

Название проекта:
Полезен или вреден шоколад?



Основной вопрос:

Шоколад – польза или вред для организма?

Возрастная категория участников.

- *Учащиеся начальных классов.*
- *Все любители шоколада.*
- *Медики*



- **Цель:** *Выяснить влияние шоколада на здоровье человека.*

- **Гипотеза:**
Мы считаем, что шоколад благотворно влияет на здоровье человека.

Историческая справка

История шоколада насчитывает более трёх тысячелетий. Плодами какао ещё пользовались американские индейцы (коренные жители Америки), жившие за тысячу лет до нашей эры.





В начале 16 века Христофор Колумб привёз какао-бобы испанскому королю. Затем в Испанию привезли неизвестные помидоры, фасоль, картофель, кукурузу, табак и странный напиток - пенящийся, густой и похожий на сироп шоколад.

Изначально шоколад употреблялся только как напиток. С языка индейцев слово «шоколад» переводится как «горькая вода»
или «вода и пена».



Виды шоколада

Черный шоколад – обладает горьковатым привкусом

Молочный шоколад – светлее, чем черный шоколад и обычно мягче и слаще на вкус.

Белый шоколад – в общем-то, это не шоколад, потому что не содержится какао-бобов.

В него входит какао-масло. Само по себе оно безвкусно, но даёт шоколадный запах, вкус придают сахарная пудра и сухое молоко.



Наши исследования

	1 класс		3 Класс		4 класс		взрос- лые	
	да	нет	Да	нет	да	нет	да	нет
1. Любите ли вы шоколад?	15	3	16	2	26	4	28	13
2. Шоколад полезен?	15		12		29		36	
3. Шоколад вреден?	4		5		1		8	

Что говорят медики?

До сих пор идут горячие споры медиков о том, сколько можно и нужно съесть шоколада. Точная «доза» пока что не установлена. Однако все дружно сходятся на том, что несколько плиточных квадратиков или две шоколадные конфеты никакого вреда не принесут.



Стоматологи считают



Прежнее мнение, что шоколад вызывает кариес - опровергнуто. Доказано, что в состав масла какао входят вещества, обладающие антисептическим действием. Они уничтожают бактерии, разрушающие эмаль и вызывающие кариес. А неблагоприятное действие на зубы оказывает глюкоза, придающая сладость шоколаду.





А в книгах пишут...

Шоколад - источник энергии.

Шоколад помогает нормальной работе мышц и нервной системе. Поэтому шоколад полезен детям, а также тем, кто занимается спортом.

Шоколад полезен для сердца и сосудов.

Вещества в какао-бобах благоприятно воздействуют на сердечно-сосудистую систему. Они помогают кровотоку, уменьшая тем самым нагрузку на сердце.



ВЫВОД

Шоколад благотворно влияет на здоровье человека, если его использовать в пищу в допустимых дозах.





А знаете ли вы, что....

11 июля

Всемирный День Шоколада.



Спасибо за внимание!

