

# ТРАДИЦИИ

«Какова сторона,  
таков и обычай»

Народные традиции – одна из составных частей культурного наследия русского народа, они открывают огромные возможности, давая знания и опыт, помогают выработать способность управлять собственными действиями, переживаниями и состояниями, поступками в соответствии с интересами других людей, требованиями общественного долга.

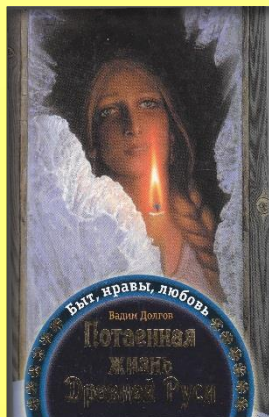
К народным традициям относятся праздники, обряды, обычаи, игры, особенности кулинарии, методы сохранения здоровья и лечения больных.





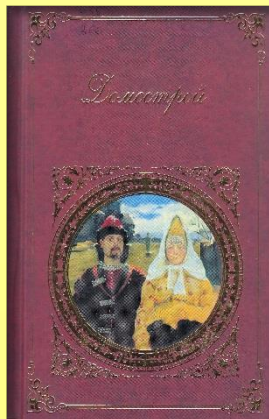
**1. Бабушкина домашняя книга. – Санкт-Петербург : ТДЛ, 2015. – 320 с.**

Помните, как в детстве мы любили гостить у бабушки? Со страниц этого удивительного издания бабушка поведает нам о праздничных обычаях Руси; о том, как нужно правильно питаться, чтобы оставаться здоровым и сильным. Бабушка поделится с нами дачными хитростями и секретами домоводства, а если мы заболеем, предложит чудо-настойку, после которой боль как рукой снимет. Восстановить атмосферу детства с её спокойствием и уютом нам помогут бабушкины рецепты. Приготовленные по ним пирожки и творожок, бульоны и котлетки, варенье и малосольные огурчики вернут нас в состояние безмятежного счастья, которое возможно только в гостях у бабушки!



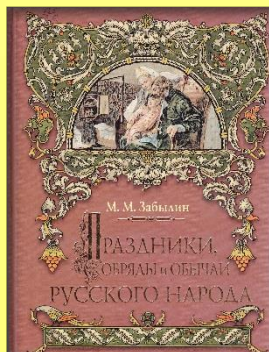
**2. Долгов В. В. Потаённая жизнь Древней Руси : Быт, нравы, любовь / В. Долгов. – Москва : Яуза : Эксмо, 2009. – 512 с. – (Русские корни).**

Данная книга – лучшее на сегодняшний день, самое полное и достоверное, по-настоящему увлекательное исследование повседневной жизни Древней Руси, позволяющее нам лучше узнать и понять своих далёких предков.



**3. Домострой : сборник. – Москва : Эксмо, 2009. – (Русская классика).**

«Домострой» – памятник русской литературы XVI века, справедливо признаётся одним из важнейших источников для отображения частной жизни наших соотечественников. Это свод житейских правил и наставлений, в котором подробно расписаны правила приготовления пищи, приёма гостей, свадебного обряда, ведения хозяйства, лечения больных.



**4. Забылин М. Русский народ: его обычаи, предания, обряды и суеверия / М. Забылин. – Москва : Эксмо, 2008. – 608 с. : ил. – (Иллюстрированные энциклопедии русской культуры).**

Эта книга о преданиях и обычаях русского народа – плод кропотливых усилий М. Забылина, видного знатока русской старины и собирателя славянских древностей. Описания обрядов и поверий, сказки, былины, заговоры и гадания таят в себе неизъяснимое очарование, доступное сердцу каждого, в ком жива любовь к Отечеству и верованиям наших предков.



**5. Каштанов Ю. Е. Русский костюм / Ю. Е. Каштанов. – Москва : Белый город, 2009. – 48 с. : ил.**

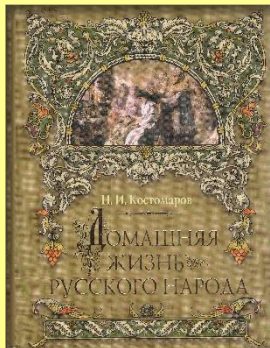
Одежда может многое рассказать о человеке, о складе его души, верованиях и приобретённых привычках. Но в многовековую культуру русского бытового костюма время вносит свои поправки.



**6. Ковалёв В. М. Русская кухня: традиции и обычаи / В. М. Ковалёв, Н. П. Могильный. – Москва : Сов. Россия, 1990. – 256 с. : ил.**

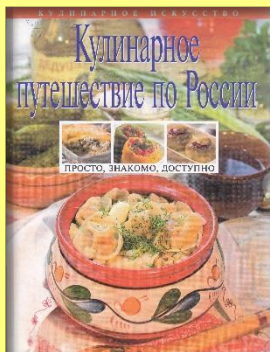
Где, в каком ресторане сегодня угостят вас гречневыми блинами, курником или ушным? А ведь всё это исконно русские блюда, весьма высоко ценившиеся современниками и Александра Невского, и Петра I, и А. С. Пушкина. Задача книги напомнить о веками складывавшихся в России традициях национальной кухни – удивительно разумной, полезной и, безусловно отвечающей современным научным взглядам на рациональное питание.





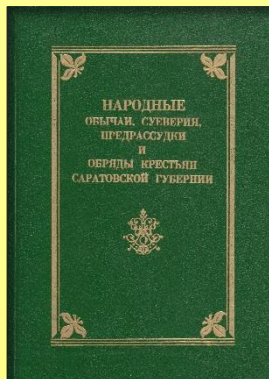
**7. Костомаров Н. И. Домашняя жизнь русского народа / Н. И. Костомаров.  
– Москва : Эксмо, 2008. – 672 с. : ил.**

Труды, вошедшие в это издание, отличаются всесторонним изучением быта и нравов русского народа, глубоким проникновением в самые потаённые их уголки. Обычаи, привычки, повседневные заботы, праздники и в целом обустройство гармоничного лада личной и общественной жизни – главные темы этой книги умело структурированы и увлекательно изложены автором, удачно сочетавшим научную смелость и литературный дар.



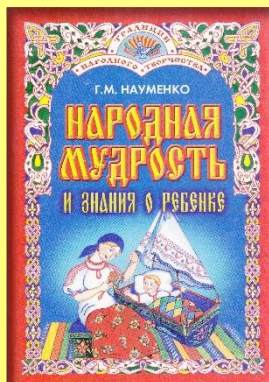
**8. Кулинарное путешествие по России. – Москва : Эксмо, 2009. – 512 с. : ил. – (Кулинарное искусство).**

Кулинария – неотъемлемая часть культуры, воплощающая народные традиции и характер. На протяжении веков национальные кухни взаимообогащались, люди перенимали опыт соседей, и в то же время каждый народ сумел сохранить свой неповторимый колорит, свои национальные блюда, которыми по праву гордится. Попробовав блюда разных народов нашей страны, вы совершите своеобразное путешествие по бескрайним просторам, насладитесь вкусом аварского Ханкала и башкирской кулламы, якутской строганины и осетинских пирогов, русской буженины и донской ухи. В книге классические рецепты соседствуют с редкими, архивными, избранными.



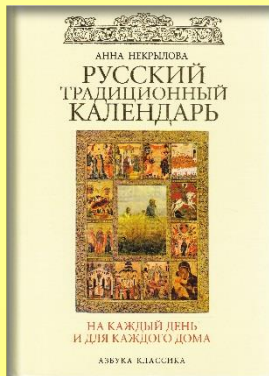
**9. Народные обычаи, суеверия, предрассудки и обряды крестьян Саратовской губернии. Собраны в 1861-1888 годах : репринтное воспроизведение / [А. Н. Минх]. – Саратов : [б. и.], 1994. – 152 с.**

Книга издана по инициативе Саратовской областной научной библиотеки и областного методического центра культуры и творчества. Она явилась продолжением общей работы по популяризации фольклора, истории, культуры, этнографии Саратовского края. Изданная впервые более ста лет тому назад, книга стала библиографической редкостью. Подлинный экземпляр книги хранится в фонде Саратовской областной научной библиотеки.



**10. Науменко Г. М. Народная мудрость и знания о ребёнке. Этнография детства : сборник фольклорных и этнографических материалов / Г. М. Науменко. – Москва : Центрполиграф, 2001. – 431 с.**

Перед вами энциклопедия традиционной крестьянской жизни матери и ребёнка. В форме подлинных, записанных рассказов русских крестьян, хранителей самобытного народного языка, напевов, образов книга раскрывает всю систему народной педагогики от зачатия, рождения до пестования, лечения и начального воспитания. Книга будет интересна родителям, воспитателям, учителям, а также широкому кругу любителей народного языка, фольклора и обычаев.



**11. Некрылова А. Ф. Русский традиционный календарь на каждый день и для каждого дома / А. Ф. Некрылова. – Санкт-Петербург : Азбука-классика, 2007. – 768 с. : ил.**

Книга представляет собой последовательный рассказ о каждом дне года и связанных с ним народных представлениях и обычаях. В них отразились знания священной истории, церковный календарь, ритм сельскохозяйственных работ и мифологическое мышление русского крестьянина.

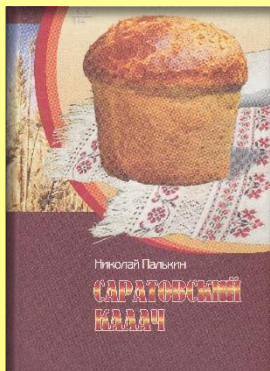
Публикуемый материал уникален: это описание обрядов и обычаев, приметы, гадания, песни, пословицы, былички и т. д.

В книгу так же вошли статья о русском календаре, словари устаревших диалектных слов и церковных терминов.



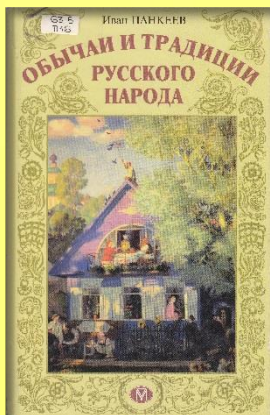
**12. Палькин Н. Е. «Окрасился месяц багрянцем...» / Н. Е. Палькин. – Саратов : Детская книга, 1999. – 192 с. : ил.**

В чем красота и сила русской песни? Как уберечь и сохранить вековые традиции песенного искусства? Кому обязаны мы своей духовностью? Как в конце концов рождаются песни новые? Поиски ответов на эти вопросы и составляют содержание книги поэта Н. Е. Палькина.



**13. Палькин Н. Саратовский калач / Н. Палькин. – Саратов : Приволж. кн. изд-во, 2010. – 144 с.**

Кто в России не знает, что такое тульский пряник, дымковская игрушка, оренбургский платок? Саратовский калач – такой же символ хлебного изобилия волжского города. Появившись на столе саратовцев в XIX веке, он до сих пор является любимым лакомством горожан. Кто его изобрел, чем он необычен, как его выпекают – об этом узнает читатель из книги.



**14. Панкеев И. Обычаи и традиции русского народа / И. Панкеев. – Москва : ОЛМА-ПРЕСС, 1999. – 542 с.**

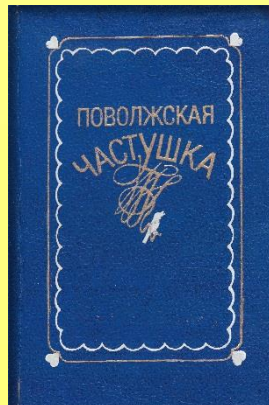
Прочитав эту книгу вы узнаете о том, как крестить ребенка, выбирать ему имя, какими играми забавлять, как вести себя в церкви, что дарить новобрачным, как правильно праздновать масленицу и т.д. Книга содержит десятки фольклорных и литературных иллюстраций – тексты колыбельных песен, свадебных, календарных, отрывки из произведений отечественных классиков. Это и справочное пособие, и сборник одновременно.





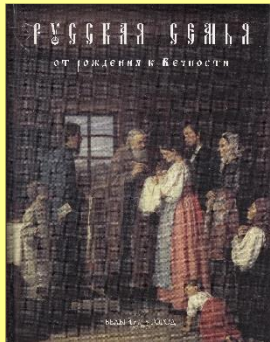
**15. Песней наполнено сердце моё: книга о жизни и творчестве народной исполнительницы Елены Андреевны Сапоговой / сост. и ред. Н. Ю. Тяпугина. – Саратов : Марк, 2013. – 260 с. : ил.**

В книге содержатся мысли и многолетние наблюдения народной артистки России, исполнительницы фольклорных жанров Е. А. Сапоговой. Сюда вошли её советы и рекомендации о преподавании народного пения, а также статьи, очерки и зрительские отзывы об искусстве этой замечательной народной исполнительницы.



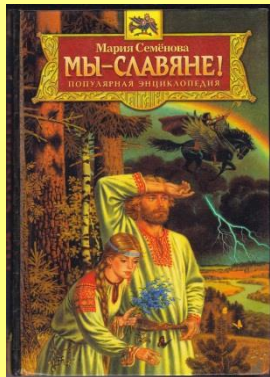
**16. Поволжская частушка / сост. В. К. Архангельская. – Саратов : Детская книга, 1994. – 320 с.**

Частушка – жанр очень популярный и любимый народом. Задача сборника – показать богатый фольклор волжского края, его литературные традиции.



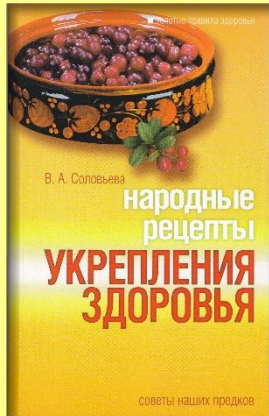
**17. Русская семья: от рождения к Вечности. – Тверь : Белый город, 2008. – 360 с. : ил.**

Книга показывает читателям красоту и неповторимость главных событий жизненного круга человека, особенно если они обогащены и одухотворены нашими бытовыми и праздничными традициями. Книга представлена богатым литературно-публицистическим, мемуарным, художественным материалом, письмами, текстами и нотами народных песен и музыкальных игр, сценариями семейных праздников.



**18. Семёнова М. Мы – славяне! : Популярная энциклопедия / М. Семёнова. – Санкт-Петербург : Азбука-классика, 2005. – 560 с.**

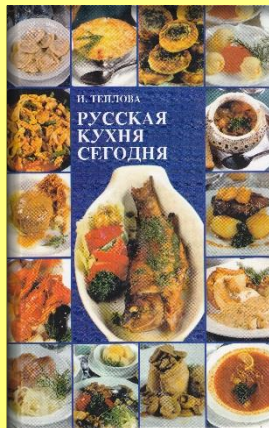
На сугубо документальном материале автор увлекательно и доступно рассказывает о древних славянах. Книга открывает удивительный мир Древней Руси с его верованиями, обрядами, обычаями, бытом... Читатели совершат интереснейший экскурс в прошлое нашей Родины, узнают о жизни своих далёких предков, о том, кому они поклонялись, кого любили и ненавидели, как умели постоять за себя и свой род на поле брани. Немало страниц посвящено тому, как и во что одевались славяне, какие украшения носили, каким оружием владели.



**19. Соловьева В. А. Народные рецепты укрепления здоровья : Советы наших предков / В. А. Соловьева. – Санкт-Петербург : Нева, 2005. – 320 с.**

От большинства наших болезней, недугов можно избавиться, используя советы и рекомендации народных лекарей, травников, которые врачевали при помощи лекарств матушки-природы: трав, ягод, соков, меда и др.

В книге собраны доступные способы профилактики и лечения наиболее распространенных болезней, приведены рецепты изготовления растительных снадобий и методы психологического оздоровления, приемы народной физио- и психотерапии, молитвы, пословицы, даны описания внешних признаков заболеваний. Получить множество мудрых советов народных целителей, практически воспользоваться простыми, но эффективными рецептами вам поможет эта книга.



**20. Теплова И. Н. Русская кухня сегодня / И. Н. Теплова. – Нижний Новгород : Нижегородское кн. изд-во, , 2003. – 512 с.**

В книге представлены лучшие рецепты современной русской кухни.



**21. Терещенко А. В. Быт русского народа / А. Терещенко. – Москва : Русская книга, 1999. – 312 с. – (Народная мудрость).**

Книга знаменитого русского археолога, этнографа, профессора Московского университета Александра Власьевича Терещенко (1806-1865) стала культурным событием научного мира России в середине XIX века. С годами её ценность только возросла: многие элементы русского быта, описанные Терещенко «с натуры», сегодня знакомы нам лишь по его работам. «Быт русского народа» стал настоящей энциклопедией, сохранившей для потомков все элементы жизни россиян: от народного характера и традиций до подробнейших описаний жилья, одежды, кухни, блюд, порядка застолья и развлечений.



**22. Ужegov Г. Н. Детский народный лечебник / Г. Н. Ужegov. – Краснодар : Сов. Кубань, 1995. – 464 с.**

Книга адресована родителям и тем, кто собирается ими стать. Она поможет выбрать пол будущего ребенка, определить его судьбу, а также даст советы женщине, как выносить крепкого и здорового малыша.

Ну, а когда ребенок родится, книга станет надежным помощником в его воспитании, профилактике и лечении различных заболеваний – с первых дней жизни малыша и до школьного возраста.

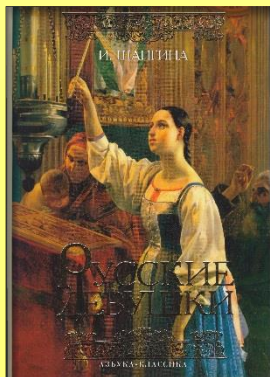




**23. Улыбышева М. Русская изба: от печи до лавочки / М. Улыбышева ; худож. Н. Кондратова, А. Полякова. – 6-е изд. – Москва : Настя и Никита, 2020. – 24 с. – (Настя и Никита ; вып. 133).**

Эта книга, словно машина времени, перенесёт вас на двести лет назад, в девятнадцатый век. Вы почувствуете себя жителем российской деревни, членом большой крестьянской семьи, которая живет в настоящей русской избе. А русская изба, даже самая маленькая, – это огромный мир, целый космос, познакомиться с которым современному человеку будет невероятно интересно.

Для младшего школьного возраста.



**24. Шангина И. И. Русские девушки / И.И. Шангина. – Санкт-Петербург : Азбука-классика, 2008. – 352 с. : ил.**

«Русские девушки» – новая книга известного этнографа И.И. Шангиной. В ней рассказывается о жизни крестьянских девушек во второй половине XIX – начале XX века в семье, в молодежном коллективе и «на миру», об их воспитании, повседневных заботах и праздниках. Автор прослеживает жизненный путь девушки с момента взросления и вступления в пору девичества до первых лет замужества.