



# Витамины счастья

**Автор:**  
Борисова Эвелина,  
ученица 1 класса «Г»  
**МБОУ СШ № 2 г. Вязьмы**  
**Руководитель:**  
Любко Светлана  
Владимировна,  
учитель начальных классов  
МБОУ СШ № 2 г. В.

# Цель:

выяснить, какую пользу или какой вред организму человека может принести употребление конфет.








# Задачи:

1. Узнать, что означает слово «конфета».
2. Где, когда и какими были первые конфеты.
3. Какую пользу они приносят.
4. Можно ли приготовить конфеты в домашних условиях.
5. Провести опрос среди моих одноклассников.

A vertical decorative border on the left side of the slide, featuring a variety of colorful candies, including round ones with different patterns and some with text on them.

Само слово "конфета" произошло от латинского *confectum* - «изготовлено». Этот термин изначально использовали аптекари в 16 веке. Они называли этим словом засахаренные или переработанные в варенье фрукты, используемые в лечебных целях.



# Древний Египет



**мёд**



**инжир и  
орехи**



**финики**



# Восток



миндаль



фи́га





# Древний Рим



орехи



мак



кунжут



мёд



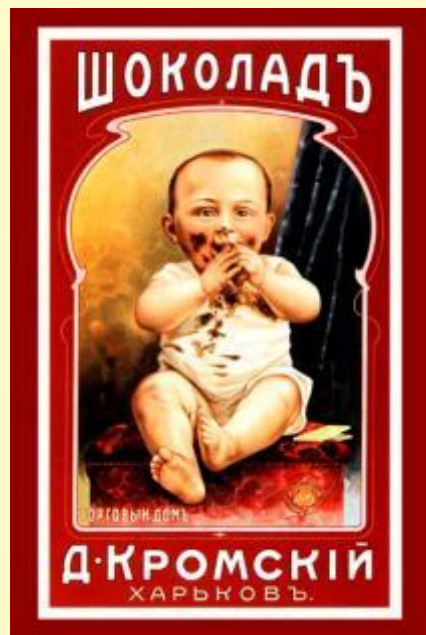
**нуга**



# Древняя Русь







ШОКОЛАДЪ ВАСИЛИСА ПРЕКРАСНАЯ

ТОВАРИЩЕСТВО  
**Д. КРОМСКІЙ**  
ХАРЬКОВЪ



ТОВАРИЩЕСТВО  
**Д. КРОМСКІЙ**  
ХАРЬКОВЪ

**ВАСИЛИСА ПРЕКРАСНАЯ.**

Василиса обомтѣла отъ ужа-са и стала какъ вконяная. Вдругъ ѣдетъ опять всадникъ: самъ черный, одѣтъ во всемъ черномъ и на черномъ конѣ; подскакалъ къ воротамъ бабы-яги и исчезъ, какъ сквозь зем-лю провалился,—настала почь. Но темнота продолжалась не-долго; у всѣхъ череповъ на заборъ засвѣтились глаза, и на всей полянѣ стало свѣтло, какъ среди дня. Василиса дрожала со страху, но, не зная куда бѣжать, оставалась на мѣстѣ.

Т. ВОИНИЦА ИЛИНОВА. МОСКВА.





# Польза

Сладости — это углеводы, то есть важнейший источник энергии. Человек много двигается, расход энергии у него большой, его надо быстро восполнять, с этой точки зрения сладости полезны. Углеводы также участвуют в построении клеточных мембран, белков крови, гормонов.

К тому же, сладкие блюда — источник удовольствия, радости, а это немаловажно.

По мнению специалистов, для полноценного развития ребенку необходимо потреблять *30–40* г «сладких углеводов» в день: две-три конфеты, или одну зефирину, или два печенья. В какой-то день норму можно удвоить, а следующий прожить без сладкого.



# Вред

Но, к сожалению, от большого потребления конфет может развиваться кариес. Особенно вредны для зубов жевательные и сосательные конфеты.

Если конфеты имеют интенсивный красный, зеленый, оранжевый цвет, значит, в них добавили большое количество искусственных красителей, что может вызвать заболевания желудочно-кишечного тракта и аллергию.

Самое главное – это придерживаться разумной нормы и не употреблять конфеты в больших количествах. Их не должно быть на нашем столе ежедневно – иначе не избежать проблем со здоровьем.



# Опрос

**Как вы относитесь к сладостям?**

**Какие сладости вы любите?**

**Что вы знаете о пользе и вреде от конфет?**

**Как вы думаете, можно ли приготовить конфеты в домашних условиях?**



# Результат

Вопросы	Да	Нет
Любите ли вы сладости?	24 ч.	2 ч.
Какие сладости вы любите?	леденцы шоколад пряники чупа-чупс ириски торт	
Что вы знаете о пользе от конфет?	пользы нет	
Что вы знаете о вреде от конфет?	боль в зубах боль в животе аллергия	
Можно ли приготовить конфеты в домашних условиях?	13 ч.	13 ч.














## Содержат

полезные  
витамины  
железо  
медь  
марганец  
селен  
цинк  
макроэлементы:  
калий  
кальций  
магний  
натрий  
фосфор  
хлор

## Помогают

при нервных заболеваниях  
укрепляют иммунную систему  
улучшают зрение  
повышают аппетит  
активизируют мозговую  
деятельность  
улучшают состояния кожи  
снимают усталость  
восстанавливают  
работоспособность



# Источники информации

<http://vegetarianrecept.ru/deserty/konfety-iz-suhofruktov-svoimi-rukami.html>

<http://etlerto.livejournal.com/304232.html>

<http://kyharim.ru/recipe/samodelnie-poleznie-konfeti>

<http://detskie-recepty.ru/detskie-deserty-i-sladosti/polezny-e-sladosti-detyam-konfety-iz-suxofruktov-foto-recept/>

<http://www.konfeco.ru/>

[http://yandex.ru/yandsearch?картинки полезные конфеты](http://yandex.ru/yandsearch?картинки+полезные+конфеты)

<http://www.anypics.ru/tags/>





**Спасибо за  
внимание**