Муниципальный этап Всероссийского конкурса исследовательских и творческих проектов дошкольников и младших школьников
«Я исследователь»

Исследовательская работа
Тема « Пейте, дети, молоко - будете здоровы»

Выполнила:Скоморохова О.
Руководитель Коломийченко Т.В.
п.Ракитное МДОУ «Детский сад №3»

Цель: Выяснить, почему молоко полезно для организма человека и какие продукты из него готовят.

Задачи:

- Молоко – это что…?
- Откуда берется молоко?
- Какую роль играют молочные продукты в жизни человека?
- Расширить знания о молочных продуктах.
- Сделать соответствующие выводы.

Гипотеза: самое вкусное и полезное молоко дает корова.

- Молоко – это ценный продукт питания, поскольку там содержаться все жизненно необходимые для человека вещества. Молоко – продукт, который начали употреблять наши далекие предки еще несколько тысячелетий назад.

- Откуда берется молоко?

У моей бабушки в деревне есть корова Милка, она дает молоко!

Я очень люблю наблюдать за тем, как моя бабушка доит корову. Она мне рассказывала, что сдает молоко на переработку, его везут на молочный комбинат и там из него делают различные продукты, которые мы употребляем в пищу.

- Какую роль играют молочные продукты в жизни?
- Я знаю, что молоко – это единственный продукт питания в первые месяцы жизни человека. Большое значение оно имеет и в питании взрослого человека. Молоко – это изумительная пища, приготовленная самой природой. В состав молока входят все необходимые для организма вещества: белки, жиры, углеводы, минеральные соли, витамины.
- Молоко незаменимо в питании человека, особенно детей и пожилых людей. Очень полезно оно в диетическом и лечебном питании. Благодаря содержанию в молоке универсальных пищевых добавок, продукт обеспечивает нормальный рост, развитие и жизнедеятельность организма.

- Уже в давние времена молоко использовали как продукт питания не только в сыром виде, но и приготавливали из него несколько видов молочных продуктов – это кефир, сметану, ряженку, творог и творожные изделию.
- Моя бабушка Нина тоже может из молока приготовить эти продукты.
- Она мне рассказывала и показывала, что можно приготовить из молока.
- Вот, например, масло она делает из сливок, которые долго взбивает и получается масло. Сметана тоже получается из сливок. Из молока делают кефир, а из кефира творог. Из творога бабушка делает очень вкусные сырники.

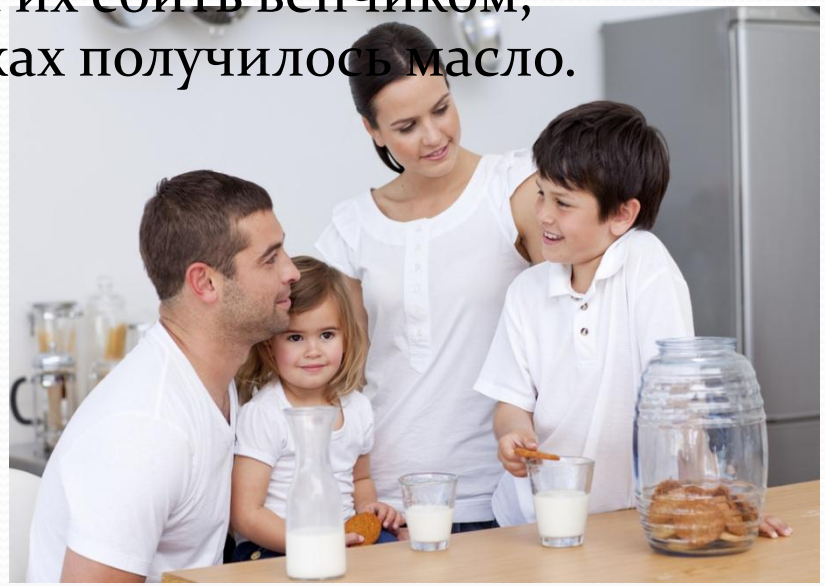
Эксперименты с молоком.

- Опыт №1.
- Я налила в 2 банки свежего цельного молока. Одну банку поставила в холод, другую поставила в тепло. И решила понаблюдать, как меняется молоко в холоде и тепле. Через 2 дня увидела, что в холоде молоко не изменилось, только стало холодным, а в тепле молоко закисло, стало густое, плохо течёт, немного с хлопьями. Я попробовала его на вкус: вкус изменился, стал кислым, но вкусным. Татьяна Васильевна сказала, что теперь оно называется не молоко, а простокваша. Я в простоквашу добавила варенье, получился вкусный йогурт.
- **Вывод**: в холоде молоко не изменяется, хранится. В тепле молоко прокисает и превращается в новый продукт питания- простоквашу, добавить варенье - получается йогурт.

- <u>Опыт №2.</u>
- У меня возник вопрос: что будет с простоквашей, если её ещё больше нагреть? Я с мамой поставила простоквашу на огонь, не доводя до кипения и выключили газ. В простокваше появились густые хлопья и увидел, что отделилась желтая жидкость. Татьяна Васильевна предложила процедить её через дуршлаг. Вода стекла и осталась густая масса. Я попробовала и оказалось, что получился творог.
- **<u>Вывод:</u>** чтобы получить творог, нужно простоквашу нагреть, не доводя до кипения и процедить.

- <u>Опыт №3.</u>

Мы с мамой пили чай со сливками. Я думала, что сливки тоже даёт корова. Но мама сказала, что сливки разделяют от молока специальной умной машиной, которая называется сепаратором. Я попробовала и у меня получилось. Сепаратор разделил отдельно сливки (жирное молоко) от обрата (обработанное, не жирное молоко). Сливки я принесла в детский сад показать всем. Сливки постояли 2 дня и стали густые, даже ложку трудно в неё засунуть. Я не знала, что с ними делать дальше. Татьяна Васильевна предложила их сбить венчиком, миксером, ступкой. Во всех чашках получилось масло.



<u>Вывод:</u> сливки можно разделить от нежирного молока сепаратором. Если густые сливки сбить, получится масло. Я добавила в густые сливки молоко, размешала и оставила в тепле- получилось сметана.

Эксперимент-изобретение

- Я сама изобрела новый молочный продукт. Я в свежее молоко добавила разные свежие фрукты и ягоды, взбила миксером. Для вкуса добавила сахара. Получился отличный молочный коктейль. Этим свежим и полезным коктейлем я угостила друзей из своей группы. Все были в восторге.

- Я провела опрос какие молочные продукты любят дети в моей группе. В результате выяснилось, что среди 23 детей: 4 ребенка предпочитают йогурт; 11 детей любят молоко; 5 детей кушают сметану; 3 ребёнка обожают творог.
- Я отдала свой голос за парное молоко, которое я с удовольствием пью каждый день.

- **Вывод**
- ***Молоко- это изумительная пища, приготовленная самой природой.***
- ***(Академик И. П. Павлов)***
-
- Подводя итоги моего исследования, можно сказать, что гипотеза о том, что вкусное и полезное молоко даёт корова подтвердилась. Молоко - самый полезный для человека продукт питания. С молоком можно экспериментировать и получать новые молочные продукты питания: йогурт, коктейль, масло, простоквашу, творог, сыр и т.д.. Молоко и молочные продукты приносят пользу для организма детей и взрослых: крепкие кости и ногти, белые зубы, длинные шелковистые волосы, сладкий сон.

В результате исследования я:

- Собрала коллекцию полезных советов.
- Выпустила буклет "Пейте, дети, молоко - будете здоровы".
- Сделала выставку из моих фотографий "Какую пользу приносит молоко?"

В молоке полезных много
Витаминов и веществ.
Пейте молоко парное,
Чтобы кариес исчез,
Чтобы кости были крепки,
Не болела голова,
Настроение чтобы было
Превеселое всегда

Спасибо за внимание !