



# 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,  
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, родителей;
3. продавцов;
4. 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

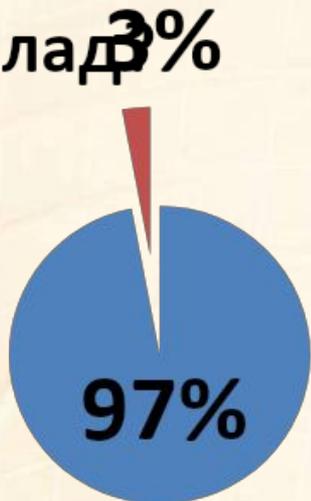
- ◆ Повышает работоспособность, творческую активность;
- ◆ Поднимает настроение;
- ◆ Подавляет действие бактерий, образующих зубной камень;
- ◆ Полезен для фигуры (горький шоколад избавляет от лишнего веса);
- ◆ Защищает стенки кровеносных сосудов.

**Ешьте шоколад на**

**здоровье,**

**но в меру!!!**

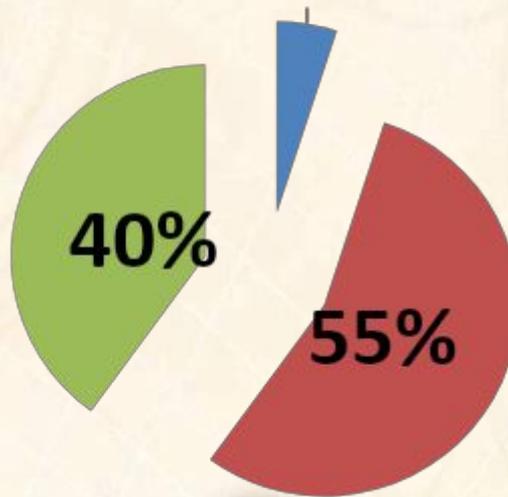
# 1. Употребляете ли вы шоколад?



- ДА
- НЕТ



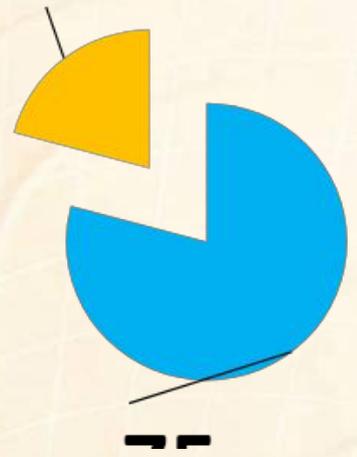
# 2. Какой шоколад вы предпочитаете?



- ГОРЬКИЙ
- МОЛОЧНЫЙ
- БЕЛЫЙ
- ПОРИСТЫЙ

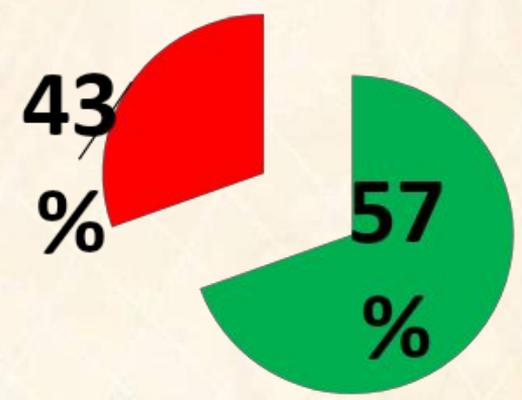
3. Получаете ли вы удовольствие от шоколада?

- ДА
- НЕТ



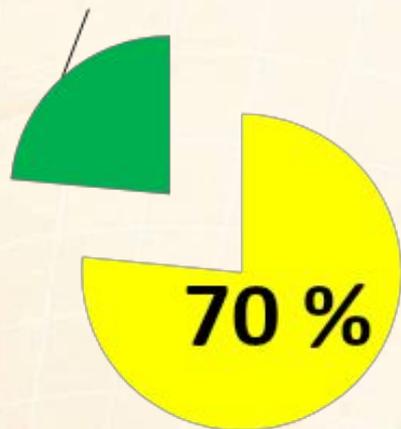
4. Полезен ли шоколад?

- ДА
- НЕТ



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

70% ДА  
30% НЕТ

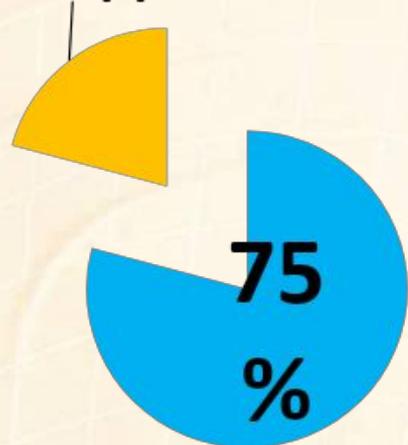


6. Приносит ли шоколад вред организму человека?

23% ДА  
77% НЕТ

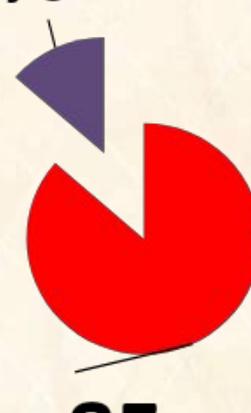


7. Портятся ли зубы от шоколада?



■ 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 горь



# Спасибо за

