

**Аттестационная работа  
слушателя курсов повышения квалификации по  
программе: «Проектная и исследовательская  
деятельность как способ формирования  
метапредметных результатов обучения в  
условиях реализации ФГОС**

Байбулова Жанаргуль Ураловна, учитель биологии

---

*Фамилия, имя, отчество*

**МБОУ «Комсомольская СОШ»**

---

*Образовательное учреждение, район*

**Тема: «Чипсы – опасно для здоровья!»**



**Актуальность темы:** Секрет притягательности чипсов.

**Цель:** Выяснить качественный состав чипсов, влияние употребления чипсов на здоровье человека.

**Задачи:**

1. Изучить историю создания чипсов
2. Сделать анализ данного продукта на наличие жира, крахмала, хлорида натрия
3. Выяснить влияние различных компонентов чипсов на функции органов человека

## Методы исследования:

- анализ теоретического материала
- анкетирование учащихся
- химический эксперимент

**Объект исследования:** Чипсы.

**Предмет исследования:**

Качественный состав чипсов.



# Краткая история образования чипсов

1853г - Джордж Крам изобрел чипсы

1890г - «Выход» чипсов из ресторанов на улицу

1926г - Изобретена упаковка для чипсов из вощёной бумаги

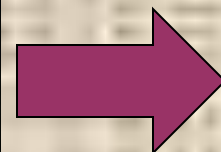
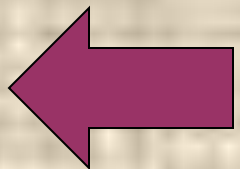
1937г - Создан Национальный институт картофельных чипсов (США)



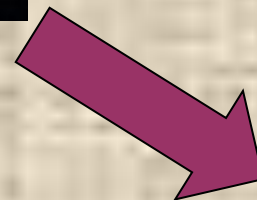
# Основные рецепты приготовления чипсов



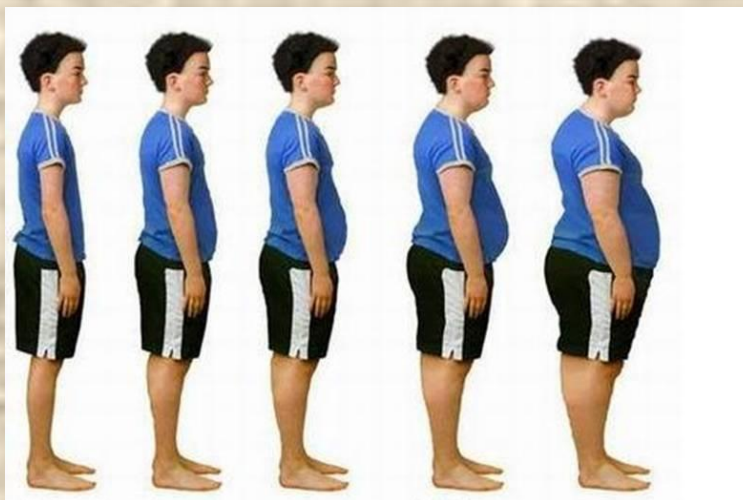
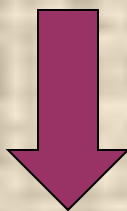
# Влияние чипсов на здоровье человека



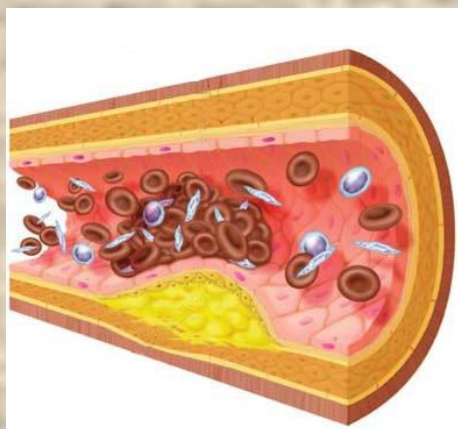
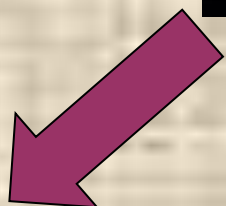
Изжога



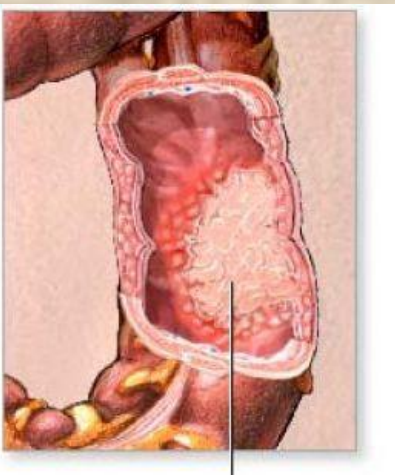
Аллергия



Ожирение



Атеросклероз



Раковые опухоли

# Химические опыты с чипсами

## 1.1. Качественное определение жиров



## 1.2. Качественное определение катионов натрия





### 1.3. Качественное определение хлорид – ионов



### 1.4. Качественное определение крахмала



# Анкетирование учащихся

**1. Как вы думаете, чипсы приносят вред или пользу вашему организму?**

- а. Вред;
- б. Польза;
- в. Не знаю;
- г. И то, и другое.

**2. Как вы считаете, из чего состоят чипсы?**

- а. Только из натуральных продуктов;
- б. Из натуральных продуктов с ароматизаторами;
- в. Из ненатуральных продуктов
- г. Затрудняюсь ответить.

**3. Для чего вы едите чипсы?**

- а. Перекусить;
- б. Поесть;
- в. Просто так, все едят, и я ем;
- г. Занять время перед телевизором.

**4. Можете ли вы сказать, что чипсы – незаменимый продукт в вашем рационе?**

- а. Да;
- б. Нет;
- в. Иногда;
- г. Очень редко.

**5. При выборе чипсов, на что вы обращаете внимание?**

- а. Вкус;
- б. Марка производителя;
- в. Цена;
- г. Реклама.

**6. Как часто вы их едите?**

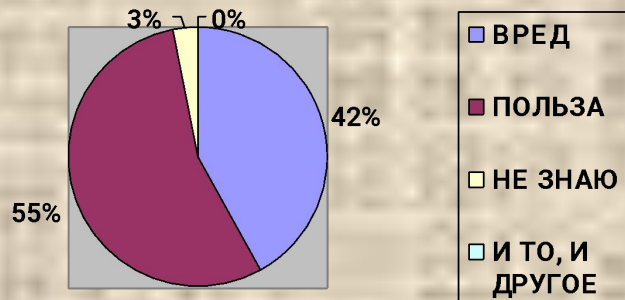
- а. 1 раз в день;
- б. Раз в неделю;
- в. Раз в месяц;
- г. Не ем совсем;

**7. Зная, что чипсы вредны для здоровья, вы... ?**

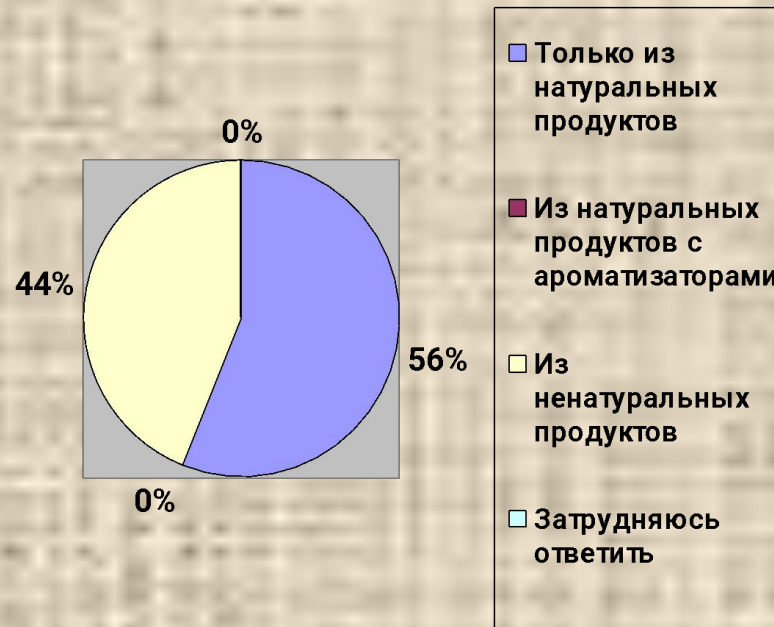
- а. Перестанете их употреблять;
- б. Не перестанете их употреблять;
- в. Откажитесь навсегда
- г. Сократите их употребление.

# Результаты анкетирования

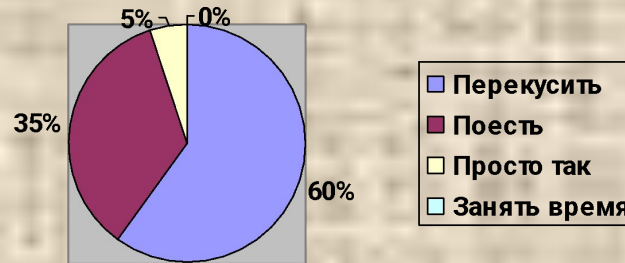
1. Как вы думаете, чипсы приносят вред или пользу вашему организму?



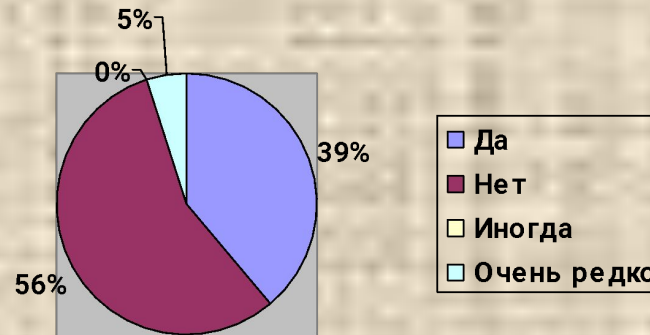
2. Как вы считаете, из чего состоят чипсы?



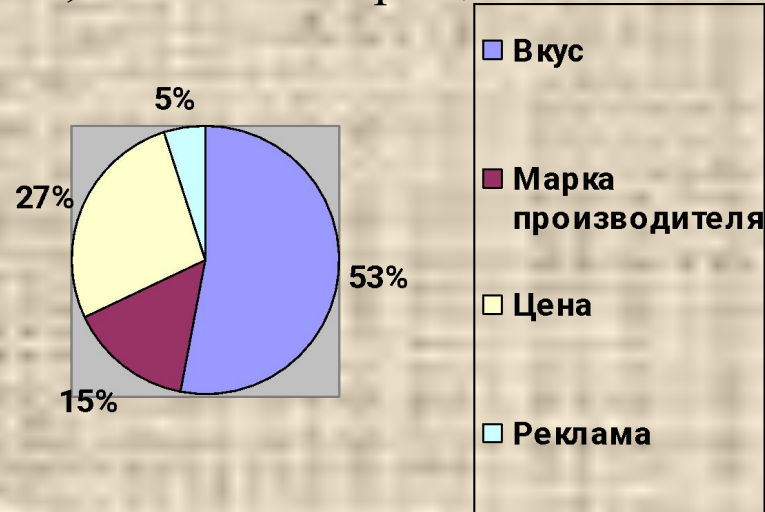
3. Для чего вы едите чипсы?



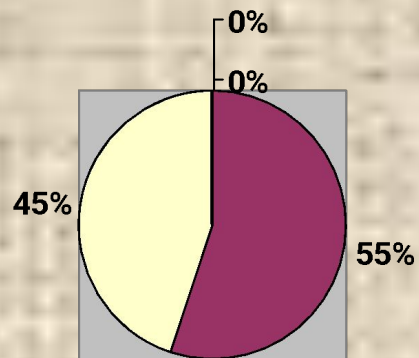
4. Можете ли вы сказать, что чипсы – незаменимый продукт в вашем рационе?



5. При выборе чипсов, на что вы обращаете внимание?

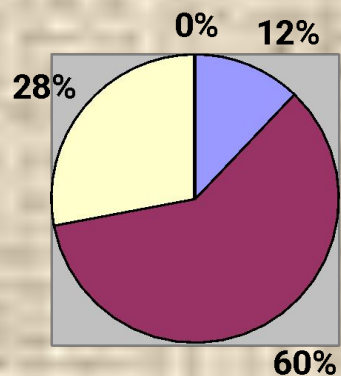


## 6. Как часто вы их едите?



- 1 раз в день
- 1 раз в неделю
- 1 раз в месяц
- Не ем совсем

## 7. Зная, что чипсы вредны для здоровья, вы...?



- Перестанете их употреблять
- Не перестанете их употреблять
- Откажитесь навсегда
- Сократите их употребление

## Заключение

Правильное питание в детстве – фундамент здоровья на всю жизнь. Химический анализ одного из образцов чипсов установил, что в их состав входят жиры, поваренная соль, крахмал. Эти соединения приводят к ожирению, развитию атеросклероза, заболеваний желудочно-кишечного тракта.

Я пришел к выводу, что чипсы приносят вред здоровью и в лучшем случае, следует отказаться от них. В худшем сократить их потребление до минимума. На основании одного из Федеральных законов чипсы включены в перечень продуктов, запрещённых для питания детей в детских учреждениях.

