Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №12 с углубленным изучением отдельных предметов» дошкольные группы

Номинация: естественнонаучная

**«Удивительный мир шоколада»**

****

Руководитель: Гаврилова А.В., воспитатель

Исполнитель: Иванов Тимур, 5 лет

Бийск, 2021 г.

Структура

1. Проект
2. Исполнитель
3. Руководитель
4. Вид, тип проекта
5. Актуальность
6. Тема исследования
7. Цель
8. Задачи
9. Гипотеза
10. Объект
11. Предмет
12. Методы и приемы
13. Этапы проекта
14. Продукт детской деятельности
15. Список используемой литературы

**«Удивительный мир шоколада»**

**Исполнитель проекта:** Иванов Тимур, 5 лет

**Руководитель:** Гаврилова А.В., воспитатель

**Тип проекта:** познавательно (информационно) – исследовательский

**Вид проекта:** краткосрочный (15.02.2021 –20.02.2021)

**Актуальность**

На занятии по ознакомлению с окружающим миром мы говорили о продуктах, которые полезны для человека. Оказалось, что не все любимые нами продукты полезны для организма человека. Я очень люблю сладкое, больше всего на свете люблю шоколадные конфеты. Но мама мне всегда говорит, что это вредно, что можно потолстеть и испортятся зубы. Мне стало очень интересно, правда ли это, поэтому решил узнать, полезен шоколад или вреден для нашего организма.

Я поинтересовался у своих друзей, знают ли они вреден или полезен шоколад для организма, но оказалось, что ребята тоже не знают этого.

Мне стало интересно узнать, как шоколад влияет на организм. За помощью я обратился к маме и воспитателю Алесе Викторовне.

Вместе мы решили разобраться в этом вопросе.

**Тема** **исследования:** «Удивительный мир шоколада»

**Цель:** Узнать о влиянии шоколада на организм.

**Задачи**:

1. Из чего делают шоколад.

2. Познакомиться с разными видами шоколада;

3. Влияние шоколада на организм человека;

4. Провести опыты с шоколадом;

5. Изготовление шоколада в домашних условиях.

**Гипотеза:** думаю, что шоколад полезен, потому что он очень вкусный.

**Объект исследования:**  шоколад.

**Предмет исследования**: сведения о шоколаде.

**Методы исследования:** анкетирование**,** сбор информации из разных источников, рассматривание иллюстраций, опыты, сравнение, анализ, обобщение.

Этапы проекта:

- теоретический;

- практический.

**Продукт детской деятельности:**

Шоколад, изготовленный в домашних условиях.

**1. Основная часть.**

Чтобы определить популярность **шоколада**  я задал четыре вопроса детям старшей группы:

1. Любите ли вы шоколад?

2. Какой шоколад предпочитаете горький, молочный, белый?

3. Считаете ли вы шоколад вредным или полезным?

4. Что вы знаете о происхождении, пользе и вреде шоколада.

Проведя опрос, мы сделали вывод, что – большинство детей любят **шоколад**, но знают о нем мало. Всем хочется узнать полезен или **вреден шоколад**, откуда он пришел, как его делают.

**1.1 Из чего делают шоколад.**

Изучая тему истории возникновения шоколада, я сначала обратился к интернет – источникам и узнал, что в Африке растут небольшие толстенькие деревья – крепыши, это какао-деревья. На их упругих, прочных ветвях пучками висят плоды, похожие на ярко-желтые огурцы. Попугаи и обезьяны очень любят лакомиться ими. Если снять нежный причудливый плод и разрезать его, то можно увидеть ряды желтоватых семян – от 20 до 40 зёрен. Каждое семя размером с большую фасолину - это бобы какао. В Африке эти деревья растут почти везде.

**1.2 Разновидности шоколада**

Шоколад бывает нескольких видов, которые отличаются вкусовыми качествами и составом: **чёрный (горький), молочный, белый, пористый.**

Каждый вид шоколадасодержит белки, жиры, углеводы, которые нужны для нашего организма.

**Вывод:**каждый вид шоколада содержит белки, жиры, углеводы, которые нужны для нашего организма. Поэтому шоколад подкрепляет и восстанавливает силы человека.

**1.3 Влияние шоколада на организм человека.**

Ну а теперь перейдем к главному вопросу моего проекта: «Какое же влияние на наш организм оказывает шоколад?»

# 1.3.1 Чем полезен шоколад?

Стимулирует работоспособность и творческую активность человека. Способен поднять настроение. Шоколад очень полезен для десен и зубов. Черный шоколад в умеренных дозах способен предотвратить болезни сердца. В одной плитке шоколада содержится витаминов больше чем в одном зеленом яблоке.

**Вывод:** как бы я не хотел, но не нашел ничего отрицательного в том, что очень люблю шоколад. А только ещё раз убедился, что это – очень полезный продукт и советую его всем употреблять. Только очень хочется напомнить: **ешьте шоколад на здоровье, но в меру!**

**1.3.2 Чем вреден шоколад?**

Навредить шоколад может только людям, страдающим аллергией, больным сахарным диабетом и людям, которые очень много едят шоколад. Причем вред, в основном, может принести белый (молочный) шоколад. От него можно ожидать: лишние калории и развитие кариеса. Так же детям до 2 лет любой шоколад противопоказан!

**Вывод:** шоколад положительно влияет на здоровье человека, но если использовать его  в небольших количествах.

От изучения теории я решил перейти к практике. С помощью интернета изучил, как делают шоколад на кондитерских фабриках.

**2. Практическая часть.**

**Опыт 1:** Влияние высокой температуры на шоколад.

**Цель:** Влияет ли высокая температура на состояние шоколада?

Мы с мамой взяли три дольки шоколада, положил их в сотейник и поставили на плиту, чтобы посмотреть, что с ним случится. И что же случилось… Он весь растаял. Что это доказывает? В шоколаде содержится масло, оно тает и шоколад тоже тает.



**Вывод:** В тепле шоколад тает, поэтому держать его нужно в прохладном месте. Растаявший шоколад можно употреблять и в виде напитка с добавлением молока и сахара, как кофе или какао. Такой напиток называется «Горячий шоколад».

**Опыт 2.** Обнаружение жиров в шоколаде.

**Цель:** В каком шоколаде какао- масла больше?

Кусочки разного шоколада обернул салфеткой, подержал некоторое время в руке и затем надавил на него. Через некоторое время на салфетке появились жирные пятна. Это доказывает, что в шоколаде присутствует масло.

Сравнил пятна, полученные от белого, молочного и горького шоколада.



**Вывод:** В белом шоколаде какао- масла содержится меньшее количество, в молочном - среднее количество, а в горьком шоколаде какао- масла больше всего. Значит он полезнее.

**Опыт 3**. Взаимодействие с водой.

Взял дольки горького, молочного и воздушного шоколада и положил их в холодную воду.





**Вывод:** В холодной воде шоколад опускается на дно, кроме воздушного шоколада, который плавает, т. к. в нем есть частички воздуха.

Совсем недавно **шоколад завоевал популярность** не только как вкусный полезный продукт, но и **как прекрасное косметическое средство**. На его основе делают шампуни, маски для лица и тела, а шоколадные массажи не просто обогащают кожу полезными веществами, но и поднимают настроение.

Когда я обо всём этом узнал, мне захотелось сделать маме приятное, и предложил ей сделать маску для лица. Вместе в интернете мы нашли рецепт шоколадной маски для лица.

**Опыт 4:** Маска для лица.

**Цель:** Выяснить, какое действие оказывает шоколад на кожу лица.

Я взял плитку шоколада, растопил его в сотейнике на плите, добавил небольшое количество молока и нанес на очищенную кожу лица мамы тонким слоем и оставил на 15 минут, затем всё смыл теплой водой.



**Вывод:** В результате данного опыта кожа лица стала гладкой и шелковистой. Мама была очень довольна!

**Опыт 5:** Изготовление шоколада.

**Цель:** Можно ли получить шоколад в домашних условиях?

Рецепты его приготовления разнообразны, но мы с мамой выбрали один.

Продукты: молоко, сливочное масло, сахар, какао, мука.

В кастрюлю насыпали 50 грамм тертого какао, 25 грамм какао - масла, 2 чайной ложки сухого молока и 2 чайной ложки сгущенного молока, тщательно перемешали и поставили на огонь.

Довели до кипения и добавили 50 граммов сливочного масла. Затем медленно перемешали смесь. Потом разлили в формочки и поставили в морозильник. И через 4 часа шоколад стал твердым. Он оказался очень вкусным.



****

**Вывод:** В домашних условиях можно приготовить шоколад. Теперь я имею представление об изготовлении шоколада. И смогу порадовать домашним шоколадом своих гостей.

**Выводы.**

По результатам проделанной работы я пришёл к выводу, что шоколад полезен, потому что он очень вкусный. Моя гипотеза подтвердилась. Самый полезный – это горький шоколад.

Шоколад благотворно влияет на здоровье человека, если его использовать в пищу в допустимых дозах - просто ***надо помнить - всё хорошо в меру!***

**Список литературы и источников:**

1.Зинец И.И. Здоровье и питание. Пермь: Пермское книжное издательство, 1991г.

2.Интернет

• http://www.cultureclub.ru/announce/aid129.html

• http://www.italia-ru.it/node/3040

•http://www.volshebnitsa.ru/club/chocolife/242.html?SID=565a1953e940e6e50bbef66661e03df4

• http://www.armnet.ru/health\_html/10\_8.htm

• http://milena.forever.kz/fakt/23.htm

3.Ликум А. Всё обо всём. Популярная энциклопедия для детей. Компания «Ключ – С». Филологическое общество «СЛОВО» ТКО АСТ – М., 1994.

4.Я познаю мир: Детская энциклопедия: Растения/ Сост. П.Р.Ляхов; под

ред. О.Г.Хинн; - М.: ООО «Фирма «Издательство АСТ», 2000. – 544с.

5.НЯМ - Большая энциклопедия детского питания ст.338

6. Фунтиков А.Б Книга о вкусной и здоровой пище. 10 000 кулинарных чудес. с. 234 ., Москва