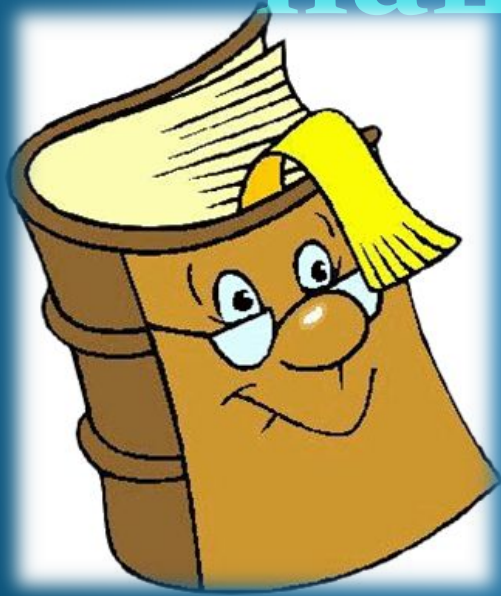


Проект на тему: «Соль наш друг или враг?»



Подготовила: Тихомирова Диана,
ученица 3 класса
МКОУ «Лозовская СОШ»

Руководитель: Пахомова В.В.

Цели:

1. Какую роль играет соль в жизни человека ?
2. Проанализировать положительную и отрицательную роль соли в жизни человека.



Задачи:

- **узнать об использовании соли в различных областях жизнедеятельности;**
- **описать, как соль действует на организм человека;**
- **выяснить, к каким последствиям ведёт чрезмерное употребление соли человеком;**
- **узнать советы по использованию соли в быту;**
- **выяснить, имеет ли место соль в русском народном творчестве.**

Соль – наш друг

- **Соль нужна для образования соляной кислоты – важнейшей составляющей желудочного сока, без которого невозможен процесс пищеварения.**

Соль нужна для работы нервной системы человека, для работы мышц. Дефицит соли проявляется общей слабостью, понижением давления, судорогами.

Соль – наш враг

- **Соль задерживает воду в организме человека, поэтому нельзя злоупотреблять солью при повышенном давлении, болезнях органов пищеварения, сердца, сосудов, почек.**

Выводы:

Соль – наш друг

- Соль прекращает развитие бактерий, поэтому она является антисептиком.
- Я выяснила, что дефицит соли в организме человека грозит многими болезнями органов.

Соль – наш враг

- Я узнала, что избыток соли неблагоприятно влияет на сердечно – сосудистую систему, особенно на сосуды мозга. Для того, чтобы убедиться в этом я решила провести следующий эксперимент.

Мой эксперимент:

- Положила в стакан с чистой водой сырое яйцо. Яйцо опустилось на дно стакана.
- Достала яйцо из стакана и растворила в воде несколько ложек соли. Опустила яйцо в стакан с солёной водой. Яйцо осталось плавать на поверхности воды.



Что я узнала...

Выводы.

- **Узнала у учителя, что соль повышает плотность воды. Чем больше соли в воде, тем сложнее в ней утонуть.**
- **Поваренная соль обладает хотя и слабым, но антибактериальным свойством. Если обожжёшь палец, то можно посыпать обожжённое место солью, через день ранка начнёт затягиваться.**
- **Разогретая в тканевых мешочках соль, применяется при гайморите, радикулите, остеохондрозе. Раствором соли можно промывать нос при насморке.**

Пословицы и поговорки о соли

Литераторы записали пословицы и поговорки:

- В воде родится, а воды боится.
- Одну меня не едят никогда, а без меня не вкусна еда.
- Хороша она для круп, без неё не вкусен суп.
- Без золота прожить можно, без соли – нельзя.
- Чтобы узнать человека, нужно с ним пуд соли съесть.

Без соли и хлеба худая беседа.

- Солью сыт не будешь, слезами горя не избудешь.
- Хлеб – соль и во сне хороши.
- Хлеб – соль на стол, и обед пошёл.
- Клади соль по вкусу, да смотри не пересоли.
- Без соли и хлеба – половина обеда.

Крылатые выражения и приметы

- «Хлеб да соль!» - вот одно из пожеланий, которым русские люди обменивались друг с другом во время приёма пищи, подчёркивая тем равноценное с хлебом значение соли. Так говорят и при встрече дорогих гостей.
- «Соль земли» подразумевает самое важное, главное, ценное.
- «Соль вопроса» – имеют в виду самую суть вопроса.
- Рассыпать соль – к ссоре.
- Мы решили, что эта примета возникла очень давно. Ведь в прошлом соль была очень дорогим товаром. И, конечно, если кто – нибудь рассыпал соль, то его ругали, возникала ссора.



Соль полезна в быту:

- **Выяснила, что соль полезна в быту.
Вот какие рецепты я узнала:**
- **Стеклянная посуда лучше блестит , если её после мытья ополаскивают солёной водой.**
- **Чтобы живые цветы сохранить дольше, необходимо в вазу с водой насыпать немного соли.**
- **Чтобы махровые полотенца оставались мягкими, следует после стирки ополоснуть их в солёной воде и не гладить.**
- **Перед тем, как зажечь свечи, обмакните их в солёную воду – свечи будут меньше оплывать, будут гореть дольше и ровнее.**

Мы обычно проверяем, что узнали и что знаем ...

- Я решила проверить этот совет. Взяла две одинаковые свечки, одну из них окунули в раствор соли. Одновременно подожгли: свечи горели и оплывали одинаково ровно. Прошло 20 минут. Остатки свечей оказались одинакового размера.
- Вывод: раствор соли не повлиял на длительность и качество горения. Считаем, что этот совет оказался неэффективным.

Выводы:

- Я пришла к следующим выводам: соль - жизненно важное вещество. Она способна помочь при десятках заболеваний и является далеко не «белой смертью», как считают некоторые. Исключение из рациона соли не только бессмысленно, но и вредно. Соль имеет огромное значение в жизнедеятельности человека. Она заслуживает истинного восхищения, почитания и преклонения. Следовательно, является другом.
- Но в случае передозировки соль - вредна и оказывает неблагоприятное действие на здоровье человека. Соответственно, превращается из друга во врага. Придерживайтесь принципа разумности в употреблении соли, и тогда соль окажется вам только другом.



Спасибо за внимание!

Литература:

- **А.И.Савенков. Детские исследования в домашнем обучении // Исследовательская работа школьников. 2002. № 1. С. 34-45.**
- **А. Леонтович. Учебно-исследовательская деятельность школьников как модель педагогической технологии. Народное образование. 10,1999**
- **Гурвич Е. М. Исследовательская деятельность детей как механизм формирования представлений о поливерсионности мира создания навыков поливерсионного исследования ситуаций // Развитие исследовательской деятельности учащихся: Методический сборник. М.: Народноеобразование,2001**