

## **Беседа «Путешествие в молочную страну»**

**Цель:** Формирование у детей старшего дошкольного возраста осознанного отношения к здоровому питанию посредством участия в исследовательской деятельности.

### **Задачи:**

1. Продолжать формировать у дошкольников представление о свойствах и пользе молока и молочных продуктов. Расширить представления детей о домашних животных, дающих молоко и где производят молочные продукты.

2. Активизировать и пополнять словарный запас детей (*жир, кальций*). Стимулировать любознательность, познавательный интерес к исследовательской деятельности.

3. Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, доброжелательное отношение к сверстникам, умение работать в группе. Развивать умение самостоятельно заниматься выбранным делом, договариваться.

**Оборудование и материал:** ноутбук, посылка от почтальона Печкина. Материалы для опыта: салфетки, фильтр (ватные диски, пробирки, миксер, трубочки для коктейля, стаканы, перчатки, продукты (*молоко, сыр, сливочное масло, сметана, сахар, какао*)).

**Предварительная работа:** Рассматривание картин и иллюстраций, альбомов, фотографий, на тему «*Животные, дающие молоко*», «*Дикие и домашние животные*», «*Молочные продукты*».

Просмотр мультфильма «*Каникулы в Простоквашино*». Чтение художественной литературы (пословицы и поговорки, потешки и стихотворения, загадки, сказка «*Горшок каши*», рассказ Н. Носова «*Каша*», сказка «*Гуси лебеди*».

### **Ход:**

Воспитатель предлагает детям посмотреть фрагмент мультфильма «*Простоквашино*».



Воспитатель: Ребята, вам знаком герой мультфильма? А кто знает из вас как называется мультфильм?

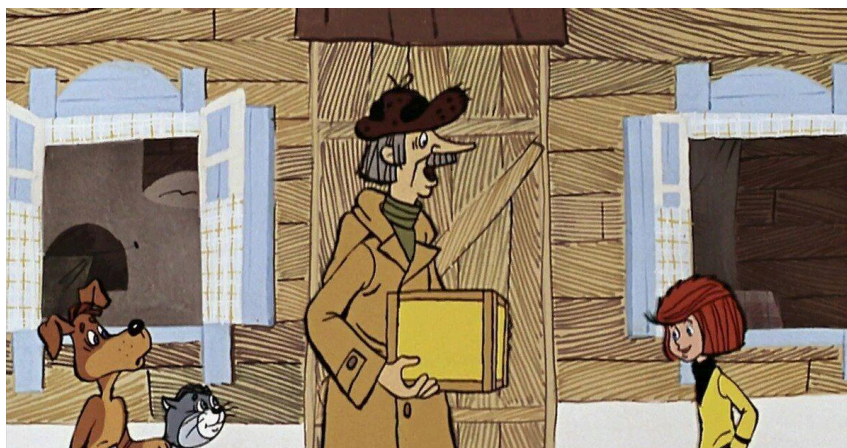
Дети: Каникулы в Простоквашино.

Воспитатель: Ребята, вы обратили внимание, о чем говорил кот Матроскин? *(Ответы детей.)*

Воспитатель: Как вы думаете, где можно взять молоко для кота Матроскина?

Дети: В магазине, на ферме, на заводе....

Воспитатель: На экране появляется почтальон Печкин, который говорит о том, что у него есть посылка для кота Матроскина, от его любимой коровы Мурки, которая отправила ему его любимое молоко. Но Печкин не отдает эту посылку до тех пор, пока дети не узнают все о молоке и не расскажут ему – Печкину о пользе молока и молочных продуктов.



Воспитатель: Ребята, вы готовы выполнить задания почтальона Печкина? *(Ответы детей.)*

Воспитатель: Давайте уточним еще раз, что нужно сделать?

Дети: Нужно помочь коту Матроскину получить посылку с молоком. Но сначала нужно узнать все о пользе молока и молочных продуктов и сообщить об этом почтальону Печкину.

Воспитатель размещает на доске условное изображение цели и плана деятельности.

Воспитатель: Ребята, я предлагаю обо всем, что мы сегодня узнаем, рассказать Печкину с помощью телеграммы. Согласны? *(Ответы детей.)*

Воспитатель: Давайте вспомним животных, которые дают молоко? Кто эти животные?

Дети: Корова, коза.

Воспитатель: Оказывается, человек получает молоко не только от коровы и козы, но еще и от лошади, верблюда.

Воспитатель обращает внимание детей на экран с изображением лошади и верблюда



Воспитатель: Как вы думаете, это домашние или дикие животные?

Дети: Домашние.

Воспитатель: Почему вы так решили?

Дети: Потому что они живут рядом с человеком и за ними ухаживает человек.

Воспитатель: Давайте наклеим на бланк телеграммы изображение тех животных, которые дают молоко.

Дети приклеивают на бланк телеграммы изображение тех животных, которые дают молоко.

Воспитатель: А какие молочные продукты вы знаете?

Дети: Молоко, творог, сметана, сыр, масло, йогурт, сливки.

Воспитатель: Ребята, а кто знает, где изготавливают эти продукты?

Дети: На молокозаводе.

Воспитатель: Как вы думаете, молоко полезно для растущего организма? Чем? *(Ответы детей.)*

Воспитатель: История молока как продукта и лечебного средства уходит в глубокую древность. Задолго до нашей эры египтяне использовали молоко в пищу, а также для лечения различных заболеваний. Знаменитый Авиценна, живший более тысячи лет назад, считал молочные продукты лучшей пищей для людей пожилого возраста. Лечебные свойства молока широко используются в медицинской науке и практике.

Молочная пища полезна и здоровым людям любого возраста, поэтому молоко и молочные продукты должны занимать одно из главных мест в питании. Диетологи утверждают, что молочные продукты жизненно необходимы человеку, ведь они содержат белки, жиры, витамины очень полезные организму человека. Очень важно, что молочные продукты благоприятно влияют на кишечник, что способствует укреплению иммунитета и профилактике различных заболеваний.

Какие же полезные вещества входят в состав кисломолочных продуктов?



1) Кальций. Все молочные продукты рекордсмены по содержанию кальция. Он просто необходим для наших костей, для нервной системы. Особенно кальций необходим для растущего организма детей, чтобы кости развивались должным образом и зубы были крепкими.

2) Витамин А. Очень ценный витамин для иммунитета, для красоты кожи, ногтей, укрепления зрения.

3) Витамин D. Всем известно, что этот витамин необходим для усвояемости кальция, в молочных продуктах есть и кальций и витамин D, некоторые продукты содержат только кальций, поэтому для его хорошего усвоения мы должны еще и употреблять продукты, содержащие витамин D.

4) Белок. Это основной элемент из него состоят наши мышцы и кости. Главный строитель нашего организма.

Обратите внимание на мольберт, где есть информация о том, что нам потребуется для проведения опытов.

Дети рассматривают алгоритм проведения опытов.

Воспитатель: Для того чтобы провести эти опыты нам нужно объединиться в две подгруппы.

Дети с помощью значков (белая и синяя капельки) объединяются в две подгруппы и расходятся по рабочим местам, с опорой на алгоритм, определяющий последовательность действий, проводят опыты.

Опыт №1 «Есть ли жир в молочных продуктах».

Цель: Узнать, содержится ли жир в молочных продуктах.

Проведение опыта: На листочки бумаги поместить молочные продукты (*молоко, сыр, масло, сливки*) и сверху накрыть салфеткой, по размеру жирных пятен определить какой из них самый жирный продукт.

Вывод: Чем жирное пятно больше, тем жирнее в молочный продукт.

Воспитатель: Жир служит источником энергии, важен для процесса роста и развития клеток мозга.

## Опыт №2

Цель: Узнать, что в молоке есть кальций.

Проведение опыта: Так как кальций белого цвета, то попробуем его отделить от жидкости. Для этого сравним цельное молоко и воду, в которую добавили немного молока, пропустив их через фильтр.

Вывод: Пройдя через фильтр, молоко не потеряло цвет, а окрашенная вода стала прозрачной. Значит, в состав молока входит кальций.

Воспитатель: Кальций – это строительный материал для костей скелета, зубов, ногтей и волос.

Воспитатель: Давайте наклеим на бланк телеграммы изображение того, какую пользу оказывает молоко растущему организму.

Дети приклеивают на бланк телеграммы изображение зубов, волос, костей, сердца и т. д.

Воспитатель: Ребята, давайте еще раз вспомним, почему нужно пить молоко и есть молочные продукты, чем они полезны для человека. (*Ответы детей.*)

Воспитатель: Посмотрите, мы уже составили телеграмму для почтальона Печкина. Давайте ее отправим ему по электронной почте.

Раздается стук в дверь. Воспитатель обращает внимание детей на посылку от почтальона Печкина.

В посылке дети находят письмо. Воспитатель читает его.

«Дорогие ребята, спасибо за интересную информацию, которую вы собрали для меня в телеграмме. Я обязательно передам коту Матроскину посылку от его любимой коровы Мурки. Я решил и для вас сделать приятное – подарить вам вкусное молоко и рецепт приготовления молочного коктейля.»

Итог:

Воспитатель вновь обращает внимание детей на мольберт с условным изображением цели и плана деятельности.

Воспитатель: Дети, кому мы сегодня помогли? *(Ответы детей.)*

Воспитатель: Что нового вы узнали? *(Ответы детей.)*

Воспитатель: Ребята, что вам больше всего понравилось? *(Ответы детей.)*

Воспитатель: А где полученные знания вам пригодятся? *(Ответы детей.)*

Воспитатель: Мне тоже было очень с вами интересно. Большое вам спасибо!