



МОУ ГОРОДСКАЯ КЛАССИЧЕСКАЯ ГИМНАЗИЯ

ВЛИЯНИЕ ШОКОЛАДА НА ЗДОРОВЬЕ

Выполнила: Толстякова Полина

ученица 2 «а» класса МОУ Городская классическая гимназия г.Якутск

Классный руководитель: Лонгинова Виктория Владимировна

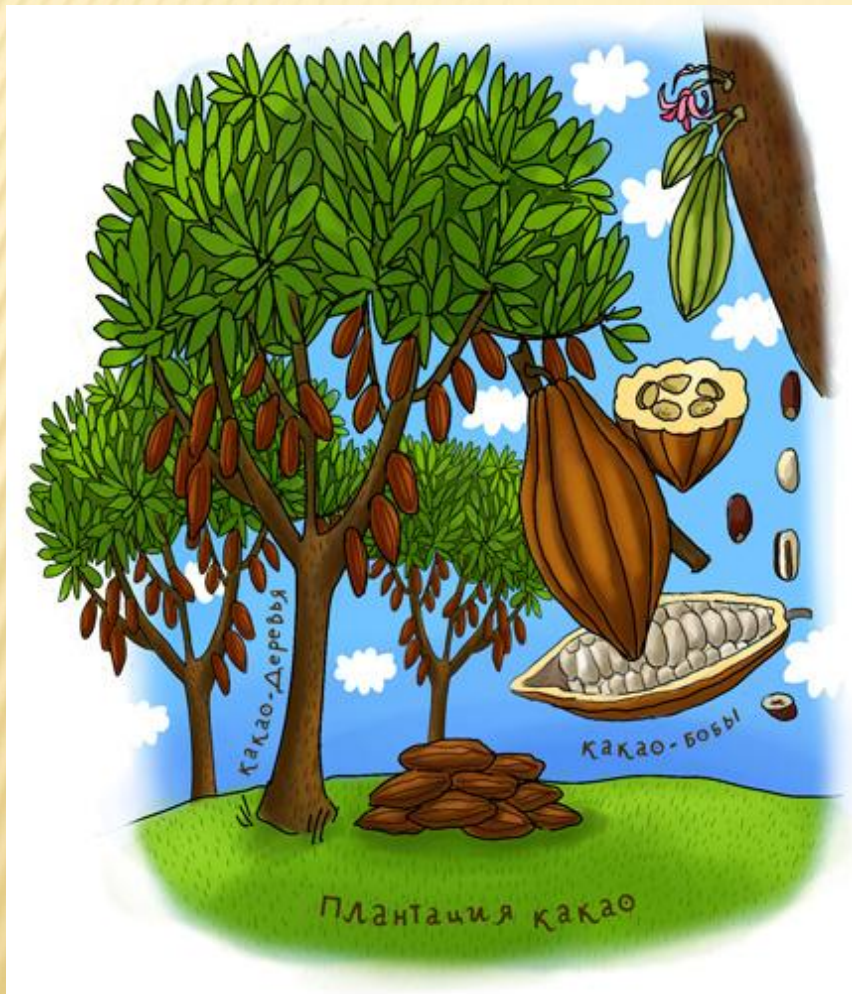
ВВЕДЕНИЕ

Цель исследования: выяснить какое влияние оказывает употребление шоколада на наше здоровье.

Задачи исследования:

- изучить состав и виды шоколада;
- изучить влияние шоколада на здоровье человека;
- провести опрос среди одноклассников о вреде и пользе шоколада.

СОСТАВ ШОКОЛАДА



- Основной продукт для производства шоколада - какао-бобы, плоды шоколадного дерева.
- По-латыни оно называется Аброта какао (*Theobroma cacao*) – «пища богов».
- Настоящий шоколад делается из какао-масла и какао-бобов.

ВИДЫ ШОКОЛАДА

- ❑ Черный (горький) шоколад готовится с наибольшим содержанием какао - более 60%.
- ❑ Молочный шоколад содержит сливки и меньшую долю какао - около 30 %.
- ❑ Белый шоколад не содержит какао-бобов, изготавливается из какао-масла, сухого молока.



ОСНОВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ



какао-масло,
какао тертое,
сахарная пудра,
лецитин.

ПРИЗНАКИ НАСТОЯЩЕГО ШОКОЛАДА

- имеет гладкую блестящую поверхность, но при разломе отчетливо видна матовость;
- тает во рту и не размазывается в руках.
- ломается с сухим треском и ни в коем случае не тянется.



ШОКОЛАД ВРЕДЕН

- ▣ Шоколад является причиной лишнего веса
- ▣ Шоколад способствует заболеванию кариесом
- ▣ В шоколаде нет витаминов

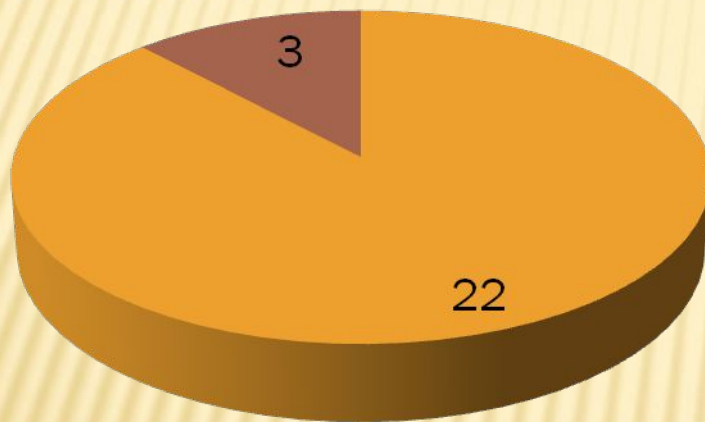
ШОКОЛАД ПОЛЕЗЕН

- ▣ Шоколад быстро утоляет голод
- ▣ Шоколад стимулирует работу мозга
- ▣ Шоколад - это источник удовольствия

ВРЕД И ПОЛЬЗА ШОКОЛАДА

РЕЗУЛЬТАТЫ ОПРОСА

Любишь ли ты шоколад?

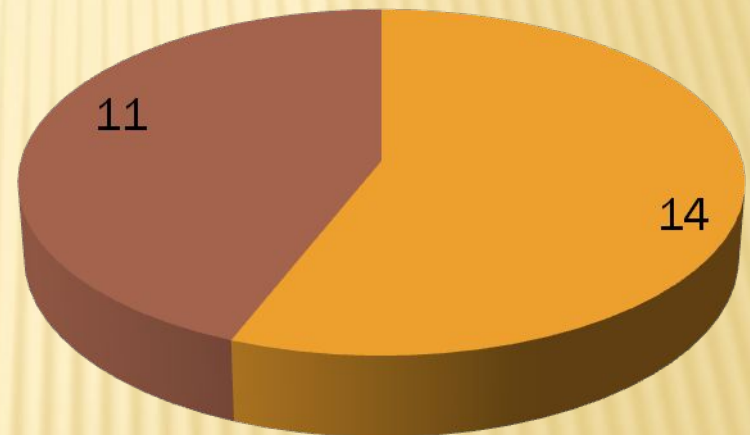


■ да ■ нет

- В опросе приняло участие 25 учеников 2 «а» класса МОУ Городская классическая гимназия г.Якутск.
- На вопрос «Любишь ли ты шоколад» большинство – 22 человека - ответило положительно.

Ты

- Среди опрошенных 14 девочек и 11 мальчиков.



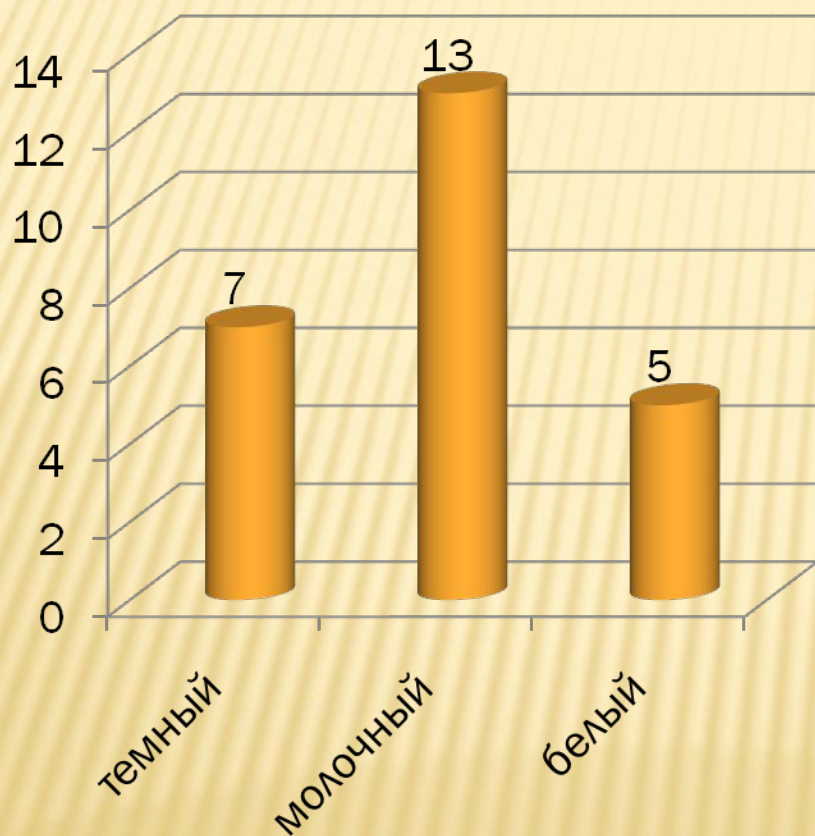
девочка мальчик

- Больше половины опрошенных отметили, что иногда употребляют шоколад.
- 1/3 опрошенных любят шоколад и часто его едят.
- Только 3 человека отметили, что шоколад для них редкое лакомство.

Как часто ты ешь шоколад?



Какой шоколад тебе нравится больше всего ?



- Почти половина одноклассников любят молочный шоколад.
- Темный шоколад предпочитают 7 человек.
- Чуть меньше, 5 человек, любят белый шоколад.

Дети нашего
класса знают о
вреде и пользе
шоколада.
Это
подтверждают
результаты
опроса.

Что ты думаешь о вреде или пользе шоколада ?



ВЫВОДЫ

Изучив виды шоколада и его воздействие на здоровье человека мы выяснили, что

- ▣ Шоколад - высококалорийный продукт;
- ▣ Шоколад - источник энергии;
- ▣ Шоколад - источник хорошего настроения;
- ▣ Самый полезный - черный (горький) шоколад без начинок и добавок.