

# Картопляні чіпси-користь або шкода здоров'ю?

---

**Учениця 5 класу**

**Прелеснянської ЗОШ І – ІІІ ст.**

**Володіна Анастасія**

**Керівник : вчитель біології Бєліч  
Н.І.**



- 
- **Актуальність** : більшість учнів позбавлені повноцінного харчування. Діти часто перекусують чипсами.
  - **Мета**: з'ясувати якісний склад чіпсів, вплив вживання чіпсів на здоров'я людини.

- 
- **Гіпотеза:** Чіпси - це ласощі чи отрута?
  - **Об'єкт дослідження:** чіпси.
  - **Предмет дослідження:** якісний склад чіпсів, вивчення частоти споживання і впливу чіпсів на здоров'я учнів.

Твоя їжа повинна бути твоїм ліками.

Гіппократ


- Здоров'я – це те багатство, яке не можна купити за гроші або отримати в подарунок. Всім добре відомий мудрий вислів: "Людина є те, що вона їсть".



# Історія чіпсів

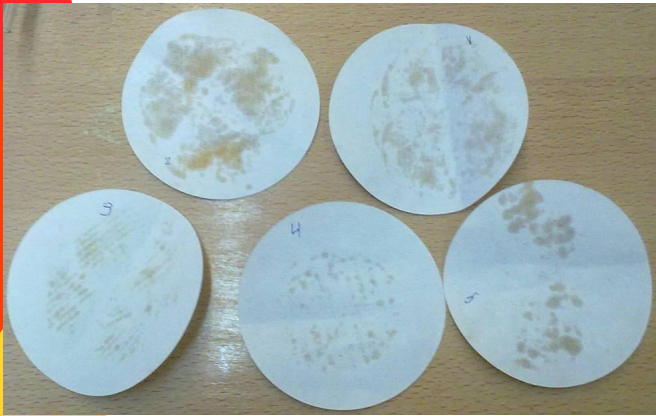
---

- Під терміном «чіпси» (від англ. «chips» - скибочка, шматочок) слід розуміти плоскі за формою продукти, отримані відрізанням від цілого. Вперше чіпси були приготовані 24 серпня 1853 р. у США для американського мультимільйонера К. Вандербільта його винахідливим шеф-кухарем Д. Крумом.

- 
- 
- Фахівці виявили, що в таких продуктах, як картопляні чіпси, міститься велика кількість канцерогенного акриламід, що утворюється в процесі смаження. Акриламід вражає головним чином нервову систему, печінку і нирки. У деяких же видах чіпсів рівень цієї смертоносною речовини перевищено в ... 1280 разів!

# Аналіз досліджень.

---



Якісне визначення  
жирів



Якісне визначення  
крохмалю

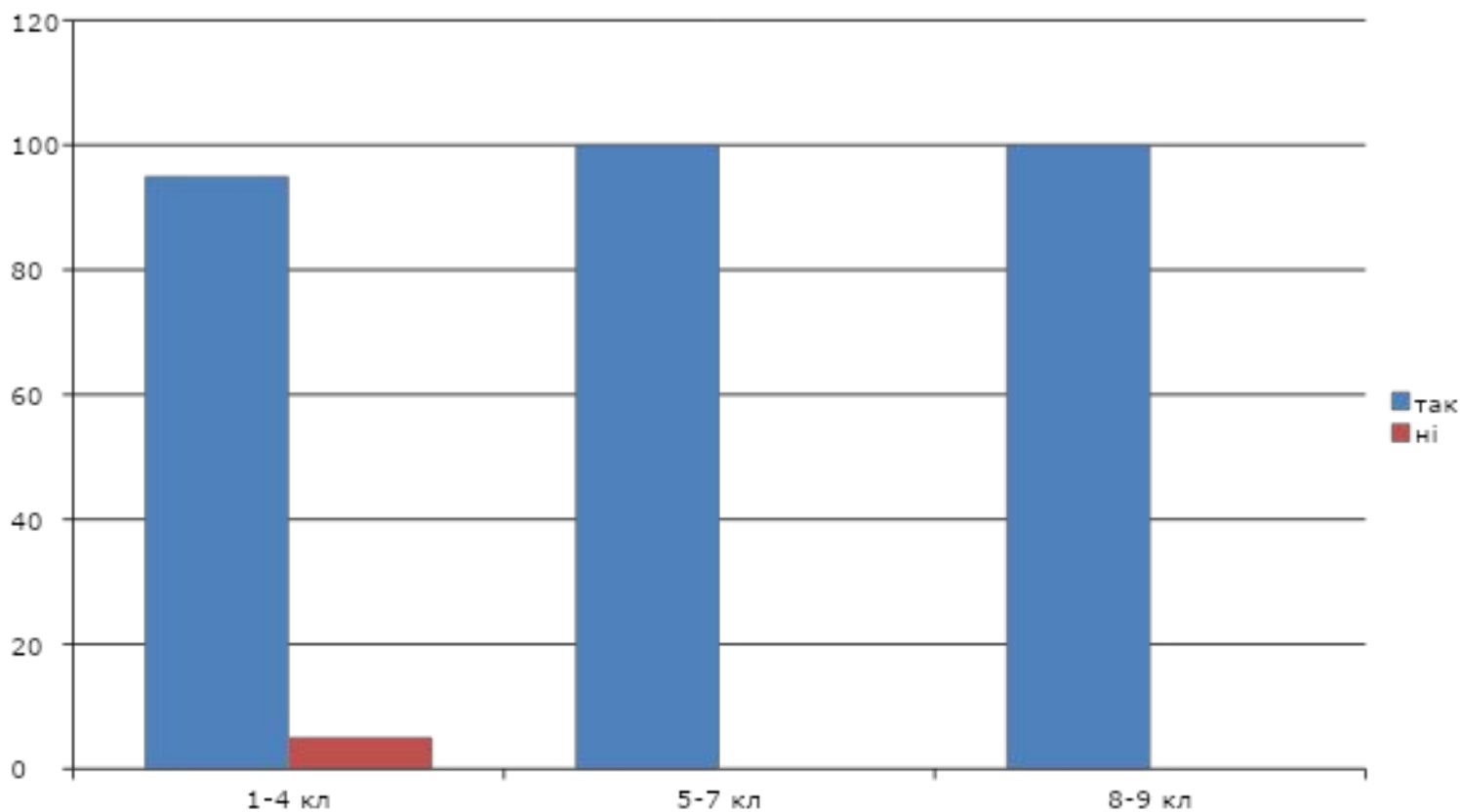


- 
- Поряд з жиром, що сприяє повноті, вони містять також велику кількість липкого крохмалю, який довгий час залишається в роті. А це - ідеальне живильне середовище для карієсних бактерій.



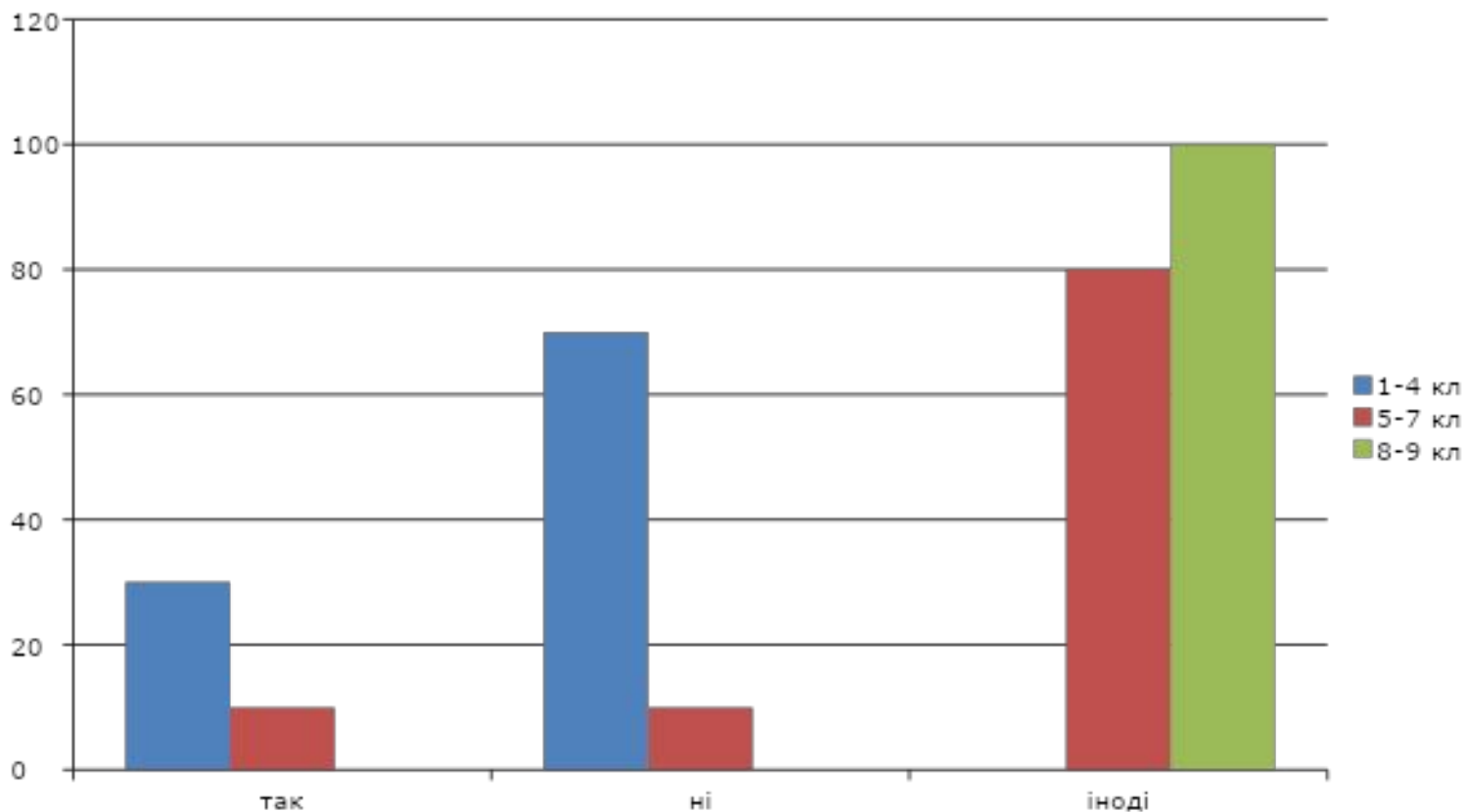


# Чи любиш ти страви з картоплі?



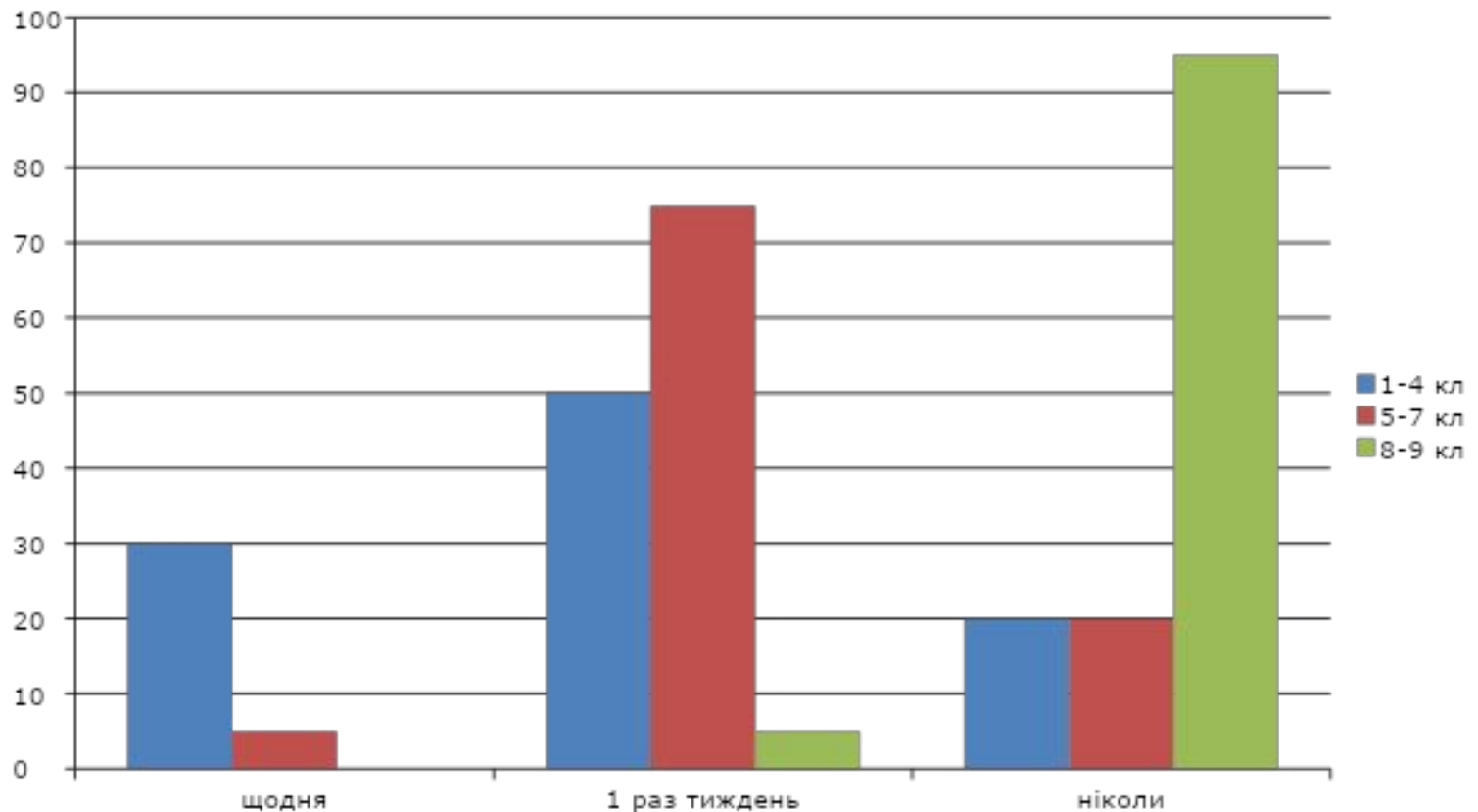
	так	ні
1-4 кл	95	5
5-7 кл	100	0
8-9 кл	100	0

# Чи вживаєте ви чіпси?



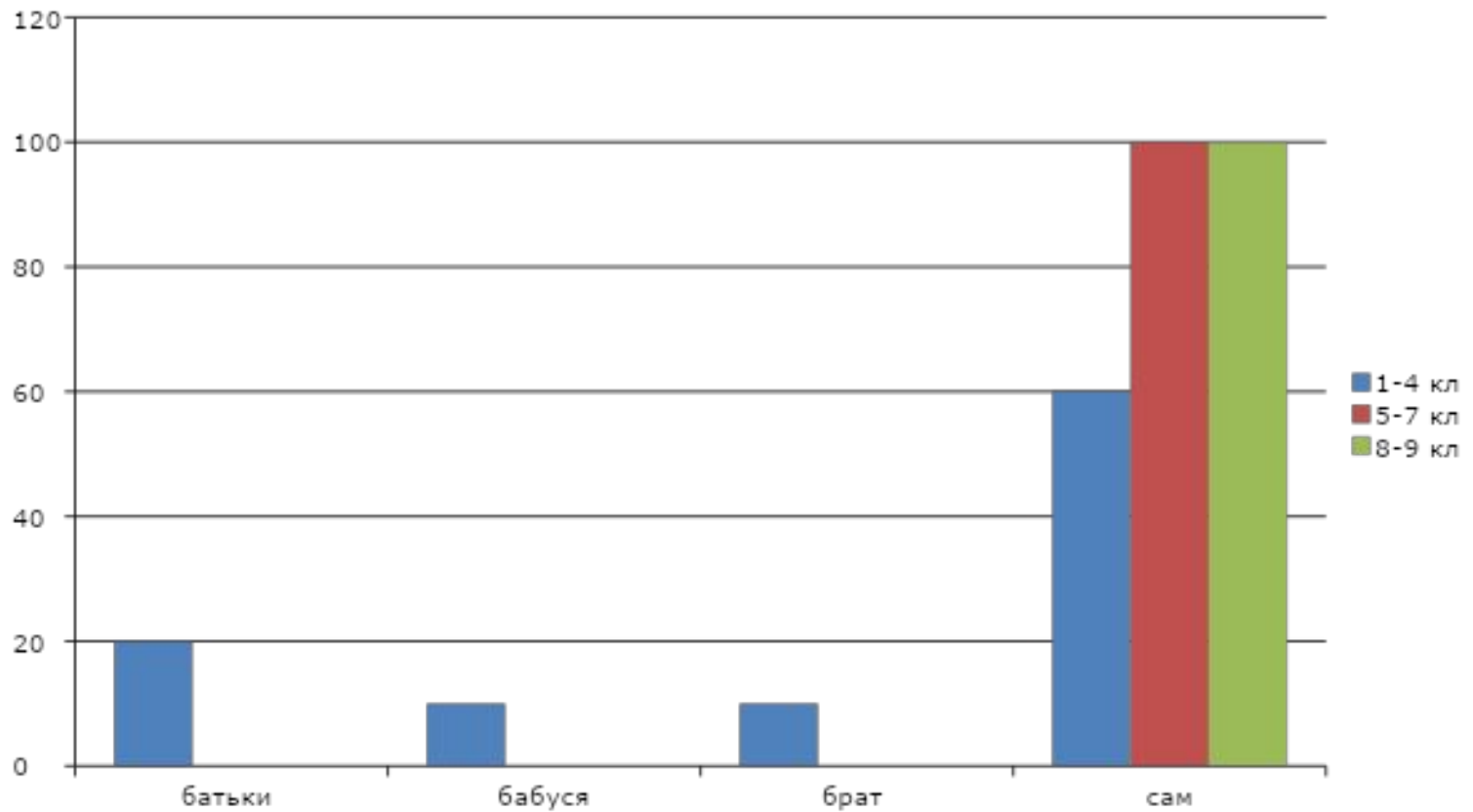
	так	ні	іноді
1-4 кл	30	70	
5-7 кл	10	10	80
8-9 кл	0	0	100

# . Як часто чіпси присутні у вашому раціоні харчування?



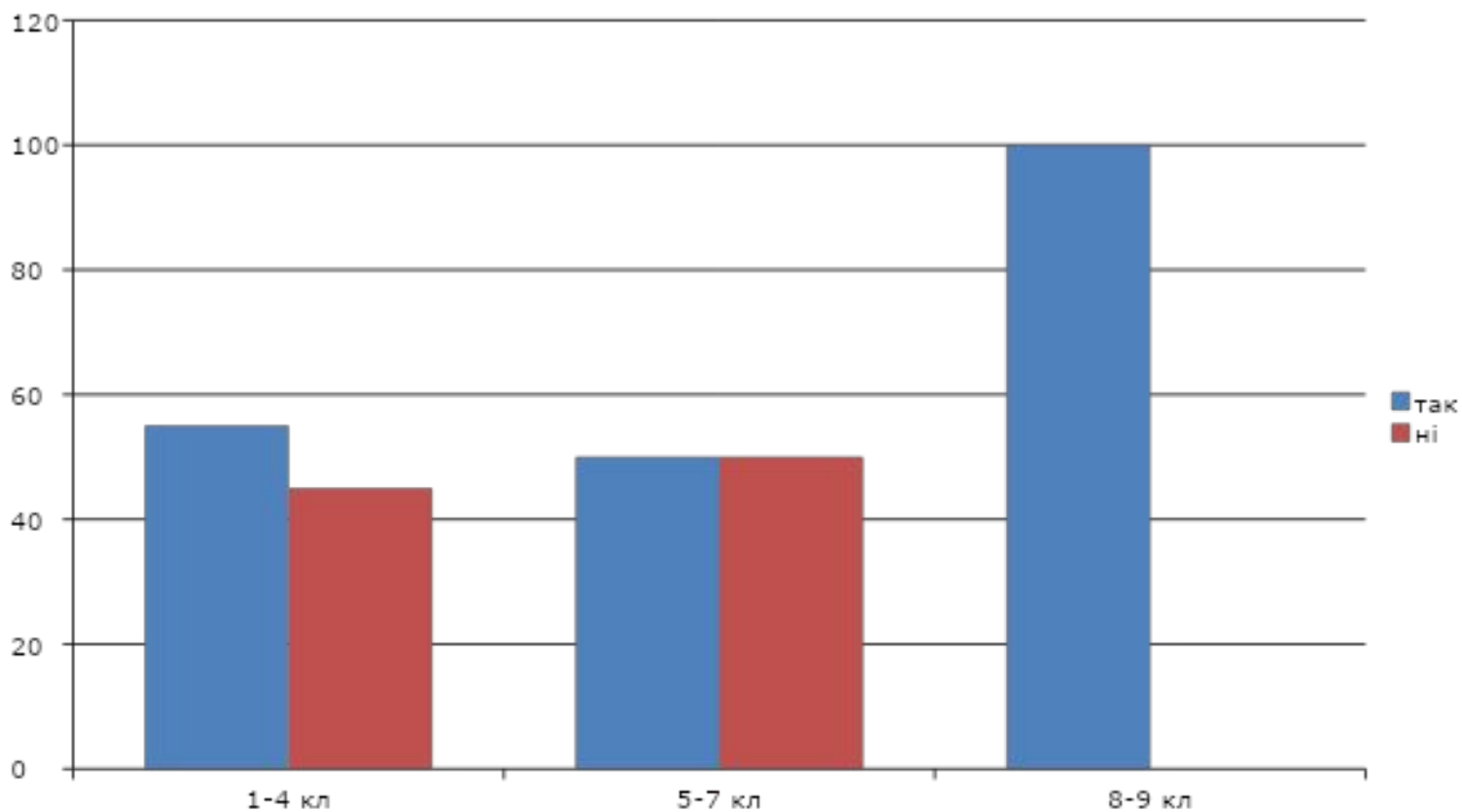
	щодня	1 раз тижень	ніколи
1-4 кл	30	50	20
5-7 кл	5	75	20
8-9 кл	0	5	95

# Хто купує вам чіпси?



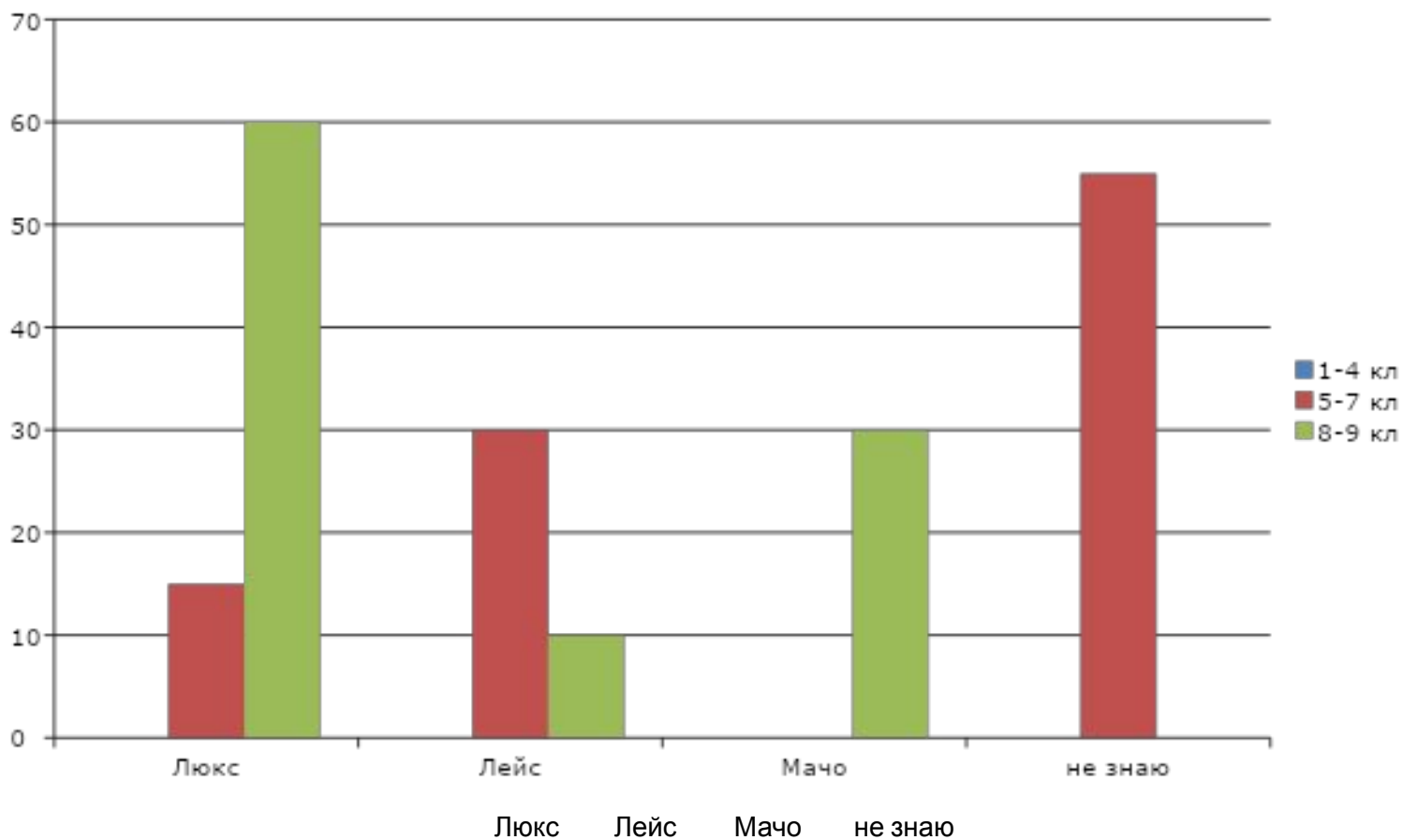
	батьки	бабуся	брат	сам
1-4 кл	20	10	10	60
5-7 кл	0	0	0	100
8-9 кл	0	0	0	100

# Як ви вважаєте, чіпси корисні або шкідливі для здоров'я?



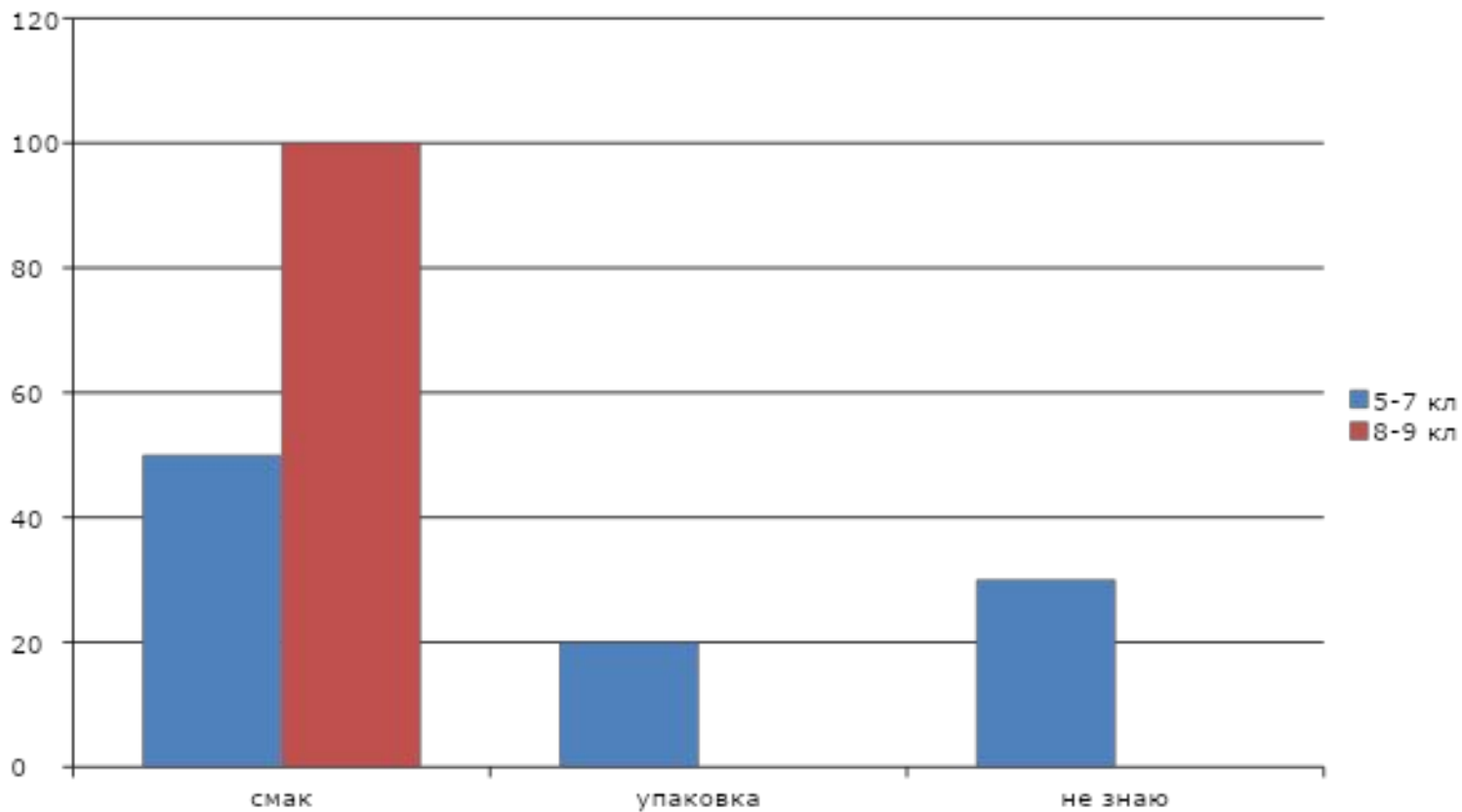
	так	ні
1-4 кл	55	45
5-7 кл	50	50
8-9 кл	100	0

# Які марки чіпсів ви вживаєте?



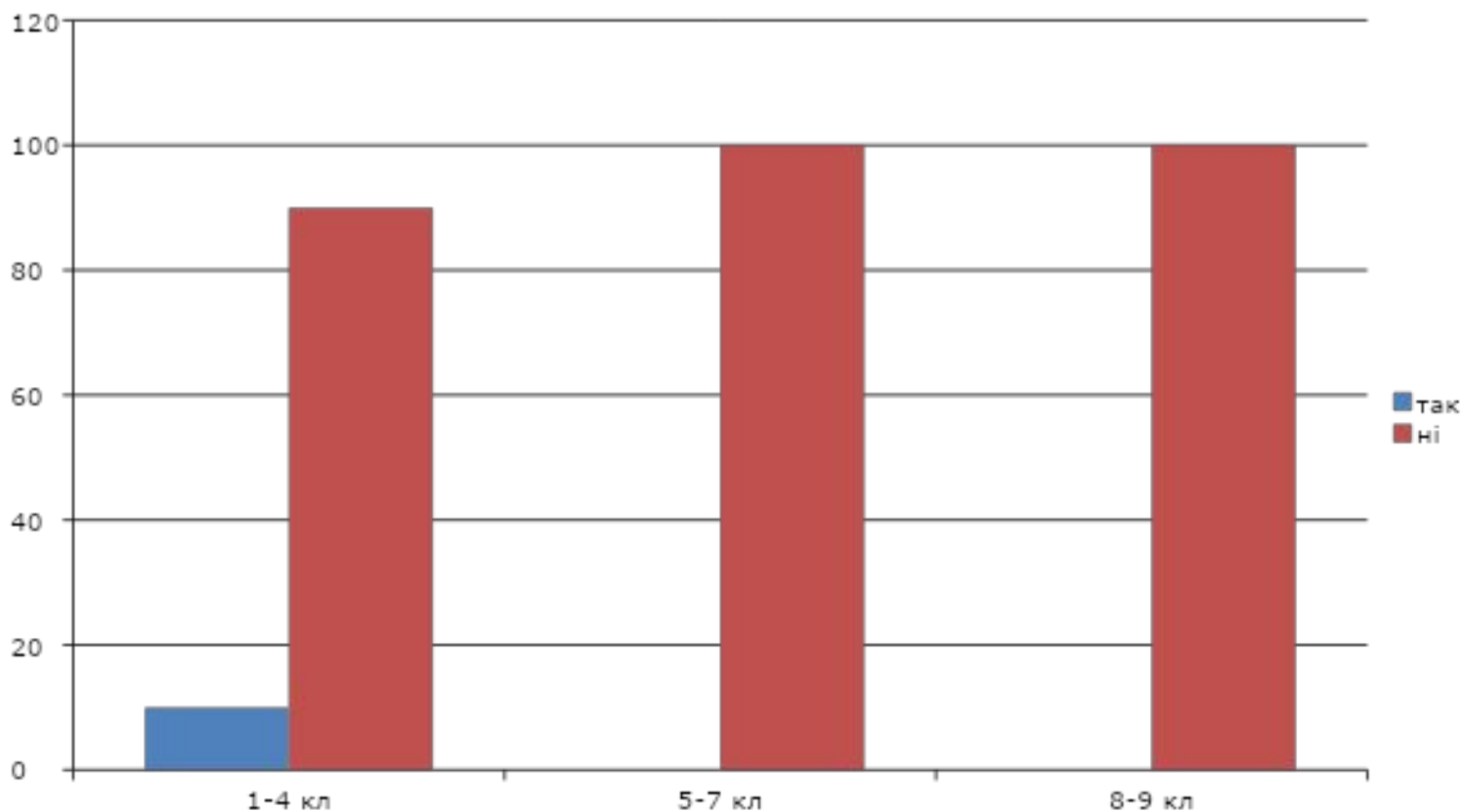
5-7 кл	15	20	10	55
8-9 кл	60	10	30	

# Що вас приваблює при виборі чіпсів?



	так	ні
1-4 кл	10	90
5-7 кл	0	100
8-9 кл	0	100

# Чи часто вас турбують болі в животі, нудота, блювання



	так	ні
1-4 кл	10	90
5-7 кл	0	100
8-9 кл	0	100

60 % школярів не вважають, що чіпси можуть завдати якої-небудь шкоди здоров'ю.



# Висновок

---

- Чіпси не можуть замінити повноцінне харчування, а щоденне вживання чіпсів у великих кількостях може завдати непоправної шкоди здоров'ю людини.
- **Правильне харчування в дитинстві – фундамент здоров'я на все життя.**

