

BỘ GIÁO DỤC ĐÀO TẠO  
TRƯỜNG ĐẠI HỌC THĂNG LONG

---o0o---

## KHÓA LUẬN TỐT NGHIỆP

### ĐẤT NƯỚC UKRAINE VIÊN NGỌC QUÝ CỦA ĐÔNG ÂU

SINH VIÊN THỰC HIỆN : HỌ TÊN CỦA SV  
MÃ SINH VIÊN : MÃ CỦA SV  
CHUYÊN NGÀNH : NGÀNH CỦA SV

HÀ NỘI – 2022

## MỤC LỤC

CHƯƠNG 1. ĐẤT NƯỚC UKRAINE – VIÊN NGỌC QUÝ CỦA ĐÔNG ÂU VỚI NHỮNG CÁI NHẤT	1
1.1. Vẻ đẹp phụ nữ Ukraine - nhan sắc được ca ngợi xinh đẹp nhất Thế giới.....	1
1.2. Giả thuyết về cội nguồn của nhan sắc.....	1
1.2.1. Sự pha trộn gen và đồng hóa của người Slav cổ.....	1
1.2.2. Khí hậu, thổ nhưỡng.....	2
1.3. Nguồn thực phẩm sạch, phong phú, tinh tế nhất thế giới.....	2
CHƯƠNG 2. NHỮNG ĐIỂM ĐẾN HẤP DẪN CỦA VIÊN NGỌC UKRAINE	3
2.1. Klevan, đường hầm Tình yêu.....	3
2.2. Nhà hát Opera và Ba lê Odessa.....	3

## DANH MỤC BẢNG BIỂU, HÌNH ẢNH, BIỂU ĐỒ

Hình 1.1. Nét đẹp thoát tục, gợi cảm nhất hành tinh của thiếu nữ Ukraina.....	1
Bảng 1.1. Âm thực đầy đủ dinh dưỡng và tinh tế.....	2
Hình 2.1. Các vở Ba lê nổi tiếng của Ukraina - Nga.....	3

## CHƯƠNG 1. ĐẤT NƯỚC UKRAINE – VIÊN NGỌC QUÝ CỦA ĐÔNG ÂU VỚI NHỮNG CÁI NHẤT

### 1.1. Vẻ đẹp phụ nữ Ukraine - nhan sắc được ca ngợi xinh đẹp nhất Thế giới

- Tại Ukraine không có vẻ đẹp nào được coi là chuẩn mực. Mỹ nhân ở quốc gia này sở hữu nhan sắc rất đa dạng như:
  - + Mái tóc: Có cô óng ả tóc vàng, người lại thuần một màu đen quynh rũ;
  - + Làn da: Có những thiếu nữ sở hữu làn da trắng hồng mềm mại, lại không thiếu những chân dài da đỏ thắm thoắt tàn nhang.
- Tuy nhiên điểm chung ở các cô gái chính là đôi mắt xanh hai mí hút hồn người đối diện, khiến bất kì ai cũng phải xao xuyến.

- Insert Picture:  
- Format: Crop to Shape như mẫu



Hình 1.1. Nét đẹp thoát tục, gợi cảm nhất hành tinh của thiếu nữ Ukraina

### 1.2. Giả thuyết về cội nguồn của nhan sắc

#### 1.2.1. Sự pha trộn gen và đồng hóa của người Slav cổ

- Tồn tại một giả thuyết rất phổ biến rằng phụ nữ Slavic đẹp một cách độc đáo nhờ sự pha trộn không kiểm soát của dòng máu trong nhiều cuộc xâm lăng và cũng như đồng hóa các sắc tộc.

- Trong các thời kỳ khác nhau, người Ukraine và vùng đất của họ bị xâm chiếm bởi người Mông Cổ, người Khazars, các bộ lạc du mục... dẫn đến sự lai trộn gen.
- Nét đẹp của họ một phần đến từ vốn gen phong phú. Trong số tổ tiên của người Ukraine có người da trắng, người Tatars, các quốc gia vùng Baltic...

#### 1.2.2. Khí hậu, thổ nhưỡng

- Mang nét đẹp tương đồng với các cô gái xứ Bạch Dương, thế nhưng những đường nét của phụ nữ Ukraine được đánh giá mềm mại, trong trẻo có phần thanh tú hơn.
- Chính ảnh hưởng của môi trường khí hậu (ôn đới), lạnh quanh năm giúp các cô gái Ukraine luôn giữ được vẻ ngoài tuyệt mỹ, căng tràn sức sống.

#### 1.3. Nguồn thực phẩm sạch, phong phú, tinh tế nhất thế giới

- Dinh dưỡng sạch cũng là một trong những bí quyết tạo nên vẻ đẹp của phụ nữ ở đất nước này.
- Người Ukraine ăn lành mạnh với nguồn thực phẩm tươi không biến đổi gen, hạn chế thuốc hóa học, khiến họ có làn da hồng hào, khỏe khoắn, giàu năng lượng.

- Insert Table

- Format: Table Style như mẫu

Số TT	Tên món	Mô tả
1	Borsch với tỏi Fritters	Súp có nguồn gốc ở Ukraina. Củ cải đường là thành phần chính cho món ăn này khiến cho nó có màu đỏ tía.
2	Olivier – Salad độc đáo	Olivier làm từ khoai tây nấu chín và cắt nhỏ, dưa chua thì là, trứng luộc xắt nhỏ, nấu chín. Cắt nhỏ thịt gà hoặc thịt muối, hành tây xắt nhỏ, đậu Hà Lan đóng hộp, trộn với sốt mayonnaise.
3	Gà Kiev	Món ăn danh tiếng cho Ukraina. Sự kết hợp đơn giản của thịt gà tươi với một miếng bơ được coi là khá tinh tế trên toàn thế giới.
4	Banush	Được làm từ bột ngô, mỡ heo chiên và pho mát. Theo truyền thống được nấu chín trên lửa để có được nó hun khói
5	Varenyky – Bánh bao nhồi nhân	Khoai tây nghiền và hành tây chiên, thịt xay luộc và hành tây chiên, gan và hành tây chiên, bắp cải xào với hành tây chiên, quark, anh đào, dâu tây. Ăn kèm với kem chua và bơ hoặc đường.

Bảng 1.1. Ẩm thực dinh dưỡng phong phú tinh tế<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Theo EMAGAZINE

## CHƯƠNG 2. NHỮNG ĐIỂM ĐẾN HẤP DẪN CỦA VIÊN NGỌC UKRAINA

### 2.1. Klevan, đường hầm Tình yêu

- Nằm ngay bên ngoài thị trấn Klevan, Đường hầm Tình yêu là một điểm tham quan nổi tiếng khác ở Ukraine. Đây là một tuyến đường sắt tư nhân kéo dài 3.2 km nhưng mang đến cho du khách 'áo giắc' về một đường hầm không bao giờ kết thúc. Một tán cây leo được trồng dọc suốt tuyến đường này.
- Truyền thuyết Ukraine kể rằng đối với những cặp đôi hẹn ước ở đây, nếu tình yêu là có thật thì điều ước sẽ thành hiện thực. Đây cũng là một trong những điểm được chụp ảnh nhiều nhất ở quốc gia Đông Âu này.

### 2.2. Nhà hát Opera và Ba lê Odessa

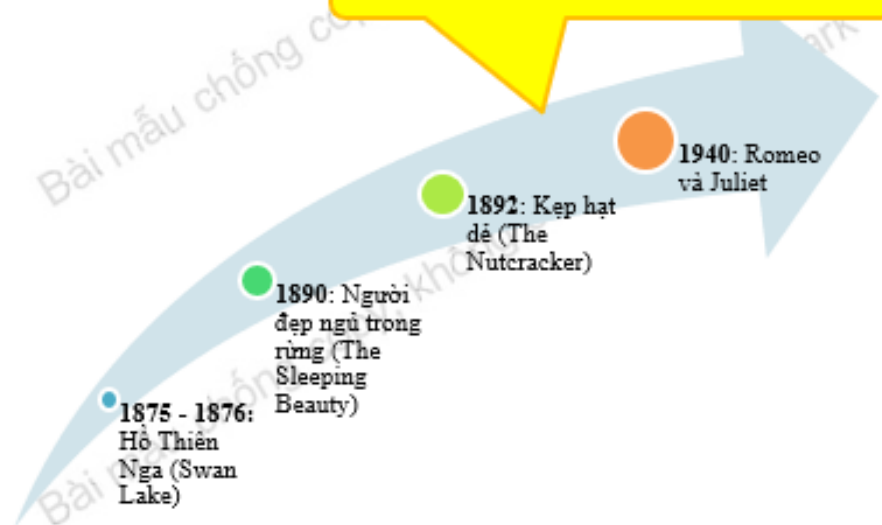
- Nhà hát Opera và Ba lê Odessa nằm trong một tòa nhà lịch sử ở trung tâm thị trấn và là nhà hát lâu đời nhất ở Odessa, mở cửa vào năm 1810.
- Những vở nhạc kịch nổi tiếng như Hồ thiên nga hay Madame Butterfly, với giá vé chỉ rẻ tương đương một tách cà phê. Hội trường hình móng ngựa độc đáo mang đến trọn vẹn âm thanh và cái nhìn tổng quan nhất cho khán giả về những diễn viên trên sân khấu.

- Insert SmartArt:

- Format:

Process/ Upward Arrow

Như mẫu



Hình 2.1. Các vở Ba lê nổi tiếng của Ukraina - Nga