



Чем полезно МОЛОКО?

**Проектно-исследовательская
работа**

Чем полезно молоко?

Цель: узнать подробно о пользе молока

Задачи:

- Провести опрос с целью выдвижения гипотез;
- Привлечь одноклассников, учителей к обсуждению этого вопроса;
- Рассмотреть информацию о коровьем молоке с точки зрения его пользы для детского организма;
- Провести эксперимент с одноклассниками
- Собрать и обобщить интересный материал по теме «Чем полезно молоко?»
- Сделать выводы в ходе исследования



Анкетирование

1. Любишь ли ты молоко?

- Пью с удовольствием**
- Пью иногда, когда хочу**
- Пью, если сильно заставляют**
- Ни за что не буду пить**

2. Как ты думаешь, молоко полезно или нет?

3. Если полезно, то чем?

4. Какие продукты питания сделаны из молока?



Гипотеза

- **«Если я расскажу моим одноклассникам о пользе молока, то они все будут пить молоко с удовольствием»**



ФАКТЫ

- В Индии корова считается священным животным.
- Первой пищей человека является материнское молоко.
- В Древнем Египте, Греции, Риме молоко называли «источником здоровья», «соком жизни», «белой кровью».



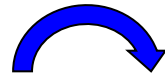
ФАКТЫ

- Современные врачи-диетологи считают молоко важнейшим продуктом питания.
- Все компоненты молока идеально сбалансированы
- Это пища, которая дана самой природой

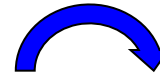


Эксперимент

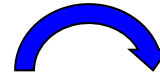
МОЛОКО



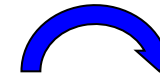
простокваша



сыворожка

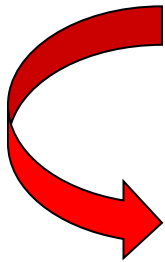


сливки



творог

молочный сахар



БЕЛКИ

ЖИРЫ

УГЛЕВОДЫ



ВИТАМИНЫ

**А, Е, D, К,
В1, В2, В12, В6, РР, С.**



ПАРНОЕ МОЛОКО

- Это самое полезное молоко
- Парное молоко обладает бактерицидными свойствами только в течении 3 - 4 часов после дойки
- Потом его надо обязательно КИПЯТИТЬ



МЕДИЦИНА о молоке

- Укрепляет иммунитет
- Бактерицидные свойства
- Источник энергии
- Укрепляет нервную систему
- Снижает риск сердечно-сосудистых заболеваний
- Укрепляет зубы, волосы, кости



Почему ты пьёшь молоко?



*Я хочу иметь
красивые зубы,
нежную кожу,
длинные волосы,
густые ресницы!*

Почему ты пьёшь молоко?

*А я хочу иметь
крепкие кости,
надёжные мышцы,
здоровые зубы,
бодрое настроение!*





А ты?

Хочешь вырасти?

Эксперимент с одноклассниками

- С 15 ноября по 3 декабря пили молоко 42% детей,
- с 20 декабря по 23 декабря пили молоко 92% одноклассников.
- Моя гипотеза: **«Если я расскажу моим одноклассникам о пользе молока, то они все будут пить молоко с удовольствием»** подтвердилась.

ВЫВОДЫ

- **Молоко – очень полезный и ценный пищевой продукт. Если вы хотите иметь правильную осанку, красивые зубы, волосы, ресницы, ногти, то пейте молоко каждый день.**



Пастеризация молока

Это нагревание молока до 60 °С.

Большинство витаминов сохраняется, но срок хранения пастеризованного молока значительно меньше: при температуре от 0 до 6 градусов срок хранения не более 5 суток. Пастеризованное молоко кипятить не рекомендуется.



КОЗЬЕ МОЛОКО

- Это сильное бактерицидное средство, приводит в порядок иммунную систему. При легочных заболеваниях, туберкулезе и бронхиальной астме оно просто незаменимо.



Молочные продукты

- Творог, сыр, йогурты, кефир, молочный шоколад, сметана, сгущёнка, простокваша, сливки, детские смеси

