

ПРОЕКТ

по теме:

«Фруктовые соки и здоровье»

Выполнила:
Занозина Е.В.

Краткая аннотация:

- В ходе проекта будет проведено исследование разных фруктовых соков («Добрый», «Моя семья», «Фруктовый сад», «Я», «J7» и др.) на содержание аскорбиновой кислоты и показано их влияние на подрастающий организм школьника.
- Этот проект предназначен для учеников, родителей и учителей.
- Участниками проекта является группа учащихся 11 класса под руководством учителя.
- Проект реализуется в течении одного месяца.

Описание проблемы:

- Аскорбиновая кислота полезна для детей, т.к. играет важную роль в обмене веществ и повышает иммунитет. Одним из источников ее являются соки.
- Какой же сок полезнее по содержанию аскорбиновой кислоты?

Цель:

- Определить наиболее полезный сок для здоровья школьника по содержанию в нем аскорбиновой кислоты.

Задачи:

- Провести исследование с целью определения количества аскорбиновой кислоты в разных соках;
- Разработать рекомендации по «полезности» фруктовых соков для детей;
- Довести до сведения учащихся разработанные рекомендации на внеклассных мероприятиях и классных часах.

Механизм реализации проекта:

- Изучить теоретический материал, характеризующий качество фруктовых соков;
- Изучить физико-химические и биологические свойства витамина С;
- Провести химический эксперимент по определению количества аскорбиновой кислоты во фруктовых соках;
- Разработать рекомендации , определяющие какой вид сока лучше использовать для детского организма для получения наибольшего эффекта «полезности»;
- Разработать план мероприятий по внедрению данных рекомендаций.

Инструментарий:

- Литературные источники и другие виды информации;
- Методика проведения эксперимента;
- Лабораторное оборудование;
- Химические реактивы;
- ПК.

Ожидаемый планируемый результат:

- **Определение наиболее полезного сока для здоровья;**
- **Рекомендации по «полезности» разных видов фруктовых соков различных производителей.**

ПРИЛОЖЕНИЯ.

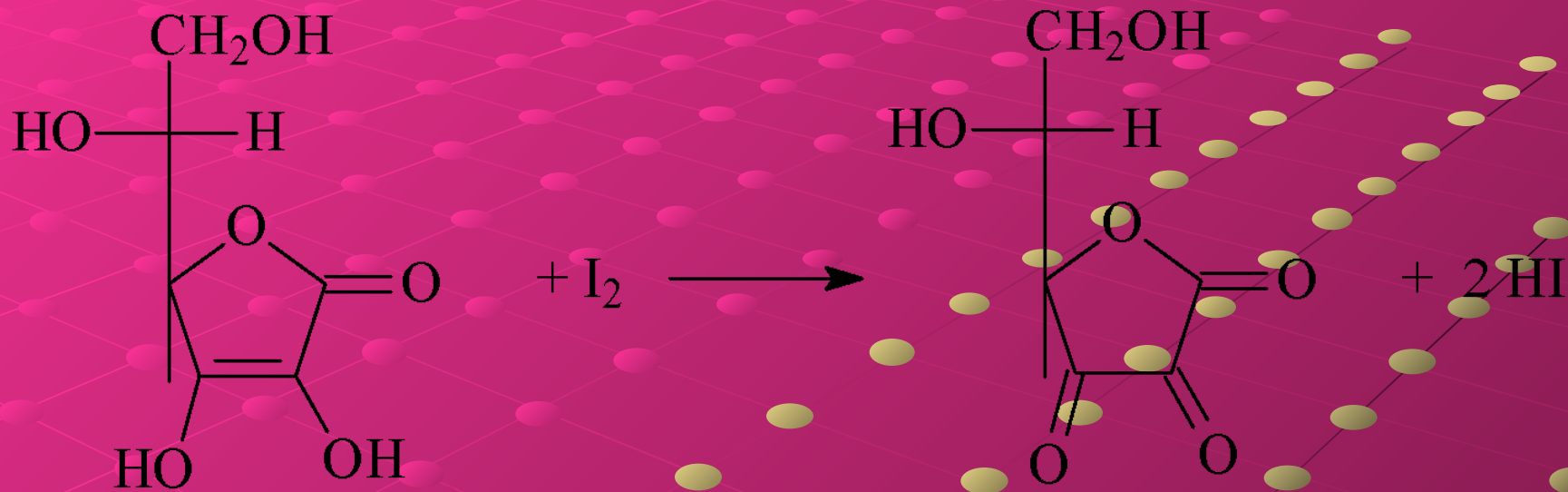
Используемая литература:

- Лоранский Д.Н, Лукьянов В.С. «Азбука здоровья» М. «Профиздат», 2000г.
- Астафуров В.И «Основы химического анализа» М. «Просвещение», 1992.
- Макаров К.А. «Химия и здоровье» М. «Просвещение», 1997
- Осокин А.С. «Практикум по биологической химии.» Саратов, 1995
- Скурихин И. М. ,Нечаев А.П. «Все о пище с точки зрения химика.» М. Высшая школа ,1997

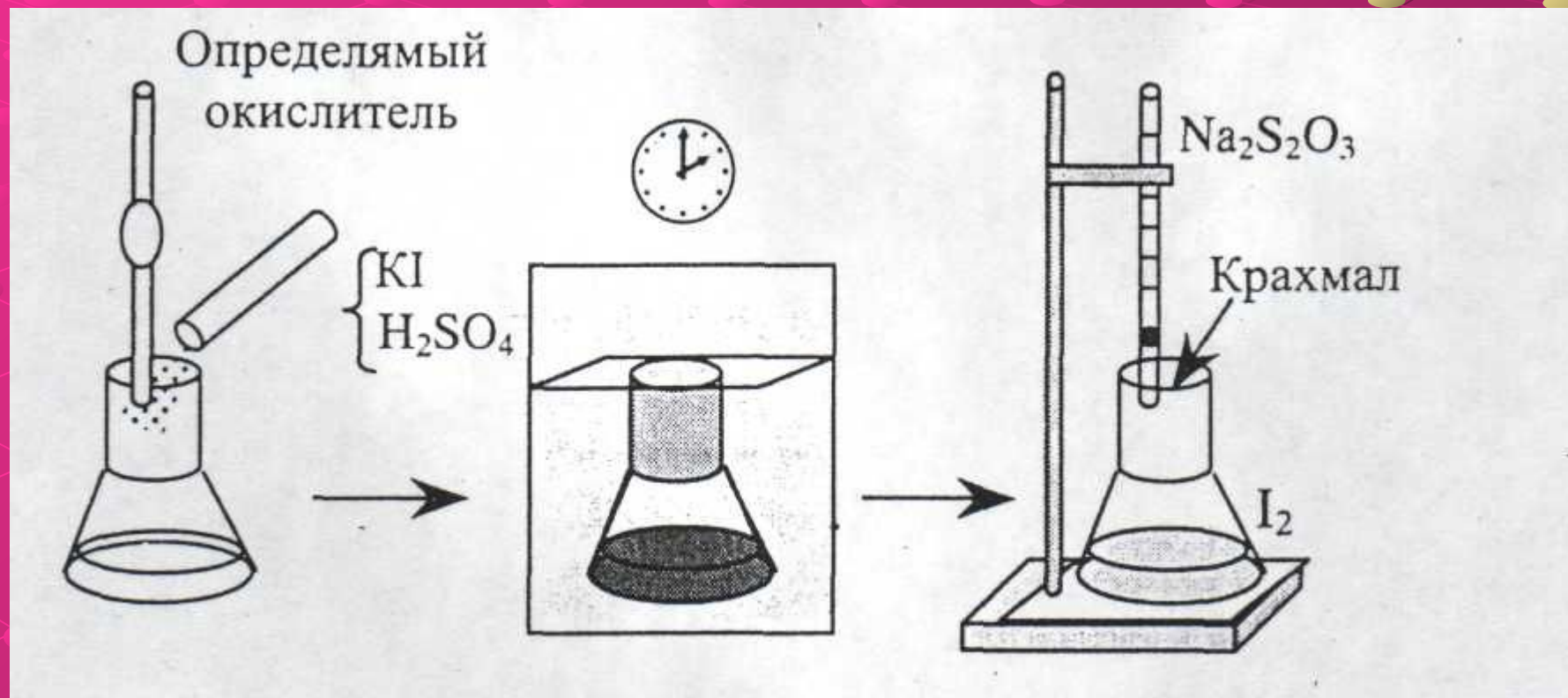
Рекомендации по «полезности» фруктовых соков для детей.

- Данные, полученные в ходе эксперимента и исследовательской деятельности, позволяют рекомендовать школьникам соки: апельсиновый (производитель «J7») и мультифруктовый (производитель «Фруктовый сад»).

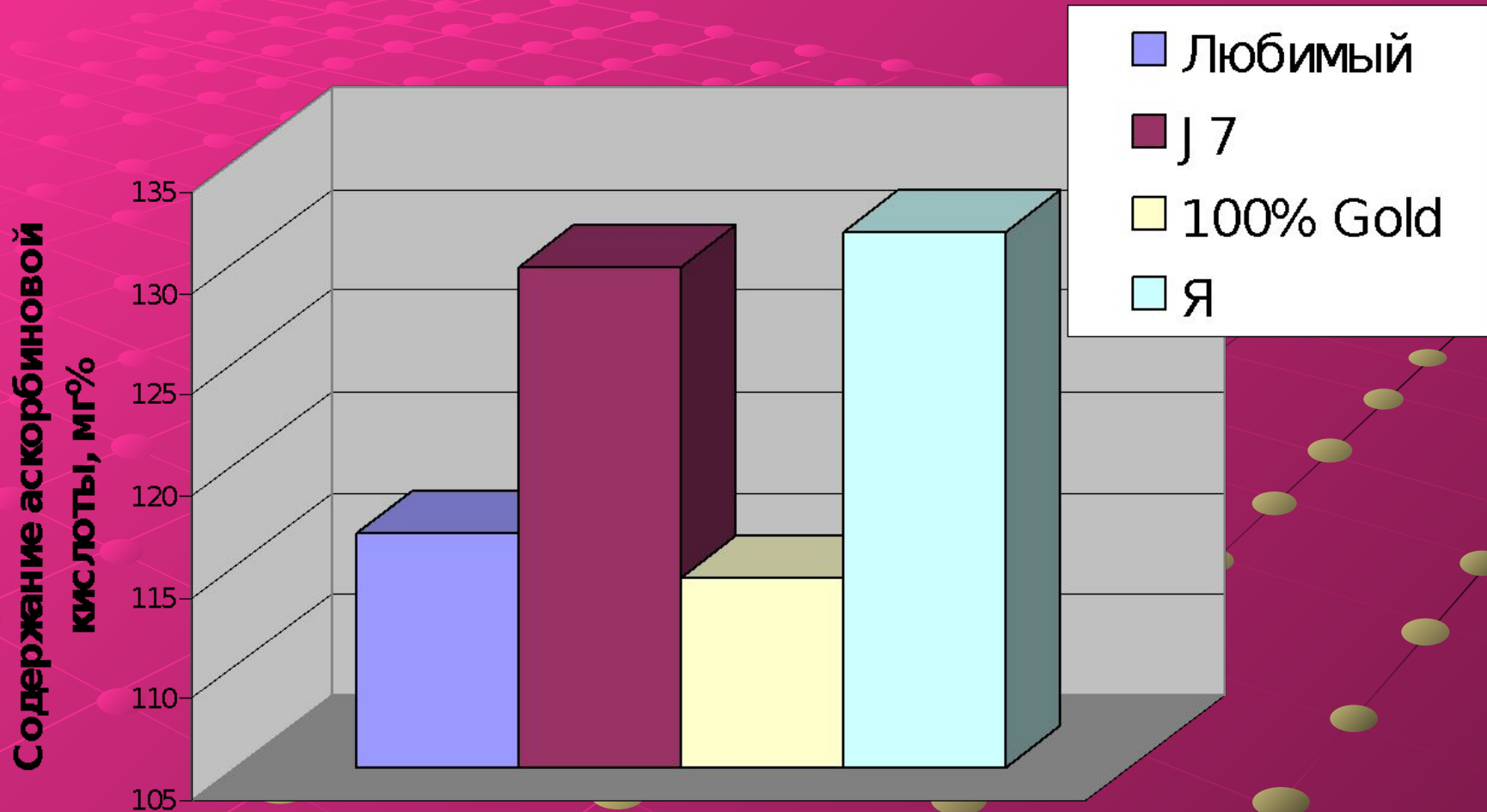
МЕТОДИКА ЭКСПЕРИМЕНТА:



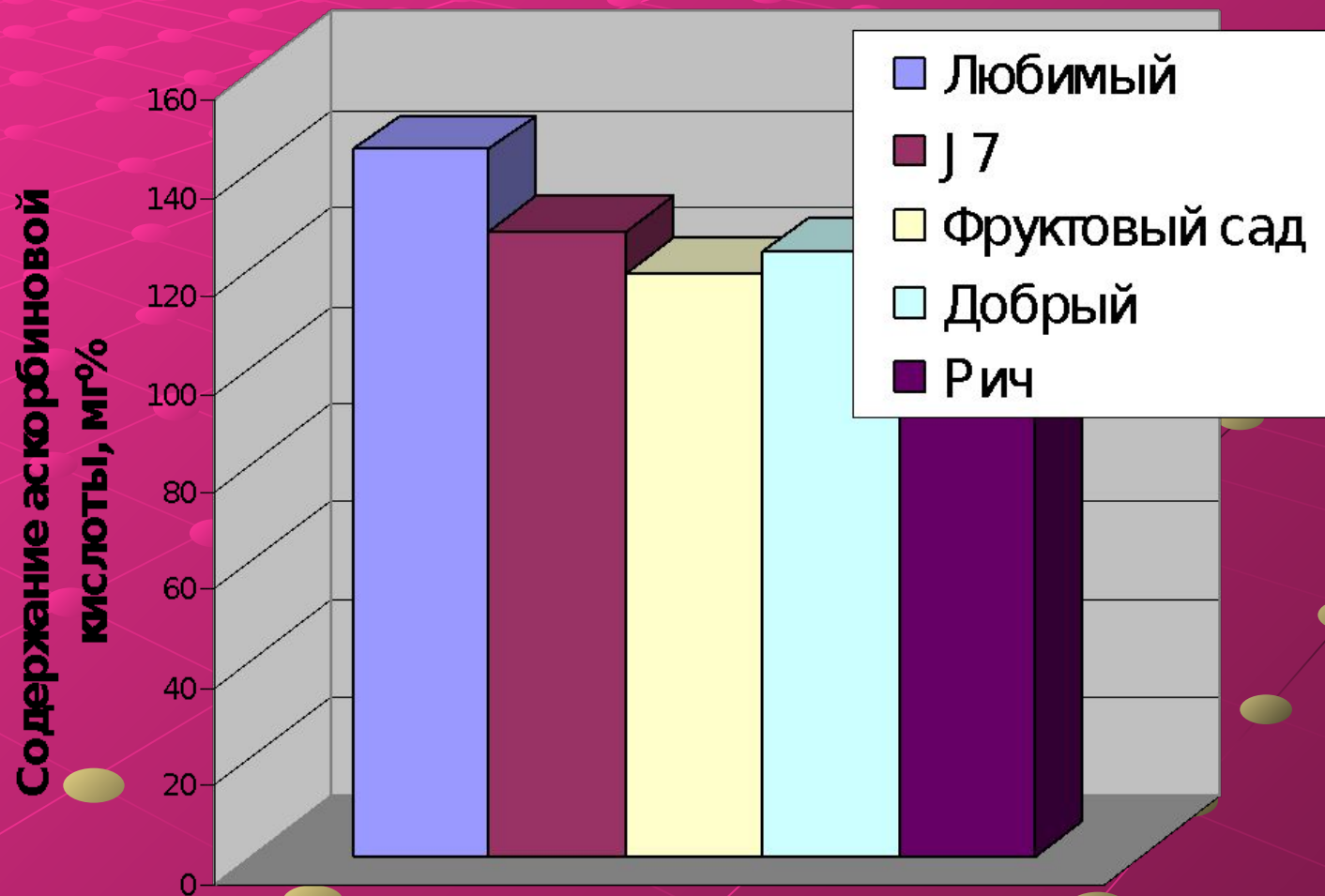
МЕТОДИКА ЭКСПЕРИМЕНТА:



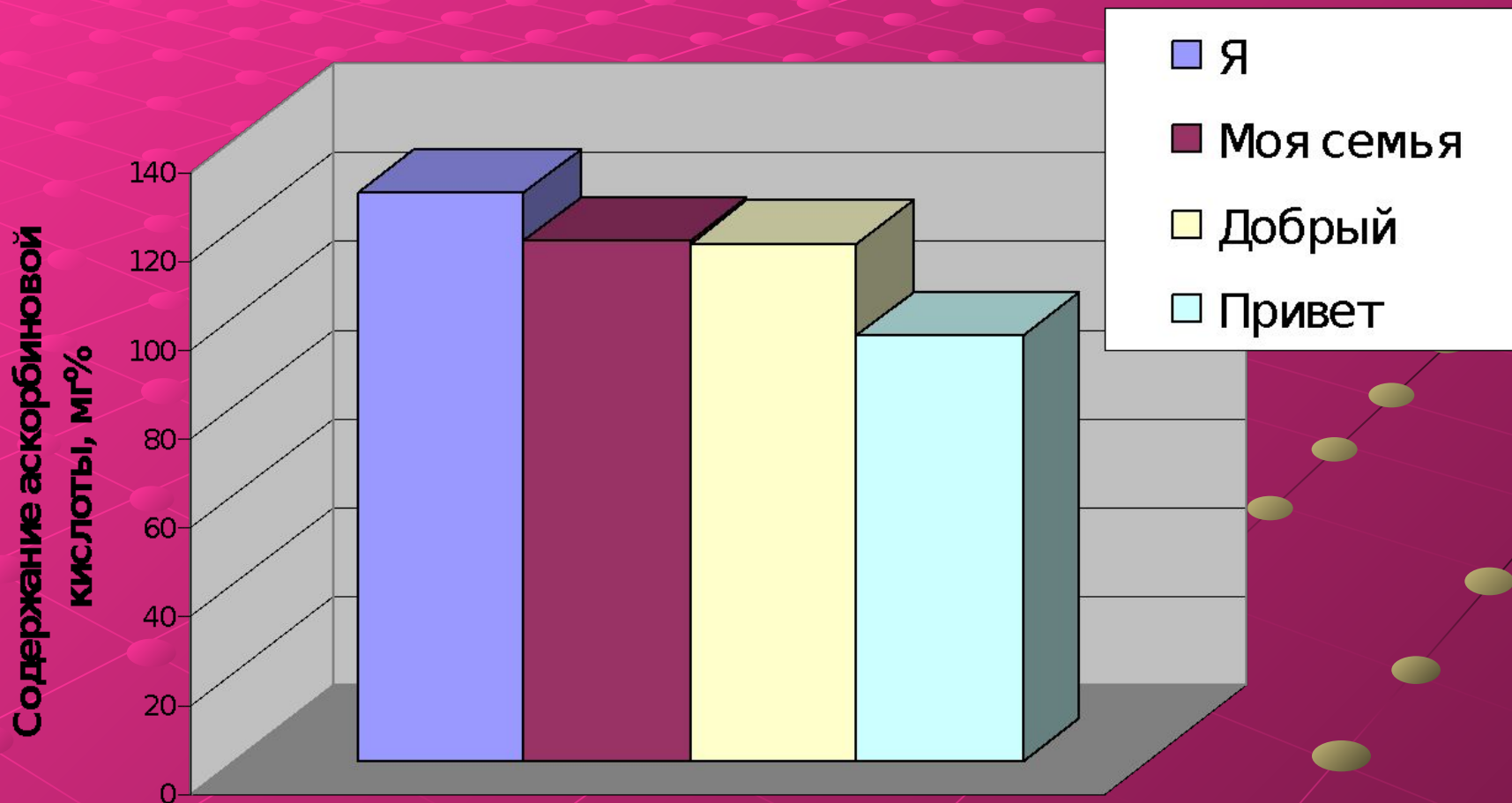
СОДЕРЖАНИЕ АСКОРБИНОВОЙ КИСЛОТЫ В ЯБЛОЧНОМ СОКЕ РАЗЛИЧНЫХ ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ



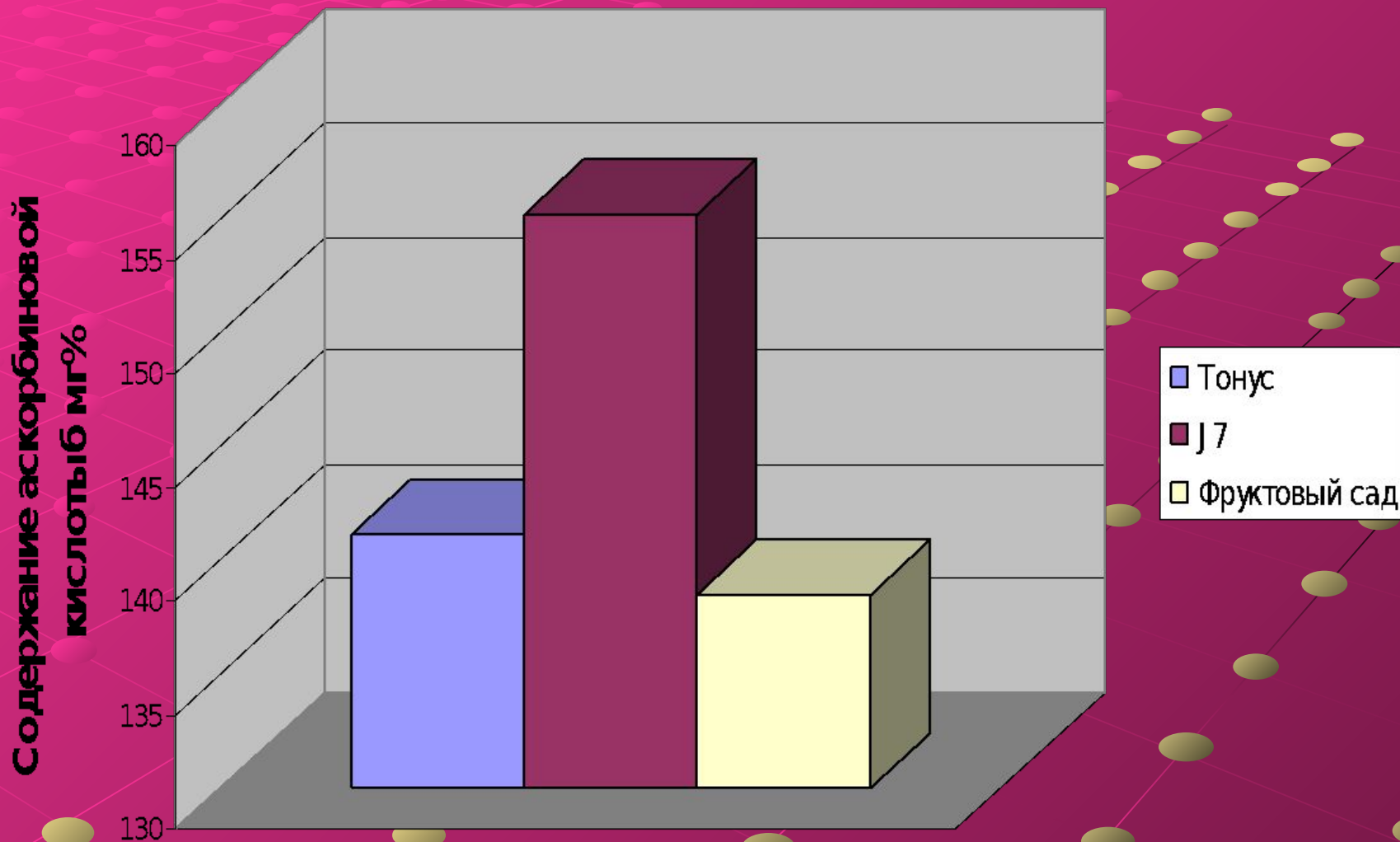
СОДЕРЖАНИЕ АСКОРБИНОВОЙ КИСЛОТЫ В ВИНОГРАДНОМ СОКЕ РАЗЛИЧНЫХ ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ



СОДЕРЖАНИЕ АСКОРБИНОВОЙ КИСЛОТЫ В АНАНАСОВОМ СОКЕ РАЗЛИЧНЫХ ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ



СОДЕРЖАНИЕ АСКОРБИНОВОЙ КИСЛОТЫ В АПЕЛЬСИНОВОМ СОКЕ РАЗЛИЧНЫХ ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ



Тематика внеклассных мероприятий и классных часов.

- **Классные часы:**

- 1 « Мое здоровье»;
- 2 « Мой любимый сок»;
- 3 « Натуральные соки и шипучие напитки».

- **Внеклассные мероприятия:**

1. «Соки и здоровье человека» - одно из мероприятий недели химии;
2. Родительское собрание на тему: « Что пьют ваши дети?»;
3. Радиопередача или выпуск настенной газеты на тему: «Твой любимый сок».