

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 7»
города Ржева, Тверской области

Влияние чипсов на организм ребенка

**ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ПРОЕКТ
ПО ОКРУЖАЮЩЕМУ МИРУ
УЧЕНИЦЫ 4 КЛАССА
Царевой Маргариты
РУКОВОДИТЕЛЬ: Арсеньева Т.Е.**

**Ржев
2014г.**

The background of the slide is a close-up, slightly blurred image of golden-brown potato chips. The chips are scattered across the frame, with some showing their characteristic ridged texture. The lighting is warm, highlighting the natural color of the potatoes.

Чипсы.

Вред или польза?



Цель работы: выявить какое воздействие (отрицательное или положительное) оказывают чипсы на организм детей.

Актуальность: Мы не задумываемся над тем, что чипсы могут повредить нашему здоровью. А ведь наше здоровье – самое ценное, что у нас есть.

Гипотеза: чипсы отрицательно влияет на организм человека, особенно на детский организм.



Чипсы являются любимым лакомством детей и взрослых. Они сопровождают людей практически везде: как сидя дома у телевизора, так и в пути.

Чипсы продаются на каждом углу и привлекают людей яркими этикетками. По телевизору множество рекламных роликов внушают потребителю, что есть чипсы – это «круто и прикольно». Сегодня чипсы являются одним из наиболее популярных блюд «быстрой еды».

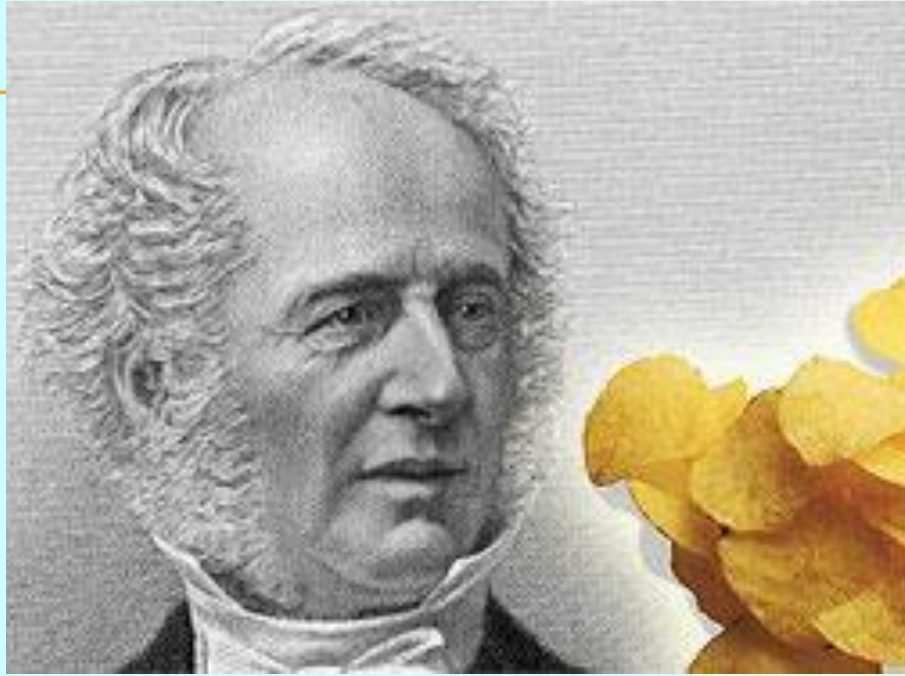
ЗАДАЧИ

- Дать определение понятию «чипсы»
- Рассмотреть историю возникновения продукта
- Познакомиться с основными рецептами изготовления чипсов
- Выяснить, чем вредны чипсы и к чему может привести их чрезмерное употребление
- Статистика употребления чипсов, анкетирование одноклассников
- Ознакомить с моей работой, выводами и рекомендациями одноклассников

Чипсы (англ. *chips*, от *chip* — стружка) — закуска — стружка) — закуска, представляющая собой тонкие ломтики картофеля — стружка) — закуска, представляющая собой тонкие ломтики картофеля, реже — других корнеплодов — стружка) — закуска, представляющая собой тонкие ломтики картофеля, реже — других корнеплодов или различных плодов — стружка) — закуска, представляющая собой тонкие ломтики картофеля, реже — других корнеплодов или различных плодов как



ИСТОРИЯ ОБРАЗОВАНИЯ ЧИПСОВ



Впервые чипсы были приготовлены в 1853 году в США для американского мультимиллионера К. Вандербильта его поваром Д.Крамом.

В 1926 году была изобретена упаковка

В 1937 году в США был создан Национальный институт картофельных чипсов, который совершенствовал технологии производства и рецептуру.

ОСНОВНЫЕ РЕЦЕПТЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ЧИПСОВ

- ❑ Классический: картофель режется тонкими ломтиками и обжаривается в масле. Имея подходящую шинковальную доску, этот рецепт легко повторить на обычной кухне.
- ❑ Часто в машинном производстве применяется другой рецепт: из картофельной муки делают тесто, а из теста формируют чипсы, которые потом обжариваются.
- ❑ Часто в чипсы добавляют ароматизаторы и усилители вкуса.



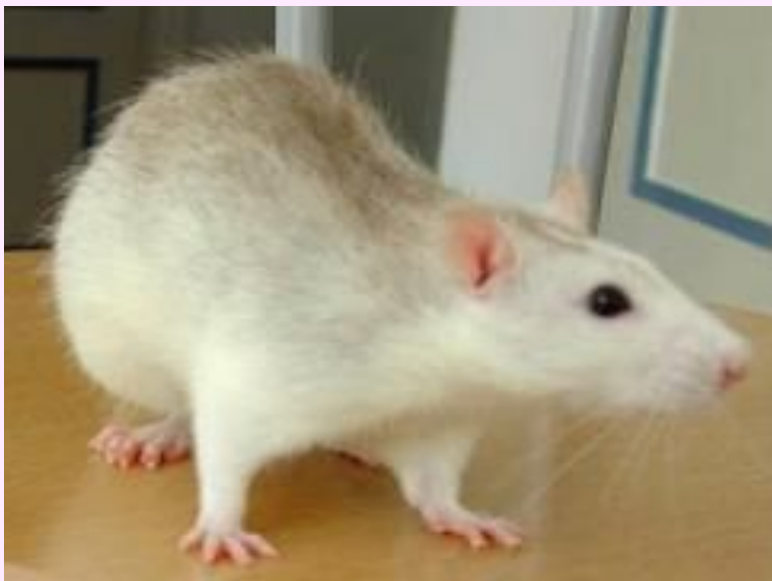
ВРЕД ЧИПСОВ



- лишние килограммы
- высокий уровень холестерина
- закупорка сосудов
- инфаркты
- диабет и зависимость
- фаст-фуд «бьёт» и по мозгам
- раковые заболевания
- аллергия на ароматизаторы и усилители вкуса

Доказательством служит эксперимент на лабораторных крысах. Они по своей физиологии очень похожи на людей. Несколько зверьков учёные посадили на диету с высоким содержанием жиров аналогичных тем, что используются при приготовлении чипсов. В результате десяти дней хватило на то, чтобы зверьки стали менее внимательными, не могли быстро концентрироваться, плохо справлялись с обычными заданиями. Они ослабли, стали ошибаться в прохождении знакомых им лабиринтов и стали гораздо быстрее уставать.

Учёные окрестили такой эффект «жировым похмельем», поясняя, что для людей он грозит ухудшением кратковременной памяти, потерей концентрации и снижением скорости мышления.



Статистика гласит, что один пакетик съеденных картофельных чипсов в день равен пяти выпитым литрам подсолнечного масла в год!



=



ПОТРЕБЛЕНИЕ

- ❑ каждый американец в среднем съедает: 10 кг чипсов в год;
- ❑ японец: 17–20 кг/год.
- ❑ европеец: 1–5 кг/год;
- ❑ украинец: 1,8–2,5 кг/год.
- ❑ россиянин: 0,5 кг/год (лидером по популярности в 2010г. оказались чипсы марки Lay's);



АНКЕТА

1. Как часто вы едите чипсы?

а) часто б) редко в) иногда

2. Какую марку предпочитаете?

а) Lays б) Cheetos в) Estrella г) Prinqles д) Русская картошка е) Московский картофель

3. Обращаете внимание на состав ?

а) да нет)

4. Предложите здоровую замену чипсам

ВЫВОД

- ❑ В ходе проведенных исследований чипсов мы обнаружили, что употребление чипсов в пищу небезопасно для организма человека, так как в них содержится пищевая добавка E621 или просто глутамат натрия.
- ❑ В состав чипсов входит масло, поваренная соль и крахмал. Употребление высококалорийных, жирных, изготовленных с помощью химии картофельных чипсов приводит к ожирению и воспалению желчного пузыря.
- ❑ С моей точки зрения, чипсы как закуска приносят много вреда организму человека, поэтому я предлагаю в качестве альтернативы употребление сухофруктов, так как этот продукт калорийный, содержит нужный объем необходимых витаминов и минеральных веществ.

РЕКОМЕНДАЦИИ

Чипсы – продукт вкусный, но не очень полезный для здоровья. Однако если употреблять их в разумных количествах и в тоже время не пренебрегать овощами и фруктами, то нет ничего страшного, если один раз в неделю вы съедите пакетик хрустящего лакомства. Чтобы избежать возможных отрицательных воздействий на здоровье, необходимо соблюдать рекомендации:

- Не употреблять чипсы в большом количестве.
- Проводить разъяснительные работы о вреде чипсов на организм человека.
- Исследовать чипсы более подробно на наличие вредных добавок.
- Производители должны писать крупными буквами состав чипсов, так как они содержат вещества, вредные для здоровья человека.



**Спасибо за внимание!
Употребляйте полезные
продукты
и будьте здоровы!**

