

# «Удивительная поваренная соль»



Выполнил: Козаев Давид  
Ученик 2 «А» класса  
МБОУ СОШ №1 г. Ардона  
Руководитель: Макарова Елена  
Николаевна

**Цель** моего исследования: изучить, как поваренная соль влияет на здоровье человека и чем она может помочь в хозяйстве.

**Объект** исследования: поваренная соль.

**Предмет** исследования: свойства и применение поваренной соли.

**Задачи:**

- ❖ проанализировать научную информацию по данной теме;
- ❖ описать влияние соли на здоровье человека;
- ❖ предложить советы по использованию поваренной соли.

**Гипотеза:** предположу, что если исключить из рациона человека поваренную соль, то это отрицательно скажется на его здоровье.

**Методы:**

1. Теоретические: анализ, синтез, обобщение.
2. Эмпирические: оценка.



# История появления соли

В Древнем Риме караваны с солью медленно брели по главной торговой дороге - виа Солариа, что означало «Соляной путь».



*Ethiopia 2009 - Lac Karoun*

*Vincent B.*



# Соль на Руси

С солью связано много метких красочных выражений, различных поверий. Рассыпать соль – к несчастью, уйти ни с чем - уйти не солоно хлебавши. А чтобы лучше узнать человека, надо с ним пуд соли съесть. Хлеб олицетворяет силу и здоровье, соль - богатство! Хлеб и соль стали символом гостеприимства и радушия русского народа. По старинному славянскому обычаю, который сохранился и поныне, при встрече дорогих гостей торжественно



# Добыча соли

Почти 40 процентов соли добывают на озере Баскунчак.





Соль важный для жизни человека минерал. И не только потому, что она нужна для химической промышленности. Самое главное - без соли человеческий организм не может развиваться, и человек заболевает.



# Соль и здоровье человека

- Соль обеспечивает важнейшие физиологические процессы в организме;
- в крови соль создает необходимые условия существования красных кровяных телец – эритроцитов;
- в мышцах обуславливает способность к возбудимости;
- в желудке образует соляную кислоту, без которой было бы невозможным переваривание и усвоение пищи.

# Соль в быту

Кроме того, соль помогает сохранять впрок мясо, сало, рыбу, грибы, овощи и многие другие продукты





# Соль в медицине

Медики установили, что в организме человека без соли не происходит обмена веществ, прекращается пищеварение. Живое существо, не получая соли, гибнет тем быстрее, чем больше пищи получает.



# Советы по использованию соли

- ✓ Чтобы сохранить живые цветы дольше, необходимо в вазу с водой насыпать немного соли.
- ✓ Чтобы оконные стекла не запотевали, между рамами издавна ставили стаканчики с солью.
- ✓ Стеклянная посуда лучше блестит, когда ее после мытья ополаскивают подсоленной водой.
- ✓ Зимой солью посыпают дороги от гололеда.
- ✓ Если картофель солить в конце жарки, то он будет иметь хрустящую корочку.
- ✓ Если убежавшее молоко пролилось на горячую плиту, надо засыпать залитое место солью.
- ✓ Чтобы предупредить насморк, каждый день нужно втягивать в нос соленую воду - поочередно в одной и другой ноздрей.
- ✓ Если болит горло, можно в стакан с горячей водой добавить по одной чайной ложке соли, несколько капель йода.

# Эстетическое применение СОЛИ











# Вывод

Изучив литературу по данному вопросу, я смог описать влияние соль на здоровье человека и предложил советы по использованию поваренной соли. Поваренная соль - единственный минерал, который человек употребляет в пищу. Она не только улучшает вкус многих блюд, но и полезна и даже необходима для здоровья. Любому пищевому продукту можно найти замену даже хлебу, без многих видов продовольствия удастся обойтись. Без соли нет. Это единственный продукт, который ничем заменить, и без которс





# Литература

Атлас мира справочный. – М.: АСТ – ПРЕСС ШКОЛА – 2008 – 280 с.

Плешаков А.А. Мир вокруг нас. Учеб. для 3 кл. четырехлет. нач. шк. В 2 ч. Ч.2 – 2-е изд. – М.: - Просвещение – 2006 – (Зеленый дом).

Серия «Эрудит». Строение Земли. – М.: ООО «ТД «Издательство Мир книги», 2006.

Соленое тесто: украшения, сувениры, поделки. – М.: Изд – во Эксмо, 2002. – 128 с.


Тера – Лексикон: Иллюстрированный энциклопедический словарь. – М.: ТЕРРА – 2004 – 672 С.

Универсальный энциклопедический словарь. – М.: У 59 Большая Российская энциклопедия – 2005 – 1551 С.

Уорд Б. Иллюстрированная энциклопедия для любознательных / Пер. с англ. И. Я. Дихтер. – М.: ЗАО «РОСМЭН - ПРЕСС» - 2008 – 96 с.

Ферсман А. Е. Занимательная минералогия. – Л.: Детская литература – 1975 – 240 с.

Шалеева Г. П. Все обо всем. Популярная энциклопедия для детей. Том 9. – М.: Филологическое общество «СЛОВО» - 2001 – 248 с.

A close-up photograph of a person's hand holding a small, shallow, light-colored dish. The dish contains a small amount of white, granular powder. The hand is positioned above the dish, with fingers slightly curled. The background is a plain, light-colored surface. The entire image is framed by a white border and set against a blue background with abstract white and light blue curved lines.

Спасибо за внимание