

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".

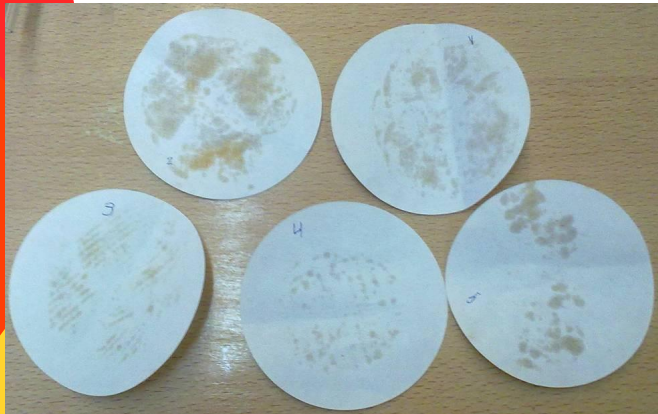


Історія чіпсів

- 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



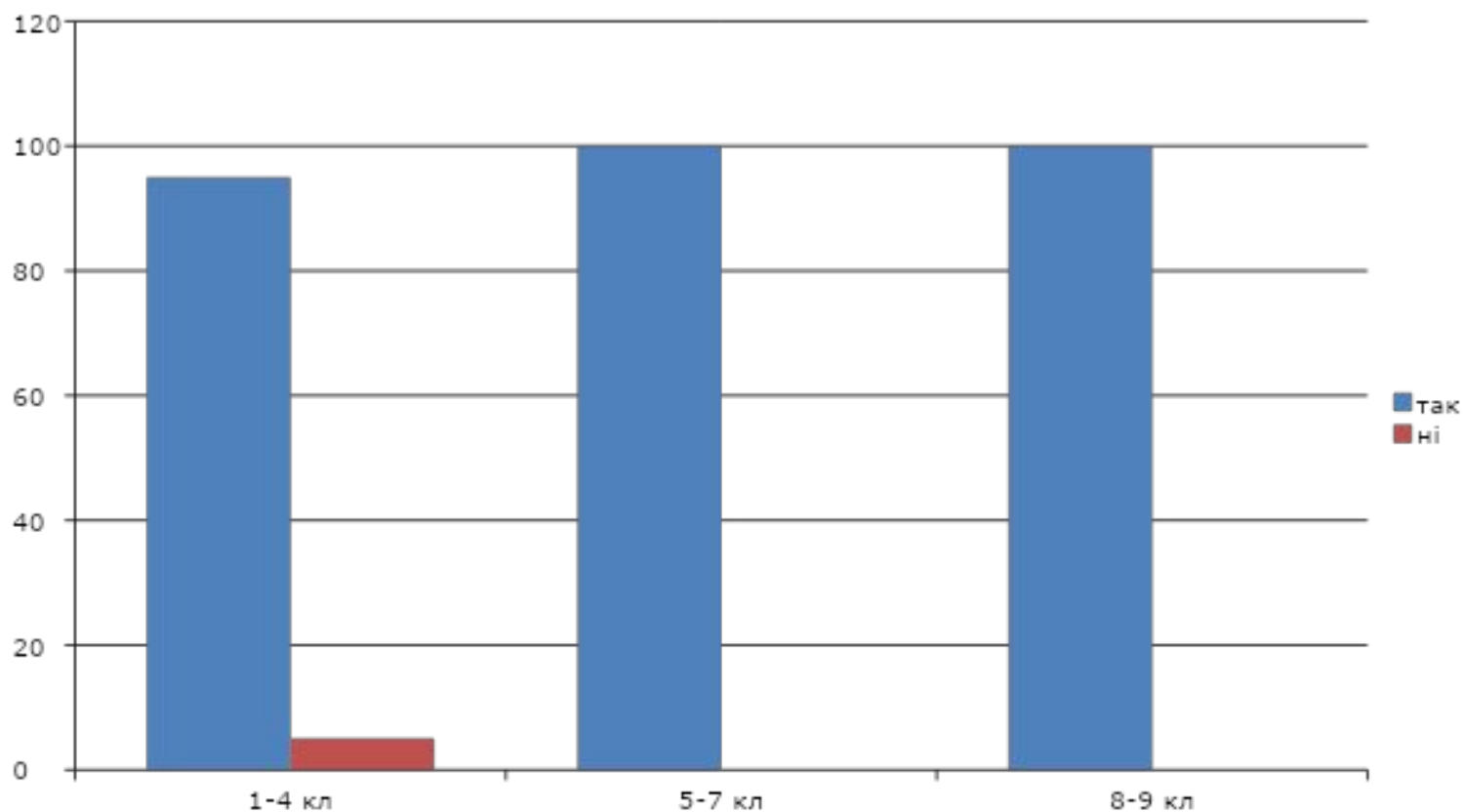
Якісне визначення
крохмалю



-
- 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.

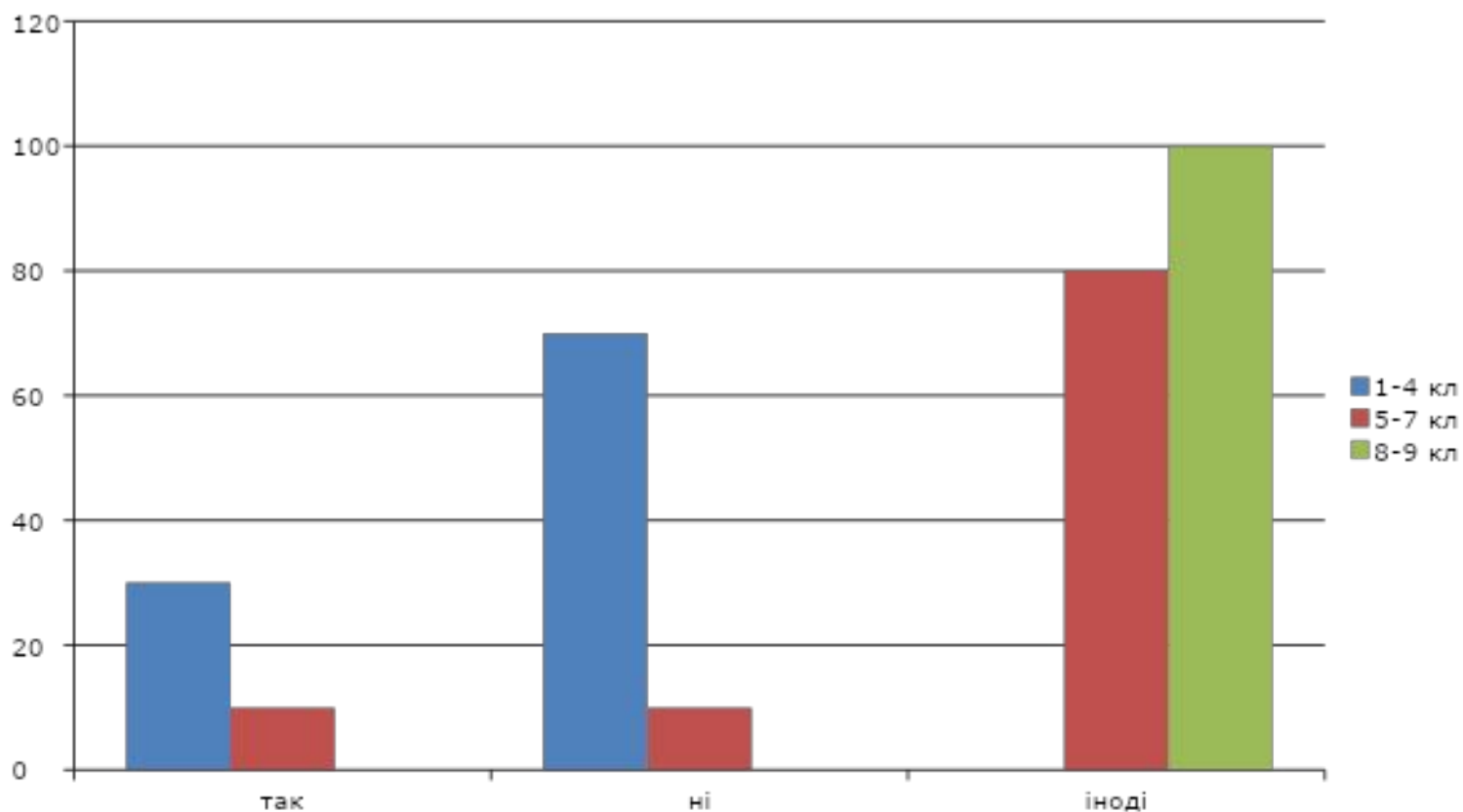


Чи любиш ти страви з картоплі?



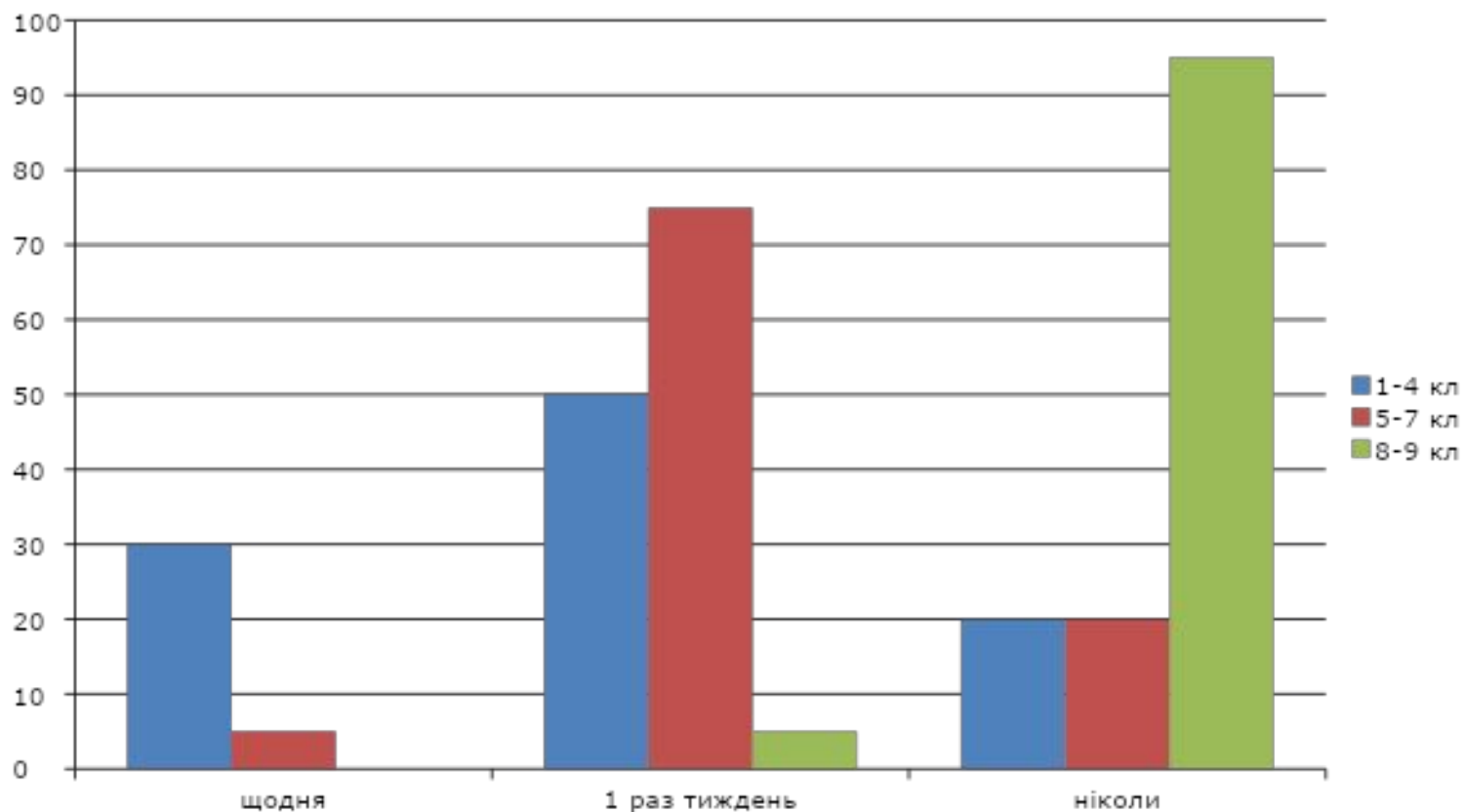
	так	ні
1-4 кл	95	5
5-7 кл	100	0
8-9 кл	100	0

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?

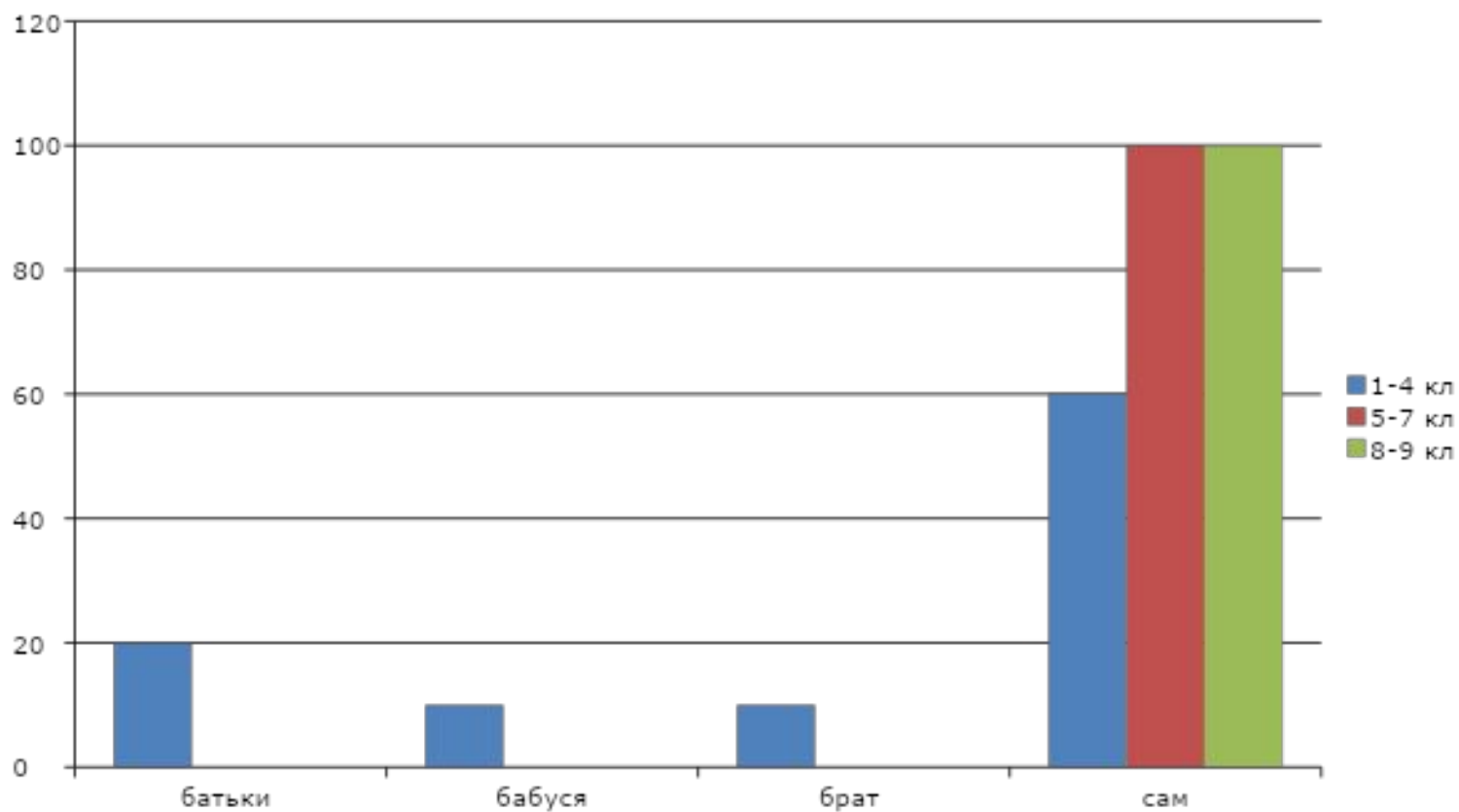


1 раз
тиждень

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

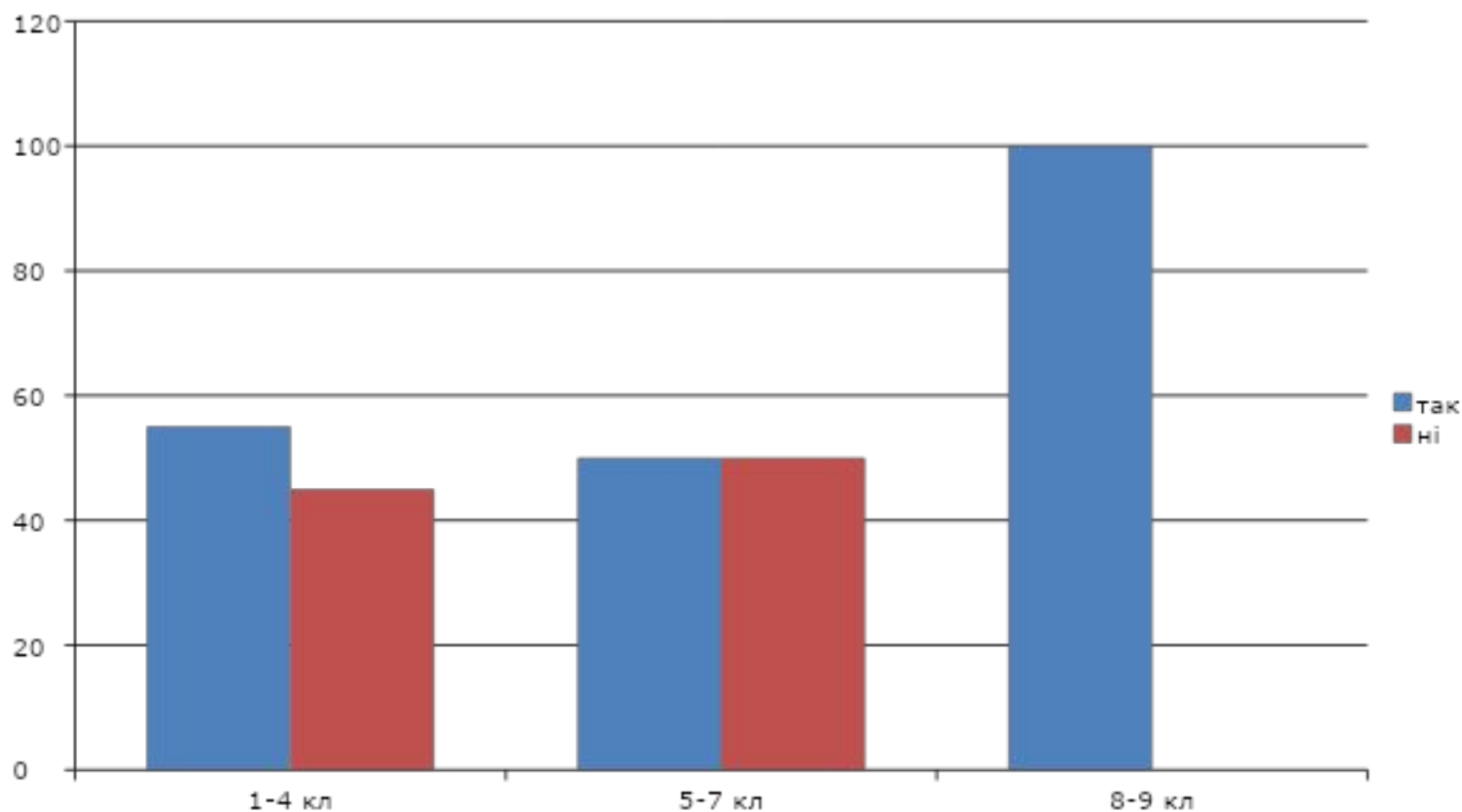
	щодня	1 раз тиждень	ніколи
1-4 кл	30	50	20
5-7 кл	5	75	20
8-9 кл	0	5	95

Хто купує вам чіпси?



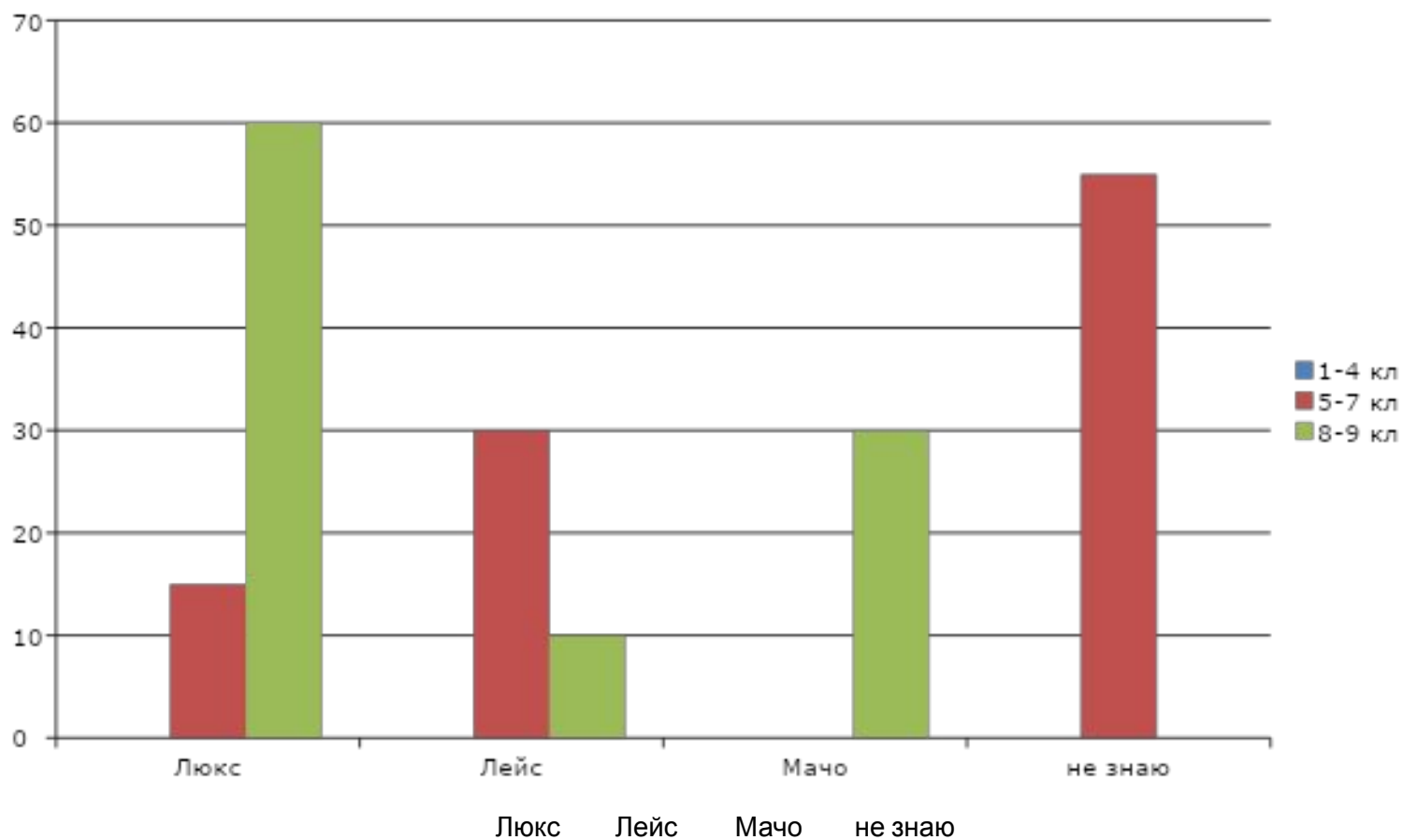
	батьки	бабуся	брат	сам
1-4 кл	20	10	10	60
5-7 кл				100
8-9 кл		0		100

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



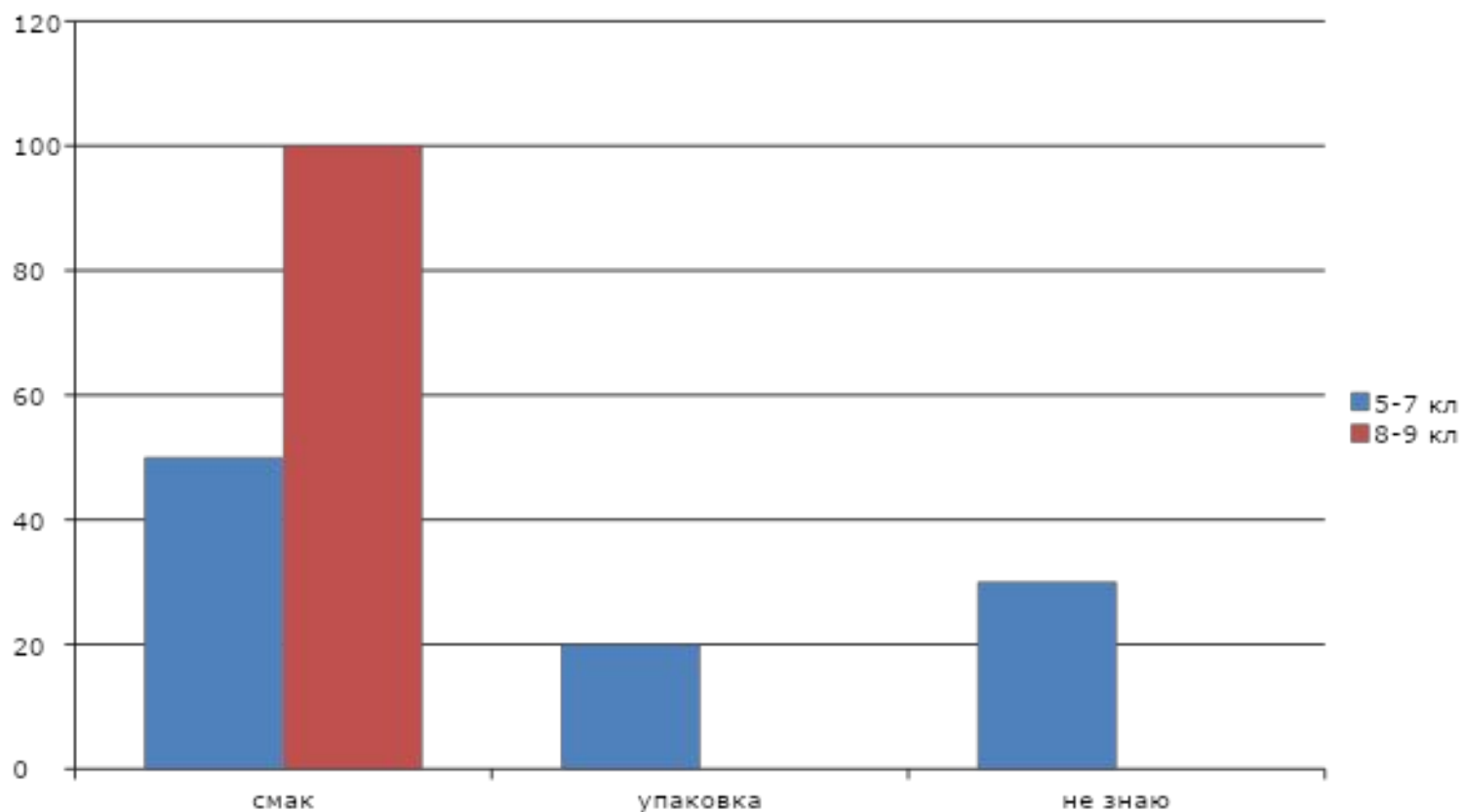
	так	ні
1-4 кл	55	45
5-7 кл	50	50
8-9 кл	100	0

Які марки чіпсів ви вживаєте?



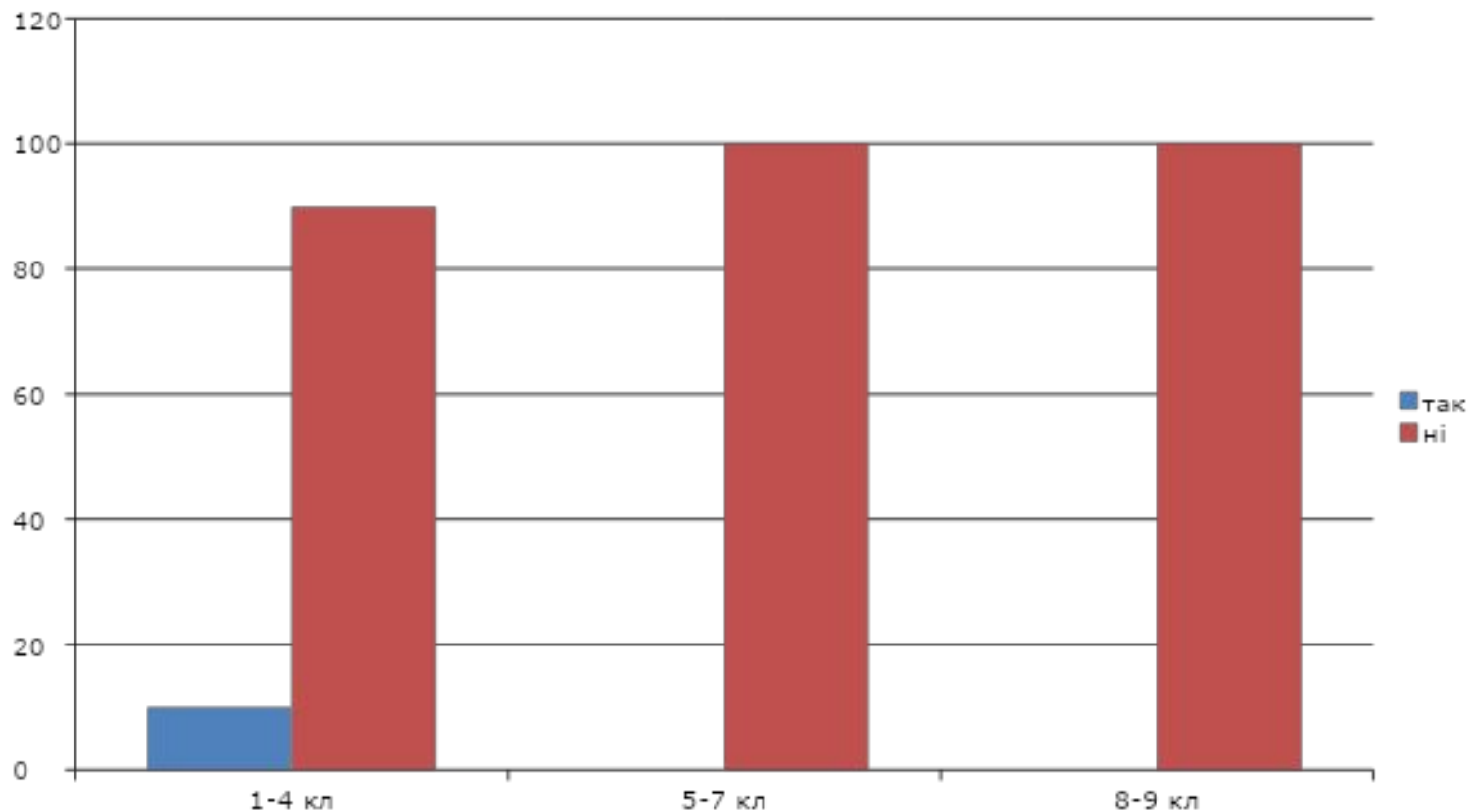
5-7 кл	15	20	10	55
8-9 кл	60	10	30	

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.**

