

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №4 имени В.В. Шитика ст. Атаманской

**Методическая разработка
тематического дня**

**"День молока и молочной
продукции"**



«Знаем мы наверняка: нет полезней молока»

Цели:

- **Образовательные:**
 - систематизировать и закрепить знания учащихся о пользе молока и молочной продукции.
- **Развивающие:**
 - развитие творческих способностей детей,
 - развитие внимания.
- **Воспитательные:**
 - расширить представления детей о пользе молочной продукции,
 - привитие навыка культуры правильного питания

ХОД МЕРОПРИЯТИЯ

Тема: Знаем мы наверняка: нет полезней молока

Цель: формирование представления о значении молока в питании детей, ценности употребления в пищу молочнокислых продуктов.

Ход занятия

Загадка: «Оно течет, но не вода.
Оно, как снег бело всегда.
На вкус узнать его легко,
Ведь это в крынке...»(Молоко)

І. Молоко – это здорово! А здорово от слова “здоровье”. Наш классный час посвящен молоку и его полезным свойствам. Люди пьют молоко уже почти 12 тысяч лет, и оно им не разонравилось. Наоборот, с каждым годом армия любителей молока растет.

Молоко - единственный продукт животного происхождения, специально предназначенный для питания новорожденных. Молоко в древние времена считалось пищей, данной людям богами. Еще не зная химического состава молока, люди успешно использовали его в питании, и прежде всего детей, больных и стариков.

Не обошли этот продукт стороной и многие мыслители древности. Гиппократ впервые сформулировал основы лечения молоком, Авиценна считал молоко наилучшей пищей для людей пожилого возраста. Особое отношение к молоку и корове в Индии. В легендах и сказаниях народа хинди корова провозглашается священным животным, благодетелем нации. И до сих пор народ хинди никогда не забивает ее на мясо.

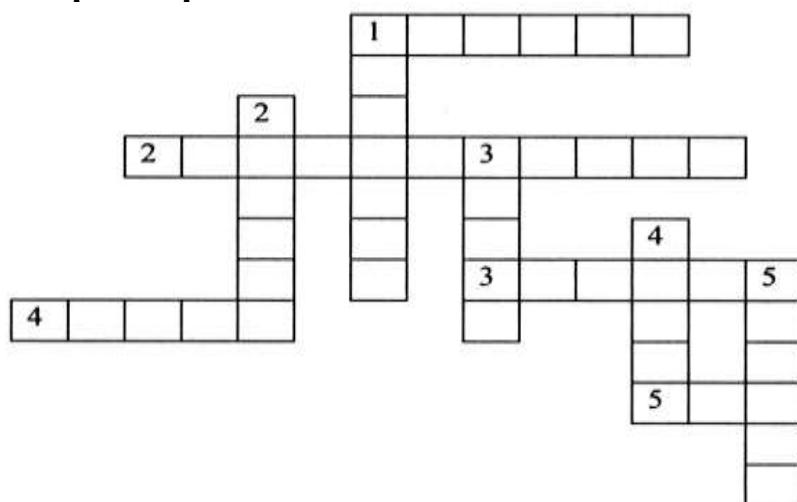
Молоко широко использовалось в России. Крестьяне чаще всего пили снятое, обезжиренное молоко. Его отстаивали, снимали верхний слой и готовили сметану (исконно русский продукт). В бедных крестьянских семьях употребляли в пищу пахту - продукт, оставшийся от взбивания масла. На пахте замешивали ржаное тесто; пахту и молочную сыворотку ели с творогом, на них готовили смеси для детей.

Творог - ценный продукт питания. Пищевая ценность его обусловлена высоким содержанием в нем белков, молочного жира, солей кальция, фосфора. Творог имеет хороший сбалансированный аминокислотный состав. Молочная кислота творога - биологически активное вещество, которое нормализует состав микрофлоры кишечника. При тепловой обработке творог уплотняется, при этом снижается его пищевая ценность. Над этим стоит задуматься любителям сырников, да еще и с хорошо поджаренной корочкой!

Сыр - самый древний продукт питания, сделанный из молока. В поэмах Гомера не только упоминается сыр как повседневная пища, но и рассказывается о способах его приготовления. Сыр готовили из молока овец, коров, коз. В России первый сыродельный завод был создан в 1795 году, первые сыры делал мастер, выписанный из-за границы. До XX века это был дорогостоящий продукт, доступный только состоятельным слоям населения.

Масло коровье - ценный продукт питания. Он содержит белки, жиры, минеральные вещества. На протяжении многих лет масло вырабатывали только кустарным способом: молоко сепарировали (разделяли на сливки и обезжиренное молоко), затем сливки охлаждали для созревания, после чего сбивали. Этот процесс был довольно продолжительным. Теперь на маслодельных заводах работают поточные линии, во много раз ускорившие технологию приготовления сливочного масла.

II. Кроссворд «Знатоки молока».



Вопросы:

По горизонтали:

1. Густой верхний отслоя молока.
2. Густое закисшее молоко.

3. Желеобразное молоко с кусочками фруктов.
4. Жировое вещество, получаемое путем сбивания молока.
5. Твердый продукт, получаемый из скисшего молока.

По вертикали:

1. Молочный продукт из скисших сливок.
2. Белая жидкость, которую дают коровы, а люди употребляют в пищу.
3. Густой питательный напиток из перебродившего молока.
4. Напиток из кобыльего молока.
5. Сгустившиеся частицы кислого молока, отжатые из сыворотки.

Ответы:

По горизонтали: 1. Сливки. 2. Простокваша. 3. Йогурт. 4. Масло. 5. Сыр.
По вертикали: 1. Сметана. 2. Молоко. 3. Кефир. 4. Кумыс. 5. Творог.

- “Кто дает нам молоко?”

- Давайте скажем спасибо всем животным, что дают нам молоко. Каждый день мы пьем коровье молоко и едим молочные продукты, сделанные из молока. А какие молочные продукты вы знаете? (Творог, сметана, сливочное масло, простокваша, ряженка, кефир, сыр, мороженое). Вот как их много! Человек всегда относился к корове как к своей кормилице, даже сказки о ней складывал. Как верно подметил поэт Тим Собакин: “Везде успевают коровы, Коровы – они будь здоровы!” Коровье молоко самое распространенное в мире. Скажем спасибо Буренкам!

- Не забывайте о козах, ведь именно козье молоко организм человека усваивает лучше всего. Многие люди даже предпочитают пить именно козье молоко, хотя оно и не такое сладкое как коровье. Считается, что козье молоко особенно полезно детям до 14 лет. Проверьте на себе!

- А из овечьего молока получается самый вкусный сыр - брынза. Кусок хлеба со сливочным маслом и ломтиком чуть соленой брынзы и стакан молока – это просто объедение. В овечьем сыре очень много кальция, а кальций нужен школьникам для быстрого роста. Будете есть брынзу, скажите спасибо овечке!

- Лошадиное молоко – самое сладкое! Из молока кобылиц делают необычайно полезный напиток – кумыс. Если у вас слабые легкие, вы часто кашляете, пейте кумыс, и ваш организм окрепнет. Скажем спасибо всем животным, что дают человеку молоко.

III. Конкурс «Кто назовет больше блюд с использованием молока?».

Предполагаемые ответы детей: каша, молочный суп, омлет, тесто для блинов и пирогов, соус молочный, коктейль, чай с молоком, какао, кофе, сгущенное молоко, взбитые сливки, шоколад, мороженое, крем для торта, картофельное пюре, кисель молочный и т. д.

IV. Интересные факты о молоке.

Как вам нравятся древнегреческие Музы? Стройные, грациозные, вечно юные... Мифы утверждают, что питались они исключительно молоком, водой и мёдом. У многих народов коровы считались священными животными, таковыми они до сих пор являются в Индии.

Достаточное потребление молока и молочных продуктов помогает сохранить кости и зубы в отличном состоянии даже в преклонном возрасте

Многие доктора называют молоко «белой аптекой».

Молоко прекрасно утоляет жажду в жару, не допуская слабости, так как восполняет потерю минеральных солей, покидающих организм вместе с потом. Молоком промывают глаза при попадании в них вредных веществ. Им лечат простуду, ожоги, нарывы.

Молоко является эффективным оружием в борьбе с морщинами, помогая избежать преждевременного увядания кожи.

Так, известно, что неотразимые красавицы и обольстительницы прошлого, такие, как Нефертити, Клеопатра и Поппея регулярно принимали ванны из молока или с добавлением молока.

Клеопатра добавляла в тёплую ванну 2 литра молока и стакан мёда. Русские красавицы для молодости и белизны кожи умывались молоком по утрам. Кожу по-девичьи нежной поможет сделать маска из белого хлеба, мёда и молока. Проверьте на себе, и вы убедитесь, что молоко – это настоящий эликсир красоты, ведь недаром в сказках Иван-Царевич прыгнул в чан с молоком и вынырнул из него писаным красавцем. **Подведение итогов.**

V. Викторина.

Назовите произведения, отрывки из которых вы сейчас услышите, а некоторые и увидите.

1. «Что делать? Побежала она к молочной речке – кисельным берегам. - Речка, речка, - просит Маша, - спрячь меня! («Гуси лебеди»)

2. « Я бы дяде Федору рубашку красивую купил. А тебе, Матроскин, - сепаратор для молока». (Дни рождения в простоквашино» Э. Успенский)

3. «Тотчас она молока для него надоила и в благодарность еще волчоночка подарила. Иван – королевич волчоночка отдал в охоту, а молоко принес к жене; а жена, было, надеялась: авось муж пропадет! Пришел и нечего делать, волчьим молоком умылась, окатилась и с постельки встала, как ничем не хворала. Муж обрадовался». («Звериное молоко» Русская народная сказка.)

4. «Козлятушки, ребятушки!

Отопритесь, отворитесь!

Ваша мать пришла – молока принесла.

Бежит молоко по вымечку,

Из вымечка – по копытечку,

Из копытечка – во сыру землю!» («Волк и козлята»)

5. «Вот катится блин по дорожке, а из кустов лиса – как прыгнет, да хватить блина за масляный бок. Блин бился, бился, еле вырвался – бок в зубах лисьих оставил, домой побежал». («Крылатый, мохнатый да масляный»)
6. «Принесла сено корове – корова дала маслица. Принесла курочка маслица петушку. Петушок сглотнул маслица – и бобок проглотил. Вскочил и запел: Ку – ка – ре – ку!» («Петушок и бобовое зернышко»)

VI. Рефлексия. Создание стенгазеты «О пользе молока...», выставка рисунков и плакатов.