

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.

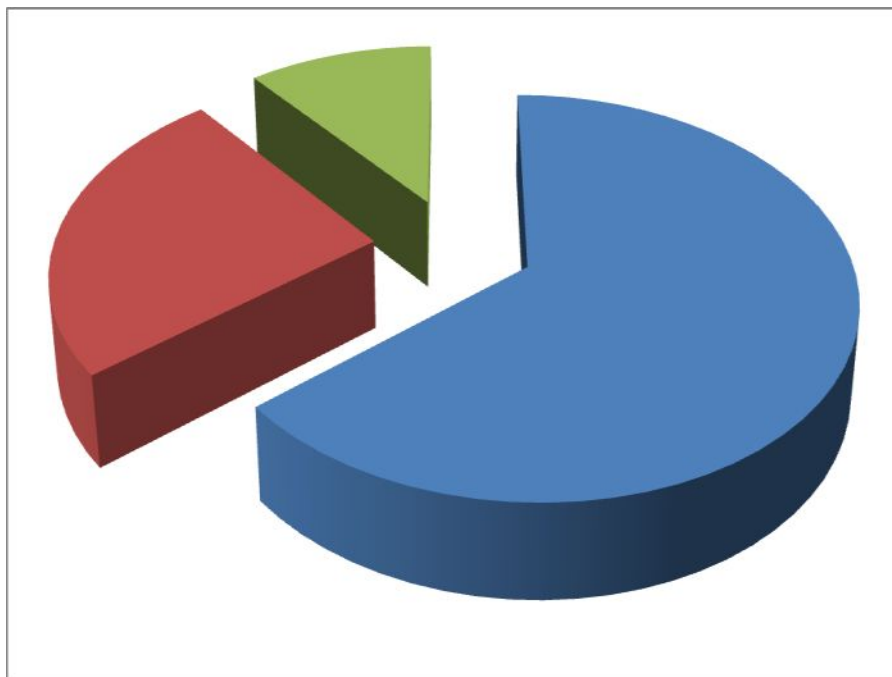
Социологический опрос подготовительной группы № 3

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.