

ШОКОЛАД: ПОЛЬЗА ИЛИ ВРЕД



Выполнили: Игнатьева Е, Бродникова Марина

1. ВВЕДЕНИЕ

Самый вкусный,
Горький, сладкий,
Черный, белый,
Очень гладкий.
Он молочный и с
начинкой,
И с изюмом, и с
горчинкой.



□ **Цель исследования**

- выяснить, полезен ли шоколад для нашего организма и какое влияние оказывает употребление шоколада на наше здоровье.

□ **Задачи исследования:**

- Изучить и проанализировать литературу по данной теме.
- Изучить состав и виды шоколада.
- Изучить влияние шоколада на организм человека.
- Провести анкетирование учащихся.
- Попробовать изготовить шоколад в домашних условиях.

□ **Гипотеза:**

- предполагаем, что если шоколад употреблять в умеренном количестве, то он положительно воздействует на наш организм.



2.1 История появления шоколада.

История шоколада началась давно — более 3000 лет назад. В Африке, под тенью огромных кокосовых пальм прячутся от солнца небольшие деревья. На их ветвях пучками висят плоды, похожие на ярко-желтые огурцы. Если снять плод и разрезать его, то можно увидеть желтоватые семена. Каждое семя с большую фасолину. Это бобы какао.



2.2 КЛАССИФИКАЦИЯ ШОКОЛАДА.

ШОКОЛАД ПОДРАЗДЕЛЯЮТ НА ГРУППЫ

по структуре: жидкий и твердый;

по вкусовым качествам: горький, полугорький (десертный), молочный

по цветовой гамме: темно-коричневый (черный), коричневый, белый

по составу: с добавлением различных ингредиентов — изюма, орехов, печенья

без добавления — чистый шоколад.

по форме: плиточный, плиточный монолитный;

батончики с начинкой и без неё; шоколадные медали, шоколадные фигуры;

в зависимости от рецептуры Обыкновенный десертный, с начинками; диабетический



Гипотезы и аргументы о пользе и вреде шоколада.

▣ **Утверждение первое:** шоколад — виновник лишнего веса.

Утверждение второе: шоколад — виновник кариеса.

Утверждение третье: в шоколаде нет никаких витаминов.

Утверждение четвертое: шоколад — вреден для сердца и сосудов.

Утверждение пятое: шоколад является источником повышенного холестерина

Утверждение шестое: шоколад никак не влияет на самочувствие человека и не приносит нашему организму никакой пользы.

Утверждение седьмое: шоколад способствует появлению прыщей на лице и диатеза.



2.4 КАК ОТЛИЧИТЬ НАСТОЯЩИЙ ШОКОЛАД.

- 1. В составе шоколада должно быть 3 компонента: какао-тертое, какао-порошок и какао-масло, если есть другие – шоколад не настоящий;
- 2. Шоколад должен быть однороден по цвету и иметь гладкую блестящую поверхность,
- ломается с характерным треском, моментально тает на языке (так как какао – масло тает уже при +32 оС).



3. АНКЕТИРОВАНИЕ УЧАЩИХСЯ

- Изучив информационные источники о шоколаде, мы провели анкетирование среди одноклассников, чтобы узнать их отношение к этой сладости.
- В исследовании было опрошено 17 человек. Мы задавала им следующие вопросы:

1. Любите ли вы шоколад?
2. Вреден ли шоколад?
3. Часто ли вы едите шоколад?
4. Изучаете ли вы состав шоколада при его покупке?



Вывод

Можно сделать вывод, что шоколад любят все ученики нашего класса, но о его вреде и пользе знают мало и при покупке, практически никто не изучает его состав.

Наши одноклассники любят разный по цвету шоколад: белый – 7 человек, молочный – 6, черный – 4.

По названию мы любим и Сникерс, и Альпен Гольд, и Кит-кат, и Аленка, и Твикс, конечно шоколадные конфеты



4. ЭКСПЕРИМЕНТ

Работая над этой темой, мы решили провести эксперимент: можно ли получить шоколад в домашних условиях. Рецепты его приготовления разнообразны, но мы выбрали по одному, и вот что у нас получилось:



МОЁ ТВОРЧЕСТВО



*5 ст. ложек молока, 50 гр.
сливочного масла, 6-8 ст.
ложек сахара, 5 ст. ложек
какао, 1 ч. ложка муки.*

*Формочки можно использовать
силиконовые или форму для
льда.*



МАСТЕР-КЛАСС

«ШОКОЛАТЪЕ»



ЗАКЛЮЧЕНИЕ

- Итак, получив определенные знания о шоколаде, мы поняли, что серьезных причин отказывать себе в употреблении настоящего шоколада — просто нет!
- Только нужно помнить, что во всём нужна мера. Последний и самый главный довод в пользу шоколада — его любят практически все!!!
- Может в этом признак его полезности. Ведь если что-то вкусное доставляет удовольствие, значит оно необходимо организму.



Наша гипотеза подтвердилась частично: полезное воздействие шоколада на организм человека зависит не только от количества съеденного шоколада, но и от составляющих его веществ, от количества в нем самого какао.

Пока точные рекомендуемые дозы шоколада не установлены - лакомьтесь сами, угощайте друзей.

Крепкого вам здоровья!

