

Здоровое питание младших школьников. Польза крахмала.



**Выполнила
ученица
5В класса МАОУ
Лицей 60 им.
М.А.Ферина
Королева Есения**

-
- × **Цель:** исследовать любимые продукты питания младших школьников на наличие крахмала
 - × **Гипотеза:** любимые продукты питания младших школьников содержат крахмал

× **Объект исследования:**

продукты питания

× **Предмет исследования:**

содержание крахмала в
любимых продуктах питания
младших школьников

Задачи

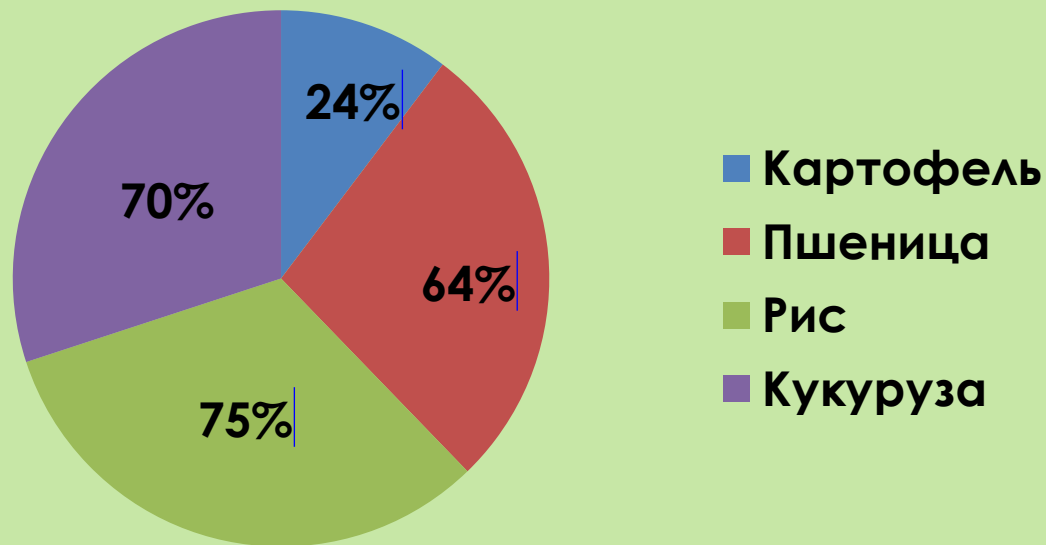
- × 1. Изучить по литературным источникам крахмал и его свойства
- × 2. Провести анкетирование среди учеников 3 класса, чтобы определить, что знают младшие школьники о крахмале, и какие продукты они любят особенно
- × 3. Освоить методику и провести эксперимент
- × 4. Сделать вывод о том, как крахмал влияет на организм человека
- × 5. Изготовить памятку с рекомендациями для школьников «Польза крахмала. Необходимые продукты питания»

Методы

- × анкетирование
- × наблюдение
- × эксперимент
- × анализ



Содержание крахмала



Крахмал является источником
питания и энергии

Суточная потребность
организма в крахмале
составляет **330-450 грамм**

Этапы исследования

- × Анкетирование учеников 3 класса
- × Определение содержания крахмала в продуктах питания, с помощью спиртового раствора йода 5 %

Что такое крахмал?

Неверные
ответы
5%



Как крахмал влияет на организм человека?



Любимые продукты питания

[illegible]

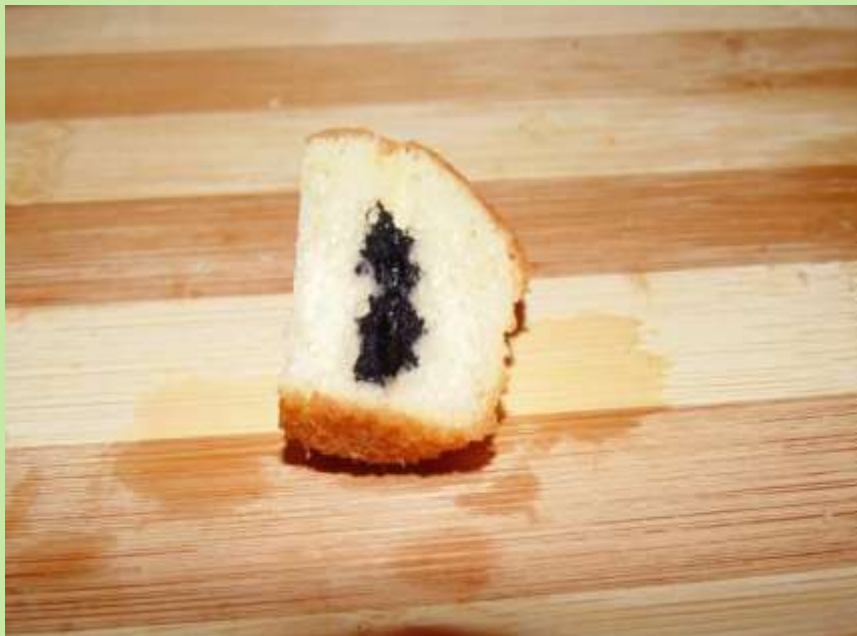
Популярные продукты питания

- **ОВОЩИ:** морковь, картофель, огурец, помидор, свёкла
- **ФРУКТЫ:** банан, яблоко, груша
- **МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ:** молоко, йогурт, сметана, сыр
- **МЯСНЫЕ ПРОДУКТЫ:** сосиски, колбаса, мясо-свинина
- **ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ И КРУПЯНЫЕ ИЗДЕЛИЯ:** хлеб, булочка, макароны, рисовая и гречневая крупы

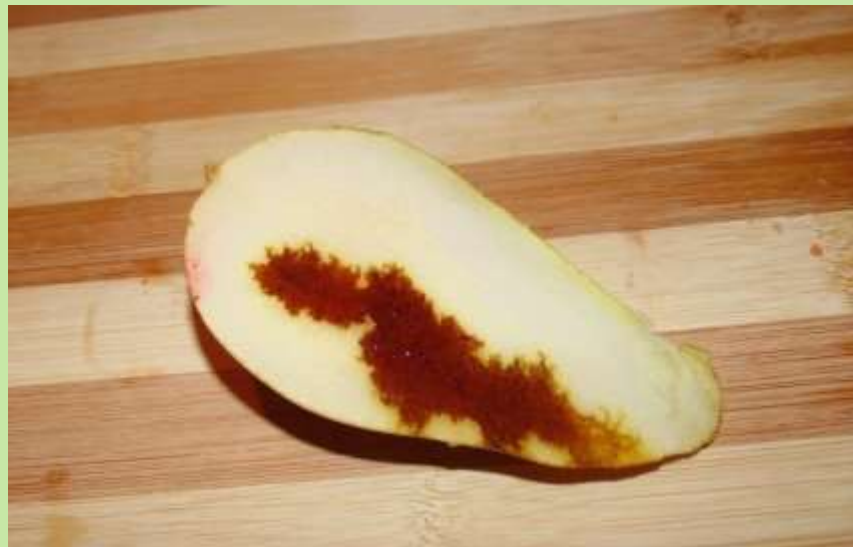
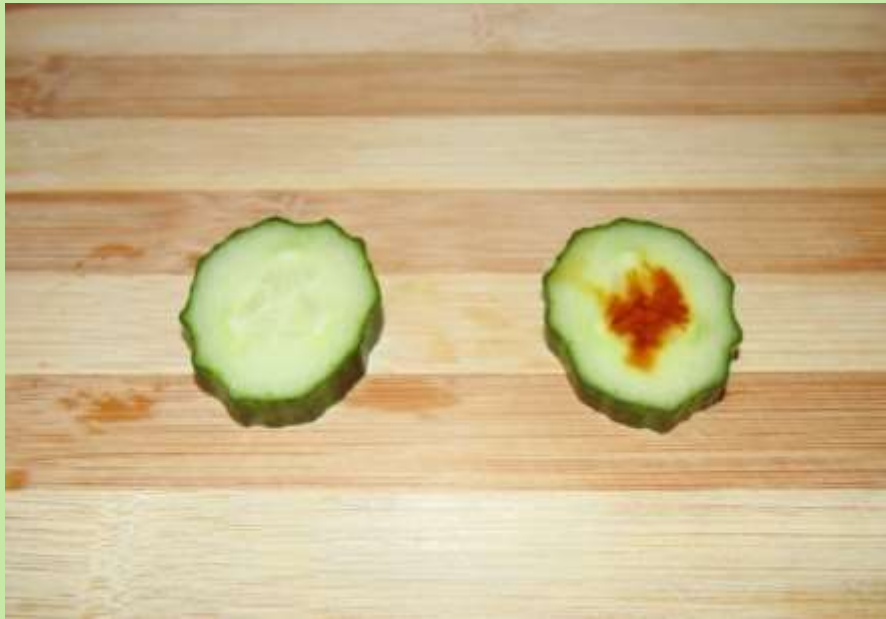
СОДЕРЖАНИЕ КРАХМАЛА В ИССЛЕДУЕМЫХ ПРОДУКТАХ ПИТАНИЯ











КРАХМАЛ НЕ ОБНАРУЖЕН





Вывод

Гипотеза подтвердилась **частично**:

любимые младшими школьниками
продукты питания содержат крахмал,
кроме мяса, сыра и молока

Продукты, в которых содержится крахмал

- **овощи** - морковь, картофель, огурец, помидор, свёкла
- **фрукты** - банан, яблоко, груша
- **молочные продукты** - йогурт, сметана
- **мясные продукты** - сосиски, колбаса
- **хлебобулочные и крупяные изделия** - хлеб, булочка, макароны, рисовая и гречневая крупы

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!