

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Тегульдетская средняя общеобразовательная школа»
Группы дошкольного образования

Экспериментально – исследовательский проект
в подготовительной к школе группе «Солнышко»
Образовательная область «Познавательное развитие»
Раздел «Окружающий мир»
Тема «Мой любимый шоколад – это вредно?»

Воспитатель: Менгель Е.В.
Ульяна, 7 лет

2026 г.

Актуальность: Однажды у меня заболел зуб. Мама сказала, что это случилось, потому что я ем много сладкого. Я действительно люблю сладкое – особенно шоколад. Каждый день по дороге из детского сада мы заходим с мамой в магазин и без шоколадки я оттуда не выхожу. Я задумалась о том, насколько полезен шоколад для моего здоровья и решила узнать, что знают о шоколаде ребята из нашей группы. Оказалось, что все любят шоколад, но мнения детей о пользе и вреде шоколада разделились, и я предложила поближе познакомиться с нашим любимым лакомством.

Цель проекта: Доказать полезные свойства шоколада, узнать рецепты приготовления шоколада.

Задачи исследования:

1. Познакомиться с историей возникновения шоколада.
2. Рассмотреть цепочку происхождения шоколада и узнать о процессе его приготовления.
3. Познакомиться с разными видами шоколада и изучить его свойства.
4. Сформировать представление о пользе и вреде шоколада.
5. Узнать интересные факты о шоколаде.
6. Воспитывать бережное отношение к здоровью своего организма.
7. Развивать интерес к исследовательской деятельности

Вид проекта:

по количеству участников – индивидуальный,
по приоритету метода – исследовательско-поисковый
по направлению – здоровьесберегающий,
по контингенту участников – разновозрастной,
по продолжительности – краткосрочный

Гипотеза: Предположим, что я узнаю больше о шоколаде: «Полезен он или вреден?» и смогу, с помощью взрослого, самостоятельно приготовить его.

Объект: шоколад.

Предмет исследования: сведения о шоколаде.

Методы работы: сбор информации, анкетирование, интервью, опыты и эксперименты.

Интервью

В начале своего исследования, я решила выяснить, как относятся к шоколаду и что знают о нем ребята из нашей группы. Мною были опрошены мои друзья - 20 детей нашей группы.

В ходе анкетирования я узнала, что шоколад - это любимое лакомство детей и решила познакомиться с историей возникновения шоколада.

История возникновения шоколада.

История шоколада насчитывает более трёх тысячелетий. Плодами какао пользовались американские индейцы - коренные жители Америки, жившие за тысячу лет до нашей эры. Шоколад они использовали как особое питательное средство во время военных походов, дальних экспедициях, а также в лечебных целях – как медицинское средство.

Христофор Колумб, открывший Америку, привёз какао-бобы испанскому королю, из них делали странный напиток - пенящийся, густой и похожий на сироп шоколад. Сначала шоколад употреблялся только как напиток. С языка индейцев слово «шоколад» переводится как «горькая вода» или «вода и пена».

Мы посмотрели презентацию «Где растёт шоколад?» и узнали.

Дерево какао – вечнозелёное древесное растение, его название означает полатыни «пища богов». Это дерево произрастает только в теплом и влажном климате, в самом сердце тропических лесов, - в основном в Северной и Южной Америке, Австралии и на некоторых островах Азии. Твёрдые плоды его похожи на дыньки, каждый плод содержит от 20 до 40 семян.

Свойства шоколада.

Потом шоколад стали производить на фабриках, и появились шоколадные плитки.

Я выяснила, какими свойствами обладает шоколад и определила, что шоколад бывает разного цвета, вкуса (горький, сладкий), он имеет ароматный запах, его можно разделить на кусочки и угостить других детей.

Я провела опыты:

1. Если шоколад положить в тепло, он растает.
2. Если шоколад поместить в холодильник, он застынет.
3. Растаявшим шоколадом можно рисовать.
4. Твёрдый шоколад можно натереть на терке.

Приготовление шоколада.

Изучив историю, я выяснила из каких продуктов готовят шоколад и решила приготовить его сама, с помощью воспитателя. Мы взяли продукты:

- Молоко – 5 столовых ложек;
- Сливочное масло – 50 грамм;
- Сахар – 8 чайных ложек;
- Какао – 5 столовых ложек.

- Мука – 1 чайная ложка.

Все продукты взбили, довели до кипения. Разложили в формочки и поставили в холодильник. И вот что у нас получилось!

Польза или вред шоколада?

Я спросила у медсестры: «Полезен или вреден для нашего организма шоколад?» Медсестра рассказала, что кардиологи установили, что тёмный шоколад препятствует образованию тромбов на стенках сосудов, улучшает кровоток, работу сердца и мозга. А ещё шоколад не только лакомство, но и прекрасный лекарь. При эпидемиях гриппа и ОРВИ можно смазывать слизистую носа маслом какао, которое защитит от попадания инфекции. При сильном кашле лучше пососать пару долек шоколада, чем пить таблетки. Таким образом, мы выяснили, что шоколад поднимает настроение не только у детей, но и у взрослых. Хотя у некоторых людей, если съесть его очень много, он вызывает аллергию, диатез, повышает вес тела, вызывает бессонницу.

Интересные факты

В ходе своей работы я узнала интересные факты о шоколаде:

- В России сделали первый памятник шоколаду, в городе Покрове.

Международный день шоколада отмечается по всему миру 11 июля.

Каждый год человечество съедает более 600 тысяч тонн шоколада.

-Для братьев наших меньших шоколад ядовит, т. к. вещества, содержащиеся в шоколаде, усваиваются с трудом. Поэтому безопасная доза для людей, может стать смертельной для домашних питомцев.

Заключение

Я узнала, что шоколад - это не только самое любимое моё лакомство, но и лечебная и вкусная еда, особенно горькие его сорта. Самое главное, что теперь я сама могу приготовить шоколад и угостить своих родных и друзей, не выходя из дома. Даже приготовить конфеты, используя специальные формочки, поместив их в холодильник. Я убедилась, что шоколад благотворно влияет на организм человека, если есть его в меру.

Своей исследовательской работой я ответила на вопрос: «Мой любимый шоколад – это вредно?»

Литература

1. Даниелян, С. В. и Могильный, М. П. ИССЛЕДОВАНИЕ КАЧЕСТВА ШОКОЛАДА. *Научные статьи и рефераты*. [В Интернете] 2012 г. [Цитировано: 13 Март 2014 г.] <http://www.prityki.net/issledovanie-kachestva-shokolada/>.

2. Еврокомиссия официально признала шоколад лечебным средством. *Delfi*.

[В Интернете] 02 Октябрь 2013 г. [Цитировано: 13 Март 2014 г.]
<http://rus.delfi.ee/daily/euroopa/evrokomissiya-oficialno-priznala-shokolad-lechebnym-sredstvom.d?id=66825537>

3. Запись документального видеофильма «Где растёт шоколад?»
https://edu.tatar.ru/chistopol/dou6_zhemchuzhinka/page2458152.htm

4. Здоровый образ жизни. Правильное питание. -
<http://crbkich.volmed.org.ru/index.php?page=articles&action=more&id=17635>

5. Интернет энциклопедия «Википедия» - www.ru.wikipedia.org/wiki/Шоколад.

6. Интернет-статья «Самые-самые шоколадки в мире»
www.glavrecept.ru/statji/eto-interesno/shokoladnye-rekordy/

7. И. Коня «Вся правда о шоколаде». Журнал «Здоровье»

8. Черный шоколад улучшает циркуляцию крови. *Delfi*. [В Интернете] 9
Октябрь 2012 г. [Цитировано: 13 Март 2014 г.]
<http://bublik.delfi.ee/news/tervis/chernyj-shokolad-uluchshaet-cirkulyaciyu-krovi.d?id=65084126>.