

A glass pitcher and a glass filled with milk. The pitcher is on the left, and the glass is on the right. The glass has a small embossed logo of a cow. The background is a soft, out-of-focus light brown.

Пейте, дети, молоко – будете  
здоровы!

## **Цели исследования:**

- выяснить, почему люди с древних времен ценили молоко;
- какую роль в жизни человека играет молоко;

## **Задачи:**

- используя различные источники информации, узнать побольше о молоке и его ценных свойствах;

## **Объект исследования:**

- научная и художественная литература о молоке и молочных продуктах.

## **Методы исследования:**

- изучение и анализ литературы по теме;
- анкетирование;

# Первое упоминание о молоке.

Оказывается, что самое раннее упоминание о молоке находится в Библии. В ней есть много ссылок на молоко. Авель, сын Адама, пас овец и, вероятно, пил молоко. В Библии в предсказании Иакова, которое относится к 1700 году до н.э., написано, что зубы Иуды станут белыми от молока. Земля Ханаанская была «землей молока и меда». В 1500 году до н.э. Иов часто ссылался на сыр.

Во всех этих примерах мы видим, что молоко было известно задолго до этого.

# Откуда пришло слово

## «МОЛОКО».

**«Молоко»** - это слово имеет индоевропейскую природу. В литовском находим *malkas* - «молоко», в немецком *Milch* - «молоко», в английском *milk* - «молоко». В кельтском *melgô* - молоко буквально- «то, что выдаивается из вымени». У многих народов его название звучит одинаково: млеко(польское, чешское, хорватское), мляко(болгарское), молоко(украинское, белорусское).

**Интересно, что  
первичное  
значение этого  
слова – «жидкость».**



# Чем ценно молоко для человека?



- **Первой пищей, которую человек получает с момента своего рождения, является материнское молоко. Благодаря материнскому молоку младенцы в первые месяцы жизни нормально растут и развиваются, не потребляя ничего другого. Этот факт служит прекрасным доказательством того, что молоко является полноценным и незаменимым продуктом питания. Молоко превращает беспомощного львенка в мощного зверя. Огромный кит, как и крошечная морская свинка, вскормлен молоком.**

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

**Из питательных веществ, которые есть в молоке, строятся кожа, мускулы, кости, зубы.**

**В одном стакане молока содержится столько необходимого нам кальция, сколько его в 7 сардинах или в 3-х стаканах арахиса, или в 4-х стаканах черной фасоли.**

**Испокон века люди высоко ценили целебные свойства**



# Интересные факты



- ❖ **В мифах многих народов мира присутствует выкармливание знаменитых богов и героев животными (Зевс был вскормлен молоком козы Амалфеи, основатели Рима Ромул и Рем — молоком волчицы).**
- ❖ **Гиппократ исцелил множество пациентов от чахотки с помощью козьего молока.**
- ❖ **Самые красивые женщины мира использовали молоко, чтобы сохранить свою красоту и молодость на долгие годы: царица Египта Клеопатра ежедневно принимала молочные ванны, а жена Нерона Пoppея всегда брала с собой в путешествие 500 ослиц, чтобы иметь возможность принимать молочные ванны, улучшающие кожу.**
- ❖ **За день корова дает 160 стаканов молока. В 2009 году ветеринары доказали, что корова, имеющая какую бы ни было кличку, дает больше молока, чем безымянная.**
- ❖ **Почти 10 тысяч литров молока**



- ✓ В Древнем Египте, Греции, Риме молоко называли «источником здоровья», «соком жизни», «белой кровью».
- ✓ Современные врачи-диетологи также считают молоко важнейшим продуктом питания. Задолго до нашего времени врачи назначали молоко для лечения различных болезней и для очищения организма от вредных веществ. Правда, полезные свойства молока заметно снижаются при пастеризации (нагревании до  $60^{\circ}\text{C}$ ).
- ✓ Знаменитый врач Гиппократ называл молоко лекарством, Авиценна утверждал, что молоко – это лучшая пища для людей, академик Павлов называл молоко пищей, приготовленной самой природой.



# Молочные продукты , изготовленные из молока



- айран
- ацидофилин
- варенец
- катык
- йогурт
- кефир
- кумыс
- мацун
- пахта
- простокваша
- ряженка
- сгущённое молоко
- сливки
- сливочное масло
- сметана
- сухое молоко
- сыворожка
- сыр
- творог
- топлёное молоко
- шубат



## Сметана

За границу сметана «проникла» только после Второй мировой войны, причем в некоторых странах сметану до сих пор называют «русскими сливками». Наши предки делали ее просто: снимали («сметали» – отсюда и название) с молока всплывшие во время брожения сливки.

## Масло сливочное

Сливочное масло не только питательно, но и полезно – для кожи, волос, зрения, костной и мышечной ткани. Оно богато витаминами, кальцием, необходимые для строения клеток. Так что в полезности сливочного масла сомневаться не приходится. Надо только помнить, что, когда мы растапливаем его на сковороде, витаминов в нём не остается.

**Кефир** – кисломолочный напиток, заквашенный с помощью так называемых «кефирных грибков» (эта закваска из множества микроорганизмов, бактерий и дрожжей). Кефир благотворно влияет на кишечник: всего пара стаканов этого напитка в день предотвращает развитие кишечных инфекций и быстро справляется с дисбактериозом, вызванным, например, антибиотиками. Кефир укрепляет иммунитет, побеждает хроническую усталость, незаменим при нарушениях сна и болезнях нервной системы, помогает похудеть (если пить его регулярно) и хорошо утоляет жажду в жаркие летние дни.



# Результаты анкетирования одноклассников:

## ❖ Кто любит пить молоко?

- 14 человек из 20 опрошенных детей дали утвердительный ответ.

## ❖ Какие молочные продукты вам нравятся?

- Йогурт – любят все
- Сыр – 15 чел.
- Сметана – 12 чел.
- Кефир – 13 чел.
- Масло сливочное – 4 чел.
- Творог – 11 чел.

# Для чего нужно пить молоко?

## Ответы детей:

- Молоко полезно для здоровья.
- Молоко нужно пить , чтобы не болеть.
- Молоко даёт силу.
- Когда пьешь молоко, укрепляются кости и мышцы.
- Молоко надо пить, чтобы быть всегда красивой.

# Копилка

**О молоке и молочных продуктах немало произведений. Мне удалось найти загадки, пословицы, поговорки, песенки, мифы, легенды, притчи, народные приметы.**

**Вот некоторые из них:**

# Загадки о любимом и очень полезном напитке - молоке

- Белое, да не снег,  
Вкусное, да не мед.  
От рогатого берут  
И ребятам дают.
- От него — здоровье, сила  
И румянец щёк всегда.  
Белое, а не белила,  
Жидкое, а не вода.
- Из водицы белой  
Всё, что хочешь, делай:  
Масло в нашу кашу,  
Сливки в простоквашу,  
Творожок на пирожок.  
Ешь да пей, гостям налей  
И коту не пожалей.
- «Оно течет, но не вода.  
Оно, как снег бело всегда.  
На вкус узнать его легко,  
Ведь это в крынке...»



# Русская народная песенка

Уж как я ль мою  
коровушку люблю!  
Уж как я ли свежей  
травки ей нарву.  
Кушай вволюшку,  
коровушка моя!  
Ешь ты досыта,  
бурёнушка моя!  
Уж как я ль мою  
коровушку люблю!  
Сытна пошла я  
коровушке налью,  
Чтоб сыта была  
бурёнушка моя,  
Чтобы сливочек  
бурёнушка дала.





# Пословицы и поговорки о молоке

- Бела, румяна - ровно кровь с молоком.
- В осень любого гостя потчуют молоком, а нелюбого - медом.
- Выдоить молоко - легко, обратно влить - попробуй.
- Где молоко, тут и волокно.
- Заварил кашу, так не жалей и молока.
- Как скот накормишь, так и молоко получишь.
- Корова в тепле - молоко на столе.



# Отрывки из литературных произведений

- 1. «Что делать? Побежала она к молочной речке – кисельным берегам. – Речка, речка, – просит Маша, – спрячь меня! (*«Гуси лебеди»*. *Русская народная сказка*)
- 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 волчонка подарила. Иван – королевич волчонка 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 семеро козлят»*. *Русская народная сказка*)
- 6. «Принесла сено корове – корова дала маслица. Принесла курочка маслица петушку. Петушок сглотнул маслица – и бобок проглотил.

# Песенка-загадка



# Вывод:

Как видим, люди высоко ценили и ценят молоко за его питательные и целебные свойства.



Молоко полезно очень  
И для взрослых и ребят.  
Кашу, йогурт и сметану  
Большой ложкою едят.

В молоке полезных много  
витаминов и веществ.

Пейте молоко парное, чтобы  
кариес исчез.

Чтобы кости были крепки, не  
болела голова.

Настроение чтобы было  
превеселое всегда.

Шлет привет вам всем корова:

-Пейте, дети, молоко  
Будете здоровы!

**Спасибо за внимание!**