

Молоко коровье - всем даёт здоровье.



Рябова Лидия Дмитриевна
МБОУ СОШ №12 им.академика В.И.
Кудинова
Г. Воткинск
Ул. Луначарского 6
Учитель начальных классов
Стаж 30 лет
1 категория

Цель работы: раскрыть значение молока и молочных продуктов для правильного питания младшего школьника, пропаганда здорового питания.

Задачи:

1. Расширить знания о молоке и молочных продуктах.
2. Дать представление о значении молока и молочных продуктов для детского организма, выявить роль молока в жизни человека.
3. Формировать у школьников осознанное отношение к здоровому питанию.
4. Развивать познавательный интерес к исследовательской деятельности, желание познавать новое.
5. Формировать исследовательские навыки (поиск информации в энциклопедиях и других литературных источниках, из общения со взрослыми, телевизионных передач и т.д.).
6. Воспитывать умение работать в группе, коллективе, желание делиться информацией, защищать свою работу, участвовать в совместной групповой деятельности.



**Не снег, а белое всегда.
Хоть и течет, а не вода.
От него – здоровье, сила
И румянец щек всегда.**

**Как хорошо, что на свете
существует молоко. Оно такое
аппетитное! А как много
вкусных вещей можно из него
сделать. Например, мягкий
свежий творог, который так и
тает во рту. Пейте молоко и
ешьте творог: это двойная
польза. А знаете, что если вы
каждый день будете съедать по
чашке творога с ягодами и
фруктами и пить стакан
молока, то будете здоровыми,
бодрыми весь учебный год.**

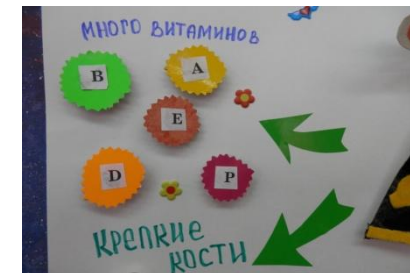


Состав молока, витамины.

**В молоке есть витамины,
Оно полезно и любимо.
Настроенье повышает
И здоровье укрепляет
Дарит бороду, усы,
Исполняет все мечты!
Вот как выпьешь молоко,
Жить станет весело, легко
- Витамины, А и В и С и Д
В жизни нам необходимы и хранятся в
молоке.**



Мы решили собрать как можно больше информации о пользе молока и молочных продуктов, выяснить состав молока. Обратились к истории употребления молока. Собрали материал о животных, молоко которых употребляет человек.



Составляющие молока:

В молоке есть все, что нужно малышу: в нем есть вода, жир, сахар, белок, соли и витамины.

Молоко богато кальцием, который усваивается из него почти на 100 %, чем не могут похвастаться другие продукты.

Молочный белок усваивается из молока очень легко, не в пример мясу!

Коровье молоко содержит более 20 витаминов и много микроэлементов. А без них человек просто не может жить.



Виды молока

Самое известное в мире животное, которое дает молоко – это корова.

В Индии она считается священным животным.

В Испании употребляют овечье молоко.

В Аравийских пустынях молоко берут от верблюдов.

В Египте молоко дает буйвол.

В Перу молочным животным является лама.

В Тибете люди получают молоко от яка.

На севере - от северного оленя.

Во многих странах молоко людям дает коза.



Кисломолочные продукты:

Как и само молоко столь же популярны в мире кисломолочные продукты, вырабатываемые сквашиванием молока или сливок культурами молочнокислых бактерий с добавлением или без добавления дрожжей. Другие продукты получают в результате смешенного брожения молочнокислого и спиртового. Кисломолочные продукты имеют большое значение в питании человека благодаря лечебным и диетическим свойствам.



Откуда к нам на стол приходит молоко?

- 1) Корова пасется на лугу, кушает травку;
- 2) После того, как она поела, у неё в вымени появилось молочко. Её подоили;
- 3) Машина «молоковоз» отвезла молоко на молочный завод;
- 4) На молочном заводе молоко переработали и разлили в красивые бутылочки, коробочки, пакетики, сделали из молока различные молочные продукты;
- 5) С молочного завода машина развезла молоко и молочную продукцию по магазинам нашего города;
- 6) В магазине мы покупаем молоко и молочные продукты, приносим домой. Так молочко появляется на нашем столе.



1.Будешь трудиться — будет у тебя и хлеб, и молоко водиться.

2. Не будет молока, коли у коровы тощие бока.

3.У коровы молоко на языке: как покормишь, так и подоишь.

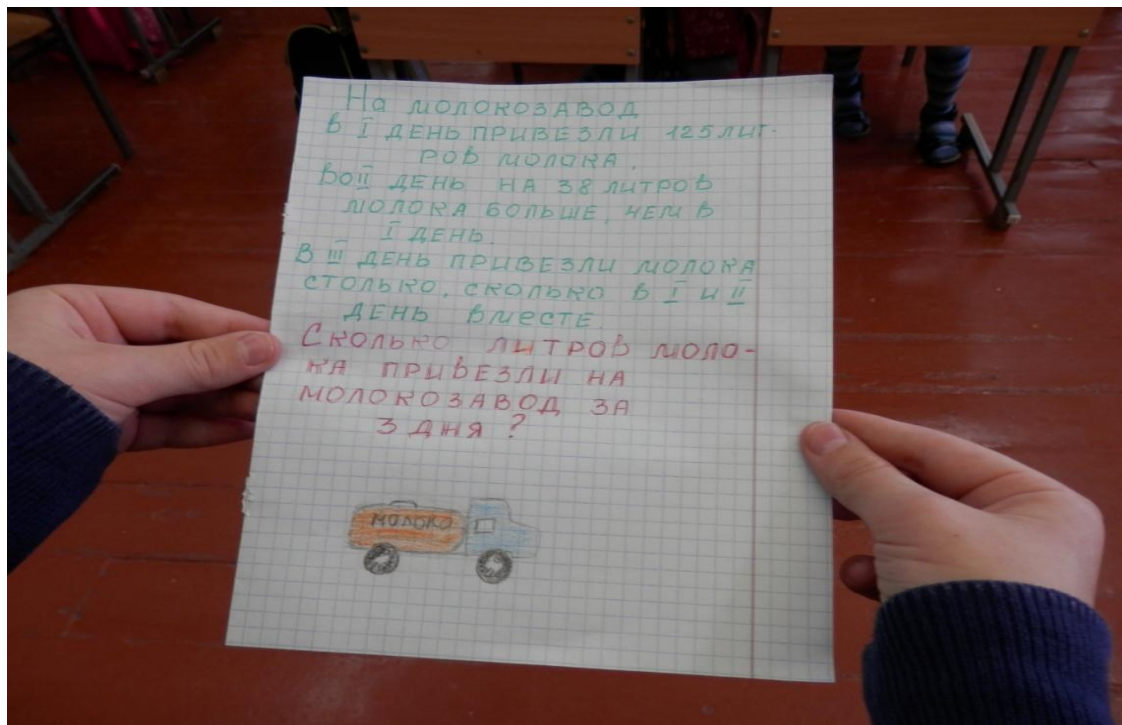
4.Много корова ревет — молока мало дает.

5.Коровушку не напоишь — и молочка не надоишь.



Задачи :

1. На изготовление 1 пачки масла необходимо 12 литров молока. Сколько пачек масла сделает хозяйка за 2 дня, если утром корова даёт 8 литров молока, а вечером 10 литров?
2. Семья поехала на пикник и взяла с собой 16 пачек молока. За обедом выпили 2 пачки, за ужином 3 пачки. Остальное молоко ушло на кашу. Сколько пачек ушло на кашу?



ПРОСТОКВАША

Простокваша – это старинный русский кисломолочный напиток, который получают в результате сквашивания обезжиренного или топленого молока. Простокваша легко переваривается и хорошо усваивается.



Надо сложить слова и объяснить лишнее

КОЛОМО
ТАНАСМЕ
(БЛЕХ)

ФИРКЕ
ГУРТІЮ
(ЙЦАЯ)

РОГТВО
ВКИСЛИ
(РИКУЦА)



Пейте дети молоко, будете здоровы!

