

ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ПРОЕКТ НА ТЕМУ: «ШОКОЛАД: ПОЛЬЗА ИЛИ ВРЕД?»



Выполнила: Мосолова Дарья,

ученица 3 «А» класса

Руководитель: Алаторцева Ольга Николаевна

Я и ШОКОЛАД

- Я с раннего возраста очень люблю сладкое!
- И особенно шоколад!



ШОКОЛАД: ПОЛЬЗА ИЛИ ВРЕД?

□ Наверное, сейчас все подумали: «А кто же его не любит!» Что чаще всего мы берем в гости для угощения? Конечно, коробочку шоколадных конфет или плиточку вкусного шоколада! Мне стало интересно: какой же шоколад любят дети и взрослые? Вредно или полезно это лакомство?



ОПРОС

□ Я решила
проводить
анкетирование
среди своих
одноклассников

Анкета

- Любите ли вы шоколад? да Молочный
- Какой шоколад вы предпочитаете? Молочный
- Как вы думаете, полезен ли шоколад для здоровья? да
- Портятся ли зубы от шоколада? да
- Знаете ли вы, когда появился шоколад? нет

Анкета

- Любите ли вы шоколад? да молочный с арахисом
- Какой шоколад вы предпочитаете? да
- Как вы думаете, полезен ли шоколад для здоровья? да
- Портятся ли зубы от шоколада? да
- Знаете ли вы, когда появился шоколад? нет

Анкета

- Любите ли вы шоколад? да Молочный
- Какой шоколад вы предпочитаете? Молочный
- Как вы думаете, полезен ли шоколад для здоровья? да
- Портятся ли зубы от шоколада? да
- Знаете ли вы, когда появился шоколад? нет

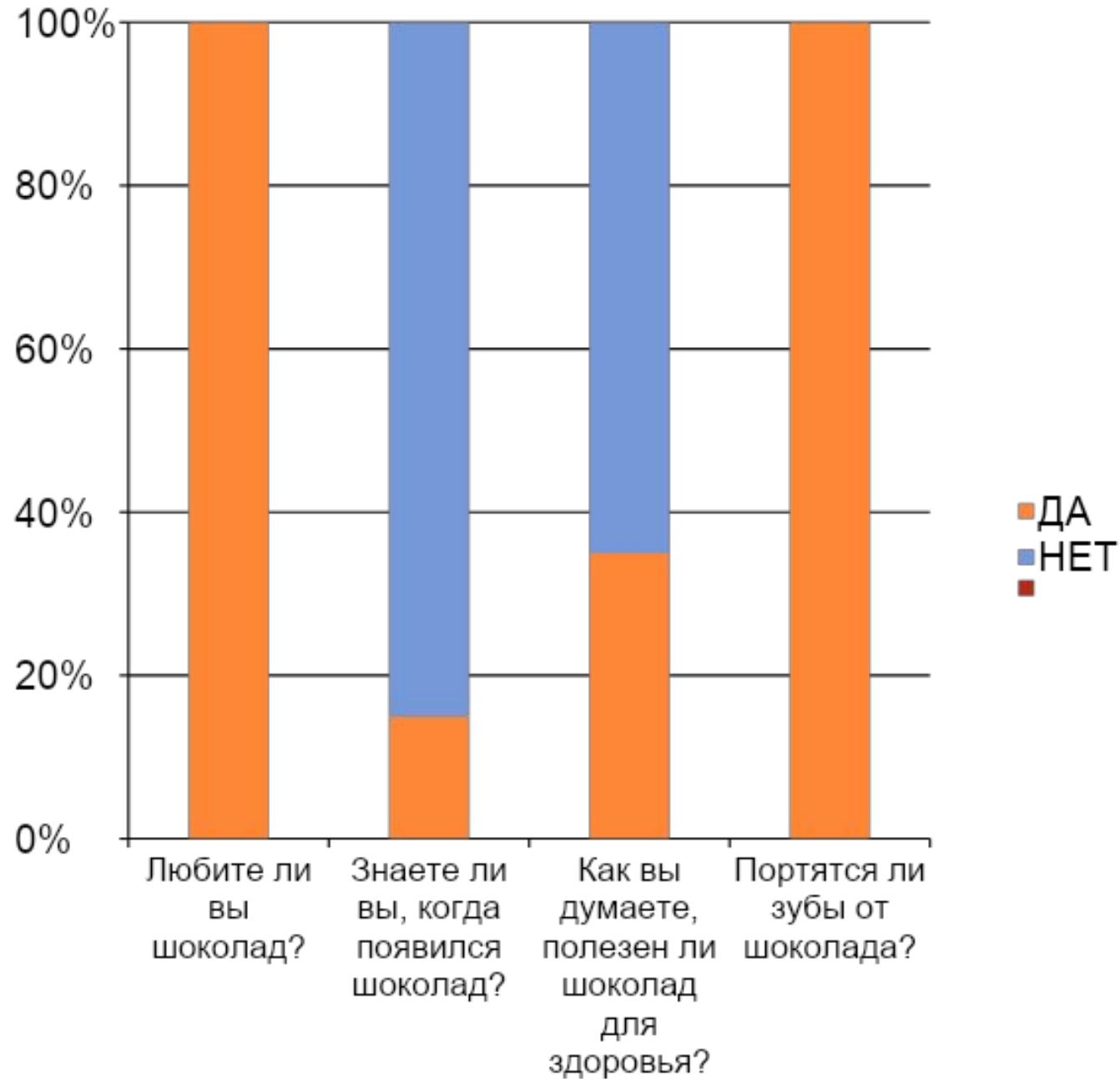
Анкета

- Любите ли вы шоколад? да молочный
- Какой шоколад вы предпочитаете? да
- Как вы думаете, полезен ли шоколад для здоровья? да
- Портятся ли зубы от шоколада? да
- Знаете ли вы, когда появился шоколад? да

Анкета

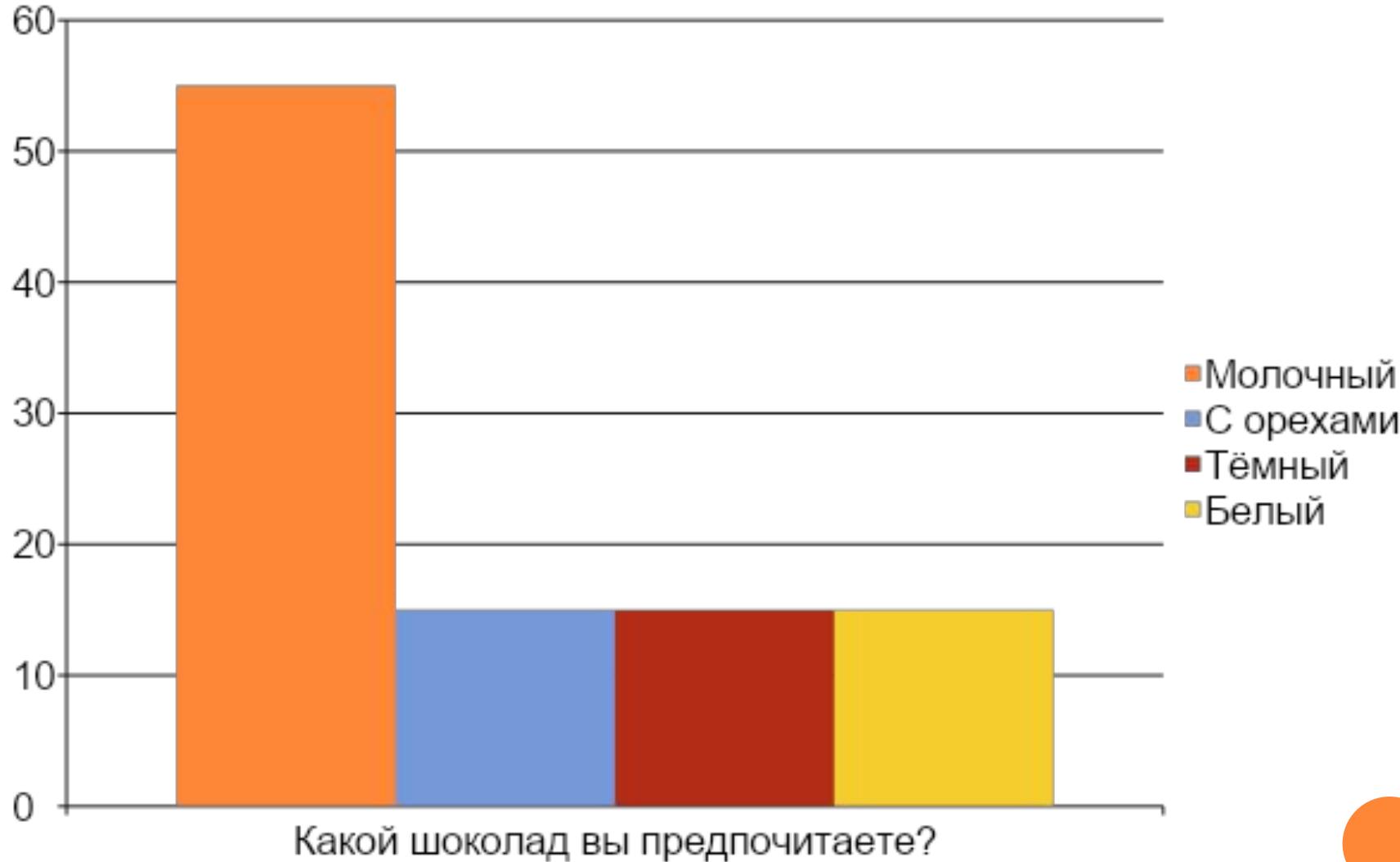
- Любите ли вы шоколад? Конечно Да!!! люблю
- Какой шоколад вы предпочитаете? белый
- Как вы думаете, полезен ли шоколад для здоровья? да
- Портятся ли зубы от шоколада? да
- Знаете ли вы, когда появился шоколад? нет

РЕЗУЛЬТАТЫ ОПРОСА



РЕЗУЛЬТАТЫ ОПРОСА

КАКОЙ ШОКОЛАД ВЫ ПРЕДПОЧИТАЕТЕ?



РЕЗУЛЬТАТЫ ОПРОСА

□ **Я сделала выводы:**

- 1. Шоколад любят ВСЕ!
- 2. Большинство ребят не знает, когда появился шоколад.
- 3. 65 % одноклассников считают, что от шоколада нет никакой пользы.
- 4. Все ребята уверены, что от шоколада портятся зубы.
- 5. Примерно половина ребят предпочитает молочный шоколад, а вот любителей тёмного или белого не так уж и много.



ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОЕКТА:

- Анкетирование добавило ещё больше вопросов, поэтому я начала исследовать литературу о шоколаде.
- Мне очень хотелось узнать, как он появился у нас, из чего и как делается любимая детская сладость.
- И вообще, насколько вреден и полезен шоколад?



ИСТОРИЯ ШОКОЛАДА

- Я узнала, что родиной шоколада является Мексика, но самые большие плантации какао находятся в Африке.
- Именно из плодов дерева какао – бобов изготавливают шоколад.
- В древности эти деревья называли «пищей богов»
- В Европе шоколад появился благодаря Колумбу, который и привёз его с американского континента.



ИСТОРИЯ ШОКОЛАДА

- Долгое время бобы какао употребляли только в виде напитка.
- И лишь в 19 веке появилась первая плитка.
- В России шоколадом стали лакомиться с 18 века. Уж очень он понравился императрице Екатерине II.



КАК ПОЛУЧАЕТСЯ ШОКОЛАД?

- Первым делом какао-бобы обжаривают, чтобы ещё больше усилить их аромат.
- Затем бобы размалывают, добавляют сахар, молоко, орехи.
- Шоколадная масса настаивается 3 дня при температуре 50 градусов, и шоколад готов!



ПОЛЬЗА ИЛИ ВРЕД?

- Я выяснила, что по мнению учёных, шоколад полезен. В нём содержатся полезные вещества, которые помогают сохранить здоровье сердца и сосудов.
- Кроме какао-бобов, в состав шоколада входят белок, кальций, магний, железо, а также витамины А , В и Е
- Шоколад улучшает настроение, помогает справиться с умственными и физическими нагрузками.
- Тёмный шоколад более полезен, чем молочный или белый.



ПОЛЬЗА ИЛИ ВРЕД?

НО!

Если есть много шоколада, могут возникнуть некоторые проблемы:
аллергия, избыточный вес.

Употреблять шоколад можно каждый день, но не больше 25 граммов в день!

- А вот батончики «Сникерс», «Марс» и другие совсем не полезны. Ведь в их состав входит большое количество сахара и различных химических добавок.



МИФ

- Долгое время считалось, что шоколад разрушает зубную эмаль, но это не так.
- Учёные выяснили, что в состав какао-бобов входят антибактериальные компоненты, которые укрепляют зубы.
- Но шоколад должен быть настоящим!
- (настоящий шоколад очень быстро тает во рту)



ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ О ШОКОЛАДЕ

- Международный день шоколада отмечается по всему миру 11 июля.
- Самые «шоколадные» страны в мире – Бельгия, Швейцария, Италия, Франция и США. Именно в этих государствах население потребляет огромное количество шоколада (7 – 11 кг шоколада в год на 1 человека, в России – 2-3 кг)
- Каждый год человечество съедает более 600 тысяч тонн шоколада.
- Для домашних питомцев шоколад ядовит, т. к. вещества, содержащиеся в шоколаде, усваиваются с трудом. Поэтому безопасная доза для людей, может стать смертельной для кошек и собак.



ВЫВОДЫ:

- Я узнала о происхождении шоколада, о том, как его делают.
- Шоколад полезен в умеренных количествах
- Шоколадные батончики вредны для здоровья
- Шоколад укрепляет зубы!

- Шоколад приносит больше пользы, чем вреда!



ЛИТЕРАТУРА:

- 1. Интернет энциклопедия «Википедия»
- www.ru.wikipedia.org.
- 2. Интернет-статья «Самые-самые шоколадки в мире»
- www.glavrecept.ru/statji/eto-interesno/shokoladnye-rekordy/
- 3. Электронная энциклопедия «Кирилла и Мефодия». 2007г
- 4. Я познаю мир: Детская энциклопедия: Растения/ Сост. П.Р.Ляхов; под общей ред. О.Г.Хинн; - М.: ООО «Фирма «Издательство АСТ», 2000. – 544с

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

