

Народы России: Русские — традиции, культура и быт

Русские — самый многочисленный народ России. По данным переписи населения, в стране проживает более 105 миллионов русских. Русский язык является государственным языком Российской Федерации. Русская культура богата и разнообразна — она складывалась на протяжении многих веков и вобрала в себя традиции разных регионов огромной страны.



Где живут русские

Русские расселены по всей территории России — от Калининграда на западе до Владивостока на востоке. Исторически русские жили в центральной части страны — в Московской, Владимирской, Ярославской, Костромской, Тверской областях. Со временем русские освоили Сибирь, Урал, Дальний Восток и юг страны.

Национальные традиции и праздники

Русская культура славится яркими праздниками и обычаями, многие из которых сохранились до наших дней.

- **Масленица** — весёлый весенний праздник проводов зимы. Целую неделю пекут блины, катаются с горок, водят хороводы, а в последний день сжигают чучело зимы.
- **Пасха** — один из главных православных праздников. На Пасху красят яйца, пекут куличи и обмениваются приветствием «Христос воскрес!».
- **Рождество** — отмечается 7 января. Накануне — Сочельник, когда вся семья собирается за праздничным столом.
- **Иван Купала** — летний праздник, связанный с водой и огнём. Молодёжь прыгает через костры, плетёт венки и пускает их по воде.
- **Хороводы и народные игры** — «Ручеёк», «Горелки», «Каравай» — эти игры знакомы каждому ребёнку и до сих пор используются на праздниках в детских садах.

Национальная одежда

Традиционная русская одежда красочна и нарядна. Она различалась в зависимости от региона, но имела общие черты.

- **Сарафан** — длинное женское платье без рукавов, надевавшееся поверх рубахи. Сарафаны шили из ярких тканей и украшали вышивкой.

- **Рубаха-косоворотка** — мужская рубаха с застёжкой сбоку, а не посередине. Её носили навывпуск и подпоясывали кушаком.
- **Кокошник** — нарядный женский головной убор в форме полумесяца или веера, украшенный бисером, жемчугом и вышивкой.
- **Лапти** — обувь, сплетённая из лыка (коры липы). Лапти носили крестьяне в повседневной жизни.
- **Валенки** — тёплая зимняя обувь из овечьей шерсти. Валенки и сегодня носят в сельской местности.

Национальные блюда

Русская кухня сытная, разнообразная и основана на простых натуральных продуктах.

- **Щи** — суп из капусты, один из древнейших русских блюд. Говорили: «Щи да каша — пища наша».
- **Блины** — тонкие лепёшки из теста, символ солнца. Блины едят со сметаной, мёдом, вареньем, икрой.
- **Пельмени** — тесто с мясной начинкой, сваренное в воде. Пельмени лепили всей семьёй — это было общее занятие.
- **Пироги** — с капустой, мясом, рыбой, яблоками, ягодами. Пирог — главное украшение праздничного стола.
- **Каша** — гречневая, овсяная, пшённая. Каша была основой ежедневного питания.
- **Квас** — традиционный напиток из хлеба. Квас пили в жару для утоления жажды.

Жилище

Традиционное жилище русских — деревянная изба.

- **Изба** строилась из брёвен и была тёплой даже в суровые морозы. Окна украшали резными наличниками.
- **Печь** занимала центральное место в доме. На печи спали, в печи готовили еду, печь обогревала весь дом.
- **Красный угол** — самое почётное место в избе, где висели иконы и стоял обеденный стол. Гостей сажали ближе к красному углу.
- Во дворе стояли **хозяйственные постройки**: амбар для хранения зерна, хлев для скота, баня.

Знаменитые русские люди

- **Александр Пушкин** — великий поэт, автор сказок «О рыбаке и рыбке», «О царе Салтане», «О мёртвой царевне». Его произведения знает каждый ребёнок.
- **Юрий Гагарин** — первый человек, полетевший в космос 12 апреля 1961 года.
- **Пётр Чайковский** — великий композитор, автор музыки к балетам «Лебединое озеро», «Щелкунчик», «Спящая красавица».
- **Иван Айвазовский** — художник-маринист, прославившийся картинами моря.

Русская культура — это бескрайнее богатство традиций, ремёсел и искусства. Знакомя детей с культурой русского народа, мы помогаем им понять и полюбить свою Родину.

Читайте также

- [Народы России: Буряты — традиции, культура и быт](#)
- [Народы России: Удмурты — традиции, культура и быт](#)
- [Как интересно провести праздник Пасхи с дошкольниками](#)
- [11 апреля — День берёзы: занятия о деревьях для дошкольников](#)



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