



# Жевательная резинка. Жевать или не жевать?



Выполнила: Алексеева Александра,  
ученица 2-а класса  
МОУ СОШ №4  
Г.Татарска



# Как правильно поступить? Жевать или не жевать жевательную резинку?



Цель работы: выяснить, как влияет жевательная резинка на организм человека. Чего больше она приносит - вреда или пользы.

Задачи:

- выяснить, откуда появилась жевательная резинка;
- изучить её состав;
- выяснить влияние ингредиентов жевательной резинки на организм человека;
- выявить отличие жевательной резинки для взрослых и детей через сравнительный анализ её ингредиентов;
- провести анкетирование среди одноклассников и выяснить, как относятся дети к жевательной резинке;
- узнать мнение специалиста (детского стоматолога) о полезных и не очень свойствах жевательной резинки .



Гипотеза: жевательная резинка не так уж и вредна, если употреблять её в меру...

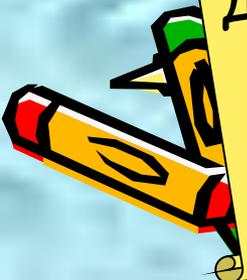
Методы:

- Анкетирование;
- беседа;
- сбор информации из разных источников (энциклопедия, словари, интернет, упаковочный материал от жевательных резинок);
- метод сравнения информации на упаковках различных видов жевательных резинок.



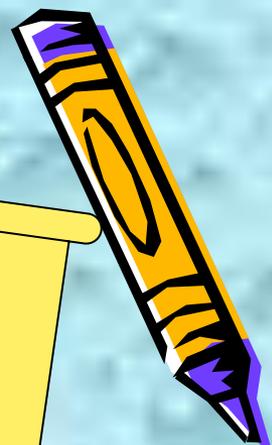
# «Откуда к нам пришла жевательная резинка?»

Индейцы майя и другие жители Центральной Америки жевали смолу дерева каучу. Надрезав кору, они собирали белый сок, вытекающий из-под нее. Через несколько минут он делался темным, вязким, тягучим. В таком виде его жевали.





Первую жевательную резинку  
изготовил американец Томас Адамс  
в 1869 году. Он сварил на  
собственной кухне кусочек каучука.  
Потом он добавил в жвачку  
лакричный ароматизатор. Так  
появилась первая  
ароматизированная жвачка.  
Называлась эта жвачка - Черный  
Джек.  
Выставив её на продажу,  
Адамс заметил, что людям  
понравилась его резинка.  
В конце 19 века созданная  
Томасом Адамсом жвачка  
стала продаваться на перронах  
железнодорожных вокзалов.  
Первая жевательная резинка  
производилась в США.





# Состав жевательной резинки

- Синтетическая резиновая основа;
- Глицерин;
- Лецитин;
- Красители, ароматизаторы, сахар;
- Карбамид.

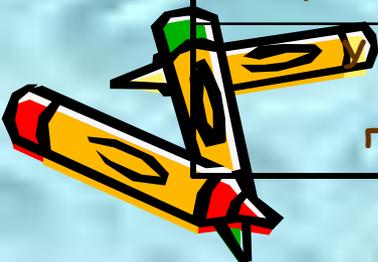




# Полезна или вредна жевательная резинка для организма?



| Вред для организма.   | Полезна для организма.<br>Жевательная резинка без САХАРА!  |
|---|--|
| При длительном жевании происходит перегрузка тканей пародонта и ухудшается их состояние.  | Освежает дыхание!  |
| Если жевать на голодный желудок происходит избыточное выделение желудочного сока, а поскольку пища в желудок не поступает, это может оказать вредное влияние на слизистую оболочку желудка. | При жевании жевательной резинки после еды происходит очищение зубов и дополнительное выделение желудочного сока, который необходим для переваривания пищи! |
| Содержание сахара способствует развитию кариеса.  | Удаляет мягкий налет с поверхности зубов!  |
| Некоторые наполнители могут вызвать аллергические реакции.  | Жуя, человек успокаивается!  |
| У постоянно жующих ребят может появиться неправильный прикус.   |  |



# Это интересно!



- Еще в начале 20 века американские ученые обнаружили, что, жуя, человек успокаивается. Но через несколько десятков лет была обнаружена «другая сторона медали» — жевание снижает умственную активность, человек «тупеет». Получается, что жвачка во время контрольной — как минимум полбалла долой!



# Отличие жевательной резинки для взрослых от жевательной резинки для детей.



- Детская жвачка в основном содержит САХАР!
- Она более яркая!



- Как ни странно, но именно детские сорта, опасны для здоровья. И эту опасность можно почувствовать на вкус — вредная жевательная резинка более жесткая и быстро теряет вкус, начиная горчить.



# Мнение детского стоматолога.

«Чтобы жевательная резинка приносила не вред, а пользу, жевать ее нужно после еды, лучше всего недолго, в течение 5-10 минут. Нельзя жевать резинку на голодный желудок - это очень вредно. Нужно выбирать жевательные резинки без содержания сахара. От такой жевательной резинки больше вреда, чем пользы. Если жевательную резинку жевать постоянно, может сформироваться неправильный прикус. Но, если жевательную резинку без сахара жевать после еды, в течение 5-10 минут это не навредит твоим зубкам, и даже может принести пользу. В процессе жевания образуется много слюны, которая омывает зубки, ротовую полость, способствует удалению

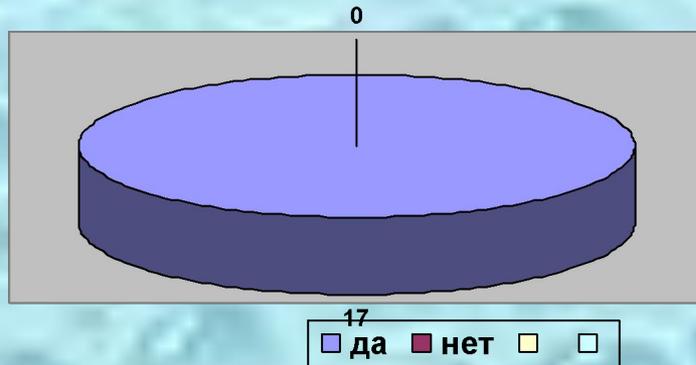
остатков пищи»



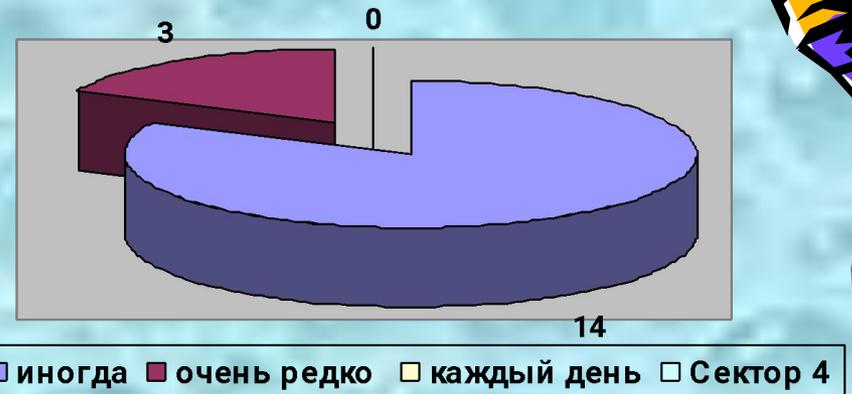
# А вот что по этому поводу говорят мои одноклассники.



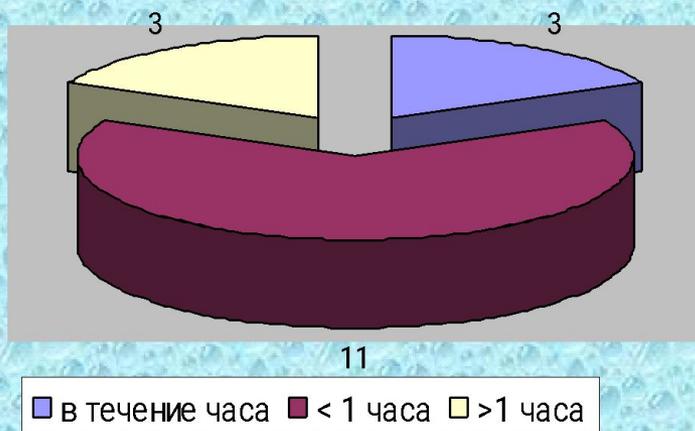
Употребляете ли вы жевательную резинку?



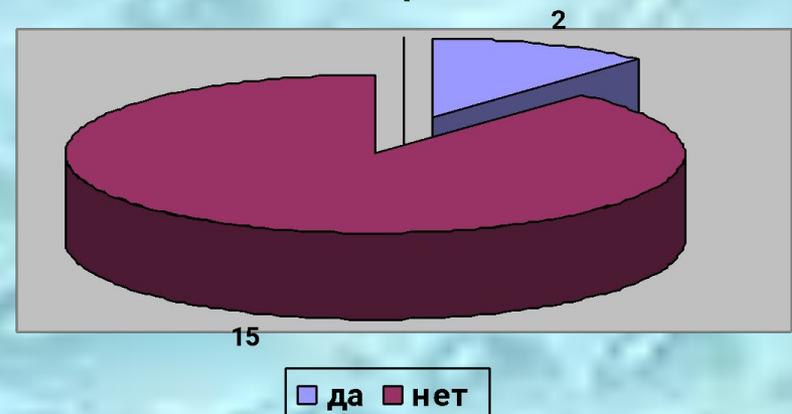
Как часто Вы употребляете жевательную резинку?



Как долго вы жуete жевательную резинку?



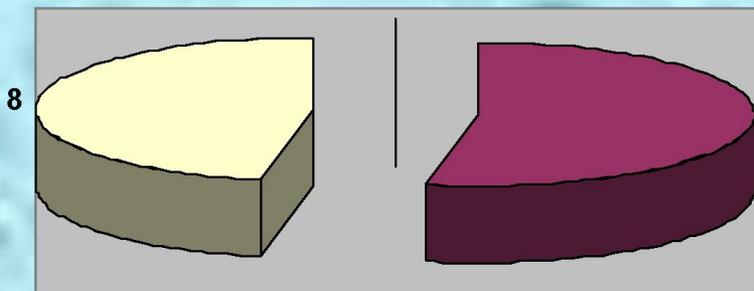
Обращаете ли вы внимание на содержание в жевательной резинке сахара?



# А вот что по этому поводу говорят мои одноклассники.

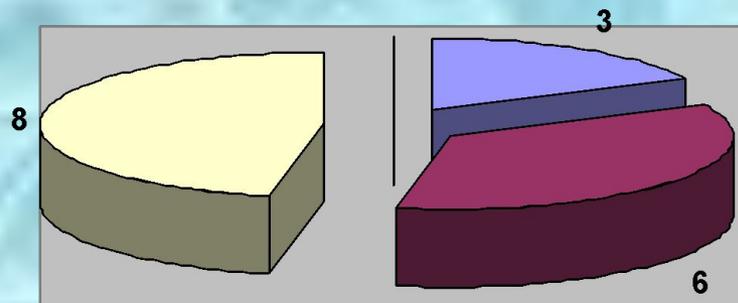


Когда вы жуете жевательную резинку?



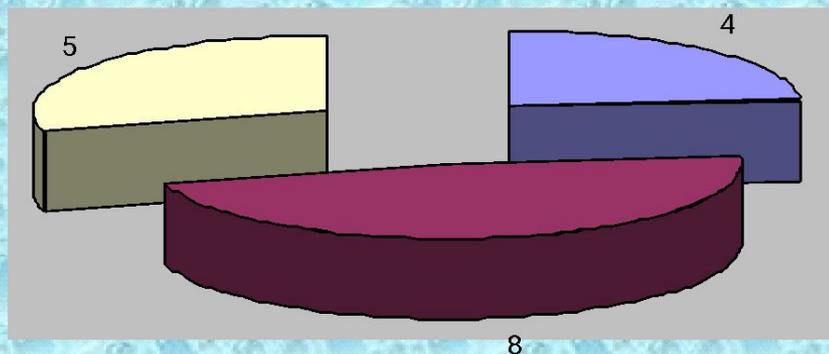
до еды 
  после еды 
  и до и после

Как вы думаете, как влияет жвачка на ваше здоровье?



хорошо 
  плохо 
  не знаю

Для чего вы употребляете жевательную резинку?



ради удовольствия 
  освежает дыхание 
  очищает полость рта



# И так мои одноклассники:

- Жевательную резинку жуют все, но в основном делают это редко;
- Большинство моих одноклассников не обращают внимание на содержание сахара в жвачке;
- Употребляют жевательную резинку и до и после еды;
- Жуют для того, чтобы освежить дыхание.
- Не задумываются над тем как жвачка влияет на здоровье.



И всё - таки,  
жевать или не жевать?

- Жевательная резинка может оказывать как положительное, так и отрицательное влияние на организм. Поэтому жевать её нужно правильно.





# А вот несколько простых правил употребления жевательной резинки с пользой.

- ☹ Жевать резинку можно максимум 3 раза в день по 3-5 минут
- ☹ Нельзя жевать резинку на голодный желудок
- ☹ Необходимо обращать внимание на содержание в резинке сахара
- ☹ Использование резинки не означает, что не нужно чистить зубы
- ☹ После обеда или перекусов в течение дня можно жевать резинку не более 15 минут. Этого достаточно, чтобы предупредить образование мягкого зубного налета и восстановить кислотный баланс.
- ☹ Не забывайте о том, что с эстетической точки зрения, любое жевание в общественных местах некрасиво и негигиенично!





Теперь я знаю!  
Умеренное и правильное  
использование жевательной  
резинки может принести пользу.  
Значит - жевать!



P.s. Но в меру!!!





Алексеева Александра

**Автор:**

Алексеева Александра,  
ученица 2-а класса,  
МОУ СОШ № 4  
Г. Татарское

Спасибо за внимание!

Будьте здоровы!



**Научный руководитель:**

Тедорова Татьяна Анатольевна,  
учитель начальных классов,  
II кв. категория

