



**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад «Ракета» филиал № 1 детский сад «Ладушки»**

**с. Шумановка, Алтайский край**

**Познавательно-исследовательский проект**

**«Шоколад»**

**Автор проекта: научный руководитель, воспитатель Дедова Таисия Николаевна**

**Выполнила воспитанница подготовительной группы: Ташланова Кристина**

2019

**Актуальность:**

Я очень люблю сладости, особенно шоколадные конфеты.

А теперь поднимите руку те, кто любит шоколад.

Но мама говорит, что есть много шоколада вредно для здоровья.

Я всегда думала, что шоколад полезен. И вот тогда мне стало интересно всё узнать о шоколаде.

Я пришла в детский сад и задала этот вопрос Таисии Николаевне. И тогда мы с воспитателем стали рассматривать и читать энциклопедии, искать информацию в интернете и готовить исследовательский проект.

**Цель исследования:** расширение знаний о шоколаде, о его пользе и вреде для здоровья человека.

**Задачи,** которые я перед собой поставила:

1. Познакомиться с историей происхождения шоколада.
2. Познакомиться с разными видами шоколада.
3. Изучить его полезные и негативные свойства.
4. Узнать мнение врачей о пользе шоколада.
5. Изготовление шоколада в домашних условиях.
6. Опыты и эксперименты с шоколадом.
7. Рассказать о своей исследовательской деятельности на конкурсе.

**Объект исследования:** шоколад.

**Предмет исследования:** сведения о шоколаде.

**Методы исследования:**

- Анализ, обобщение информации;
- Эксперимент

- Наблюдение.

**Гипотеза:** предполагаю, что если употреблять шоколад, то он положительно воздействует на организм.

### **Список литературы:**

1. Все обо всем. Энциклопедия для детей. Москва, 1994г.
2. Познавательный журнал для девочек и мальчиков. Детская энциклопедия, 2002г.
3. [www.chocolate.rainford.ua](http://www.chocolate.rainford.ua)
4. Интернет – ресурс.

### **Описание работы:**

#### **1. История происхождения шоколада.**

Оказывается, что шоколад – это продукт из плодов дерева какао.

У нас оно не растет, потому что очень холодно, а растет оно в Южной Америке.

Под тенью кокосовых пальм прячутся от солнца невысокие толстенькие деревья – это какао-дерево. Листья большие. Когда дереву исполняется 4 года, оно цветёт белыми цветами. Затем на ветках появляются плоды, похожие на ярко-желтые огурцы. Плоды дерева какао называют какао-стручками.

Если сорвать плод и разрезать его, то мы увидим семена и белую мякоть. Это бобы какао. Сначала бобы какао чистят и сушат, чтобы усилить аромат. Затем, обжаривают, перемалывают, превращая их в крупу.

Далее крупа попадает в мельницу. Из мельницы сыплется не мука, а ползет масло. Почему так происходит? Потому, что из них выдавилось масло. А масло находится в семенах всех растений. Мы получили масло какао бобов, это один из основных продуктов, из которых состоит шоколад.

Из детской энциклопедии я узнала, что для того, чтобы шоколад стал вкусным, в него добавляют сахар.

Первым европейцем, открывшим силу какао-бобов, был Христофор Колумб. В России шоколад появился при Екатерине Великой. Первую кондитерскую фабрику основал А. И. Абрикосов и по праву носил титул *«шоколадного короля России»*.

Первоначально шоколад считался исключительно мужским напитком, в дальнейшем он стал любимым детским напитком.

## **2. Виды шоколада.**

Существует множество разновидностей шоколада. Шоколад бывает: горький, пористый, диабетический, с начинкой, белый и др.

Пористый шоколад, в нём есть пузырьки воздуха.

Шоколад с начинкой готовят из шоколадной массы без добавлений и с добавлением молока с различными начинками: ореховыми, помадными, шоколадными, фруктово-желейными, кремовыми, молочными, сливочными.

Шоколад диабетический предназначен для больных сахарным диабетом. В состав шоколада вместо сахара вводятся его заменители.

Горький шоколад относится к диетическим сортам шоколада. Из-за низкого содержания сахара, он обладает горьким вкусом.

Шоколад белый в него добавляют сухое молоко.

### **3. Полезные и негативные свойства шоколада.**

Шоколад лучший подарок детям, но многие считают, что эта сладость вредна для зубов и способствует заболеванию кариесом. Оказывается, в отличие от других сладких лакомств, именно шоколад наименее опасен: какао препятствует разрушению зубной эмали. Содержащиеся в шоколаде масло какао обволакивает зубы защитной плёнкой и предохраняет их от разрушения.

Помимо этого, шоколад:

- Улучшает настроение;
- Заряжает бодростью;

- Стимулирует память;
- Полезен для сердца;
- Шоколад – источник энергии;

Если регулярно употреблять в пищу шоколад, то можно снизить вероятность заболевания сердца. Поэтому шоколад полезен детям, а также тем, кто занимается спортом.

Однако, шоколад, как и любой другой продукт, может быть вредным:

- Если поедать его в больших количествах (*это высококалорийный продукт и является источником лишнего веса*) ;
- Употреблять ненастоящий шоколад, а его подделки;
- Кто склонен к аллергиям, диабету.

#### **4. Мнение врачей о шоколаде.**

Я узнала, что шоколад помогает устранить кашель.

Мне захотелось узнать мнение врачей о пользе и вреде шоколада для детского организма. Чтобы это узнать, я обратился к медсестре – Шилиновой А. М.

**Выяснилось что:**

- шоколад это питательный продукт.

- детям до трех лет шоколад употреблять не рекомендуется.

- ребенку старшего возраста не следует давать больше 2 кусочков шоколада в день.

Затем я посетил врача-стоматолога Чекурашеву Лидию Романовну, там я узнал, что с древних веков шоколад спасал моряков от болезни зубов. Самое важное, что шоколад не разрушает эмаль зубов и даже полезен зубам и деснам.

Изучив информацию в литературе и в интернете, я составила свою памятку, по которой можно отличить настоящий ли шоколад.

- На упаковке должен стоять ГОСТ.
- Надо искать три компонента: какао тёртое, какао порошок, какао масло. Его должно быть 75-80%. Если есть другие компоненты, шоколад ненастоящий.
- Шоколад должен быть однороден по цвету и иметь гладкую блестящую поверхность.
- Ломается с характерным треском.

- Моментально тает во рту, в руках.

- Тонет в молоке.

## **5. Создание шоколада в домашних условиях.**

Работая над этой темой, я решила приготовить его в домашних условиях. Рецепты его приготовления разнообразны, но я выбрала один.

5ст. ложек молока, 50 гр. сливочного масла, 6-8 ст. ложек сахара, 5 ст. ложек какао, 1ч. ложка муки. Формочки для льда.

В кастрюлю вливаем молоко, какао, сахар, тщательно перемешиваем и ставим на огонь. Довести до кипения и добавить 50 г. Масла и медленно перемешать смесь. Потом постепенно добавили муку и довели до кипения. Как только мука полностью и равномерно размешалась, снять с огня кастрюлю. В качестве начинки я положил орехи. Затем смесь вылить в формочки и поставить в морозильную камеру на 3-4 часа. Шоколад стал твердым и очень вкусным.

Процесс приготовления доставил много удовольствия. А отведав домашний шоколад утром, после завтрака я почувствовал, что настроение улучшилось, и появилась бодрость.

## **6. Опыты и эксперименты.**

Опыт.

Берется плитка шоколада, разогревается в микроволновой печи на 1 мин. 50 сек.,

добавить молоко и нанести маску на лицо и оставить на 15 мин.

В результате данного эксперимента кожа лица становится гладкой и шелковистой.

Эксперимент №1.

Если у вас плохое настроение, то возьмите плитку шоколада и съешьте ее. В результате данного эксперимента, через несколько минут у вас улучшается настроение.

Эксперимент №2.

Берем разные плитки шоколада и разламываем его на кусочки, трем на терке. Шоколад хрупкий с легкостью ломается, легко трется.

Эксперимент №3.

Берем дольки шоколада и кладем в горячую, а затем в холодную воду. В горячей воде шоколад растворяется. В холодной воде он опускается на дно, кроме воздушного шоколада, который плавает, т. к. в нем есть частичка воздуха.

**Вывод:**

Проведя исследование, я с уверенностью могу сказать, что серьезных причин отказывать себе в употреблении настоящего шоколада, просто нет.

Моя гипотеза подтвердилась: полезное воздействие шоколада на организм человека

зависит не только от количества съеденного шоколада, но и от составляющих его веществ, от количества в нем самого какао. Лучше использовать в пищу качественные сорта шоколада. Во всем нужно соблюдать меру.

Теперь я точно знаю, что такое шоколад и как выбрать лучший. Крепкого вам здоровья!

### **Перспектива.**

А еще мне очень хочется узнать, как приготовить шоколад с начинкой.