Обеспеченность организма учеников 9 класса витаминами и минеральными веществами

Исполнитель: ученица 9А класса
МОАУ «СОШ №52 г. Орска»
Зайцева Анна
Руководитель: учитель биологии
I квалификационной категории
МОАУ «СОШ №52 г. Орска»

- **Проблема исследования** и заключается, с одной стороны, в том, что терминология витаминов довольно запутанна и что до сих пор продолжаются споры о первооткрывателе витаминов; классификаций минеральных веществ несколько. А с другой стороны, в том, что задумываются ли вообще люди над тем, насколько их организм обеспечен теми или иными витаминами, или минеральными веществами. Витамины и минеральные вещества не обладают энергетической ценностью, однако жизнь человека без них невозможна.

- **Актуальность исследования** мы видим в том, что каждый человек должен знать, насколько его организм обеспечен витаминами и минеральными веществами для того, чтобы сохранить своё здоровье.

- **Объектом** нашего исследования являются витамины и минеральные вещества.
- **Предметом** исследования является обеспеченность организма учеников 9 класса витаминами и минеральными веществами.

- **Цель** нашего исследования заключается в определении обеспеченности организма учеников 9 класса витаминами и минеральными веществами.

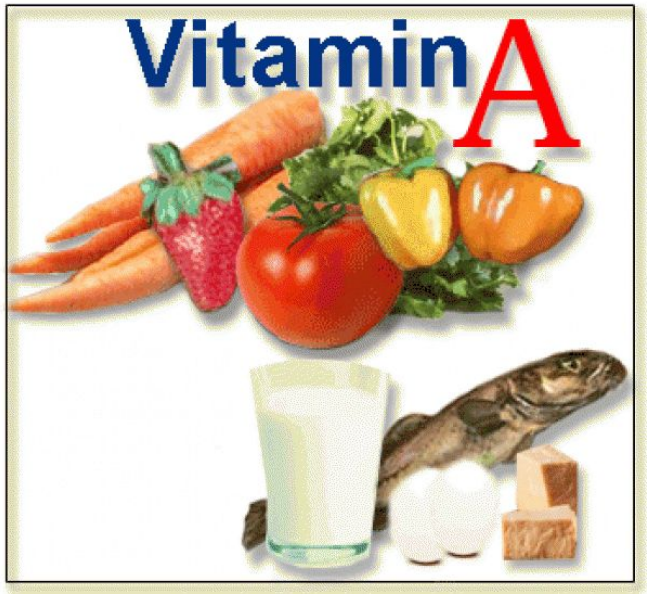
Задачи исследования:

- Выяснить историю открытия витаминов, почему до сих пор продолжается спор о первооткрывателе витаминов.
- Выяснить различия в классификации витаминов и классификации минеральных веществ.
- Определить, насколько организм учеников 9 класса обеспечен витаминами: А, группы В, С, D и минеральными веществами: магнием, кальцием, калием.
- Дать рекомендации по сохранению витаминов в пище и усвоению минеральных веществ.

- **Методиками**, используемыми в работе, являются «Тест на обеспеченность витаминами», «Тест на обеспеченность минеральными веществами».
- **База исследования**: МОАУ «СОШ №52 г. Орск», 9 «А» класс.
- **Сроки исследования**: ноябрь 2013 г.- январь 2014г.

Обеспеченность организма витамином А

Витамин А	Количество учащихся
Да	4
Нет	21

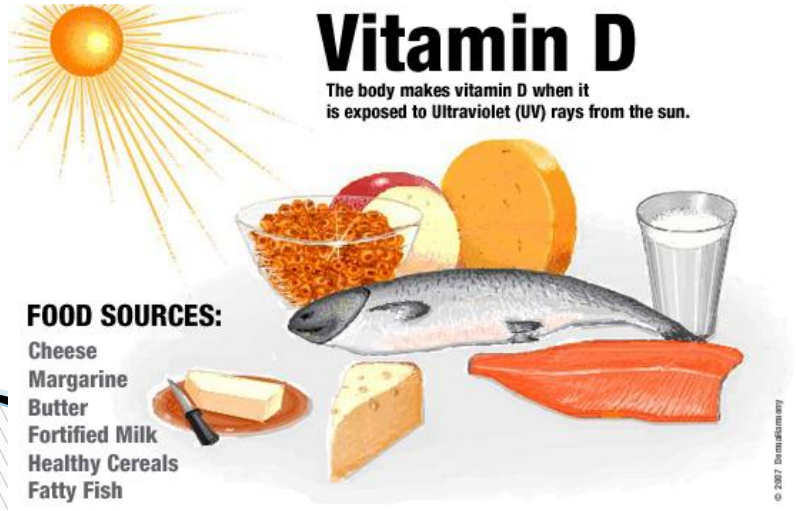


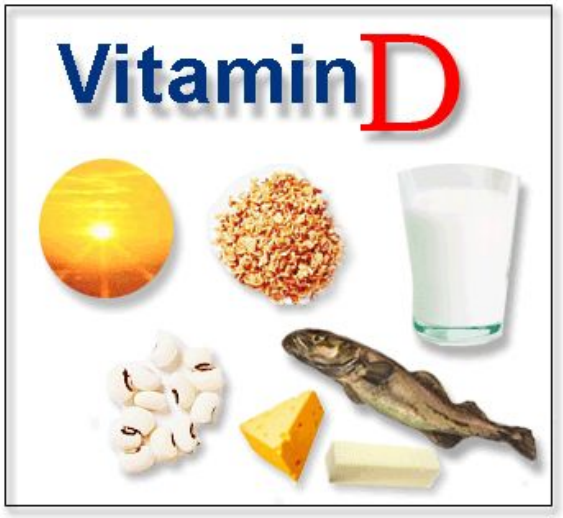
Обеспеченность организма витамином группы В

Витамины группы В	Количество учащихся
Да	6
Нет	19

Обеспеченность организма витамином D

Витамин D	Количество учащихся
Да	4
Нет	21





Обеспеченность организма витамином С

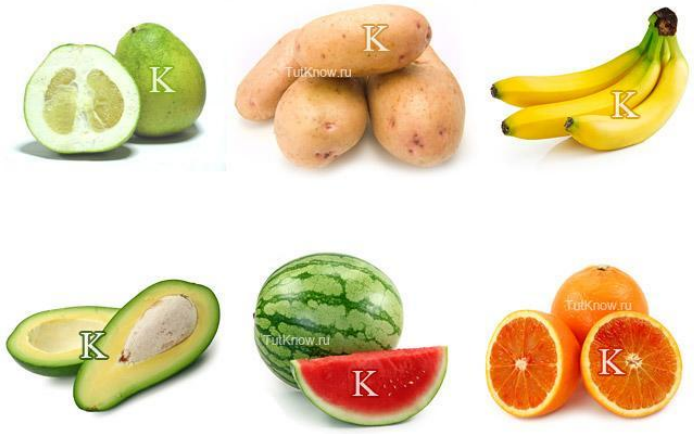
Витамин С	Количество учащихся
Да	5
Нет	20

Обеспеченность организма минеральным веществом-магнием

Магний	Количество учащихся
Да	3
Нет	22

Обеспеченность организма минеральным веществом-калием

Калий	Количество учащихся
Да	4
Нет	21



Обеспеченность организма минеральным веществом-кальцием

Кальций	Количество учащихся
Да	5
Нет	20