

**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 неблаго-

приятное 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!**

