

**Исследовательский проект на
тему: « Что мы знаем о
подсолнухе? »**

Выполнила Шагаева Юлия

Введение



Актуальность выбранной темы:

Как-то мы с мамой готовили блины. Чтобы их пожарить, нужно было наливать на сковородку масло. Я обратила внимание на этикетку, на которой был изображен подсолнух. Меня заинтересовало происхождение этого масла и почему оно так называется. Я узнала, что подсолнечное масло изготавливается из семечек подсолнуха. Как оказалось, подсолнух - не только яркое, но и очень полезное растение, и мне захотелось узнать о нем побольше, написав исследовательскую работу о нем.



ГИПОТЕЗА:

я предположила, что блюда и продукты из семечек подсолнуха полезны и незаменимы для нашего питания.



**ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ
МОЕЙ
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ
РАБОТЫ**



Знакомимся с растением

Для растения характерен высокий стебель, покрытый жёсткими листьями. Плоды — продолговатые семянки. Наиболее известный вид - подсолнечник масличный. С ним мы и будем знакомиться



История применения подсолнуха

В Россию подсолнечник попал не так давно, около 300 лет назад. Большой любитель всевозможных диковинок, царь Петр I, побывал в XVIII веке в Голландии и привез оттуда семена подсолнечника в Россию.



Крупные цветки, похожие на солнышко, сразу же полюбили русским людям, но долгое время их выращивали только для красоты. Затем семечки начали употреблять в пищу. Сейчас в нашей стране семечки по-прежнему щелкают, о чем говорит большой ассортимент пакетиков с семечками в магазинах.



Про подсолнух есть
много загадок,
например:

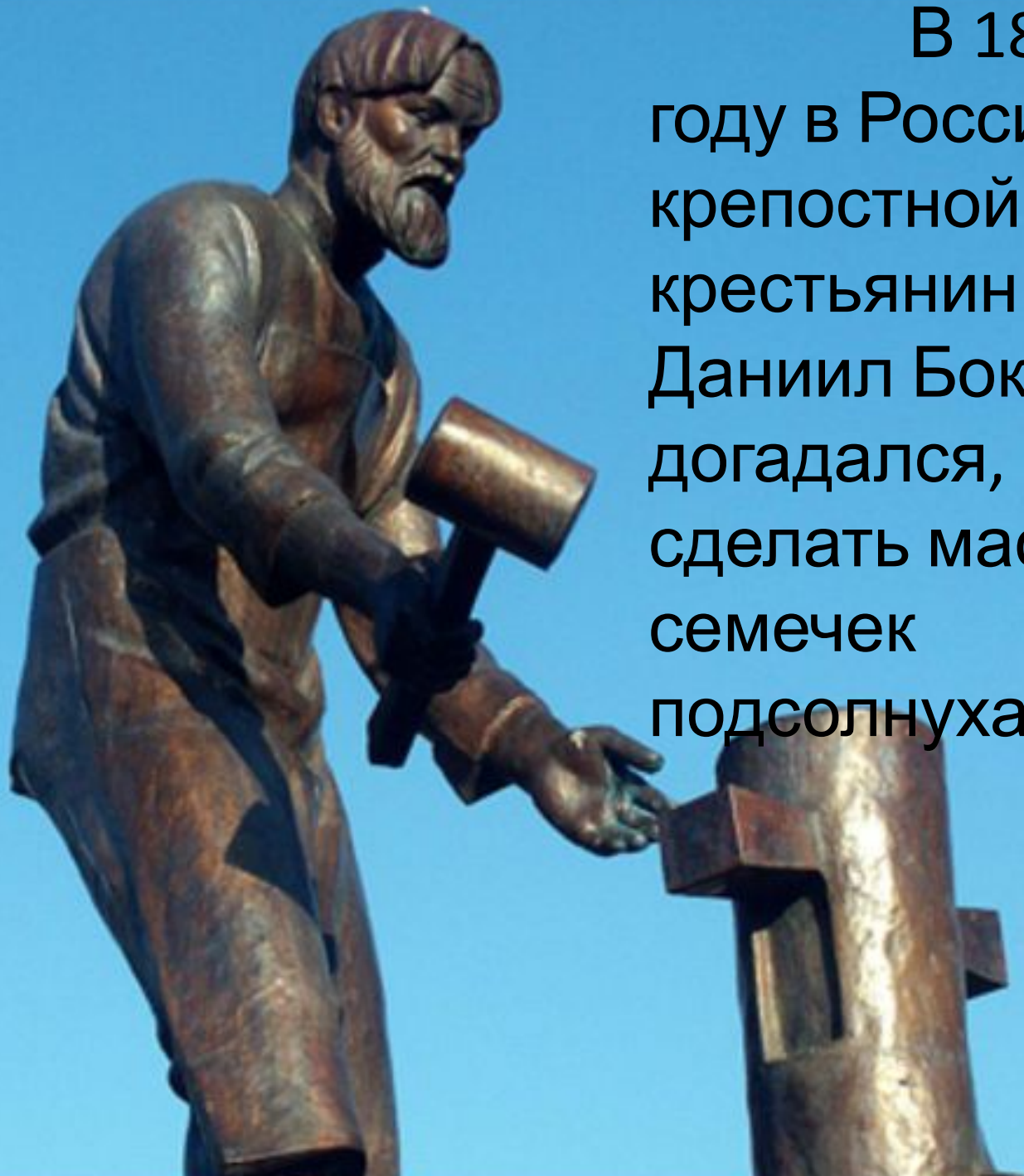
У извилистой дорожки
Растёт солнышко на
ножке.

Как дозреет солнышко,
Будет горстка зёрнышек.

Яркий солнечный цветок
Наклонил свой стебелек,
Чтобы хрюша подошла,
Семечки его взяла.

Из загадок видно,
что семечки
использовали для
питания людей и





В 1829
году в России
крепостной
крестьянин
Даниил Бокарев
догадался, как
сделать масло из
семечек
подсолнуха.

С тех пор в нашей стране
подсолнечное масло стало
незаменимым. Сейчас Россия
– лидер по выращиванию
подсолнечника в мире.



Но это еще не все, из семечек
подсолнуха готовят много
вкусного, например, любимые
многими восточные
сладости — халву и козинаки.



халв

а



козинаки

Сколько можно есть семечки и почему

Семечки очень полезны, они содержат много необходимых нам витаминов и минералов. Полезнее всего необжаренные зерна в шелухе.



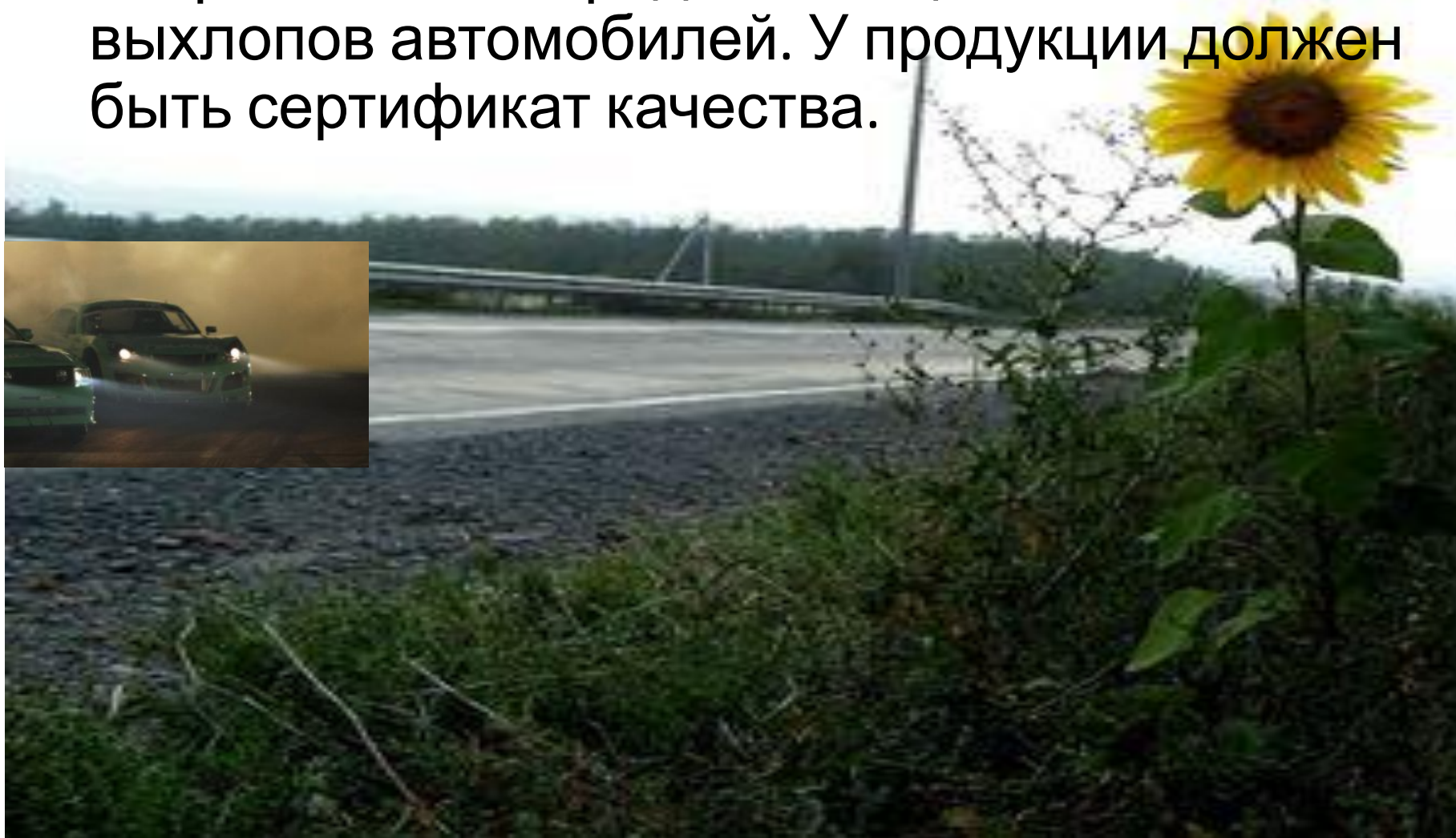
Несмотря на пользу семечек, не нужно есть их слишком много, ведь по питательности горсть семечек равна плитке шоколада. Также необходимо помнить, что от лузгания семечек портится эмаль на зубах.



=



Важны условия, в которых выращивают подсолнечник. Например, если около полей проходят оживленные дороги, то растения вбирают в себя вредные вещества от выхлопов автомобилей. У продукции должен быть сертификат качества.



ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ



Бывают ли другие семечки, кроме черных?

Я обнаружила, что кроме всем известных черных семечек бывают и другие виды: белые и полосатые. В магазинах они встречаются реже, чем черные. Эти семечки обычно крупнее и меньше пачкают руки.



чёрные



белые



полосатые

Как увидеть, что в семечках есть масло? Для этого я провела **опыт**: очистила несколько семечек, положила между двумя листами бумаги и раздавила семечки через бумагу толкушкой. Посмотрев бумагу на просвет, я увидела, что на ней остались масляные пятна от семечек.



Вывод: семена подсолнечника богаты

Как культурно есть семечки

Думаю, чтобы не показаться некультурным человеком, во время щелкания семечек следует проследить, чтобы не оставить шелухи или прочего мусора. На эту тему я нарисовала плакат.



Чтобы узнать, как окружающие относятся к семечкам и продуктам из них, я провела **анкету** среди своих знакомых. В ней участвовало 12 человек. Вот какие **выводы** я сделала по ответам анкеты:

почти половина участников часто ест семечки, остальные едят семечки время от времени, а один человек семечки не любит;

большинству участников нравятся семечки в скорлупе;

все используют подсолнечное масло для приготовления еды;

все любят сладости из семечек - халву и козинаки



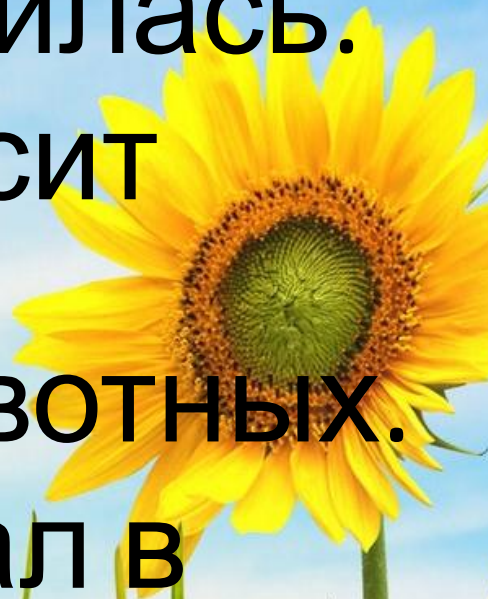
ВЫВОДЫ РАБОТЫ:



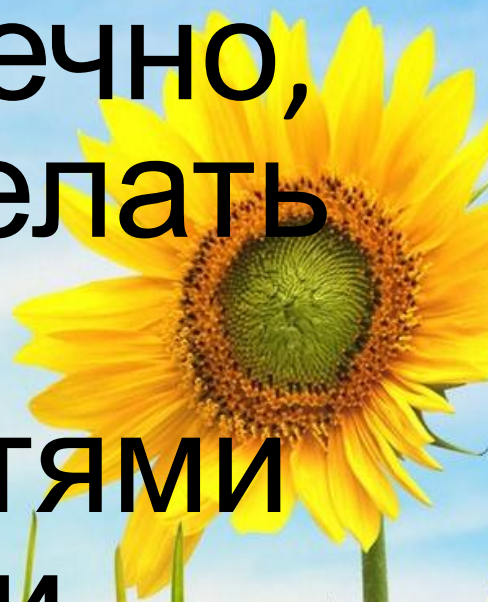
В результате
исследовательской работы
моя гипотеза подтвердилась.

Подсолнечник приносит
много пользы, как для
человека, так и для животных.

И хотя подсолнух попал в
нашу страну не так давно, он
оставил след в народных
загадках.



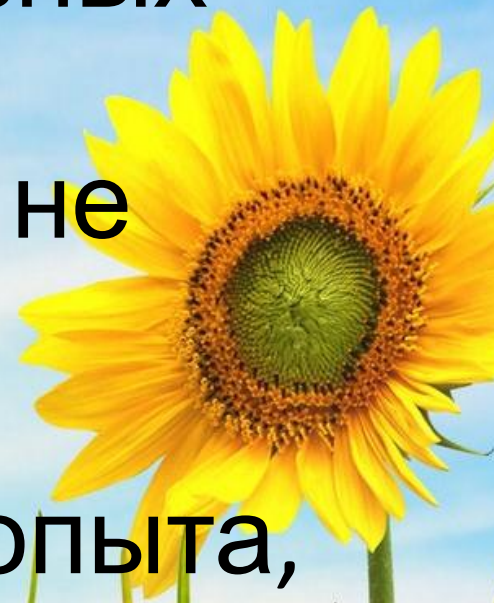
**Подсолнух дает нам
семена, которые можно
есть просто так (конечно,
я за то, чтобы это делать
культурно), а можно
лакомиться сладостями
из семечек - халвой и
козинаками.**



Семечки – очень полезный продукт, так как в них много витаминов и других полезных веществ.

Конечно, переедать ими не нужно, ведь они очень питательные.

Я увидела в результате опыта, что семечки содержат масло.



Проведя анкету, я
убедилась, что семечки и
продукты из них играют
большую роль в нашей
стране. Недаром Россия
является лидером по
выращиванию
подсолнечника в мире.



Важно беречь окружающую среду, чтобы этот солнечный цветок и дальше радовал нас своими дарами.

