

# Исследовательский проект «Йогурт: вред или польза?»



Презентацию проекта подготовила:  
Гредель Кира, 7 лет

подготовительная группа № 3  
Руководитель проекта: Савчак О. А.

# Цель: выяснить, как влияет йогурт на организм человека

- \* **Объект:** йогурт
- \* **Предмет исследования:** здоровье человека
- \* **Задачи:**
  - \* сбор информации о появлении и составе натурального йогурта, о влиянии йогурта на организм человека;
  - \* изучить характерные черты йогуртов;
  - \* провести социологический опрос;
  - \* приготовить домашний йогурт.

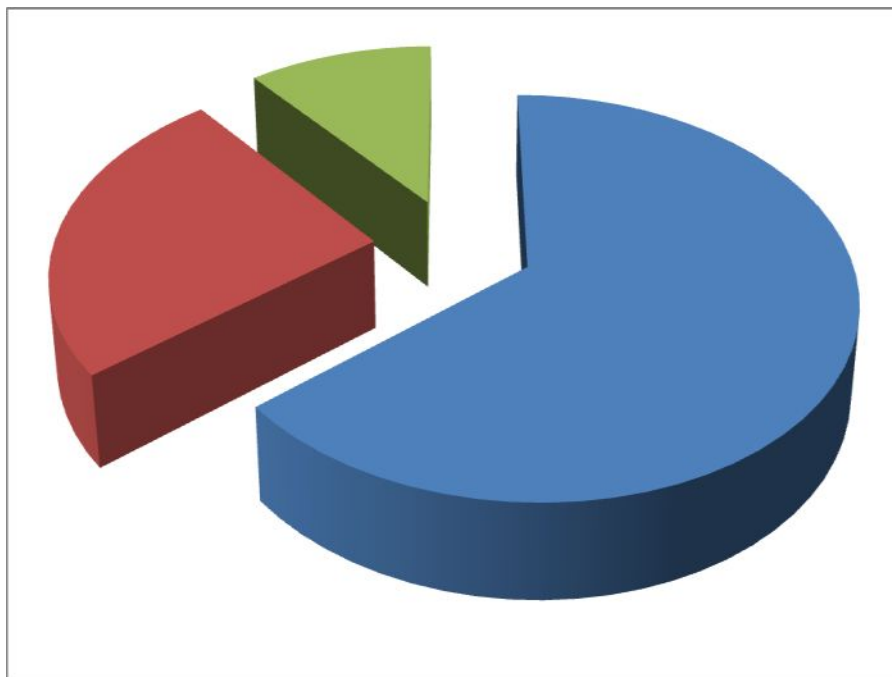
# Социологический опрос подготовительной группы № 3

**Сколько раз в неделю употребляете йогурт?**



- ❖ Один раз в день – 5 человек
- ❖ Каждый день – 6 человек
- ❖ Один раз в неделю – 13 человек

# Йогурт – это ...



- Вкусно – 16 человек
- Полезно – 5 человек
- Затрудняются  
ответить – 3  
человека

Вывод из опроса: йогурт любят все  
дети потому что он ВКУСНЫЙ!



# История возникновения йогурта



1. Йогурт появился благодаря народам-кочевникам, перевозившим молоко в бурдюках из козьих шкур (из воздуха в молоко попадали бактерии, от движения животных молоко перемешивалось и , сквашивалось на жаре, превращаясь в предшественник йогурта).





**И. И. Мечников**

2. В России продукт под названием «йогурт» изобрели в начале прошлого века и назывался он «мечниковская простокваша»



# Состав и хранение йогурта:

- \* Настоящий йогурт состоит из натурального молока и закваски, содержащей культуры болгарской палочки.
- \* Хранить натуральный йогурт нужно в холодильнике, для вкуса можно добавлять все, что нравится: фрукты, варенье, хлопья.
- \* Срок хранения всего несколько дней.





# Польза йогурта

- \* 1.диетический продукт
- \* 2.содержит витамины
- \* 3.повышает иммунитет
- \* 4.помогает выводить шлаки



# Приготовление йогурта в домашних условиях



1. Вскипятите молоко. Разлейте его по стеклянным баночкам. Дайте остынуть до 50°C.



2. Добавьте по ложке йогурта в баночки с молоком. Хорошо перемешать.



3. Поставьте баночки в скороварку и закройте на 5 часов. Когда молоко свернётся, йогурты будут готовы.



# Вывод

\*Для того, чтобы йогурт приносил пользу организму

\*- Лучше всего употреблять те продукты, происхождение которых вам хорошо известно.

\*- Или готовить натуральные йогурты в домашних условиях, особенно детям.