

**МБДОУ Детский сад №36**

**Исследовательский проект**

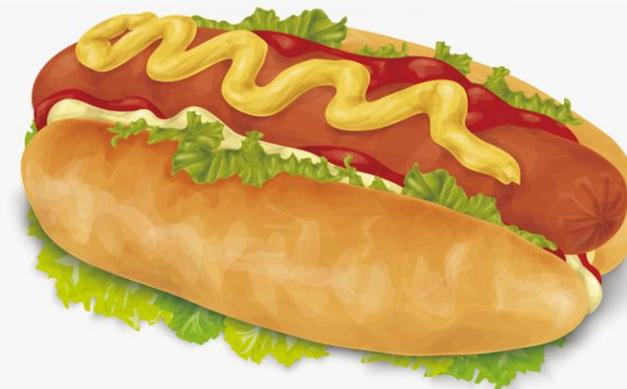
**Здоровое питание – основа процветания!**



**Козак Василиса, 6 лет**



# Вкусная жизнь!



# Структура проекта

**Тип проекта:** информационно-исследовательский

**Вид проекта:** семейный

**Длительность проекта:** краткосрочный

**Объект исследования:** продукты питания

**Предмет исследования:** полезные и вредные свойства

# Гипотеза

**Если я узнаю, чем отличаются полезные продукты от вредных, то смогу соблюдать правила здорового питания и вести здоровый образ жизни.**



# Задачи проекта

- Узнать об истории появления овощей и фруктов
- Выяснить, для чего нужны витамины
- Научиться готовить полезные блюда русской кухни
- Познакомиться с профессией диетолога

# Таблица



# Вопросы

- Когда и где появились овощи?
- Что можно узнать на упаковке продуктов?
- Что важнее: вкусная или полезная еда?
- Где живут витамины и для чего они нужны?
- Как питались люди в древности?
- Какой режим питания нужно соблюдать?
- Что такое жиры, белки, углеводы?

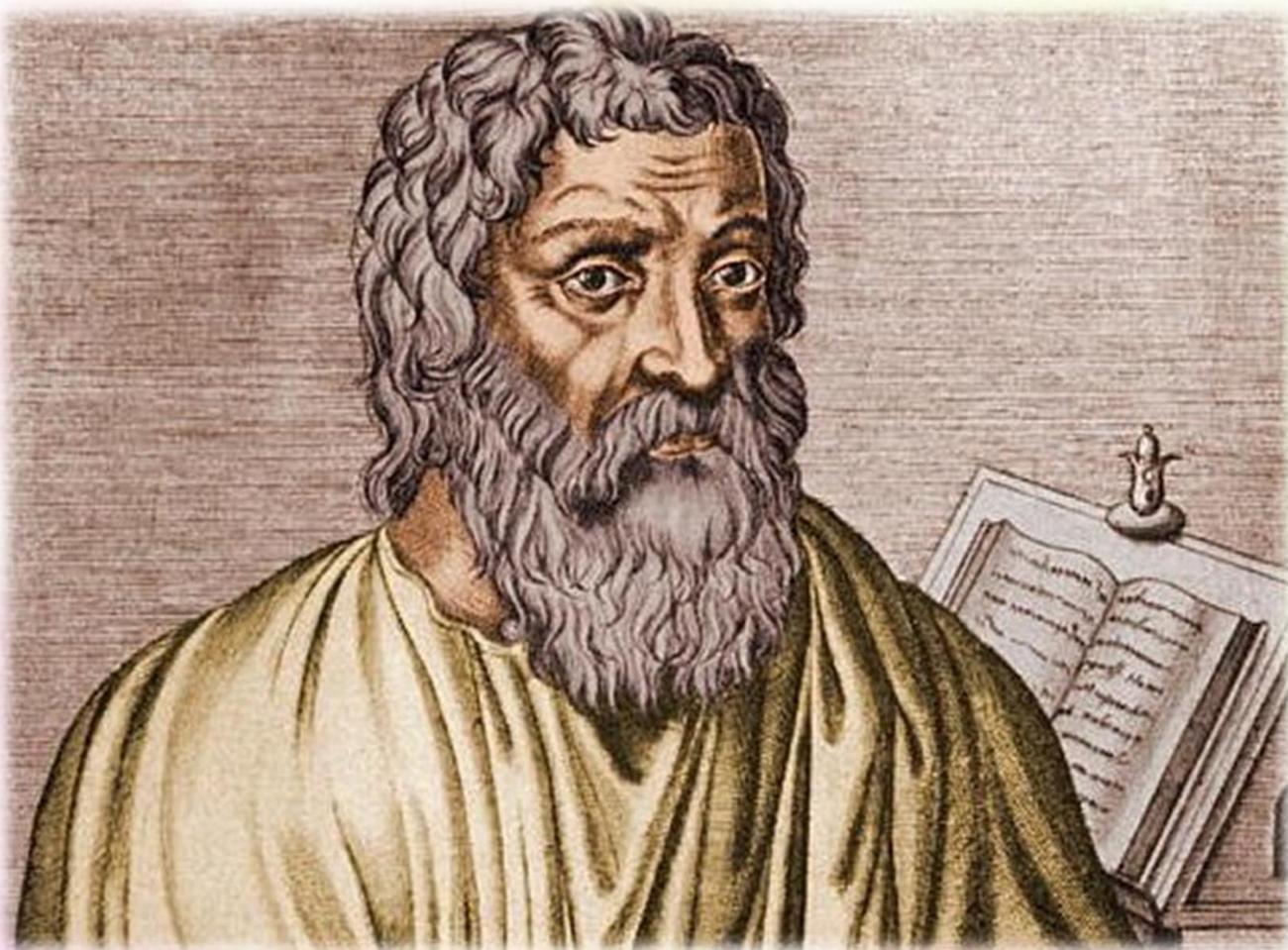
# Поиск информации в интернете



# Картофель



# Лук



# Чеснок



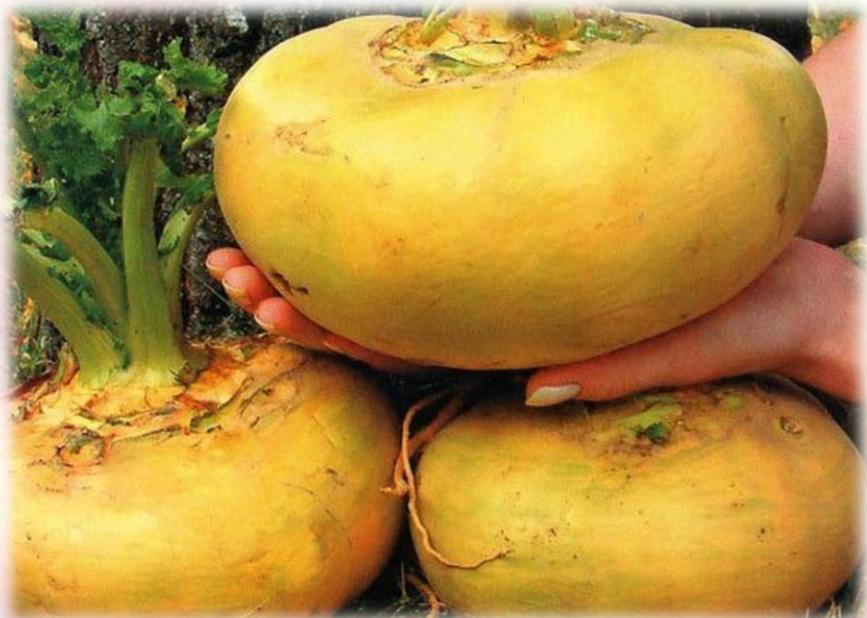
# Помидоры



# Огурец



# Репа



# Морковь



# Поиск информации в библиотеке



# День русской кухни



# Варим гречневую кашу



# Варим гречневую кашу



# Чай из лекарственных трав



**Приятного аппетита!**



# Уральские пельмени



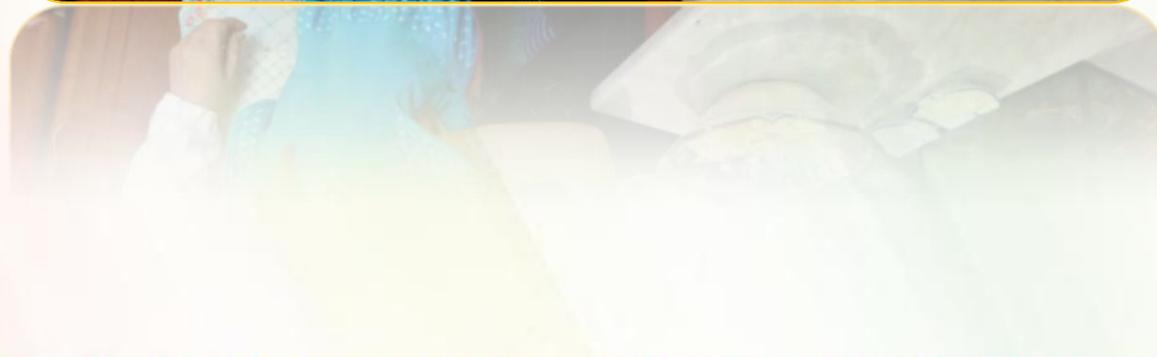
# Квас на ржаном хлебе



# Картофель в мундире



# Оладьи из кабачков



# Винегрет



# Квашеная капуста



# День русской кухни



# Интеллект-карта «Кладовая витаминов»



# Вредно или полезно???



# Опыты с кока-колой и чипсами



# Исследование «Вся правда про...»



# Рейд «Контрольная закупка»



# Кулинарный карвинг



# Результаты

- Имею представления о роли витаминов в жизни человека
- Умею готовить разные полезные блюда
- Самостоятельно выбираю продукты в супермаркете
- Знаю правила здорового питания

# Кулинарный класс «Приятного аппетита!»



# Акция «Наше здоровье-в наших руках!»



**Будьте здоровы!!!**

