

МБОУ «Чернышихинская ОШ им. Героя  
Советского Союза Чернова И. Н.»

\* «**Чем вреден для  
организма и  
здоровья ребенка  
фаст-фуд**»

Выполнил:  
Кашин Максим, 5 лет

# Актуальность проекта:

Современные люди, как я, например, не приучены к правильному питанию, и к режиму потребления пищи. Такое питание - не полезное, не правильное. Поэтому говорить о вреде, наносимом фаст – фудом нашему здоровью, важно и актуально.



# Проблема исследования

Вкусно или полезно? Что нужно есть, чтобы быть умным, сильным и здоровым?

Можно ли пить кока-колу, кушать сосиски, майонез и прочий фаст-фуд? Что происходит с организмом?

На эти вопросы я хочу узнать ответ.

## Мои задачи:

1. Поиск информации через книги и интернет;
2. Анализ собранную информацию;
3. Провести исследование при приеме в пи фуда;
4. Оформить доклад.

**Цель проекта:** Доказать, что фаст-фуд вред человека, фаст-фуд вреден для моего здоров



# Фаст-фуд в жизни человека

Это завтрак, обед и может быть ужин



# Основы здорового питания. Что нужно есть, чтобы быть умным, сильным и здоровым?



*Чтоб здоровым,  
сильным быть,  
Надо овощи любить  
Все без исключения.  
В этом нет  
сомнения!  
В каждом польза есть  
и вкус,  
И решить я не берусь:  
Кто из вас вкуснее,  
Кто из вас нужнее!  
Ешьте больше  
овощей –  
Будете вы здоровей!*

# Заболевания

- Изменение давления;
- Высокий уровень холестерина;
- Проблемы с сердцем;
- Инсульт;
- Сахарный диабет;
- Рак;
- Бронхиальная астма;
- Проблемы с суставами.



# МОИ ОПЫТЫ!

Я изучил вопрос:  
Чем вреден для  
меня, для моего  
здоровья фаст-фуд



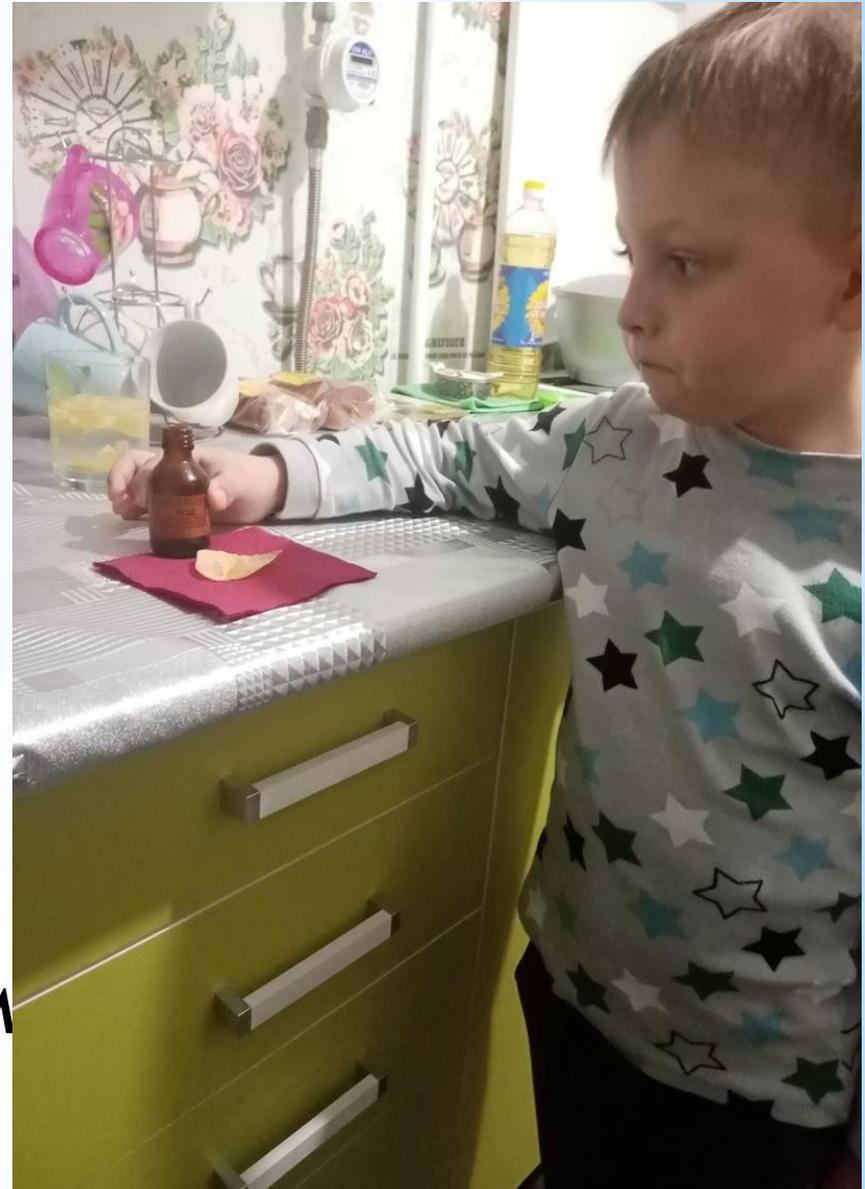
- \* Цель опыта: исследование чипсов на жирность.
- \* Ход действий. Положили чипсы на салфетку и накрыли другой салфеткой. Раздавили чипсы и на салфетки остались жирные пятна.
- \* Вывод: в чипсах содержится очень много вредного жира.



**Опыт с чипсами**

- \* Цель опыта: обнаружить крахмал в чипсах.
- \* Ход действий: Взяли чипсы и капнули на одну несколько капель йода. Капля йода превратилась в синий цвет.
- \* Вывод: В чипсах содержится большое количество крахмала.

## Опыт с чипсами и йодом





- \* Цель опыта: Выявить наличие вредных веществ.
- \* Ход действий: Взять два ржавых гвоздя. Один поместили в стакан с водой, другой с колой. На следующий день в стакане с водой гвоздь покрылся ещё одним слоем ржавчины, а гвоздь очистился от неё.
- \* Вывод: Кока-кола разъедает даже ржавчину

\* **Опыт с колой и водой**