

# 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.**

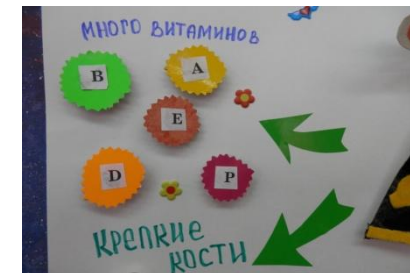


## **Состав молока, витамины.**

**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.**

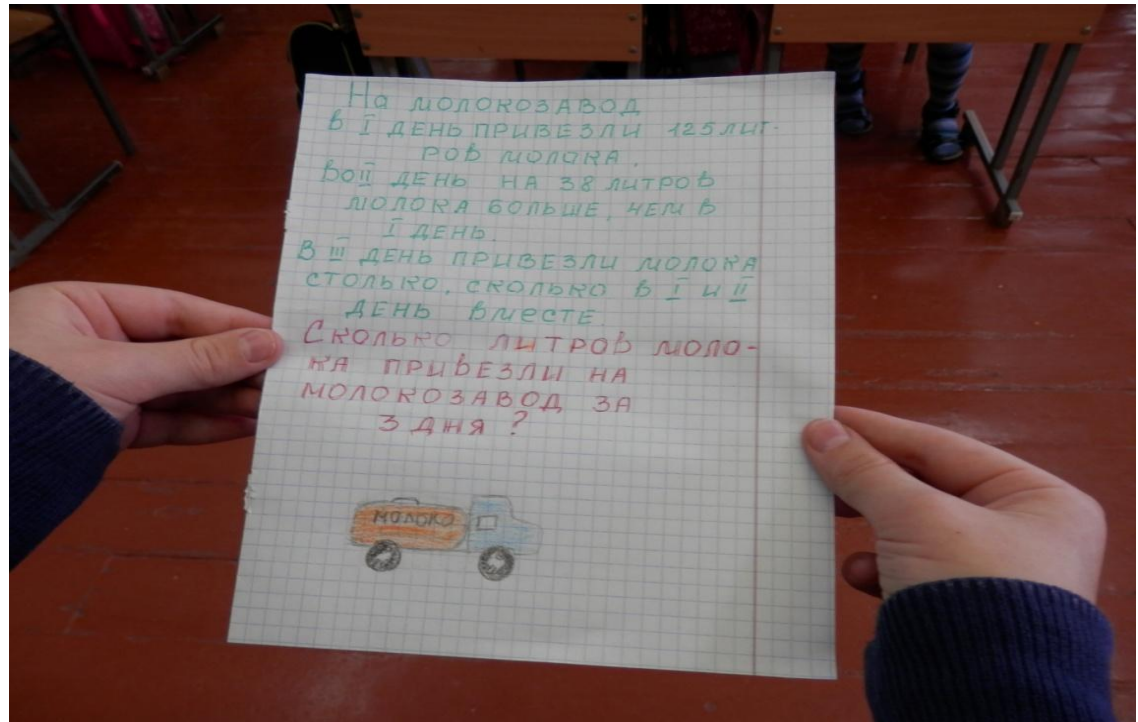
**4.Много корова ревет — молока мало дает.**

**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  
ГУРТЙО  
(ЙЦАЯ)

РОГТВО  
ВКИСЛИ  
(РИКУЦА)



**Пейте дети молоко, будете здоровы!**

