

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №3 «Ивушка»

Исследовательская деятельность

ТЕМА: «МОЛОЧНЫЕ РЕКИ».

Автор проекта: Халилова Ольга,
под руководством воспитателя Авраменко С.А.

п. Приморский
2025 год

Содержание:

1. Введение.
2. Теоритическая часть.
3. Польза молока.
4. Молочные продукты.
5. Пословицы и поговорки.
6. Практическая часть.
7. Вывод.

Продолжительность проекта: краткосрочный.

Тип проекта: информационно-исследовательский.

Участники проекта: дети старшей группы, родители, воспитатель.

Возраст детей: 7 лет.

Цель: Познакомить детей с молоком, доказать, что из молока можно сделать много вкусных и полезных молочных продуктов.

Задачи:

1. Пополнить знания о разнообразии молочных продуктов и способах их приготовления в домашних условиях.
2. Развивать познавательный интерес к окружающему.
3. Формировать у детей познавательные и исследовательские навыки.
4. Формировать у детей осознанное отношение к здоровому питанию.

Проблема и актуальность выбранной темы:

С давних времен молоку приписывали поистине сверхъестественные свойства! Оно служит полноценной пищей для новорожденных, а также необходимым продуктом питания для человека в любом возрасте. Древние философы не зная полезного состава молока, но наблюдая за его действиями на организм человека, называли его «источником здоровья», «соком жизни», потому что молоко использовали и в пищевой промышленности (как продукт питания), и как лечебное средство от многих болезней: например при лечении сердца. Молоко считается “источник здоровья”, современные врачи опять начинают советовать его и детям, и взрослым, полагая, что этот восхитительный дар природы помогает сохранить здоровье человека. Но современная детвора все меньше и меньше употребляет молоко и молочные продукты, отдавая предпочтение долго хранящимся йогуртам с консервантами. Ведь это может грозит здоровью?

Я никогда не пила молоко с удовольствием, и меня приходилось маме и бабушке уговаривать. Они говорили: «Ты же йогурт пьешь с удовольствием, почему же ты не пьешь молоко? Посмотри на Сашу (мой младший братик) он пьет его в захлёб.» Я очень удивилась: «Как так, йогурт это же не молоко! Но мне бабуля разъяснила: «Йогурт – это молочный продукт».

И я решила все узнать о молоке, тем более, я заметила, что остальные дети в детском саду тоже не очень любят пить молоко. Так родился мой проект «Молочные реки».

Методы реализации проекта:

Практические:

- создание развивающей среды;
- проведение экспериментов.

Словесные:

- сбор и анализ информации по данной теме;
- наблюдение;
- беседа.

Наглядные:

- экспериментирование

Ожидаемые результаты:

Собрать много интересной информации о молоке;

Выяснить с помощью экспериментов, что молоко и молочные продукты полезные и очень вкусные.

I. Этапы исследования

Подготовительный этап:

- выбор темы исследования детьми;
- обсуждение с родителями воспитанников вопроса связанного с проектной и исследовательской деятельностью, определение целей и задач проекта;
- просмотр энциклопедической литературы;
- беседа «откуда берется молоко? В чем польза? Какие молочные продукты вы знаете»;

Проведение опроса у детей:

1. Что такое молоко?
2. Знаете ли вы откуда берется молоко ?

Основной (практический) этап:

- польза молока в жизни деятельности людей;
- рассматривание энциклопедий;
- новые продукты из молока;

2.Теоретическая часть

Во первых мне захотелось выяснить, в чем польза молока и почему в молоке так много витаминов? С мамой я отправилась в поселковую библиотеку, чтобы узнать, почему в молоке так много витаминов. Там нам не дали ответа , но дали книжку про коров, которые дают молоко. Мы прочитали ее и сразу догадались, откуда в молоке витамины. Коров выгоняют пастись на луг, там они едят траву, цветы, а дома их кормят сеном. В таком корме много разных витаминов, они передаются корове в молоко. Еще мы узнали что, по статистике за год человек выпивает около 260 литров молока, если перевести это в стаканы, - то получится 1 040 стаканов. А если посчитать количество молока, выпитое всеми россиянами за год, то получится целая **молочная река**.

3.Польза молока.

Я узнала что молоко содержит большое количество микроэлементов, необходимых для полноценного и гармоничного развития детского организма. Белки молока содержат незаменимые аминокислоты, которые необходимы для гармоничного роста и функционирования органов и систем организма. Жиры молока содержат незаменимые жирные кислоты и другие соединения, которые принимают участие в регулировании многих процессов в организме ребёнка. Кальций и фосфор особенно важны для детей в период быстрого роста и формирования зубов и костей. При этом кальций и фосфор находятся в молоке в основном в виде солей и соединений с белком, поэтому хорошо усваиваются. Лактоза (молочный сахар) способствует всасыванию кальция и поддерживает нормальную микрофлору кишечника. В состав молока также входят железо, йод, фтор, цинк и основные витамины: В, С, А, D, Е.

Педиатры рекомендуют включать молоко в рацион малыша после двух лет. В небольших количествах, примерно по 100 мл в день, молоко станет хорошим витаминным дополнением в питании ребёнка.

4.Молочные продукты.

Бабушка мне рассказала, что из молока можно сделать много молочных продуктов: ацидофилин, варенец, йогурт, кефир, кумыс, пахта, простокваша, ряженка, сгущенное молоко, сливки, сливочное масло, сметана, снежок, сухое молоко, сыворотка, сыр, творог, топленое молоко. Оказалось, это не только сливочное масло, творог и сметана. Многие названия я даже не знала и продукты не пробовала.

Затем я стала спрашивать у детей: «Какие молочные продукты они знают, какие любят и почему?» Получилось очень интересно; все дети любят йогурт,

потому что он вкусный, сладкий, полезный. Только 5 детям нравится молоко, и лишь некоторым – остальные молочные продукты.

5.Пословицы и поговорки.

Педагог Светлана Александровна попросила меня поделиться знаниями с детьми нашего детского сада о том что я узнала о молоке, о пользе молочных продуктов. Вместе с Светланой Александровной мы посетили библиотеку и взяли книгу с пословицами и поговорками. Мы выбрали из книги пословицы про молоко и узнали, что издавна народ слагал о молоке такие пословицы:

«Молока в достатке -и мы в порядке»;

«Корова во дворе, еда на столе»;

«Молока не пьешь- откуда силы возьмешь»;

«Обожжешься на молоке, станешь дуть на воду»;

«Заварил кашу, так не жалей ни молока, ни масла»;

«Всходы крепнут от воды, а ребенок от молока».

Мне захотелось самой провести опыты с молоком и ответить на вопрос **«Можно ли приготовить молочные продукты в домашних условиях и если можно, то какие?»**.

Для того чтобы ответить на вопрос «Можно ли приготовить молочные продукты в домашних условиях», мы с Светланой Александровной организовали в группе **исследовательскую лабораторию**.

6. Практическая часть.



ё

Опыт № 1 «Сливки»

Светлана Александровна рассказала о том, что сливки получают с помощью специальной машины, со сливками пьют чай, едят клубнику. Но сливки можно собрать и без сепаратора. Для этого мы с мамой налили молоко в стакан и оставили его постоять. Через некоторое время я заметила, что сливки поднялись вверх.

Вывод: Когда молоко стоит в тепле сливки поднимаются в верх.



Опыт № 2 «Сливочное масло»

А еще мы сумели из сливок изготовить сливочное масло. В стеклянную банку поместили сливки и взбивали сначала венчиком, потом ложкой. В результате получилось сливочное масло. Я выложила его в холодную воду, для того чтобы оно застыло. Очень вкусное получилось масло! Мы намазывали его на батон и ели.

Вывод: Если взбивать сливки то получится сливочное масло.



Опыт № 3. «Йогурт или простокваша»

Оказывается, совсем нетрудно из молока сделать простоквашу. Если молоко поставить в теплое место на целый день, то оно закиснет хлопьями, это и будет простокваша. А если в него добавить фрукты, варенье, сахар, то получится всеми любимый йогурт.

	Вывод: Если молоко поставить в теплое место оно закиснет, получилась простокваша.
	Опыт 4. «Творог» Я задала вопрос «Что произойдёт, если прокисшее молоко поставить на огонь? ». Мы попробовали это сделать с Светланой Александровной. Сначала подогрели в кастрюле до кипения простоквашу. Простокваша превратилась в зеленоватую сыворотку, в которой плавают белые хлопья. Когда простокваша остыла, процедили. Получился замечательный продукт – творог. Вывод: Если скисшее молоко подогреть то получится вкусный творог.
	Опыт № 5. «Молочный коктейль» Мама мне дала замороженную малину и блендер. Я взяла молоко, добавила замороженную малину, немного сахара взбила блендером и у меня получился вкусный МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ! Я назвала его «Малиновая радость». Вывод: если взбить молоко с фруктами получится коктейль.
7. Вывод. Таким образом я узнала, что из молока можно приготовить много молочных продуктов: сливки, простоквашу, сливочное масло, творог, коктейль, а все молочные продукты вкусные и полезные. В результате проектной работы я поменяла свое мнение о молоке и молочных продуктах, и буду теперь с большим удовольствием употреблять их в пищу. БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ И СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!	

