

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 10, г. Дивногорск

Исследовательская работа

ТЕМА: « Пейте, дети, молоко – будете здоровы! »

Выполнила:

Лазда Евгения (подготовительная к школе группа)

научные руководители:

Келерова А.Б.(воспитатель старшей возрастной группы),

Щербакова Е.А.(воспитатель подготовительной к школе группы)



Проблема: Многие дети не любят молоко, а взрослые заставляют его пить; родители, доктора и множество реклам в средствах массовой информации убеждают нас, что молоко необходимо растущему детскому организму для полноценного развития.

Как быть тем, кто не любит пить молоко, но хочет вырасти здоровым?



Результаты анкетирования (опроса) детей старшей и подготовительной группы:

«Как ты относишься к молоку?»

Не любят пить молоко:

Старшая группа: из 25 детей - 18 детей(72%)

Подготовительная группа: из 23 детей – 15 детей(65%)



Цель:

Повышение мотивации детей группы в пользу употребления молока; создание заменителя молока - молочного коктейля, который будет и **вкусным и полезным.**

Задачи:

- 1. Изучить материалы о**
 - пользе и вреде молока;**
 - отношении детей старшей и подготовительной групп к молоку, вкусовые предпочтения детей.**
- 2. Провести практические опыты по созданию заменителей молока – фруктово - молочных коктейлей;**
- 3. Проанализировать полученный результат.**

Методы исследования: для достижения необходимого результата в работе применены методы **анализа** и **эксперимент**.

Гипотеза: при подборе необходимых ингредиентов(фруктовые соки и **молоко**) можно создать заменители молока – коктейли, которые будут полезными и вкусными.



Виды молока:



Оленьё



Коровье

МОЛОКО



Кобылье



Верблюжье



Козье



МОЛОКО



Сухое молоко



Сгущенное с сахаром



Стерилизованное молоко



Пастеризованное молоко



**Из молока
можно
приготовить
много разных
продуктов**



Польза молока

Ca

Кальций необходим для поддержания костной системы и крепости зубов.

Mg

Витамин **D**

Калий, магний и витамин D - защита от многих видов рака.

K

В молоке содержатся вещества, без которых жизнь человека невозможна. Кальций, калий и магний, 23 витамина, 20 аминокислот.

Витамин **A**

Витамин A укрепляет зрение, от него зависит здоровье кожи.

Витамин **B1**

Витамин B1 необходим при тяжелой физической и умственной работе. Он поддерживает работу сердца и нервной системы.



Практические опыты по выполнению исследовательской работы.

**Выбор и подготовка ингредиентов для изготовления
заменителя молока (фруктовые и ягодные соки согласно
вкусовым предпочтениям детей и молоко)**





**Создание вкусного и
питательного
молочного фруктово –
ягодного коктейля!**
Вывод : «невкусное»
молоко при соединении
с любимым соком
превращается в
полезный и вкусный
заменитель молока –
коктейль!

Практические опыты по выполнению исследовательской работы в лаборатории « Наши друзья –Фиксики!»

Выбор и подготовка ингредиентов (молоко, сок лайма, лимона и других цитрусовых)



Вывод: молоко при смешивании с соком цитрусовых (лимон, лайм...) превращается в хлопья, прокисает. Употреблять в пищу такое соединение **нельзя! Опасно для здоровья!**



Вывод № 1:

детям молоко употреблять в пищу —**необходимо**, так как в нём очень много питательных веществ, необходимых для того, чтобы ребёнок вырос здоровым, умным и красивым; люди, не любящие вкус молока, могут в домашних условиях изготовить на основе своих вкусовых предпочтений заменители молока - молочно-фруктовые смеси — коктейли и применять их вместо молока.

Вывод № 2: молоко — полезный продукт, лайм и лимон (цитрусовые) — полезные фрукты, а вместе (при смешивании с молоком) — не полезны, даже вредны.



Советы последователям:

- Не забывайте перед началом приготовления полезных и вкусных молочно-фруктовых коктейлей тщательно вымыть с мылом руки.
- Наденьте фартук, лучше клеёнчатый!
- Чтобы ваши коктейли принесли людям пользу, обязательно при их приготовлении будьте в хорошем настроении, готовьте их напевая песенку или под музыку.
- Употреблять в пищу наши заменители молока желательно сразу после приготовления.
- Срок хранения самодельных коктейлей не более 30 минут!



Использованная литература:

1.И.В. Травкина «Тело человека», Москва 2016

2.Ф.Брукс , Ф. Чандлер «Новая детская энциклопедия» ,Москва 2006

3.М. Любка , Б. Маевская «Большая энциклопедия для умных и любознательных детей», Ростов на Дону 2010



Пейте, дети, молоко – будете здоровы!!!!



Благодарим за внимание!!!!