



**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

---

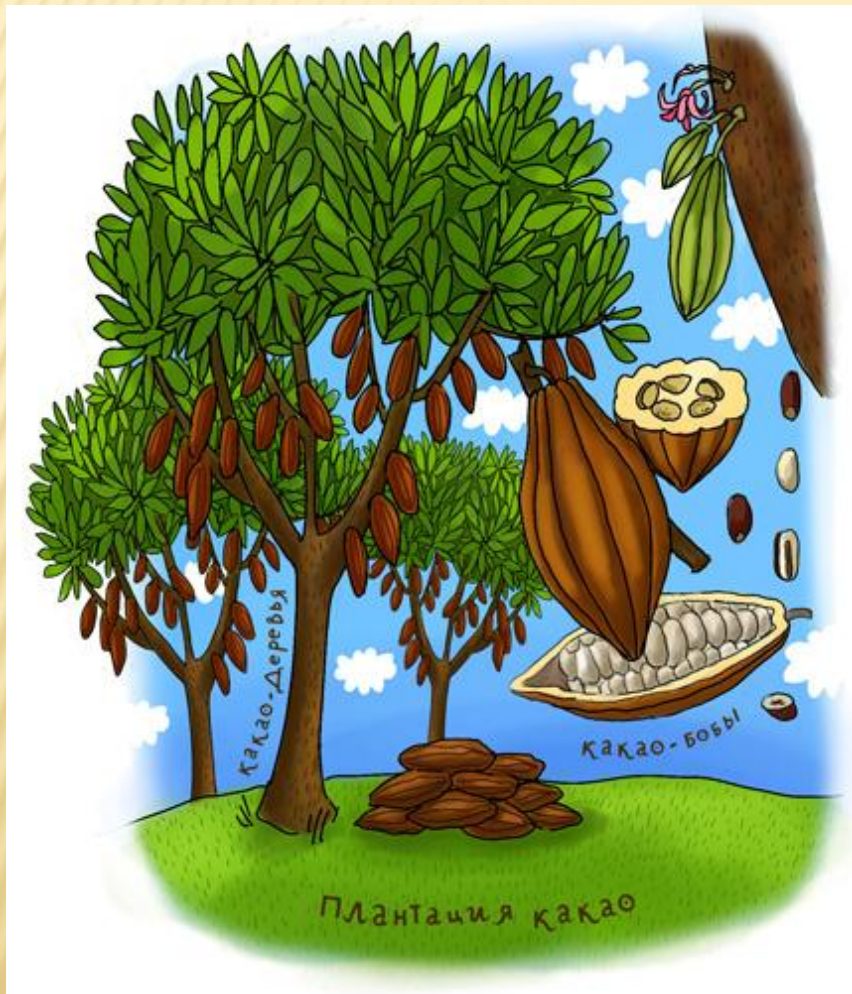
Цель исследования: выяснить какое влияние оказывает употребление шоколада на наше здоровье.

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

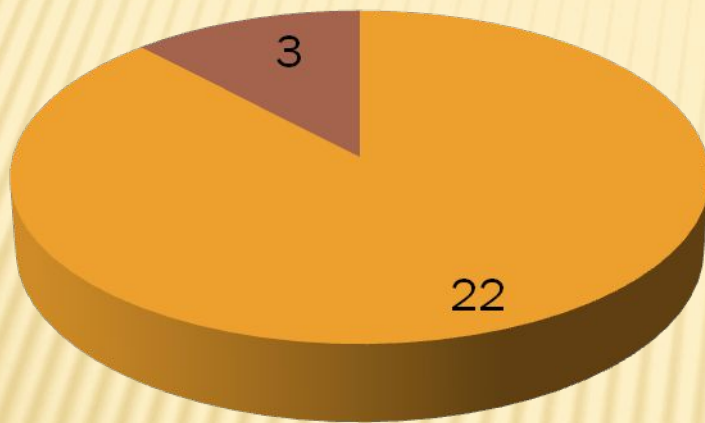
- Шоколад быстро утоляет голод
- Шоколад стимулирует работу мозга
- Шоколад - это источник удовольствия

# ВРЕД И ПОЛЬЗА ШОКОЛАДА



# РЕЗУЛЬТАТЫ ОПРОСА

Любишь ли ты шоколад?



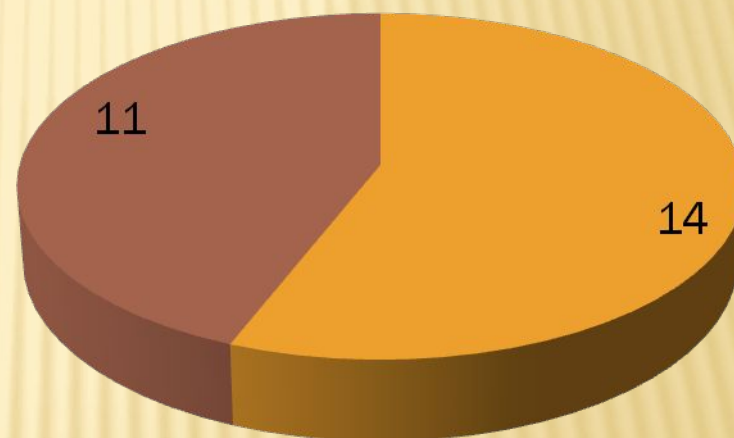
■ да ■ нет

- 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.



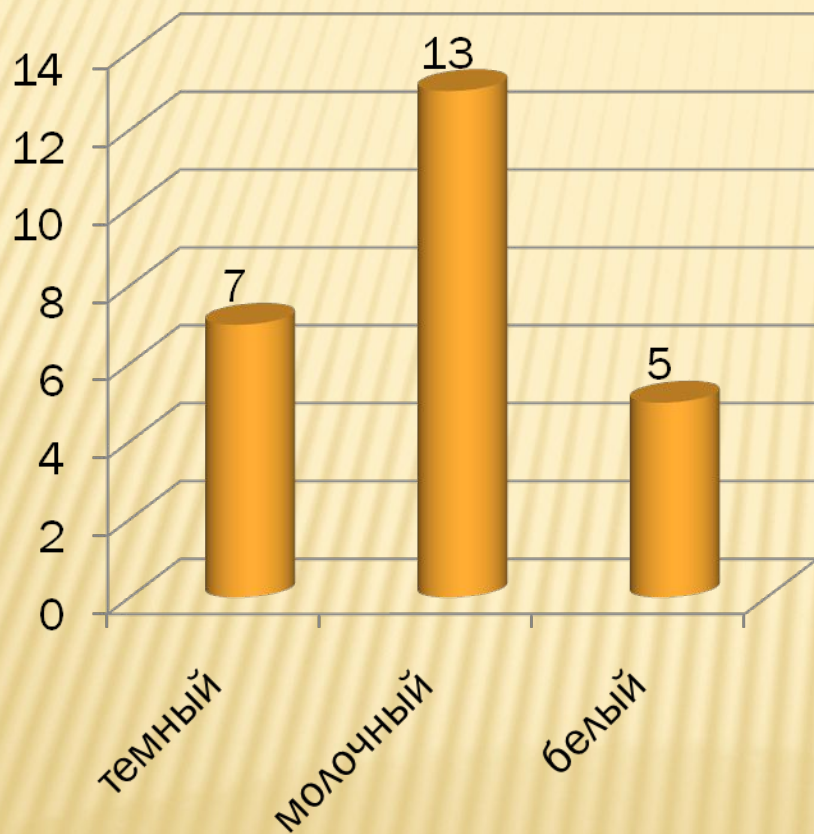
девочка мальчик

- 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.