



# **КОНФЕТЫ: ВРЕД ИЛИ ПОЛЬЗА**

**Автор: Майоров Артем  
ученик 1 «А» класса  
Лицей № 8  
Руководитель: Майорова  
Т.Е.**

## **Цель работы:**

Выяснить, какую пользу организму человека может принести употребление конфет или какой вред.

## **Задачи исследования:**

- Найти информацию по данному вопросу;
- Познакомиться с историей возникновения шоколада, конфет;
- Выяснить, какие заболевания, преследуют человека, при злоупотреблении сладостями;
- Провести анкетирование среди учащихся.
- Определить воздействие на организм человека употребление конфет.
- Рассказать о вреде и пользе конфет на открытом классном часе «Разговор о правильном питании».

# Гипотеза:

- Если человек будет употреблять сладости в меру, то он сможет избежать некоторых заболеваний, а если злоупотреблять, то навредит своему организму.





- **Конфеты** - сладкие кондитерские изделия, изготовленные из сахара, шоколада, засахарённых фруктов и других продуктов.
- Слово "конфета" произошло от латинского confectum - «изготовлено». Этот термин изначально использовали аптекари в XVI веке. Он называли этим словом засахаренные или переработанные в варенье фрукты, используемые в лечебных целях.



# Где появились конфеты?



Более 3 тысяч лет назад древние египтяне случайно смешали мёд, инжир и орехи – так появились самые первые в мире конфеты.



# Какие бывают конфеты?



конфеты помадные



конфеты молочные



конфеты пралине;



конфеты грильяжные;



конфеты с фруктовой начинкой



конфеты марципановые

# Полезно или вредно есть конфеты?

## Полезные свойства шоколадных конфет

Вещества, содержащиеся в тёмном шоколаде:

- снижают холестерин в крови,
- улучшают работу нашего сердца,
- предохраняют кожу от преждевременного старения, от появления морщин,
- предотвращают слабоумие в старости.

Шоколад - замечательное средство от кашля.





# Вредные свойства конфет



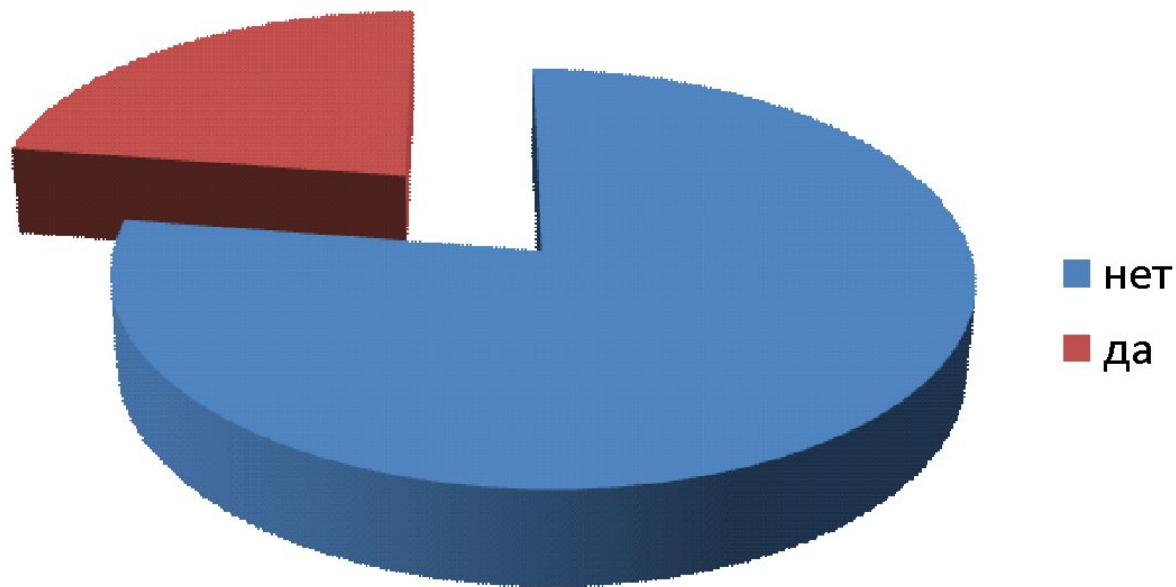
От неумеренного потребления конфет разрушается эмаль зубов, повышается угроза появления кариеса.

Особенно опасно есть сладости через несколько часов после еды



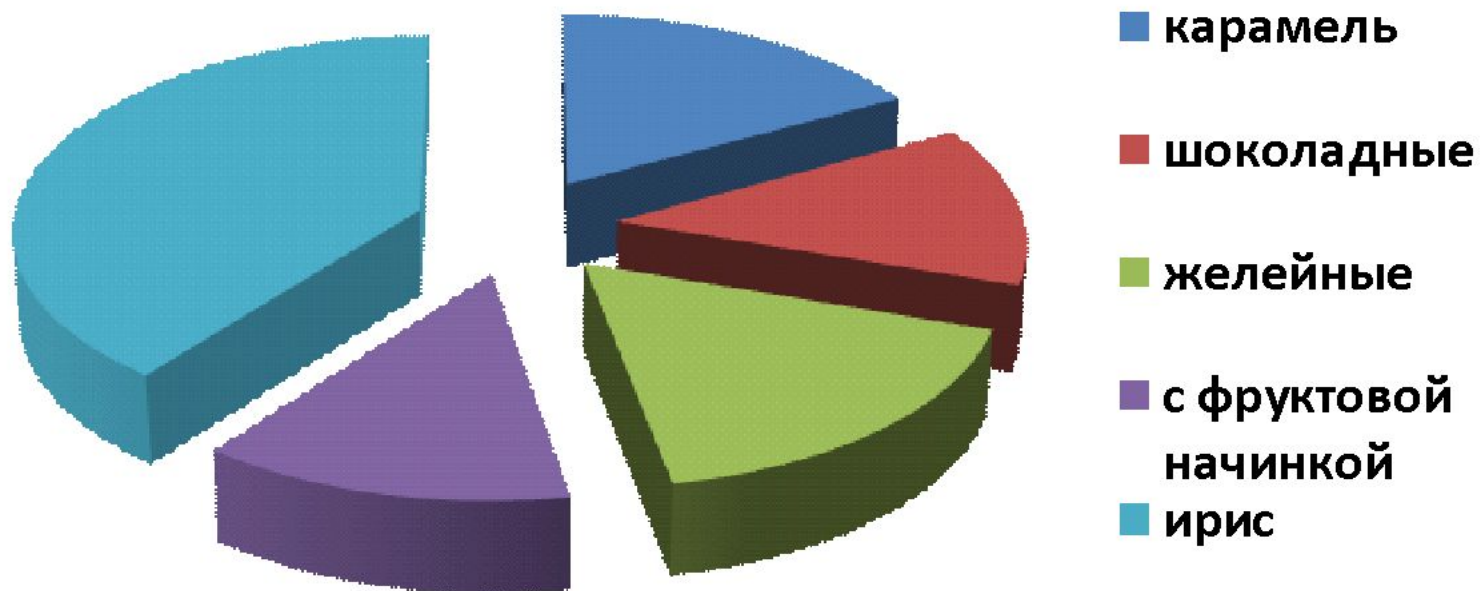
# Анкетирование

Считаешь ли ты конфеты вредным для здоровья?



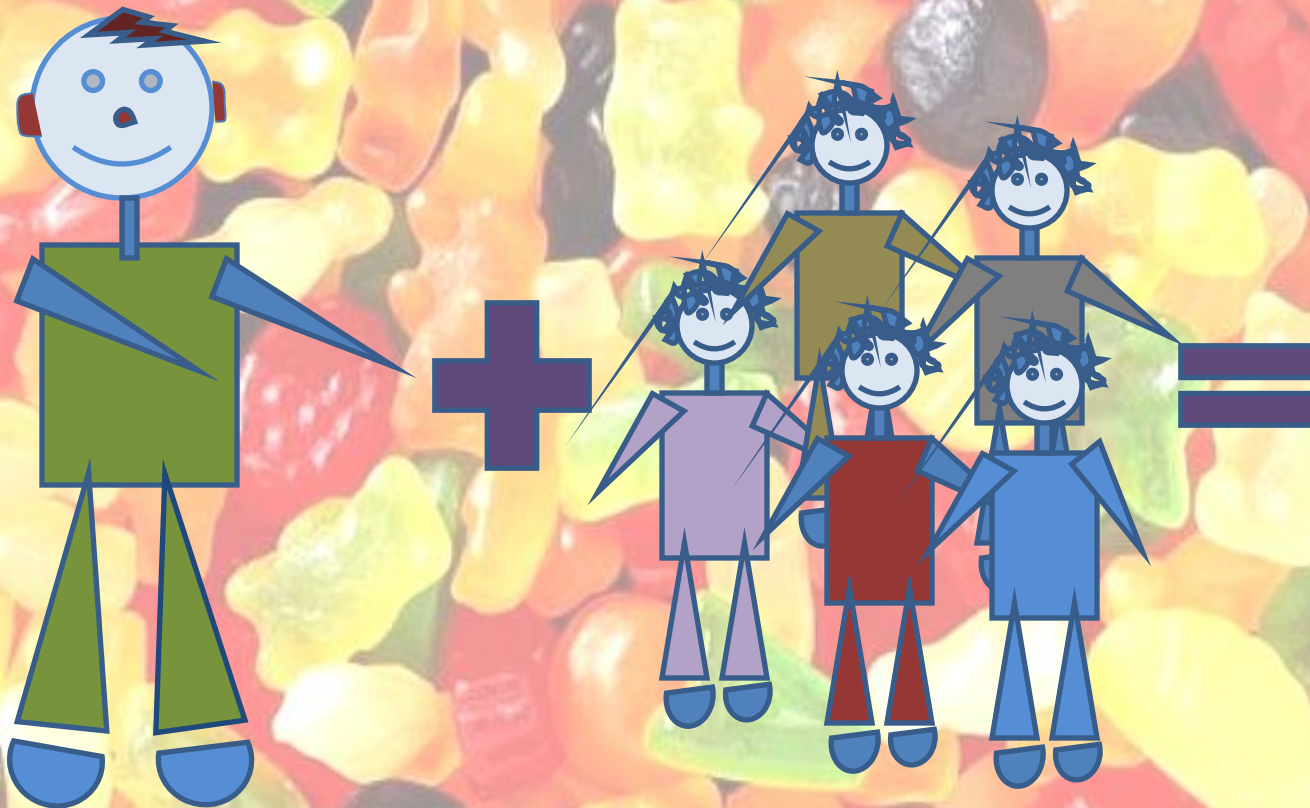
Результаты показали: из 32 человек 24 считают конфеты не вредными, а 8 - что они вредны для здоровья.

## Какие конфеты ты любишь?



Результаты показали: что мои одноклассники в основном предпочитают ириски.





**Я**

**М**

**Ы**

Мой класс и я- мы все любим конфеты!

# Сколько можно есть конфет?



По мнению специалистов, для полноценного развития ребенку необходимо потреблять 30–40 г «сладких углеводов» в день: две-три конфеты, или одну зефирину, или два печеньца.









# Советы «конфетоежкам»



1. ЛУЧШЕ ЕСТЬ ШОКОЛАДНЫЕ КОНФЕТЫ
2. ЗА ДЕНЬ СЪЕДАЙТЕ **2-3** КОНФЕТЫ
3. НЕ ЕШЬТЕ КОНФЕТЫ НА ГОЛОДНЫЙ ЖЕЛУДОК
4. НЕ ГРЫЗИТЕ ЛЕДЕНЦЫ И КАРАМЕЛЬ - ПОВРЕДИТЕ ЭМАЛЬ



**Можно сделать вывод:  
При умеренном употреблении  
конфет, они полезны для  
здоровья!**





**БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ**

