

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
провести
анкетирование
среди своих
одноклассников

Анкета

1. Любите ли вы шоколад? да
2. Какой шоколад вы предпочитаете? молочный
3. Как вы думаете, полезен ли шоколад для здоровья? нет
4. Портятся ли зубы от шоколада? да
5. Знаете ли вы, когда появился шоколад? нет

Анкета

1. Любите ли вы шоколад? да
2. Какой шоколад вы предпочитаете? молочный с орехами
3. Как вы думаете, полезен ли шоколад для здоровья? да
4. Портятся ли зубы от шоколада? да
5. Знаете ли вы, когда появился шоколад? нет

Анкета

1. Любите ли вы шоколад? да
2. Какой шоколад вы предпочитаете? молочный
3. Как вы думаете, полезен ли шоколад для здоровья? нет
4. Портятся ли зубы от шоколада? да
5. Знаете ли вы, когда появился шоколад? нет

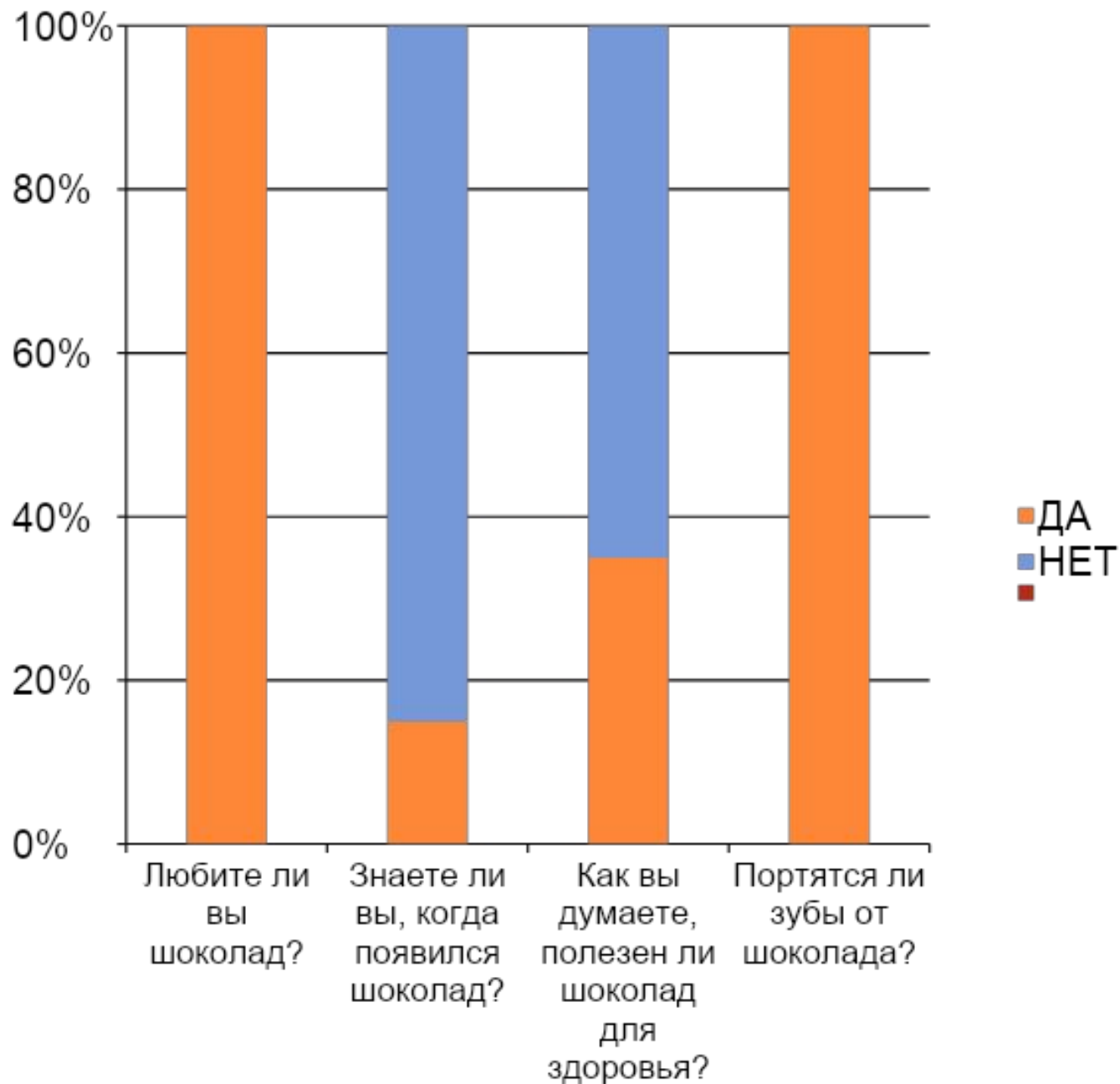
Анкета

1. Любите ли вы шоколад? да
2. Какой шоколад вы предпочитаете? молочный
3. Как вы думаете, полезен ли шоколад для здоровья? да
4. Портятся ли зубы от шоколада? да
5. Знаете ли вы, когда появился шоколад? да

Анкета

1. Любите ли вы шоколад? конечно Да!!! люблю
2. Какой шоколад вы предпочитаете? темный
3. Как вы думаете, полезен ли шоколад для здоровья? да
4. Портятся ли зубы от шоколада? да
5. 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.



[Увеличить](#)



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!

