

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 1» города Волжска Республики Марий Эл

Исследовательская работа по теме: «Шоколад: польза или вред»



Выполнила:
Ученица 2»А» класса
МОУ СОШ №1
Егорова Виктория
Учитель: Муллагалеева Г. Г.

Введение:

Тема нашей работы: «Шоколад. Польза или вред».



Я выбрала именно эту тему для исследования, потому что я очень люблю шоколад. Желание узнать о пользе или вреде шоколада у меня появилось в тот момент, когда моя младшая сестренка в магазине просила маму купить ей шоколадку.

Актуальность:



Эта тема является предметом оживленных дискуссий среди моих подруг и друзей. Объясняется это тем, что шоколад любят все, но мало кто задумывается о вреде и пользе этого продукта.

Новизна

Мы решили изучить эту тему на примере своего класса и в этом заключается новизна нашего исследования.

Цель работы

Основная цель работы – ответить на вопрос полезен ли шоколад для нашего организма.

Для достижения поставленной цели нам необходимо решить следующие задачи:

- 1 Из чего делают шоколад?
- 2 Провести анкетирование среди одноклассников
- 3 О пользе и вреде шоколада
- 4 Экспериментальная часть
- 5 Проанализировать полученные результаты

Из чего делают шоколад?

Шоколад окружен множеством споров на счет пользы и вреда. Поэтому я первым делом решила посетить библиотеку и найти информацию по данной теме. Я выяснила, что шоколад делают из плодов какао, его еще называют, шоколадное дерево.

Какао-плоды собираются в ручную и достают из оболочки плодов бобы белого цвета. После сушатся бобы около 10 дней. Только потом отправляют их на завод. Я узнала, что у каждого производителя есть своя «формула» идеального шоколада и именно поэтому шоколад отличается по вкусу.



О пользе и вреде шоколада

После проведенного анкетирования я решила выяснить действительно ли полезен шоколад? Или все таки вреден? Листая страницы в интернете, я была удивлена. Оказывается, ведутся споры о пользе и вреде шоколада не только среди нас, но и среди учёных.

Польза

- В шоколаде содержится калий и магний, которые необходимы для работы мышц, то есть является источником энергии.
- Шоколад полезен для сердца и сосудов
- Шоколад способствует повышению иммунитета
- Шоколад поднимает настроение.

Вред

- Шоколад виновник лишнего веса.
- Шоколад при сверхмерном поедании может вызвать аллергию.
- Шоколад обладает возбуждающим действием.

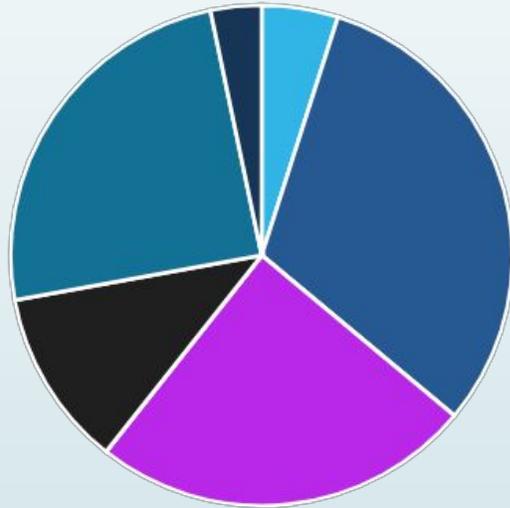


Анкетирование среди детей и взрослых.

- 1 Любите ли вы шоколад?
- 2 Считаете ли вы, что шоколад вреден?
- 3 Считаете ли Вы, что шоколад влияет на умственные способности?
- 4 Изучаете ли вы состав шоколада при покупке?

Результат анкетирования

Дети 22



- 1 не знаю
- 2 да
- 2 нет
- 2 не знаю
- 2 да

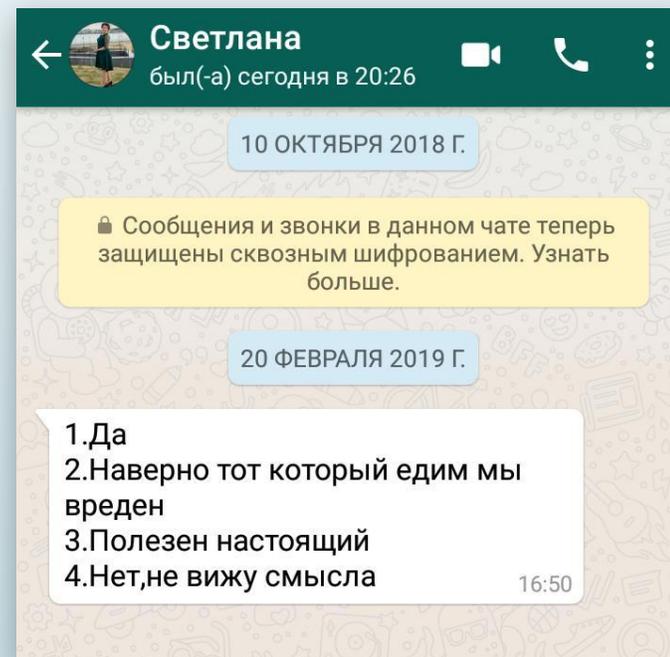
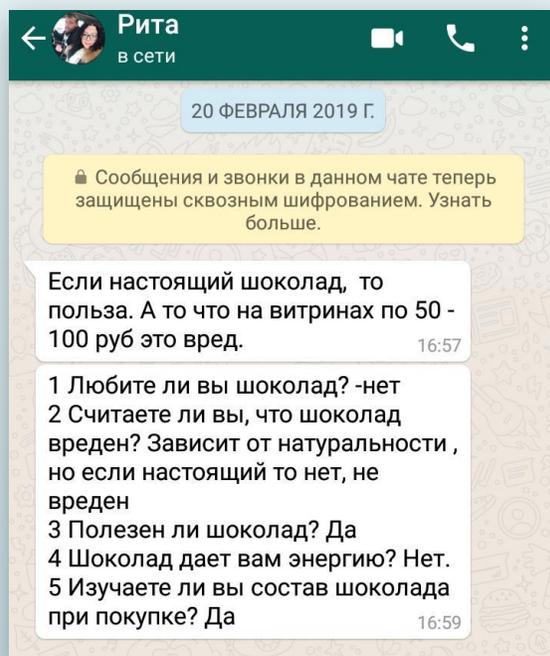
Взрослые 10



- 1 да
- 1 нет
- 1 не знаю
- 2 да
- 2 нет
- 2 не знаю
- 3 да
- 3 нет
- 3 не знаю

Итог анкетирования

- Из проведенного мной анкетирования я выяснила, что большинство детей любят шоколад и не задумываются о его составе.
- И мне захотелось узнать мнение взрослых и я провела анкетирование еще среди своих знакомых.
- Таким образом я узнала, что взрослые беспокоятся больше о качестве шоколада и внимательно изучают его состав нежели дети.



Эксперимент. Как определить качественный шоколад?

После анкетирования со взрослыми я задумалась: «Как же определить качественный шоколад от подделки?» И в связи с этим решили провести небольшой эксперимент.

Для нашего эксперимента мы купили шоколад двух видов и молоко.



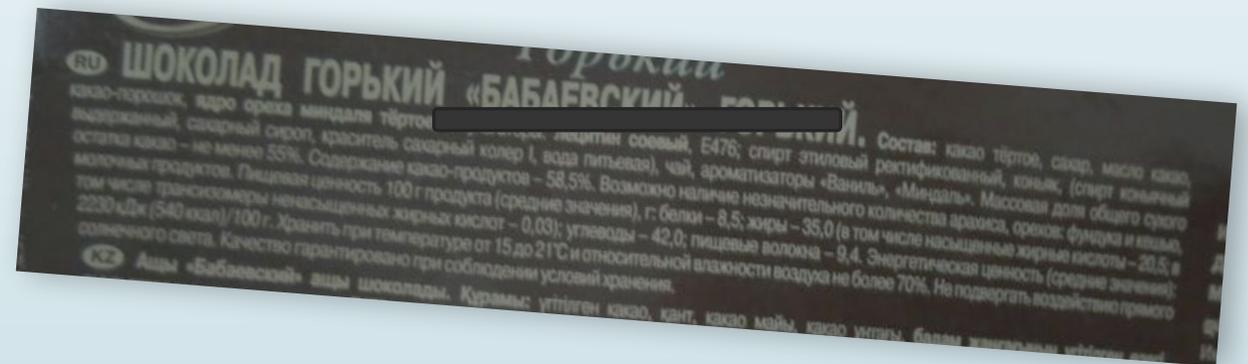
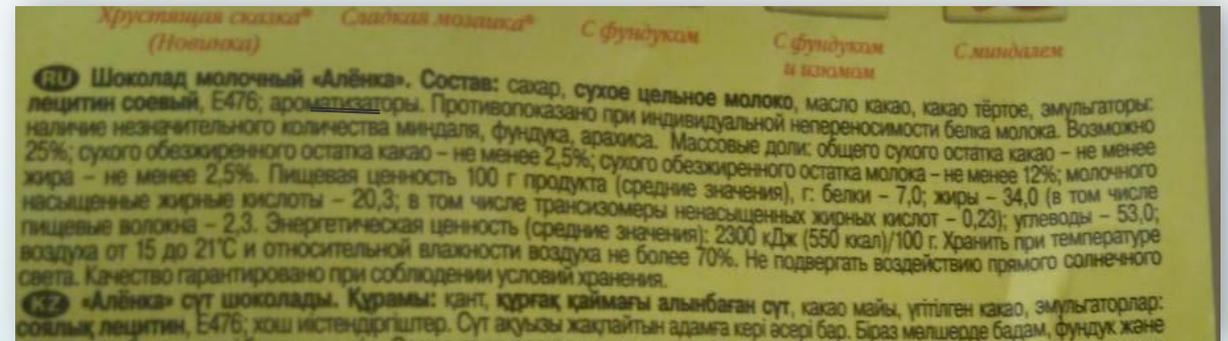
1 этап нашего эксперимента

Изучение состава продукта.
Качественный черный шоколад должен содержать всего 3 ингредиента: какао-порошок, какао-масло и сахар.

Состав купленных нами продуктов:

Состав молочного шоколада – какао-тертое, сахар, молоко (сухое), какао-масло.

Состав горького шоколада – какао-тертое, сахар, какао-масло.



2 этап эксперимента

Мы решили подержать в руках шоколад и он начал таять. Это означает, что у нас качественный шоколад. Оказывается, что некачественный шоколад содержит растительный жир, которое начинает таять только при 40 градусах по Цельсию.

Молочный шоколад



Горький шоколад



4 этап эксперимента

На этом последнем этапе мы опустили плитки нашего лакомства в молоко. Мне было очень интересно узнать качественные ли шоколадки мы купили.



Вывод эксперимента

На этом фото нам видно, что обе шоколадки оказались на дне стакана, значит за качество этих лакомств можно не переживать. Оказывается, что если шоколад не тонет, то в его состав вошло дешевое и легкое по своей структуре жир. Одним словом, мы купили качественные шоколадки.



Анализ исследования

Шоколад – это натуральный продукт, значит он не может быть вредным. Но все же есть его лучше всего после завтрака, обеда или полдника с молоком или чаем.

Шоколад полезен для здоровья человека, если употреблять его в допустимых дозах.

