**Классный час «Пейте, дети, молоко - будете здоровы!»**

**Цель:** рассказать о значении молока и молочных продуктов, расширить знания детей о пользе молока для детского организма.

***I. Беседа по теме.***

Отгадайте загадку:

Что за белая водица

С фермы к нам в бидонах мчится?

Мы ответ нашли легко —

Это просто... (молоко)

Молоко – знакомый с детства продукт и мы думаем, что нам все о нем известно. А между тем о нем можно узнать еще много интересного и полезного.

В состав молока входят больше 100 различных веществ: жиры, белки, витамины, соли. В одном литре молока белков примерно столько же, сколько в 8 яйцах.

Оно содержит много кальция, что очень полезно для роста и развития детского организма. Поэтому ребенку необходимо выпивать 0,5 литра в день, т.к. в этом количестве содержится суточная норма солей кальция.

Молоком можно утолить не только жажду, но и голод. Не случайно из молока готовят много разнообразных продуктов.

***II. Загадки о молочных продуктах.***

Сделан он из молока,

Но тверды его бока.

В нем так много разных дыр.

Догадались? Это... (сыр)

Что за белые крупинки?

Не зерно и не снежинки.

Скисло молоко — и в срок

Получили мы... (творог)

Догадайтесь, кто такая?

Белоснежная, густая.

Сливки взбили утром рано,

Чтоб была у нас... (сметана)

Хочешь фокус покажу?

Снег на палочке держу!

Снег я съел, какая жалость

Только палочка осталась. (мороженое)

Бутербродов без него

Просто не бывает.

В каши разные его

Часто добавляют.

Мажется легко оно,

И, конечно, ясно,

Имя есть ему одно,

Это имя: … (масло)

В удивительном продукте

Есть и молоко, и фрукты

В нём бывают понемногу.

Кто же он? Конечно, … (йогурт)

Жидко, а не вода,

Бело, а не снег.

Начинается на «К», —

Пьем продукт из молока. (кефир)

***III. Выступления детей.***

1. Молоко, молоко для здоровья нам дано!

Молочные продукты – это замечательно!

Очень вкусно и питательно!

1. С детства пью я молоко,

В нем и сила, и тепло!

Ведь оно волшебное,

Вкусное, полезное!

1. С ним расту я по часам

И совет хороший дам –

Вместо пепси, лимонада

Молоко пить чаще надо!

1. Молоко всем помогает:

Зубы, десны укрепляет!

Чувствуешь себя легко,

Если пьешь ты молоко!

1. Молоко – волшебный дар,

Людям он природой дан,

Чтобы жили не тужили,

Молочко живое пили.

1. Сила в нем земли родной

И целебных трав настой,

Солнечных лучей тепло –

Вот что значит молоко!

***IV. Инсценировка песни «Кто пасется на лугу?» (сл. Черных, муз. Пахмутовой)***

***V. Подведение итогов.***

1. Что интересного вы узнали о молоке?
2. Какие продукты производят из молока?
3. Сколько молока нужно детям выпивать в день?
4. Что вы расскажете дома своим родителям?