

Муниципальное образовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №2 г. Коряжмы»  
Архангельской области

**Конкурс детского творчества  
«Веселый урок о том, что вкусно и полезно»  
в рамках реализации программы  
«Разговор о правильном питании»  
по теме: «Молоко и молочные продукты»**

Руководитель: Ньюхина Ольга Иосифовна,  
учитель биологии  
МОУ «СОШ №2 г. Коряжмы»,  
стаж работы в программе через ДО  
«Разговор о правильном питании» 3 года,  
г. Коряжма, ул. Кирова, д. 13,  
8-818-50-3-05-30  
nadezhda\_belyaeva@list.ru  
Составляли и проводили урок  
группа учащихся 8 «А» класса:  
Чернова Анна, Милькова Ирина,  
Мишукова Яна, Кузнецова Любовь

г.Коряжма  
2014г.

## **Цель занятия:**

Содействовать осознанию учащимися значения правильного питания для здоровья человека.

## **Задачи:**

- Расширять представления детей о молоке и молочных продуктах как обязательном компоненте ежедневного рациона.
- Научить детей ориентироваться в ассортименте молочных продуктов, знать их свойства.
- Продолжить формирование знаний учащихся о домашних животных и особенностях ухода за ними.

## **Ход урока:**

**Тема занятия** (слайд № 1)

### **Организационный момент.**

Здравствуйте, ребята! (Слайд 2). Сегодня у нас необычный урок. Мы поговорим с вами о таком знакомом и очень полезном для нашего организма продукте - МОЛОКЕ. Молоко и молочные продукты помогают организму расти и развиваться. Ребёнку необходимо выпивать пол-литра молока в день, так как в этом количестве содержится суточная норма кальция. В нашей школе не все дети пьют молоко, и сегодняшнее мероприятие, возможно, исправит эту ситуацию.

### **Основной этап занятия.**

**1 этап: Как молоко к нам на стол попало?** (Слайд 3).

Ведущий 1: Привет! Вы знаете кто я? Верно, я корова. Меня зовут Буренка. Я расскажу вам о своей жизни на ферме.

Ведущий 2: Я живу на ферме. Ферма - это хозяйство, в котором выращивают сельскохозяйственных животных. (Слайд 4,5).

Ведущий 3: Фермер на целый день выпускает меня пастись на луг, чтобы я пощипала свежую травку и полевые цветы. Я захватываю траву языком и проглатываю, почти не пережевывая. (Слайд 6).

Ведущий 4: Потом я ложусь в тень. Мне нужен покой: и тогда проглоченная трава снова попадает ко мне в рот, и я начинаю ее спокойно пережевывать. Я ем много травы и пью много воды, чтобы мое молоко было вкусным. (Слайд 7).

(слова ведущих распределены по содержанию занятия)

Утром и вечером меня доят: фермер садится поближе ко мне, подставляет ведро под вымя и тянет за сосцы, чтобы молоко полилось в ведро. За один день я могу дать два или три ведра молока. (Слайд 8).

На ночь я возвращаюсь в хлев - дом для коров. Фермеры кладут в кормушку сено, чтобы я не проголодалась, а на пол кладут солому, чтобы мне было тепло. Фермеры заботятся обо мне: каждый день убирают хлев и выносят грязную солому. (Слайд 9).

Ребята! Давайте, выполним задание, которое проверит, как вы знаете профессии людей, которые работают на ферме. Соедините стрелками профессии и работу, которую они выполняют. (Слайд 10).

Проверяем!

Молодцы! Вы отлично выполнили задание!

## **2 этап: Физкультминутка.** (Слайд 11).

### **Я коровушку свою**

(приставить кулачки с выставленными указательными пальцами к голове, имитируя рога, покачивание головой из стороны в сторону)

### **Ранним утром подою,**

(движение пальцев, имитирующее доение)

### **Я поглажу ей бока:**

(движение кистями сверху вниз, имитирующее поглаживание)

### **- Дай детишкам молока!**

(сложить кисть руки стаканчиком, имитировать питье)

## **3 этап: Молоко и молочные продукты.** (Слайд 12).

Каждый день на ферму приезжает грузовик с цистерной, чтобы забрать молоко. Затем его перевозят на молокозавод, где оно разливается по бутылкам.

Там же из молока делают и другие продукты. А вы знаете, какие продукты делают из молока? (Ответы детей). Кефир, сметану, ряженку, йогурт, творог, сыр, сливки, масло, мороженое.

Все верно, это - молочные продукты- продукты, приготовленные из молока. Давайте отгадаем загадки, у которых вкусные отгадки.

### **Питьевое молоко.**

Жидко, а не вода, бело, а не снег (молоко) (Слайд 13).

### **Сливки.**

Не надеясь на прививки,

Мы употребляем ...(сливки) (Слайд14).

### **Сметана.**

Все мы любим без обмана

Деревенскую ... (*сметану*)

### **Сгущенное молоко.** (Слайд 15)

Она любима тем, кто вкус имеет тонкий,

Густая, сладкая варёная ... (*сгущёнка*).

### **Сухое молоко.**

Готовить пищу так легко,

Коль есть...(*сухое молоко*)

### **Масло.**

Чтобы стала жизнь прекрасной,

Вы на хлеб намажьте ...(*масло*) (Слайд 16).

### **Творожный сырок.**

Он бывает в шоколаде,

Дети очень ему рады,

Он сытнее, чем хот-дог,

Глазированный ...(*сырок*) (Слайд 16)

### **Творог**

Очень вкусное печенье

И отличнейший пирог

Будет, если мы добавим

По пропорции : (*творог*) (Слайд 17)

### **Сыр**

Ну что вкусней быть может в мире,

Чем жёлтые бесчисленные дыры? (*сыр*) (Слайд 18)

Молодцы! Вы, конечно, очень хорошо знаете молочные продукты и пользу, которую они приносят нашему организму. Молоко - уникальный продукт по пищевой и биологической ценности, усвояемости и значению для организма. (Слайд 19)

### **4 этап: какая польза в молоке?**

Поговорить о молоке

Нам хочется ребята,

И о полезности его

Нам забывать нельзя!

Молоко - продукт полезный,  
Очень вкусный - всем известно.  
Я скажу вам от души:  
"Лучше пищи не ищи"

В нём есть белки, жиры и соли,  
Витамины и кислоты.  
Пейте молоко вы вволю -  
Со здоровьем не будет заботы!

В нём лактоза - молочный сахар,  
Много кальция, магния, фосфора.  
Молоко, как Великий Знахарь,  
С ним не нужен вам будет доктор!

Молоко полно элементами,  
Здесь и микро- и макрочастицы.  
Помогает бороться с болезнями,  
Помогает всем нам учиться.

**5 этап: Физкультминутка.** (Слайд 20).

**Мы топаем ногами:**

**Топ-топ-топ!**

**Мы хлопаем руками:**

**Хлоп-хлоп-хлоп!**

**Качаем головой,**

**И вертим головой.**

**Мы руки поднимаем,**

**Мы руки опускаем,**

**Мы руки поднимаем,**

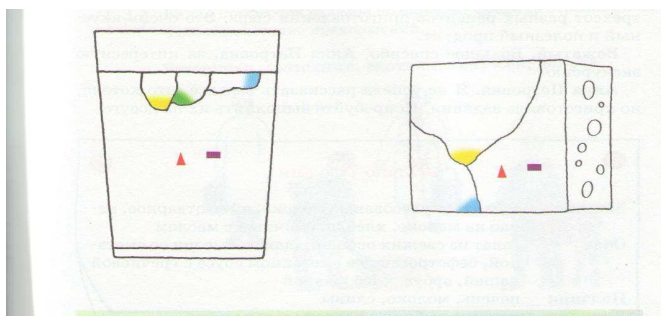
**И прыгаем легко.**

**6 этап: пейте дети молоко, будете здоровы!** (Слайд 21).

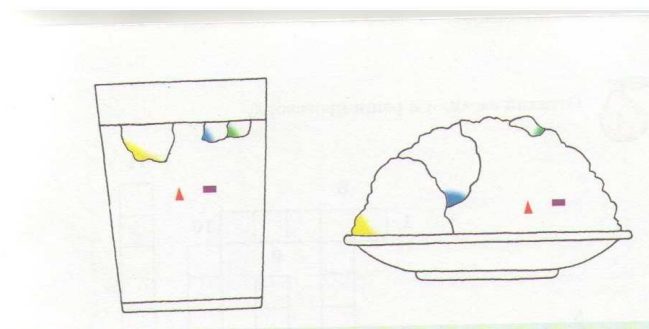
Бесценный клад в моей руке -  
Для жизни все есть в молоке:  
Белки, жиры и углеводы -  
Подарки матушки природы.

А также чудо - витамины -  
Все хвори с ними победимы.  
Шлёт привет вам всем корова:  
«Пейте, дети, молоко  
Будете...» (здоровы)

Следующее задание для вас, ребята! Возьмите цветные карандаши и раскрасьте рисунок до конца. И ты вы узнаете, какие питательные вещества есть в молоке и сыре.



Какие вещества в сметане и твороге? (Слайд 22)



**Заключительный этап занятия.**

### **1 этап: выводы**

Посмотрите на свой рисунок!

- *Какие вещества есть в молочных продуктах?* (белки, жиры, углеводы, минеральные вещества)

Они очень полезны для нашего организма. (Слайд 23).

- *В каком продукте очень много белков?* (в сыре и твороге). Из белков построено наше тело. Поэтому, очень полезно есть белковую пищу детям, потому что они быстро растут.

- *В каком продукте много жиров?* (в сыре). Жиры дают нам энергию, согревают в холода. Нужно есть молочные продукты, ведь мы живем на севере.

- *В каком продукте вы нашли много минеральных веществ?* (во всех!).

Они ну просто необходимы, чтобы были крепкие кости, сильные мышцы и чтобы мы не болели! (Слайд 24).

Академик Иван Петрович Павлов назвал молоко изумительной пищей, приготовленной самой природой. Действительно, молоко и молочные продукты содержат все необходимые для организма пищевые вещества: белки, жиры, углеводы, минеральные вещества, органические кислоты, молочный сахар и другие компоненты. (Слайд 25).

## **2 этап: сюрприз!**

Ребята! Вы просто молодцы! Нам очень понравилось, как вы работали. Сейчас для вас небольшой сюрприз. Мы подготовили мультфильм «Молочный Нептун». Давайте посмотрим вместе с вами! (Слайд 26).

А сейчас всем вам – мороженое!

## **Литература и оборудование:**

1. Программа «Разговор о правильном питании», «Две недели в лагере здоровья», авторы М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева, «Нестле России», 2007г.;
2. Рабочая тетрадь для школьников «Две недели в лагере здоровья», авторы М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева, 2007г., «Нестле России»;
3. Презентация «Молоко и молочные продукты».
4. Мультфильм «Молочный Нептун».
5. Фломастеры, цветные карандаши.
6. Маски коров для ведущих.
7. Мороженое.