

Народы России: Буряты — традиции, культура и быт

Буряты — коренной народ Сибири, один из крупнейших монголоязычных народов России. Численность бурят в России составляет около 500 тысяч человек. Буряты издавна славятся гостеприимством, уважением к старшим и глубокой связью с природой.



Где живут буряты

Буряты живут в Восточной Сибири, вокруг озера Байкал — самого глубокого озера в мире. Основные территории проживания — Республика Бурятия (столица — Улан-Удэ), Забайкальский край и Иркутская область. Эти места отличаются суровым климатом, величественными горами и бескрайними степями.

Национальные традиции и праздники

- **Сагаалган (Белый месяц)** — бурятский Новый год по лунному календарю, отмечается в феврале. Это главный праздник бурят. Люди надевают нарядную одежду, ходят в гости к родственникам, начиная со старших, и обмениваются подарками.
- **Сурхарбан** — летний спортивный праздник, «Три игры мужей»: стрельба из лука, борьба и конные скачки. В наши дни в Сурхарбане участвуют и женщины.
- **Уважение к старшим** — одна из главных бурятских традиций. При встрече младший первым приветствует старшего. Старшим всегда предлагают лучшее место за столом и первую чашку чая.
- **Обряды на природе** — буряты бережно относятся к природе. Перед путешествием или важным делом принято обращаться к духам местности, повязывать цветные ленточки (хадаки и залаа) на священных местах.

Национальная одежда

Традиционная одежда бурят приспособлена к суровому сибирскому климату и кочевому образу жизни.

- **Дэгэл** — тёплый длинный халат, запахивающийся слева направо. Зимний дэгэл шьют из овчины, летний — из ткани. Праздничные дэгэлы украшают яркой вышивкой и орнаментом.
- **Пояс (бүһэ)** — обязательная часть мужского костюма. Пояс повязывали мальчикам с пяти лет — это символизировало их мужское начало.
- **Головные уборы** — мужчины носили остроконечные шапки с кисточкой наверху, женщины — разнообразные украшения из серебра и коралла.

- **Гутулы** — традиционные сапоги с загнутыми вверх носками. Загнутый носок — не только украшение: буряты верили, что нельзя «ранить» землю острым носком обуви.

Национальные блюда

Бурятская кухня основана на мясе и молочных продуктах — пище кочевников-скотоводов.

- **Буузы (позы)** — самое известное бурятское блюдо. Это большие пельмени из рубленого мяса, приготовленные на пару. Буузы едят руками — сначала надкусывают и выпивают бульон, потом едят мясо.
- **Бухлёр** — наваристый мясной бульон из баранины с луком. Простое, но очень вкусное и согревающее блюдо.
- **Саламат** — каша из муки, сваренная на сметане. Считается обрядовым блюдом и подаётся на праздниках.
- **Урмэ** — замороженные взбитые сливки с ягодами. Это бурятское мороженое!
- **Зелёный чай с молоком и солью** — традиционный бурятский напиток. Он может показаться непривычным, но прекрасно согревает и утоляет голод.

Жилище

- **Юрта** — традиционное жилище бурят-кочевников. Юрта — круглый каркасный дом, покрытый войлоком из овечьей шерсти. Юрту можно было собрать и разобрать за несколько часов, что очень удобно при кочевом образе жизни.
- Внутри юрты у каждого было своё место: северная сторона (напротив входа) — почётная, для хозяина и гостей. Правая сторона — женская, левая — мужская.
- В центре юрты располагался **очаг** — символ семьи и благополучия. К огню буряты относились с особым почтением: нельзя было плескать в огонь воду или бросать мусор.
- Сегодня большинство бурят живут в обычных домах и квартирах, но юрты по-прежнему ставят на праздниках и используют как летние жилища на пастбищах.

Знаменитые буряты

- **Хамбо-лама Итигэлов** — буддийский лама, чьё нетленное тело было обнаружено спустя 75 лет после его ухода. Это одна из величайших загадок и святынь бурятского буддизма.
- **Геннадий Айдаев** — многолетний мэр Улан-Удэ, при котором город значительно преобразился.
- **Мерген Дашинимаев** — чемпион мира по стрельбе из лука — традиционному бурятскому виду спорта.

Бурятская культура — это гармония человека и природы, уважение к традициям предков и открытость миру. Знакомя детей с культурой бурят, мы открываем для них удивительный мир Байкала и степей Сибири.

Читайте также

- [Народы России: Русские — традиции, культура и быт](#)
- [Народы России: Удмурты — традиции, культура и быт](#)
- [29 апреля — Международный день танца: танцевальные занятия для дошкольников](#)

Читайте также: [День Байкала — 13 сентября: как рассказать детям о самом глубоком озере планеты](#) — факты, занятия и готовая тематическая неделя.



Больше материалов и статей — на нашем сайте

Наведите камеру телефона на код — откроется каталог: более 3300 готовых материалов для детей 3–7 лет и все статьи для педагогов и родителей.

igrayrazvivaysya.ru