

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение  
Стерлитамакский многопрофильный профессиональный колледж  
(ГАПОУ СМПК)

Индивидуальный проект  
**Энциклопедия слова «хлеб» (создание альбома)**

Выполнила:  
студентка I курса группы ПНК-10  
специальности 44.02.02  
Преподавание в начальных классах  
Потеряхина Милена Александровна.

Оценка: \_\_\_\_\_

Дата защиты «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2022 г.

Руководитель: \_\_\_\_\_

Руководитель:

Долгова Елена Вячеславовна.

Стерлитамак, 2022

## Содержание

Введение.....	3
§ 1. Характеристика понятия слова «хлеб».....	5
§ 2. Описание процесса создания альбома «Энциклопедия слова "хлеб"».....	22
Заключение.....	25
Список литературы.....	26

## Введение

Хлеб – всему голова. Без хлеба не было бы жизни на земле. Хлеб – это начало жизни. С самых древних времен он представляет символ богатства, обеспеченности, изобилия.

Каждое утро наше начинается с хлеба. Он приходит к нам на стол такой румяный, душистый, ароматный; в виде булочек, бубликов, пирогов, но все-таки хлеб. Если на столе нет хлеба – на нем чего-то не хватает. Никакие сладости не сравнятся с ним и не заменят его. Человек выращивает хлеб. А хлеб выращивает человека. Хлеб сопровождает нас всю жизнь – от рождения до глубокой старости.

Хлеб не дорогой, но не все знают, как трудно его достать и какова его истинная цена. Хлеб проходит долгий и трудный путь, прежде чем он достигает нашего стола. Для выращивания зерна на полях днем и ночью, под палящими лучами солнца и проливными дождями, тысячи людей работают по более 120 специальностям (селекционеры, агрономы, инженеры, механики, элеваторщики, зерновые мельницы, строители, автолюбители, пекари, продавцы, трактористы, комбайны и т.д.).

Русский народ всегда с благоговением относился к хлебу, как к дару, спасающему от голода, как к богатству.

Слово «хлеб» так или иначе связано с русской культурой. Оно часто употребляется в нашей речи. Слово «хлеб» встречается в народных песнях, загадках, сказках, приметах, фразеологизмах, пословицах и поговорках, народных играх, художественной литературе и живописи. Этим и вызван интерес к изучению истории слова «хлеб» в русском языке и культуре русского народа. В этой связи всесторонне изучение, значения происхождения и употребления слова «хлеб» является **актуальным**.

**Проблемой проекта** является недостаточная изученность понятия «хлеб» в лингвистическом и культурологическом аспектах.

**Конечный продукт** индивидуального проекта будет выполнен в виде альбома «Энциклопедия слова "хлеб"».

**Тема** проекта – «Энциклопедия слова "хлеб" (создание альбома)».

**Цель проекта:** создать альбом по теме «Энциклопедия слова "хлеб"».

**Задачи проекта:**

- 1) изучить и систематизировать литературу о понятии слова «хлеб»;
- 2) охарактеризовать понятие слова «хлеб»;
- 3) описать процесс создания альбома «Энциклопедия слова "хлеб"».

## **§ 1. Характеристика понятия слова «хлеб»**

Есть в мире понятия, ценность которых ни в чём не измеряется. Это воздух, земля, вода и солнце. К ним можно отнести и хлеб, древний и вечно молодой продукт человеческого труда. «Хлеб всему голова» – гласит народная мудрость. Без хлеба не обходится ни один скромный завтрак, ни будничные обед, ни праздничный стол. Хлеб является одним из основных продуктов питания и всегда присутствует в рационе человека. Хлеб никогда не приедается и содержит почти все необходимые компоненты: белки, углеводы, немного жиров, витамины, минеральные вещества [30].

Историки и археологи считают, что хлеб был «открыт» свыше 15 тысяч лет назад. В каменном веке люди ели зерна в сыром виде. Позднее они научились растирать их между камнями – будущими жерновами, и полученную муку смешивали с водой. Первый хлеб представлял собой жидкую зерновую кашу или похлебку.

Когда древние люди научились добывать огонь, они стали печь пресные лепешки. Первыми настоящими хлебопеками считаются древние египтяне. Ещё во времена строительства пирамид, 5-6 тысячелетий назад, они открыли способ разрыхлять тесто путём брожения, из которого получился гораздо более вкусный хлеб. Так на смену твердокаменным лепёшкам пришли пышные булки.

Считается, что имя хлебу дали древнегреческие пекари. Хлеб они выпекали в глиняных формах – горшках, называвшихся «клибанос». Именно от этого названия и появилось слово «хлеб», которое в разных вариантах позаимствовали другие народы: древние готы называли хлеб «хлайфс», от него в старонемецком языке образовалось слово «хлайб», трансформировавшееся затем в русский «хлеб» [6].

Древние египтяне и греки выпекали хлеб главным образом из пшеницы. В Древней Греции первое упоминание о хлебе, искусство выпечки которого греки позаимствовали у египтян, относится к V веку до н. э.

Хлеб едят почти во всех странах мира. Даже в местах, где пшеница не растёт; муку делают из других ингредиентов, например, из кукурузы, ржи, риса, и используют её для изготовления простых питательных блюд похожих на хлеб.

Благодаря иностранным праздникам, а также огромному количеству и разнообразию ресторанов в нашей стране мы познакомились с хлебом многих национальных кухонь. Сколько людей попробовали, например, чабату (лепёшку из пресного теста) или наан в индийских ресторанчиках. Пиццу употребляют не только в греческой или турецкой кухне, в нашей стране она также стала очень привычной. Европейский хлеб в отличие от азиатского и южноамериканского, главным образом сделан из обычной пшеничной муки с использованием дрожжей. В Европе имеется удивительный выбор различного хлеба – от сдобного, тщательно приготовленного греческого пасхального хлеба до простых, но превосходных багетов (французских булочек). В средневековой Англии чёрный хлеб ели разве что бедняки, а представители состоятельных сословий использовали его, главным образом, в качестве тарелок: большие буханки хлеба, выпеченные несколько дней назад, нарезались крупными ломтями, в середине куска делали небольшое углубление, в которое клали еду. После обеда эти «тарелки» собирали в корзину и раздавали беднякам.

Хлеб и мучные изделия, занимают важное место в питании турок. Любовь к хлебу существуют в этой стране с древнейших времён.

На Руси владели секретом приготовления дрожжевого теста с незапамятных времён. Пекарни когда-то назывались избами. Но пекли хлеб практически в каждом доме. Лишь несколько веков назад возникла специализация хлебных дел мастеров. Появились хлебники, пирожники, пряничники, блинники, ситники, калачники. С ростом благосостояния населения страны доля потребления самого хлеба немного падает, но, тем не менее, это еще основной продукт на столе рабочего, крестьянина, на солдатском столе. Со временем возникает всё больше блюд с использованием муки [12].

Привычка и любовь к черному кислому хлебу у русского народа была настолько сильна, что даже имела серьёзные исторические последствия. Как утверждает авторитет в области истории поваренного искусства Вильям Похлёбкин, один из важнейших в истории Европы расколов – разделение церквей на западную и восточную, католичество и православие – произошёл в значительной степени из-за хлеба. В середине XI века, как известно, в христианской церкви разгорелся спор о евхаристии, то есть о том, следует ли употреблять квасной (кислый) хлеб, как это делалось в Византии и на Руси, или пресный – согласно практике католической церкви. Византия, стоявшая во главе восточной церкви, вынуждена была выступить против запрета папы Льва 9-го употреблять кислый хлеб, так как не сделай она этого, то лишилась бы союза и поддержки Руси. В России же, как мы уже говорили, кислый хлеб воспринимался как символ национальной самобытности, и отказ от него для русских был невозможен. Русские всегда ели больше хлеба, чем мяса, что отмечали практически все иностранные путешественники.

Слово «хлеб» возникло в глубокой древности, поэтому оно имеет «родственников» во всех родственных славянских языках – украинском, белорусском, польском, болгарском и др.

Русский хлеб – не просто продукт питания. Пожалуй, нигде в мире нет такого сакрального отношения к этому продукту, как в России. Тяжелые времена были практически у всех народов, но только у славянских народов веками сохранялось ритуальное отношение к хлебу, как к святому, главному и самому почитаемому продукту.

У восточных и западных славян было принято, чтобы буханка хлеба постоянно лежала на столе в красном углу. Хлеб на столе символизировал достаток дома, постоянную готовность к приёму гостя, а также был знаком божественного покровительства и оберегом от враждебных сил. По общеславянскому выражению, хлеб – «дар Божий», а по русскому, «стол – ладонь Божья». Стол без хлеба считался «сиротским престолом», а дом, где не выпекают хлеб, был лишён внимания Божьего.

На Руси отношение к хлебу было почтительным и строгим. Требовательные правила поведения были продиктованы ни столько этикетом, сколько вековыми народными традициями, тысячелетиями предающимися в семье от отца сыну.

Хлеб никогда не клали на голый стол, только на скатерть, ритуальное хлебное полотенце – рушник вышитый по краям магическими знаками –оберегами. В противном случае люди рисковали обречь себя на «голую», как стол без скатерти, голодную жизнь. Хлеб никогда не клали на стол верхней коркой вниз – это считалось святотатством.

С древнейших времён в народном сознании сохраняется бережливое отношение к хлебу. Выбрасывать хлеб считалось на Руси тяжёлым, непростительным грехом. Даже заплесневевший хлеб выбрасывать нельзя, его следует скормить птицам [13].

В большом этимологическом словаре русского языка М. В. Климовой мы можем найти историю возникновения слова «хлеб». Оно появилось в языке в X-XI веках, произошло от общеславянского слова «chlebъ» [1, с. 241].

В толковом словаре русского языка С. И. Ожегова находим такое объяснение слова: «хлеб»: 1. Пищевой продукт, выпекаемый из муки. Печёный хлеб. Ржаной или черный хлеб. Пшеничный или белый хлеб. 2. Такой продукт в виде крупного выпеченного изделия. Круглый, высокий хлеб. 3. Плоды, семена злаков, размалываемые в муку. Сеять хлеб. Сдача хлеба государству. 4. Такие злаки. Урожай хлебов. Уборка хлеба комбайнами. 5. То же, что пропитание. Зарабатывать себе на хлеб. 6. Средства к существованию, заработок. Эта работа – верный хлеб [3, с. 749].

В словаре Т. Ф. Ефремовой значение слова «хлеб» определяется так: Хлеб – 1. Продукт, выпекаемый из муки. 2. Изделие из муки определенной формы (буханка, батон, каравай и т.п.). 3. Зерно, которое перемалывается в муку для выпечки таких изделий. 4. Растения на корню, из зерен которых изготавливаются мука и крупы, злаки. 5. Пропитание, пища, содержание,



иждивение. 6. Средства к существованию, заработок. 7. Основной пищевой продукт какой-либо страны, местности [27].

В. И. Даль в «Толковом словаре живого великорусского языка» приводит такое толкование слова «хлеб»: колосовые растенья с мучнистыми зернами, коими человек питается и коих посев и жатва основа сельского хозяйства; хлеб на ниве, в поле, хлеб на корню, хлеба мн. Озимые хлеба хорошо стоят, яровые плохи. Хлеб не снят еще, не сжат. Кочевники хлеба не сеют. Хлеба красуются, цветут. Хлеб – Божий дар. С этой земли снято два хлеба, два года сряду, озимый и яровой [26].

Во фразеологическом словаре русского языка М. И. Степановой приводятся следующие примеры фразеологизмов со словом «хлеб»: хлеб насущный – то, что крайне необходимо для жизни, для существования; хлеб-соль – угощение, забота, попечение; даром хлеб есть – бездельничать; делить хлеб-соль – о тесной дружбе; есть чужой хлеб – жить за чужой счёт; забывать хлеб-соль – проявить исключительную неблагодарность тому, чьим дружелюбием и гостеприимством когда-то пользовался; не хлебом единым жив человек – в жизни любого человека важна не только материальная, но и духовная сторона; она хлеба не просит – вещь, которая пригодится; отбивать хлеб – лишать того, что является важным необходимым для кого-либо; перебиваться с хлеба на квас – жить в крайней бедности; посадить на хлеб и воду – наказывать ограничением пищи, голодом; лишать пищи в наказание за что-либо; свой кусок хлеба – честно заработанные деньги; хлебом не корми – о сильном стремлении получить желаемое; о сильном увлеченности чем-либо [4, с. 564 ].

В словаре синонимов русского языка В. Н. Тришина дано немало схожих по значению слов со словом «хлеб»: багель, бала, бархес, беляшка, булка, бурсак, буханец, валок, всему голова, всыпчина, гренок, еда, жевалка, житник, жито, жнитво, заработок, када, калач, каравай [28].

В словаре однокоренных слов О. Д. Ушаковой к слову «хлеб» приводятся такие однокоренные слова: хлебенный, хлебец, хлебина, хлебная, хлебник [30].

Слово «хлеб» часто употребляется в устном народном творчестве. Существует множество русских пословиц и поговорок о хлебе: хлеб вскормит, вода вспоит; блюда хлеб на обед, а слово на ответ; хлеб всему голова; чья земля, того и хлеб; там и рай, где хлеба край; покуда есть хлеб да вода, всё не беда; свой хлеб сытнее; хлеб – батюшка; вода – матушка; без хлеба сыт не будешь; у кого хлебушко, у того и счастье; худ обед, когда хлеба нет; горек обед без хлеба; доплясались, что без хлеба остались. хлеб греет, не шуба; без соли, без хлеба – половина обеда; 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 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; 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 [20].

В русском фольклоре существует множество загадок о хлебе и хлебобулочных изделиях. Вот некоторые из них: 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); 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); Бьют меня палками, /

жмут меня камнями, / Держат меня в огненной пещере, / Режут меня ножами. /  
За что меня так губят? / За то, что любят (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) [8].

Наши предки всегда заботились о том, каким будет будущий урожай пшеницы. Старались обращать внимание на приметы, чтобы понять, чего ожидать и будет ли будущее благополучным. Каждая народная примета несёт своё толкование: если торговец обманывает покупателей и продает им хлеб нечестно, его урожай будет побит градом; мякиш, прилипший к ножу во время резки хлеба, сулил богатый урожай; был собран большой урожай пшеницы – следующий год может стать голодным, нужно делать запасы; когда солнце скрылось за горизонтом, нельзя отрезать кусок от нового хлеба, это приведет к бедности; после нарезки из хлеба не должен торчать нож – отвернёте от себя удачу; людей, которые любят есть белый хлеб, считают тонкими и ранимыми, тех же, кто предпочитает чёрный, – волевыми и решительными; после трапезы не должен оставаться недоеденный хлеб, сделав это, вы притянете к себе неприятности; не стоит есть чужую выпечку – заберёте чужое счастье и удачу; не ешьте хлеб за человеком – украдете его силу; если хлеб упал на пол – скоро придут гости; хлеб, который покрылся плесенью, зачерствел или просто был не доеден, нельзя выкидывать, вместе с ним из дома уйдет здоровье, деньги и мир; люди, которые хоть раз попробовали хлеб с плесенью или ели его чёрствым, защищены от смерти в воде; болезни и беды принесёт хлеб, перевернутый низом вверх; резать хлеб нужно только на столе, если это делать на весу – в доме не будет денег; счастливыми людьми, которым сопутствует удача, считаются те, кто любит есть горбушку и корку; нельзя использовать разные столовые приборы для нарезки – привлечёте в семью ссору [20].

Хлеб – наиболее сакральный (божественный) вид пищи, символ достатка, изобилия и материального благополучия. Осмысляется как живое существо или

даже образ самого божества. Требуется к себе особо почтительного и почти религиозного отношения. В быту и в обрядах часто объединяется с солью.

Хлеб широко использовали в качестве оберега: клали его в колыбель к новорождённому, брали с собой, отправляясь в дорогу, чтобы он охранял в пути, клали на место, где лежал покойник, чтобы хлеб победил смерть и умерший не унёс с собой плодородия, выносили на улицу при приближении грозы или градовой тучи, чтобы защитить посевы, обходили хлебом загоревшееся строение или бросали его в огонь, чтобы остановить распространение пожара.

Хлеб оставляли на ночь на месте будущего дома, чтобы определить, подходит ли оно для строительства; несли его при переходе в новый дом.

Хлеб широко использовали в качестве обрядового дара: брали его с собой, отправляясь свататься, с хлебом и солью встречали гостя, молодых по возвращении из церкви после венчания, везли хлеб вместе с приданым невесты, угощали им друг друга в различных обрядовых ситуациях.

Хлеб, забытый в печи, наделяли особыми свойствами; его давали человеку, который тосковал по умершему, чтобы он забыл их, использовали как лечебное средство.

В русской свадьбе молодых благословляли иконой и хлебом, на рукобитье клали их руки на хлеб при заключении договорённости о свадьбе. Из глубины веков, из старинных легенд дошли до нас слова «клянусь хлебом своим». Самым большим грехом на Руси считалось уронить хотя бы одну крошку хлеба, ещё большим – растоптать эту крошку ногами. Не из-за скупости подбираются все крошки за столом, а из-за почтительного отношения к бесценному продукту [10].

Русская печь, в которой в старину пекли хлеб, являлась сердцем и душой дома, основой крестьянского быта

В русской народной сказке «Гуси-лебеди» печь ассоциируется с женским образом кормилицы.

В ней рассказывается о том, что родители поручили дочери присматривать за маленьким братом, пока они будут на работе. Но девочка

отнеслась к поручению родителей не очень ответственно. Она усадила братца на траве перед домом, а сама ушла играть на улицу. Но прилетели гуси-лебеди и унесли мальчика к Бабе-Яге. Девочка не растерялась, она поняла, что случилось, и бросилась вдогонку.

По пути она встретила печку, яблоню и молочную реку с кисельными берегами. На просьбу подсказать, куда гуси унесли ее братца, волшебные персонажи предлагали девочке сначала угоститься тем, что у них было – пирожками, яблоками и киселем. Но девочка отказывалась от угощения и не получила помощи. Несмотря на это, ей удалось отыскать избушку Бабы-Яги, в которой и находился ее братец. Живущая в избушке мышка посоветовала девочке хватать братца и немедленно бежать домой.

Баба-Яга отправила вдогонку гусей-лебедей. Чтобы спастись от погони, девочке снова пришлось обращаться за помощью к речке, яблоне и печи. И она уже не стала отказываться от их угощений, за что получила своевременную помощь. В конце сказки сестрица и братец благополучно вернулись домой, как раз к приходу родителей.

Главный смысл сказки «Гуси-лебеди» состоит в том, что дороже всего для человека его семья. Любовь к родным и близким, ответственность за их судьбу такая тематика красной нитью проходят через всю сказку. Сказка также учит читателя быть находчивым и решительным, не теряться в трудных ситуациях. Хотя сестрица и допустила ошибку, оставив братца без присмотра, она приложила все усилия, чтобы исправить ситуацию и добилась при этом успеха, вернув маленького братца домой. Сестрица поставила перед собой цель – и этой цели добилась, несмотря на чинимые ей преграды.

В сказке раскрывается тема отзывчивости и благодарности. Когда на просьбы волшебных персонажей отведать угощения девочка отвечала отказом, она не получила никакой помощи. Но когда на обратном пути сестрица отведала предложенные ей угощения, помощь ей была немедленно оказана. Умей быть отзывчивым и благодарным и добро вернется к тебе сторицей [5].

Украинская народная сказка «Колосок» рассказывает нам о трудолюбивом петушке и ленивых мышатах. Петушок делал всё: находил колосок, молотил его, нёс зерно на мельницу, замешивал тесто и пёк пироги. Мышата отказывались помочь петушку, они только плясали и вертелись.

А когда пироги были уже готовы, то мышата тут как тут, сели за стол. Но петушок решил повоспитывать мышат и сказал, что раз они ему не помогали, не трудились, то и пирогами он их не будет угощать.

Колосья злаков являются символом изобилия и материального достатка. Это знак единения с природой и землей. Колос символизирует одновременно и завершение жизненного цикла, и то, что таит в себе новое жизненное начало. Связка колосьев - напоминание о крестьянском труде, о жатве, это символ награды за тяжелый труд.

Эта сказка нас учит тому, что надо быть трудолюбивыми, не лениться, помогать друг другу и тогда можно всего добиться [28].

Бытовые сказки, а именно к таковым относится русская народная сказка «Крылатый, мохнатый да масленый» (в обработке И. В. Карнауховой), чаще всего посвящены столкновению главного героя со сложными жизненными обстоятельствами. С этой точки зрения, русская народная сказка «Крылатый, мохнатый да масленый» выглядит не совсем обычно – в ней сложности создают сами персонажи, вернее один из персонажей. Гармоничная жизнь, где все уравновешено и целесообразно устроено нарушается по прихоти воробья.

В начале сказки читатель видит, как слажено живут в одном доме три существа: воробей, мышка и масленый блин. Их быт давно отлажен за счет того, что функции грамотно распределены: воробей охотится и приносит крупу с полей, мышь занимается заготовкой дров и топит печь, а блин готовит на всех вкусную еду. Так дружно и ладно жили бы герои и дальше, если бы крылатому воробью не пришла в голову предательская мысль о несправедливости мироустройства. В какой-то момент воробей решил, что работать ему приходится больше остальных, и он предложил перераспределить обязанности: теперь сам он топит печь, мышь кашеварит, а блин отправляется за добычей.

С новыми ролями ни один из них не справился. Герои, покалеченные и поумневшие, вернули свой миропорядок в исходное положение. Урок из ситуации в первую очередь, конечно, извлек воробей: он раскаялся в своей гордыне и устыдился своего поведения.

Расплата за ошибки – частый мотив сказочного повествования, в русской народной сказке «Крылатый, мохнатый да масленый» он проявляется особенно ярко. Научить ребенка этой истине и умению нести ответственность за свои поступки – одна из задач этой поучительной истории.

Главная мысль данной детской книжки очень проста и состоит в том, что каждый должен быть на своём месте, то есть заниматься тем делом, которое умеет, к которому расположен и которое любит, как бы работа других ему ни казалась лёгкой, заманчивой, более лучшей и желаемой. Ведь научиться можно всему, но если чем-то занимаешься не по призванию, а только лишь ради выгоды, то счастлив на такой работе ты всё равно не будешь [22].

В белорусской народной сказке «Лёгкий хлеб» повествуется о том, что блага нелегко достаются, что надо много трудиться, чтобы еды всегда было вдоволь.

Работал один косарь на поле и присел отдохнуть. Хлеб вытащил, жуёт. Подошел волк, он и с ним поделился. Понравился ему хлеб. Вот и пожелал волк, чтобы и у него была всегда краюха.

Рассказал ему крестьянин, что нужно сделать, чтобы вырастить поле с ржаными колосьями. Да ведь еще мало вырастить – надо хлеб-то собрать, освободить от сора, перемолоть в муку. Вот только тогда можно тесто замешивать и хлеб печь. Итого – тяжелый труд на поле весной, летом и осенью.

Волк отказывается от идеи самому вырастить хлеб и испечь, так как косарь рассказывает ему, что путь от хлебного зерна до каравайя очень непрост, нескор и труден [17].

Слово «хлеб» здесь можно понимать и как метафору, когда речь идет о собирательном образе. Хлеб – это основа жизни, пища вообще, а его наличие у человека сообщает о благосостоянии в доме.

Смысл сказки «Лёгкий хлеб» состоит в том, что невозможно наскоро, не думая и не трудясь, прокормиться. Волк олицетворяет здесь такого глупца и простака. Он действует, торопясь, не думая, не планируя своих действий, не заглядывая в будущее.

Только последовательными, хорошо спланированными действиями, точно зная, чего хочешь добиться, и готовясь трудиться для достижения этой цели, не жалея усилий, можно чего-то достичь [13].

В шведской песенке «Отличные пшеничные» (Перевод И. Токмаковой) поётся о приготовлении пшеничных пирогов. Дети помогают матери с приготовлением пирогов и обсуждают кто придет попробовать угощение. Они рады поделиться пирогами не только с семьей, но и со всеми, кто может прийти. Даже маленькие крошки мама предложила оставить воробью [24].

Данная песенка учит нас быть щедрыми, делиться с близкими, друзьями, братьями нашими меньшими до самой последней крошки.

Слово «хлеб» так прочно вошло в русский быт, что упоминание о нём встречается и в художественной литературе. Слово «хлеб» включено в название произведений классической и современной литературы: К. Паустовский «Тёплый хлеб», В. Тендряков «Хлеб для собаки», М. Алексеев «Хлеб – имя существительное», М. Пришвин «Лисичкин хлеб», С. Есенин «Песнь о хлебе», Ю. Яковлев «Цветок хлеба».

Приведем примеры использования слова «хлеб» в художественной литературе. В рассказе «Тёплый хлеб» К.Г. Паустовский пишет: «...Филька тащил буханку свежего хлеба, а совсем маленький мальчик Николка держал деревянную солонку с крупной жёлтой солью. Панкрат вышел на порог, спросил: Что за явление? Мне, что ли, хлеб-соль подносите? За какие такие заслуги?» [18].

Произведение Константина Паустовского «Тёплый хлеб» названо так не случайно. В нем речь идёт о том, что конь разгневался и наслал лютый мороз на деревню из-за Филькиного неуважения.



Это грозило голодом. Прежде всего из-за замороженной воды невозможно было смолоть муку на мельнице старика Панкрата, и жители могли остаться без хлеба. Раскаявшийся в своём поступке Филька собирает ребят, а мельник Панкрат – стариков, чтобы разбить лёд и запустить мельницу. Когда беда отступает, над деревней поплыл запах тёплого хлеба. Здесь тёплый хлеб – это символ того, что мороз отступил, что затеплилась надежда, что беда отступила, что люди не умрут от голода. Пока есть хлеб, можно жить и ничего не бояться.

С буханкой свежего хлеба Филька приходит извиняться перед конём за свой проступок. Они мирятся, и конь съедает этот хлеб. Причём мальчишки приносят именно хлеб с солью – это своего рода символ радушия, гостеприимства, открытости. Произведение учит читателя не терять свою человечность, быть вежливым с окружающими и приходить на помощь в трудной ситуации.

В рассказе В. Тендрякова «Хлеб для собаки» читаем: «Мать давала мне в школу завтрак: два ломтя чёрного хлеба, густо намазанных клюквенным повидлом. И вот настал день, когда на шумной перемене я вынул свой хлеб и всей кожей ощутил установившуюся вокруг меня тишину. Я растерялся, не посмел тогда предложить ребятам. Однако на следующий день я взял уже не два ломтя, а четыре...» [23].

Голодное лето 1933-го, посёлок на севере. Семья 10-летнего Володи Тенкова сыта, его отец – начальник. В сквере мрут «куркули», раскулаченные мужики, не доехавшие в ссылку. Володя кормит самого несчастного доходягу – и свою совесть. Но он не в силах помочь всем, и в слезах гонит «шкилетников» от дома. Он дает хлеб собаке, ведь её никому не жалко. Она ест – и он может есть.

Хлеб для собаки здесь – символ совести. Мальчику стыдно есть, пока вокруг мучаются от голода. Помочь кому-то – значит заслужить право и самому что-то съесть в этот день. Когда в стране голод, раскулачивание, несправедливость, жестокость и равнодушие, быть сытым – стыдно. Рассказ

учит милосердию, будит совесть, изображает страшные картины той эпохи, заставляет нас задуматься: а как я бы поступил на месте героя?

В повести М. Алексеева «Хлеб – имя существительное» автор пишет: «...Но Капле, видимо, до конца его дней суждено будет оставаться Каплей, потому что прозвище оказалась так же прилипчиво, как мёд пчелы, во имя которой старик натерпелся разных напастей.

– Пойду-ка я, мать, в сторожа к хлебу, – сообщил он о тайных своих намерениях старухе в первый же день их примирения. – Хлеб – дело серьёзное...» [4].

Рассказ имеет такое название не потому, что слово относится к этой части речи, а потому, что это самое существенное для нас, это сущность нашей жизни, смысл нашего существования. Нам всем нужно заново учиться уважать хлеб, беречь труд простого сельского человека.

Цена хлеба – это тяжёлый труд тысяч людей, которые вложили в него свою душу, любовь, желая, чтобы плоды их труда приносили в каждый дом радость и благополучие. Роль хлеба в нашей жизни бесценна. Это, действительно, имя существительное, без которого у нас нет ни прошлого, ни будущего!

В рассказе «Лисичкин хлеб» М.М. Пришвин пишет: «...– А хлеб лисичкин. Отведай. Осторожно попробовала и начала есть...» [21].

Автор рассказа постоянно бывает в лесу, и всегда возвращается оттуда с богатой добычей. Возвращаясь, он показывал дочери свои находки: грибы и ягоды, различные чудесные травки и корешки, приносит птиц и мелких животных. Обо всем он подробно рассказывает девочке, желая показать ей богатство и щедрость родной природы. А однажды под листиком заячьей капусты Зиночка нашла кусочек чёрного хлеба. Отец захватил его с собой в лес, но не съел. Мужчина поведал дочке, что это хлеб, который называется лисичкин, что бывает он только в лесу. И Зина с наслаждением съела этот ломоть. Раньше она не любила кушать хлеб даже и белый, а чёрный из леса

съедала весь до крошечки. Она объясняла это тем, что у лисички хлеб намного вкуснее.

Своим рассказом автор призывает нас любить и уважать природу, ценить всё то, что она нам даёт, а не только бездумно пользоваться её дарами. И девочка, которая раньше не любила белые булки, стала есть простой чёрный хлеб, потому что это дар лисички и принесён он из леса. [14].

Упоминание о хлебе встречается в стихотворениях многих русских поэтов: В. Жуковский «Кто слёз на хлеб свой не ронял», Б. Пастернак «Хлеб», Н. Добронравов «Хлеб», В. Нарбут «Хлеб», А. Яшин «Свежий хлеб», С. Чёрный «Хлеб», В. Маяковский «Враги хлеба», Н. Рубцов «Хлеб», Д. Кедрин «Хлеб и железо», Ф. Сологуб «О, жизнь моя без хлеба», В. Федоров «Любовь и хлеб», И. Коньков «Самый вкусный, несравненный», А. Дементьев «Хлеб», А. Жемчужников «Всем хлеба», Марина Цветаева «Ушёл, не ем», Г. Стеценко «С белым хлебом положили», И. Уткин «Баллада о мече и хлебе», М. Волошин «Голод».

Так, С.А. Есенин в стихотворении «Песнь о хлебе» пишет: «...И, из мелева заквашивая тесто, / Выпекают груды вкусных яств... / Вот тогда-то входит яд белесый / В жбан желудка яйца злобы класть...» [7].

В нём автор выразил своё отношение к Гражданской войне и голоду в России того времени. Основная мысль стихотворения заключается в трудностях хлебозаготовки. Есенин описывает этот процесс достаточно подробно, что показывает нам все усилия, которыми доставался хлеб.

В отечественной литературе существует множество произведений, в которых упоминается о ценности хлеба, о его значимости в жизни человека, о бережном отношении к хлебу: К. Ушинский «Два плуга», Э. Шим «Хлеб растёт», Д. Кугультинов «Кусок хлеба», Т. Аргези «Хлеб», Ф. Шкулева «Молотьба», Ю. Ждановская «Нива»; М. Глинская «Хлеб»; Я. Дагутите «Руки человека», «Лето»; А. Ремизов «Хлебный голос», Е. Трутнева «Золотой дождик», Н. Телешова «Крупинички», В. Орлов «Хлебушек душистый», И. Токмакова «Что такое хлеб», Т. Лаврова «Из чего печётся хлеб». Все эти

произведения прививают нам любовь к хлебу, учат бережному отношению и уважению к чужому труду.

Хлеб изображён на полотнах многих талантливых художников: А. Смоляк «Хлеб», В. Арсени «Хлеб наш насущный», Л. Луканева «Деревенский натюрморт с хлебом и овощами», Е. Малеина «Два хлеба», М. Ларичев «Блокадный хлеб»; Ю. Кудрин «Натюрморт с хлебом», И. Индюхов «Хлеб Татарстана», Н. Ерохин «Кувандыкский хлеб», Гиллис ван Хюльсдонк «Фрукты, хлеб и вино», Ф. Гойя «Натюрморт с бутылками и хлебом», Сальвадор Дали «Антропоморфный хлеб» и «Корзинка с хлебом».

На картине А. Пластова «На колхозном току» изображено зерно, которое перелопачивают и сушат люди. Художник хотел показать, какова цена хлеба, как прекрасны люди труда, какую радость предоставляет совместная, плодотворная работа. Хочется оказаться на току вместе с этими людьми. Картина вызывает чувство радости. Картина выполнена красками теплых тонов, автор использует оттенки золотистого, коричневого, красного, желтого цветов. От картины веет теплом, кажется, что она пахнет свежим хлебом. Название её связано с высоким назначением хлеба, который ассоциируется с такими понятиями, как жизнь, земля, родина, дом. Хлеб – это то, без чего не может существовать человек. Второе название картины связано с конкретной ситуацией, показанной на картине: люди работают на току.

И. Машков на картине «Снедь московская. Хлебы» изобразил богатство ассортимента продукции одной из городских пекарен. Сюжет натюрморта впечатляет хлебной щедростью. Мы видим изобилие различной выпечки, расположенной весьма хаотично. Снедью в те времена люди называли приготовленную еду для ежедневного потребления. В сюжете Машкова снедь показана праздничной, нарядной, восхищающей разнообразием. Такой натюрморт был характерен для советской эпохи. На переднем плане круглый стол темно-коричневого цвета, который буквально завален вкуснейшей пищей. Здесь и свежий хлеб, и булочки, и крендели, и аппетитные сухарики, а также многие другие ароматные хлебобулочные изделия. Картина притягивает особым



## **§ 2. Описание процесса создания альбома «Энциклопедия слова "хлеб"»**

Изучив и систематизировав литературу по теме проекта, мы создали альбом «Энциклопедия слова "хлеб"».

Альбом – это книга, тетрадь в переплете для стихов, рисунков, каких-нибудь коллекций; книжное издание с репродукциями картин, рисунков, чертежей, фотографий, карт.

Альбом может содержать вступительную статью, подрисуночные подписи, пояснительный текст, библиографию. По целевому значению альбомы могут быть научно-популярными, производственными, учебными. Иногда альбом комплектуют из несброшюрованных репродукций в виде отдельных листов [9].

В словаре Т. Ф. Ефремовой приводится следующее значение слова «альбом»: 1) переплетённые в виде книги или тетради чистые листы, предназначенные для рисования, записи стихотворений, для хранения коллекций марок, открыток и т. п. 2) объединённые какой-либо темой репродукции, чертежи, фотографии и т. п. [10].

Альбомом также называют книжное издание с репродукциями, чертежами, фотоснимками или музыкальными композициями, отвечающими определённой тематике, в сопровождении пояснительного текста.

Целью создания альбома «Энциклопедия слова "хлеб"» является ознакомление читателей с понятием слова «хлеб» в лингвистическом и культурологическом аспектах.

В процессе работы над созданием альбома был изучен и систематизирован материал о значении, происхождении понятия слова «хлеб», об особенностях его употребления в устном народном творчестве, современном русском языке, художественной литературе и живописи.

Для создания альбома была использована программа Microsoft Word. Microsoft Word – текстовый редактор, предназначенный для создания, просмотра и редактирования текстовых документов.

Электронный вариант текста в альбоме набран 14 шрифтом, стилем Times New Roman с интервалом 1,15. Текст выровнен по ширине, абзацный отступ составляет 1,25 см. Для этого необходимо выделить текст, во вкладке «Главная» выбрать необходимый шрифт, его размер и интервал.

Для придания альбому яркости в нём были размещены тематические иллюстрации. Чтобы вставить в документ Microsoft Word картинку, необходимо её выделить, щёлкнуть на нее правой кнопкой мыши, выбрать функцию «Копировать», далее открыть документ, установить курсор на необходимое место в тексте, выбрать на панели инструментов вкладку «Главная», нажать функцию «Вставить». Картинку размещаем по центру текста без использования абзацного отступа.

Для размещения в текстовом документе рамки, необходимо выбрать вкладку «Разметка страницы», перейти во вкладку «Границы страниц». Из предложенных тем выбрать «Страница», далее выбрать нужную рамку во вкладке «Рисунок», с помощью кнопки «Цвета» изменить цвет рамки и щёлкнуть «Ок».

Альбом «Энциклопедия слова "хлеб"» состоит из 39 страниц, включая титульный лист, краткую аннотацию, содержание, предисловие, лингвистическое и культурологическое значение слова «хлеб», заключение, список литературы.

Титульный лист содержит сведения об авторе, название альбома, выходные данные. Предисловие занимает 3 страницу, история слова «хлеб» располагается на 4 странице, токование лексического значения слова «хлеб» из лингвистических словарей: Большой этимологический словарь русского языка М. В. Климовой, Толковый словарь русского языка С. И. Ожегова, Фразеологический словарь русского языка М. И. Степановой, Толковый словарь живого великорусского языка В. И. Даля, Толковый словарь Т. Ф. Ефремовой, занимает 5-6 страницы, фразеологизмы со словом «хлеб» представлены на 6 странице, однокоренные слова и синонимы к слову «хлеб» – на 7 странице, Обряды с хлебом – на 8-10 страницах, пословицы и поговорки

со словом «хлеб» – на 11 странице, загадки – на 12 странице, народные сказки о хлебе занимают 13-24 страницы, песни про хлеб располагаются на 25 странице, произведения художественной литературы, в которых встречается слово «хлеб», представлены на 26-31 страницах альбома, образ хлеба в изобразительном искусстве представлен на 32-34 страницах. Заключение занимает 35 страницу, список литературы – 36-39 страницы.

По окончании работы просматриваем альбом, корректируем расположение текстовой информации и картинок с изображением хлеба и хлебобулочных изделий и знаков, сохраняем альбом, используя кнопку «Сохранить» на основной панели инструментов. Готовый продукт распечатываем в цветном варианте на листах бумаги формата А4, листы брошюруем в альбом.

Таким образом, программа Microsoft Word помогает выполнять различные задачи, например, набирать и редактировать тексты, размещать иллюстрации, фотографии. Одним словом, можно создавать текстовые документы любой сложности и автоматизировать свою работу. Благодаря использованию этого редактора можно самостоятельно создать альбом и красочно его оформить.

Готовый продукт предназначен для широкого круга читателей, может быть использован на уроках русского языка и литературного чтения для детей младшего школьного возраста в образовательных организациях для расширения их кругозора и обогащения словарного запаса. Альбом адресован широкому кругу читателей, подходит для совместного домашнего чтения.



## Заключение

В ходе работы над проектом была изучена и систематизирована литература следующих российских авторов: Даль В. И., Ожегов С. И., Тришина В. Н., Ушакова О. Д., проанализированы Интернет-ресурсы. Благодаря работам перечисленных исследователей, понятие слова «хлеб» было изучено с лингвистической и культурологической стороны.

В первом параграфе индивидуального проекта даётся определение понятия «хлеб» из разных лингвистических словарей: Большой этимологический словарь русского языка М. В. Климовой, Толковый словарь русского языка С. И. Ожегова, Фразеологический словарь русского языка М. И. Степановой, Толковый словарь живого великорусского языка В. И. Даля, Толковый словарь Т. Ф. Ефремовой, Словарь русских синонимов русского языка В. Н. Тришиной, Ушакова О. Д. Однокоренные слова. Приводится толкование слова «хлеб» в славянской мифологии, примеры использования слова «хлеб» в устном народном творчестве (загадках, пословицах, поговорках, сказках, обрядах, народных песнях), в русской литературе, в живописи.

Во втором параграфе описывается процесс создания альбома «Энциклопедия слова "хлеб"». Альбом состоит из 39 страниц. Продукт выполнен с помощью программы Microsoft Word. Это программа является самой распространённой и удобной в использовании, так как содержит множество настроек, опций, разнообразный функционал. Ярким и красочным альбом делает иллюстративный материал.

Данный продукт адресован широкому кругу читателей, может быть использован на уроках русского языка и литературного чтения для детей младшего школьного возраста в образовательных организациях с целью расширения кругозора и обогащения словарного запаса младших школьников.

Таким образом, цель, поставленная в начале проекта, достигнута, задачи выполнены.

## Список литературы

1. Климова М. В. Большой этимологический словарь русского языка / М.В. Климова. – М.: ООО «Дом Славянской книги», 2018. – 960 с.
2. Ожегов С. И. Толковый словарь русского языка / С. И. Ожегов, Н. Ю. Шведова. – М.: Азбуковник, 2019. – 944 с.
3. Степанова М. И. Фразеологический словарь русского языка / М. И. Степанова. – СПб.: ООО «Виктория плюс», 2017. – 608 с.
4. Алексеев Михаил «Хлеб – имя существительное» [Электронный ресурс] // Интернет сайт «ЛитМир». Режим доступа: <https://www.litmir.me/br/?b=128209&p=1> (дата обращения 10.03.2022).
5. «Гуси лебеди» – анализ русской сказки [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Сказки». Режим доступа: <https://skazkii.ru/archives/18759> (дата обращения 02.03.2022).
6. Емельянова Э. «Расскажите детям о хлебе» / Э. Емельянова [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Электронная библиотека современного книголюбца». Режим доступа: <https://libsov.ru/index.php/knigi-dlya-roditelej/81364-e-emelyanova-rasskazhite-detyam-o-xlebe-skachat-besplatno> (дата обращения: 17.02.2022).
7. Есенин С. А. «Песнь о хлебе» / С. А. Есенин [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Онлайн-читать. РФ». Режим доступа: <https://онлайн-читать.рф/есенин-песнь-о-хлебе/> (дата обращения 05.03.2022).
8. Загадки про хлеб [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Кукурузо». Режим доступа: <https://kykuryzo.ru/загадки-про-хлеб-40-штук/> (дата обращения 18.02.2022).
9. Значение слова «альбом» [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Картаслов.Ру». Режим доступа: <https://kartaslov.ru/> (дата обращения 08.03.2022).
10. Значение слова Альбом по словарю Ефремовой [Электронный ресурс]

// Интернет-сайт «Slovar.cc». Режим доступа: <https://slovar.cc/rus/efremova/135300.html/> (дата обращения 19.03.2022).

11. Значение хлеба у древних славян [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Вся магия». Режим доступа: [https://vsyamagik.ru/znachenie-hleba-u-drevnih-slavjan/#Legenda\\_o\\_proishozhdenii\\_hleba](https://vsyamagik.ru/znachenie-hleba-u-drevnih-slavjan/#Legenda_o_proishozhdenii_hleba) (дата обращения 20.03.2022)

12. История происхождения хлеба [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Знанио». Режим доступа: [https://znanio.ru/media/istoriya\\_proishozhdeniya\\_hleba-221630](https://znanio.ru/media/istoriya_proishozhdeniya_hleba-221630) (дата обращения 03.04.2022)

13. История происхождения хлеба на Руси [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Политграмота». Режим доступа: <https://politgramota.ru/istoriya/istoriia-hleba-na-rysi> (дата обращения 03.03.2022).

14. Краткое содержание рассказа «Лисичкин хлеб» М. Пришвина [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Литфест». Режим доступа: <https://litfest.ru/shortwork/lisichkin-hleb.html> (дата обращения 02.04.2022).

15. Описание картины Ильи Машкова «Снедь московская. Хлебы» [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Описание картин». Режим доступа: <https://opisanie-kartin.com/opisanie-kartiny-ili-mashkova-sned-moskovskaya-xleby/> (дата обращения 15.03.2022).

16. Описание картины Татьяны Яблонской «Хлеб» [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Описание картин». Режим доступа: <https://opisanie-kartin.com/opisanie-kartiny-tatyany-yablonskoj-xleb/> (дата обращения 04.03.2022).

17. Основная мысль сказки Легкий хлеб [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Needlewoman». Режим доступа: <https://needlewoman.ru/articles/osnovnaya-mysl-skazki-legkiy-hleb.html> (дата обращения 06.03.2022).

18. Паустовский К. Г. «Тёплый хлеб» / К. Г. Паустовский [Электронный ресурс] // Интернет сайт «Азбука». Режим доступа: <https://azbyka.ru/fiction/teplyj-hleb-paustovskij/> (дата обращения 09.02.2022).

19. Пословицы о хлебе [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Пословицы». Режим доступа: <https://posloviz.ru/category/hleb/> (дата обращения 20.02.2022).
20. Приметы с хлебом – к чему плесневеет, что значит уронить хлеб, как его резать [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Чудотворство». Режим доступа: <https://chudotvorstvo.ru/primety/o-hlebe> (дата обращения 20.03.2022).
21. Пришвин Михаил «Лисичкин хлеб» [Электронный ресурс] // Интернет сайт «ЛитМир». Режим доступа: <https://www.litmir.me/br/?b=22409&p=2> (дата обращения 17.03.2022).
22. Сказки, в которых есть блины [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Needlewoman». Режим доступа: <https://needlewoman.ru/articles/skazki-v-kotoryh-est-bliny.html> (дата обращения 07.03.2022).
23. Тендряков Владимир «Хлеб для собаки» [Электронный ресурс] // Интернет сайт «ЛитМир». Режим доступа: <https://www.litmir.me/br/?b=69886&p=1> (дата обращения 13.03.2022).
24. Токмакова Ирина «Пирог» [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Стихомания». Режим доступа: <https://stihomaniya.ru/2015/09/stikhi-tokmakova-pirogi.html> (дата обращения 01.03.2022).
25. Толковый словарь живого великорусского языка В. И. Даля [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Большой словарь русского языка». Режим доступа: <https://www.dict.t-mm.ru/dal> (дата обращения 06.03.2022).
26. Толковый словарь Т. Ф. Ефремовой [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Толковый словарь Ефремовой». Режим доступа: <https://www.efremova.info/search> (дата обращения 26.02.2022).
27. Тришин В. Н. Словарь русских синонимов русского языка / В. Н. Тришин [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Электронная библиотека». Режим доступа: <https://www.litmir.me/br/?b=237189&p=1> (дата обращения 08.03.2022).

28. Украинская сказка колосок краткое содержание для читательского дневника [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Needlewoman». Режим доступа: <https://needlewoman.ru/skazki/ukrainskaya-skazka-kolosok-kratkoe-soderzhanie-dlya-chitatelskogo-dnevnik.html> (дата обращения 04.02.2022).

29. Ушакова О. Д. Однокоренные слова / О. Д. Ушакова [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Электронная библиотека». Режим доступа: <https://www.litmir.me/br/?b=237189&p=1> (дата обращения 08.03.2022).

30. Ценность хлеба как важная составляющая жизни человека [Электронный ресурс] // Интернет-сайт «Молодой ученый». Режим доступа: <https://moluch.ru/young/archive/4/396/> (дата обращения 14.03.2022).