хлеба нет.  
-Хлеб черствый – обед честный.  
-Был бы хлеб, а зубы сыщутся.  
-Бел снег, да по нем собака бежит, черна земля, да хлеб родит.  
-Была бы голова на плечах, а хлеб будет.

**Загадки о хлебе.**  
  
Отгадать легко и быстро:  
Мягкий, пышный и душистый,  
Он и чёрный, он и белый,  
А бывает подгорелый. (Хлеб)  
  
Комковато, ноздревато,  
И губато, и горбато, и твердо,  
И мягко, и кругло, и ломко,  
И черно, и бело, и всем мило. (Хлеб)  
  
Всем нужен, а не всякий сделает (Хлеб)  
  
Бьют меня палками, жмут меня камнями,  
Держат меня в огненной пещере,  
Режут меня ножами.  
За что меня так губят?  
За то, что любят. (Хлеб)  
  
Круглобок и маслян он,   
В меру крут, посолен, -  
Пахнет солнечным теплом,   
Пахнет знойным полем. (Хлеб)  
  
Мнут и катают,  
В печи закаляют,  
Потом за столом  
Режут ножом. (Хлеб)  
  
Вот он –  
Тёплый, золотистый.   
В каждый дом,   
На каждый стол –  
Он пожаловал – пришёл. В нем –   
Здоровье, наша сила,   
В нем –   
Чудесное тепло.   
Сколько рук  
Его растило,   
Охраняло, берегло! (Хлеб)  
  
Кольцо не простое,  
Кольцо золотое,  
Блестящее, хрустящее,  
Всем на загляденье...  
Ну и объеденье! (Баранка или бублик.)  
  
Что на сковородку наливают  
Да вчетверо сгибают? (Блины.)  
  
В печь сперва его сажают,  
А как выйдет он оттуда,  
То кладут его на блюдо.  
Ну, теперь зови ребят!  
По кусочку все съедят. (Пирог.)  
  
Ты не клюй меня, дружок, голосистый петушок.   
В землю теплую уйду, к солнцу колосом взойду.   
В нем тогда, таких как я, будет целая семья. (Зерно)   
  
Вырос в поле дом. Полон дом зерном. Стены позолочены. Ставни заколочены. Ходит дом ходуном на столбе золотом (Зерно)

**Считалки о хлебе.**  
  
"Дождик, дождик, поливай - будет хлеба урожай.   
Будут булки, будут сушки, будут вкусные ватрушки".   
"Катилася торба с высокого горба. В этой торбе хлеб, соль, пшеница.   
С кем ты хочешь поделиться?"  
  
  
**Чистоговорки о хлебе.**  
  
Жок-жок-жок - это пирожок.   
Шки-шки-шки - мама жарит пирожки.   
Шки-шки-шки - мы любим пирожки.   
Жок-жок-жок - кушай Женя пирожок.   
Ач-ач-ач - вот калач.   
Чи-чи-чи - пекуться в печке калачи.   
Чи-чи-чи - мы любим калачи.   
Чи-чи-чи - на праздник будут калачи.

**Приметы:**  
  
 Не разрешалось, чтобы один человек доедал хлеб за другим – заберешь его счастье и силу. Нельзя есть за спиной другого человека – тоже съешь его силу.   
  
 Дашь во время еды хлеб со стола собакам – постигнет бедность.  
  
 При молодом и стареющем месяце нельзя было начинать посевов: “Добро сеять при полном месяце!” Хотя хлеб, посеянный в новолуние, растет и зреет скоро, но колос не будет богат зерном. И наоборот: “полнолунный хлеб” растет тихо и стеблем короток, но зато обилен полновесным зерном.  
  
 Если солнышко закатилось – “не починай новой ковриги”, а то хлеб будет нехорош, да и все хозяйство может прийти в упадок. Ну, а если очень нужно отрезать хлеба, то горбушку не ели, а отрезав, сколько нужно, горбушку приставляли к ковриге.  
  
 Самым большим грехом на Руси считалось уронить хотя бы одну крошку хлеба, еще большим – растоптать эту крошку ногами.   
  
 Люди, преломившие хлеб, становятся друзьями на всю жизнь.  
  
 Принимая хлеб соль на рушнике, хлеб следует поцеловать.

**Интересные факты**

Из зернышка пшеницы можно получить около 20 миллиграммов муки первого сорта. Для выпечки одного батона требуется 10 тысяч зерен.

Хлеб дает нашему организму белки, углеводы, обогащает его магнием, фосфором, калием, что необходимо для работы мозга. Хлеб содержит витамины. Ученые-медики считают, что взрослый человек должен съедать в сутки 300-500г хлеба, при тяжелой работе все 700г. Детям, подросткам нужно 150-400г хлеба. Почти половину своей энергии человек берет от хлеба. Самыми популярными злаками для хлеба являются пшеница, рожь и ячмень.  
 Для выпекания «хлебоподобных» изделий могут использовать также муку из овса, кукурузы, риса, гречи.

Блюда из пшеницы нормализуют пищеварение и обменные процессы, выводят шлаки из организма, являются хорошей профилактикой дисбактериоза и диатеза, способствуют укреплению мышц.

Овес по содержанию легкоусвояемых белков и жиров богаче других злаков. Также он отличается хорошим соотношением углеводов, белков, жиров и витаминов группы В.

**Заключение**

Проведенное исследование открыло для меня много нового. Я узнала, какой долгий путь проходит зерно, прежде чем стать румяным хлебом у нас на столе.

Узнала, что хлеб очень полезен, в нем находятся практически все питательные вещества необходимые человеку, почему люди с давних времен свято почитают и ценят хлеб.

Я увидела, как много труда надо затратить, чтобы получить хлеб. Поэтому к нему следует бережно относиться, т.е. не бросать на пол, не топтать. Все люди мира ценят хлеб и знают, что «Хлеб – это наше богатство, достояние!

Верно, к хлебу нужно относиться уважительно и бережно. Увидите кусок хлеба на земле, не затаптывайте его в грязь, поднимите. Положите повыше, чтобы птицы склевали. Помните: хлеб – это труд тракториста, который посеял зерно; хлеб-это труд комбайнера, который его убирал; хлеб-это труд пекаря, который его выпекает с большой любовью!

Хлеб наш берегите!

Хлебом не сорите!

Хлеб наш уважайте!

С хлебом не играйте!

Хлеб выбрасывать нельзя!

Берегите хлеб, друзья!

С огурцами ли, с картошкой,

Надо хлеб съедать до крошки.

Потому что много сил

Тратит тот, кто хлеб растил.

Хлеб растят с любовью-

Ешьте на здоровье.

**Список литературы**

1.Ахияров К.Ш., Петрова З.П. Поклонимся хлебу. – Уфа: Башк. кн. изд-во, 1987.,

2.Барыкин К.К. Хлеб, который мы едим. – М.: Политиздат, 1983.,

3.Ожегов С.И., Шведова Н.Ю. Толковый словарь русского языка: 80 000 слов и фразеологических выражений / М.: Азбуковник, 1997 г,

4.Тамбиев А.Х. Экологическая азбука для детей: Растения. - М.: Школьная Пресса, 2000. - 32с.

5.Устинов А.Н.Сельскохозяйственные машины: Учебник для нач. проф. Образования- М.: «Академия», 2004 г.,

6.Шорыгина Т.А. Беседы о хлебе. Методические рекомендации. - М.: ТЦ Сфера, 2012.

7. Ресурсы интернета: htt:///www