





Шоколад – вред или польза?

Выполнила: ученица 4 класса
Приходько Ярослава

Руководитель: Кусметова Ж.
Г.,
учитель начальных классов

2012 год

Объект шокола



Т:

Д

Предме

влияние

Т:

шоколада

на здоровье

детей

Цел

выяснить
полезен или
вреден
шоколад
для здоровья
детей

Задач

1. Познакомиться с историей происхождения шоколада;
2. дать характеристику основных ингредиентов шоколада;
3. проанализировать состав наиболее употребляемых сортов шоколада;

Задач

4. провести анкетирование,
и:
опрос;
5. выяснить, какое влияние на
здоровье
детей может оказать шоколад



Методы:

1. Работа с литературой и средствами массовой информации;
2. анкетирование учащихся, учителей и технического персонала школы,
3. родителей;
4. продавцов;
5. анализ состава наиболее употребляемых сортов шоколада;
5. анализ результатов.

Гипотез

предлагаем,
что, если шоколад
употреблять
в умеренных количествах,
он положительно влияет
на организм человека



Индейцы-Альмеки



Как получается шоколад?



Какой бывает шоколад?

- обыкновенный,
- десертный,
- пористый,
- белый,
- молочный,
- чёрный,
- шоколад с крупными добавлениями.



Состав шоколад:



- белки;
- жиры;
- углеводы;
- добавки (арахис, лесной орех, миндаль, изюм);
- пищевые добавки (Е 476, Е 322);
- кофеин;
- гормон счастья (эндорфин);
- магний;
- железо;
- витамины А, В и Е;
- холестерин.



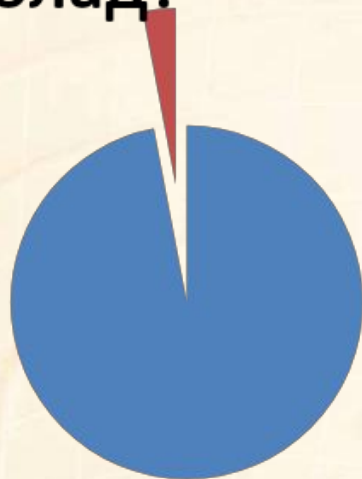
Шоколад и здоровье детей



- ◆ Повышает работоспособность, творческую активность;
- ◆ Поднимает настроение;
- ◆ Подавляет действие бактерий, образующих зубной камень;
- ◆ Полезен для фигуры (горький шоколад избавляет от лишнего веса);
- ◆ Защищает стенки кровеносных сосудов.

**Ешьте шоколад на
здоровье,
но в меру!!!**

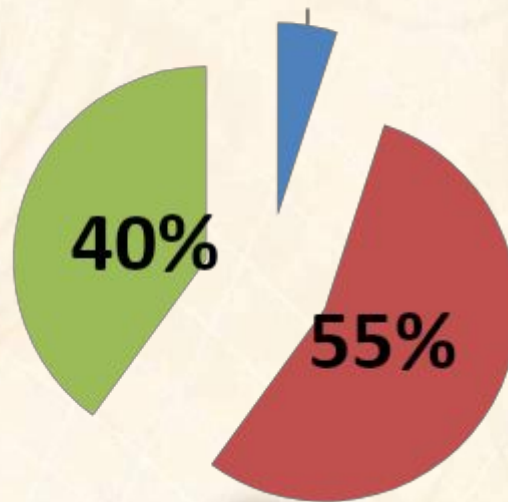
1. Употребляете ли вы шоколад?



- ДА
- НЕТ



2. Какой шоколад вы предпочитаете?



- ГОРЬКИЙ
- МОЛОЧНЫЙ
- БЕЛЫЙ
- ПОРИСТЫЙ

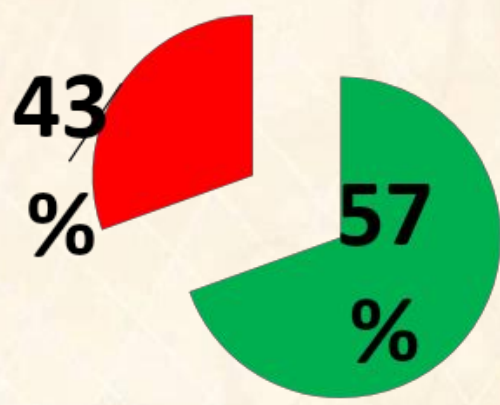
3. Получаете ли вы удовольствие от шоколада?

- ДА
- НЕТ



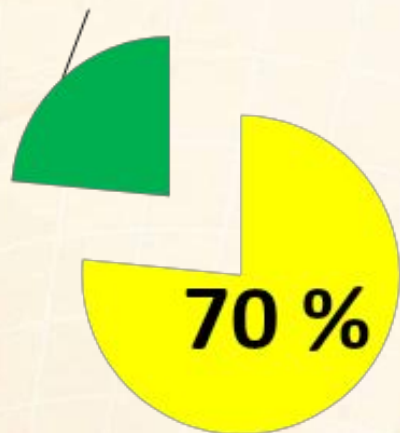
4. Полезен ли шоколад?

- ДА
- НЕТ



5. Учёные считают, что шоколад избавляет от депрессии. Вы согласны?

70% ДА
30% НЕТ

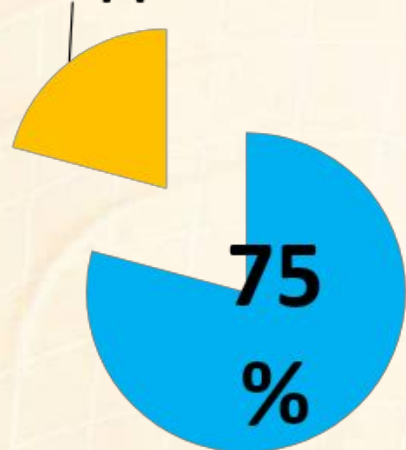


6. Приносит ли шоколад вред организму человека?

23% ДА
77% НЕТ



7. Портятся ли зубы от шоколада?



■ ДА
■ НЕТ

8. Интересно ли вам побольше узнать о происхождении шоколада, пользе и его вреде?



■ ДА
■ НЕТ

Анкета № 2 для продавцов

- Часто ли покупают шоколад в течение дня?
- Какой шоколад покупают взрослые: батончики или плиточный черный или белый?
- Если взрослые заходят в магазин с ребенком, то какой шоколад он покупает ему?



Анкета № 3 для родителей

- Какой Вы любите шоколад?
(молочный, горький, пористый, белый или другой)
- Какой шоколад Вы чаще всего покупаете детям?
Почему?
- Полезен или вреден шоколад? Почему?



Анализ состава шоколада

Тип шоколада	Состав						Ценность 100г. продукта			
							Пищевая г			Энергетическая ккал
Сахар	Орехи	Пищ. Добав.	Какао тертое	Какао масло	Ароматизаторы	Белки	Жиры	Углеводы		
«Екатерина I»	+	+	E476	+	+	ван	8,1	34,6	51,2	541
«Nesquik»	+	-	E476	+	+	ван	7,6	32,9	56	550
«Alpen Gold» Фундук, изюм	+	+	E476	+	+	ван	5,6	25,6	59	493
«Совершенство»	+	-	E476	+	+	ван	6,6	32,7	56	544
«Путешествие»	+	-	E476	+	+	ван	5,7	30,8	57,1	528
«Российский»	+	-	E476	+	+	ром	5,4	31,6	56,4	532
«Nestle» молочный	+	+	E476	+	+	ван	6,5	31,4	58,5	543
«Аленка»	+	-	E476	+	+	ван	8,2	34,4	53,6	541
«Блаженство»	+	-	E476	+	+	ван	10,3	29,6	53	520
«Бабаевский»	+	-	E476	+	+	ван	6,6	30,6	52,5	507
«Слад&ко»	+	+	E476	+	+	ван	6,5	33,8	52,3	534
«Воздушный»	+	+	E476	-	+	Крем брюле	4,3	30,6	62,6	544

Вывод анализа состава шоколада:

- наиболее подходящим для детей является шоколад *«Блаженство»*;
- наиболее энергоёмкий шоколад марки *«Nesquik»*, он также включает достаточно белков и углеводов и мало жиров, поэтому его также можно рекомендовать для детей.



Вывод

1. История происхождения шоколада насчитывает более 3000 лет.
2. Шоколад обязательно включает белки, жиры, углеводы, добавки, пищевые добавки (E 476, E 322).
3. Шоколад любят все, предпочитают **МОЛОЧНЫЙ.**

Выводы:

4. Шоколад положительно влияет на

самочувствие людей, на их здоровье:

- подавляет действие бактерий, образующий зубной камень;
- защищает стенки кровеносных сосудов;
- горький шоколад избавляет

Ешьте шоколад!!!

Пушице горький



Спасибо за

