

ЧЕМ ПОЛЕЗНА СВЕКЛА?

*Не любят дети есть свеклу...*



# Цель исследования

**Выяснить, чем полезна свекла.**





# Задачи исследования

▪ Проанализировать данные в энциклопедических словарях, медицинской, кулинарной, справочной литературе.

▪ Описать, как влияет свекла на человека.

Доказать, что употребление свеклы необходимо для растущего организма.

Предложить свои способы решения проблемы.

# Объект, предмет и участники исследования

- *Объект исследования:*

**Человек**

- *Предмет исследования:*

**свекла, ее влияние на растущий организм**



**ШКОЛЬНИКИ**

- *Участники исследования:*

# Гипотеза исследования



Я предполагаю,  
что, тот кто не  
ест свеклу  
вредит своему  
здоровью

# Методы исследования



# Из истории

Название  
свеклы произошло  
из Греции еще  
во времена Киевской Руси.  
Греки называли этот овощ «сфеклэ» .

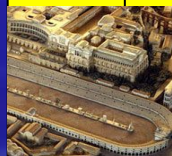


На Руси свекла в X  
веке.

Считается, что  
завезена она  
византийцами.

На побережье  
Средиземного моря и  
сейчас

можно встретить  
дикую свеклу



Как овощ столовая свекла была  
известна еще  
древним арабам и персам..  
В Древнем Риме  
в пищу употребляли  
корнеплоды,  
листья.



# Загадки, считалки о свекле



## Загадка

Хотя я  
сахарной  
зовусь,  
Но от дождя я  
не размокла,  
Крупна, кругла,  
сладка на вкус.  
узнали вы? Я...

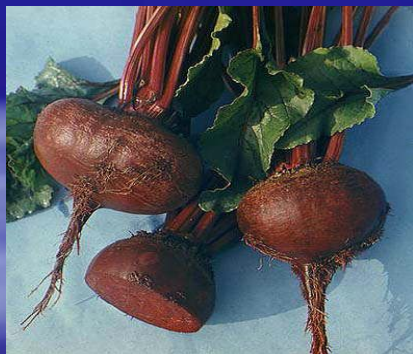


## Считалка

Как-то вечером на  
грядке  
Репа, свекла,  
редька, лук  
Поиграть решили в  
прятки,  
Но сначала встали  
в круг.  
Рассчитались четко  
тут же  
Раз, два, три,  
четыре, пять...  
Прячься лучше!  
Прячься глубже!  
Ну, а ты иди искать.

# Анкета 1

Кому  
нравится  
свекла?  
9 ученикам



Кому  
нравятся  
чипсы?  
10 ученикам





# Что полезнее?

Свёклу можно назвать витаминной бомбочкой: в ней содержатся витамины **A, B1, B2, B6, C**, Содержащееся в этом овоще вещества помогает при заболеваниях сердца, камнях в почках. Свёкла борется с инфекциями и болезнетворными бактериями

Витамин **B** нужен для того чтобы быть сильным, иметь хороший аппетит, не огорчаться и не плакать по пустякам



Прокуратура США доказала опасность чипсов. Эта продукция может привести к возникновению раковых заболеваний у людей

# Вкусности из свеклы

Свекла растет в огороде. Из красной свеклы варят борщ, а белую называют сахарной – из нее делают сахар.



Свеклу можно есть в любое время года. Весной из свежих листьев делают салаты и варят свекловый сок. Осенью и зимой используют корнеплоды, которые вкусны и полезны в вареном, тушеном и фаршированном виде.

Свекла также является ценным диетическим продуктом

Свекла широко применяется в кулинарии для приготовления борщей, салатов, винегретов и многих других блюд



# Анкета 2

Кому теперь хочется побаловать себя свеклой,  
а кому - чипсами?

*Кому  
нравится  
свекла?*  
18 ученикам



*Кому  
нравятся  
чипсы?*  
1 ученику



# Выводы





Я узнала, что такой простой овощ как свекла, оказывается, много значит для человека. Полезнее съесть тарелочку салата из свеклы, чем 1 пачку чипсов, которые так любят все ребята.

# Рекомендации



## ■ Ребятам

-  *Ешьте, ребята, овощи, они полезны для организма*
-  *Не ешьте сухариков, чипсов...*



## ■ Родителям, поварам

-  *Готовьте чаще своим детям блюда из овощей*

# Литература

1. А.А. Бондаренко, И.В. Гуркова «Что это? Кто это?» толковый словарь для учащихся начальных классов М., Просвещение 1996 г.
2. З.А.Клепинина Энциклопедия тайн и чудес: Тайны окружающего мира. 500 загадочных фактов из жизни растений, животных и не только... - М.: Издательство «Ювента», 2005.
3. Е.П. Фефилова, Е.А. Поторочина поурочные разработки по курсу «Окружающий мир» 1 класс.М.: «ВАКО» 2004
4. [htt: // www myjane/ ru](http://www.myjane.ru)
5. [htt: // shkolazhizni](http://shkolazhizni)