

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад с. Арнаутово» Красногвардейского района
Белгородской области**

Шоколад – это польза или вред?



Авторы: Добровольская Варвара, 6 лет;
Удовидченко Артём, 5 лет,
воспитанники МБДОУ
«Детский сад с.Арнаутово»

Руководитель: Мартынюк Татьяна Викторовна,
воспитатель первой
квалификационной категории

с.Арнаутово, 2012

Содержание

Введение

1. Сказка о шоколадном городе. Опыты с шоколадом
2. История возникновения шоколада
3. Виды шоколада
4. Полезные и вредные свойства шоколада

Выводы



Тема нашего исследования: «Шоколад – это польза или вред?»

Данный проект рассматривает общие сведения о шоколаде, раскрывает цепочку происхождения шоколада, классификацию, состав, полезные и вредные свойства шоколада и его влияние на организм человека.

Актуальность работы заключается в том, что большое разнообразие всевозможного шоколада привлекает внимание детей и взрослых. Из рекламных роликов мы узнаем, что весь шоколад – «полезное лакомство» и не содержит ненужных примесей. В связи с этим хотелось бы выяснить, какой шоколад полезен для здоровья человека.

Цель: формирование у детей навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни.

Задачи:

- изучить цепочку происхождения шоколада;
- формировать представление о полезных свойствах шоколада и о его влиянии на организм человека.

Гипотеза: считаем, шоколад приносит не только вред, но и пользу для здоровья человека.

Когда-то давным-давно, в холодной-холодной стране, в широкой снежной долине был маленький-маленький город. И все в этом городе - и дома, и деревья, и даже машины - все было сделано из вкусного-вкусного шоколада. А в самом центре города бил самый настоящий изюмовый фонтан.

На каждом доме висели маленькие шоколадные градусники. Жизнь шоколадного города зависела от температуры окружающей среды.

1 опыт. Настоящий шоколад тает в ладони. Вот так и растаял шоколадный город.

2 опыт. Настоящий шоколад тонет в молоке. В нашей сказке молочная река затопила сказочный город.

3 опыт. Настоящий шоколад ломается с треском.

В интернете с папой и мамой мы нашли много интересного о шоколаде. Родиной шоколада является Америка. Там растут большие деревья, а на ветвях висят плоды, похожие на огурцы. А в них жёлтые семена. Каждая семечка похожа на фасолинку. Это и есть какао-бобы. Индейцы делали напиток из плодов какао. Они смешивали молотые какао-бобы с водой и добавляли красный перец.



Испанский король приказал держать появление шоколада в тайне, но тайну не сохранили и шоколад стал известен всему миру. Слово «шоколад» происходит от «чоколатль», названия напитка из какао-бобов. В России шоколадное дерево не растет. Первый шоколад, который привезли в Россию, был очень горьким. После того, как в шоколад стали добавлять молоко, он стал самым вкусным в мире.

А ещё в энциклопедии мы с воспитателем нашли интересную информацию. В 2009 году в г. Покрове был открыт первый в мире памятник шоколаду. Это трёхметровая фигура сказочной феи. В руках фея держит плитку шоколада.





Музей шоколада в Москве

Есть много музеев шоколада, но только здесь посетители могут побывать в кондитерском цехе и увидеть процесс приготовления шоколадных плиток и конфет.

Существуют три основных вида шоколада: чёрный, молочный, белый.

Чёрный (горький) шоколад самый полезный. Его делают из какао-бобов, сахара и масла какао. Если Вы любите чёрный шоколад, то значит Вы серьёзный и решительный человек.

Молочный шоколад изготавливают из какао-бобов, какао-масла, сахара и молока. Любитель молочного шоколада - добрый человек. Он всегда поможет в беде.

Белый шоколад готовят из какао-масла, сахара, молока. Его любят умные люди, с хорошим вкусом.

В шоколад добавляют: изюм, орехи, мармелад, фрукты, вафли.

В шоколаде содержится: железо, кальций, фосфор, витамины АВЕ.

Настоящий шоколад – это лекарство от усталости. Он полезен тем, кто много двигается, занимается спортом, много думает. Шоколад поднимает настроение. В шоколаде есть вещества, которые укрепляют зубную эмаль. Для зубов полезен горький чёрный шоколад.

Но шоколад не только полезен, но и вреден. В шоколаде много сахара, от него портятся зубки и фигура. В шоколаде много жира. Это может привести к ожирению и болезни сердца. Нельзя есть шоколад тем, у кого аллергия.

После употребления любых сладостей необходимо чистить зубы!

А школьникам даём совет: съедайте 2 – 3 маленьких шоколадных кусочка перед контрольной для ясности ума. А если у Вас плохое настроение, то можно съесть несколько долек шоколада!

Нашей группе тоже стала интересна наша тема, и они помогли нам собрать целую коллекцию фантиков. Из фантиков получился вот такой красивый букет.

На этом мы не остановились. Из фантиков у наших мам получились вот такие красивые костюмы.

Выводы:

- Шоколад – это самый натуральный продукт, значит, он не может быть вредным!
- Самый полезный – это горький шоколад.
- Для нормального развития детям после 5 лет необходимо употреблять по 2 – 3 шоколадных маленьких плитки в день.
- После употребления любых сладостей необходимо чистить зубы!

Придумал кто его – тому спасибо!

Он выглядит и аппетитно и красиво,

И пахнет ароматнее всего –

Вкуснее нет на свете ничего!

Сумеет он порадовать, взбодрить,

Вкус праздника и детства подарить!

Подать прилив энергии, заряд –

Такой вот всемогущий шоколад!