

КРАСНОЯРСКАЯ РЕГИОНАЛЬНАЯ
ДЕТСКО-МОЛОДЕЖНАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«НАУЧНОЕ ОБЩЕСТВО УЧАЩИХСЯ»
МБОУ «Средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением
английского языка №17»

ВРЕД ИЛИ ПОЛЬЗА МАРМЕЛАДА


Ученическое исследование
«Научно-практическая конференция»




Выполнил: Сибирякова Александра Ивановна
Ученица 3 «А» класса
Руководитель: Самарцева Ирина Юрьевна
Учитель начальных классов

г. Ачинск 2011

Современные люди стремятся вести здоровый образ жизни и стараются правильно питаться. А как же быть тем, кто любит сладости? Ведь всем известно, что есть много сладостей нельзя, а лучше их вообще не есть, так как от них портятся фигура, зубы и кожа.

 Гипотеза исследования: возможно, сладости полезны для здоровья, такие как мармелад.





Я очень люблю сладости. Мама, выбирая сладкое для меня, отдает предпочтение мармеладу, бабушка с ней соглашается, говоря, что он менее вреден для детей, чем другие сладости и даже полезен. Чем полезен мармелад? Из чего состоит, и как его делают? А вы себе не задавали таких вопросов, беря в руки кусочек сладости? Что это такое? Всегда ли мармелад был такой? Что влияет на его цвет и вкус?

Цель исследования: выяснить, вреден или полезен мармелад

Задачи исследования:

- изучить исторические сведения о мармеладе;
- узнать секреты его изготовления;
- узнать о пользе мармелада в жизни человека;
- провести тестирование среди детей и взрослых;
- приготовить мармелад в домашних условиях;
- проанализировать полученные результаты.

Предмет исследования:
мармелад.

Методы: анкетирование,
обзорно-аналитический,
систематизация материала.



Исторические сведения

Название мармелада произошло от португальского слова «айва», так как первый мармелад в Европе варили из айвового сока. В Англии мармеладом называется апельсиновый джем. В переводе с французского мармелад означает блюдо цвета яблок.





Исторические сведения

Впервые это лакомство появилось в Малой Азии. Историческая родина мармелада — Ближний восток и Восточное Средиземноморье. Для того чтобы сохранить урожай, плоды или сок ягод и фруктов вываривали до максимального сгущения.



ДРЕВНИЙ БЛИЖНИЙ ВОСТОК И ГРЕЦИЯ

ХИТТСКОЕ ЦАРСТВО

СРЕДИЗЕМНОЕ МОРЕ

ЕГИПЕТ

ВАСИЛЬЯ

КАНАН

СИРИЯ

ПУСТЫНЯ

АРАМ

ИЗРАИЛЬ

ИЮДИЯ

ФЕНИКИЯ

КАРТА

МАСШТАБ

0 50 100 150 200 км

© РГО © 2007 АИИ

[illegible][illegible][illegible]

Исторические сведения


Известно, что готовить мармелад начали французы с 14 века. А массовое распространение он получил в 16 веке, когда появился дешёвый сахар из стран Америки.



Секреты изготовления мармелада

Мармелад – полезная сладость. На кондитерских фабриках мармелад производят на основе патоки, пектина и желатина. Согласно последним исследованиям ученых, желатин полезен для мышц, кожи, волос и кровеносных сосудов. Пектин способствует выведению шлаков и токсинов, очищает кишечник, снижает уровень холестерина в крови.



 Интересно! В нашей стране в XIX веке научились делать мармелад, аналогов которому больше нет нигде в мире. В качестве желирующего вещества в нем используется не пектин, а агар-агар, который добывают из бурых водорослей, растущих на побережье Тихого океана или в Белом море. Ищите ценное вещество в списке ингредиентов продукта, ведь сделанный из него мармелад невероятно полезен для организма: он не только улучшает пищеварение, но и становится отличным источником йода для профилактики заболеваний щитовидки.



Какой аппетитный! Хотите попробовать?








Стоп! Полезен ли он? Можно ли употреблять его детям и взрослым?

Польза мармелада в жизни человека

Мармелад полезен из-за своего состава, в него входят желирующие компоненты — пектин, агар или желатин. Именно содержание пектина в мармеладе делает этот продукт полезным и таким «мармеладным». Сегодня, на некоторых предприятиях с вредным производством, рабочие употребляют не молоко, а мармелад как проверенное средство очистки организма.



Мармелад полезен потому что

-  мармелад – низкокалорийная сладость, не содержащая жир, обладает диетическими достоинствами;
-  пектин является естественным очистителем организма от шлаков;
-  агар улучшает работу печени, также очищает организм от токсинов;
-  желатин оказывает благотворное воздействие на состояние кожи и волос;
-  замечено, что мармелад снимает стресс, считается хорошим антидепрессантом.



Все это делает
мармелад не только
вкусным, но и
полезным. Мармелад
— оптимальное
лакомство для
нашей талии,
позволяющее
одновременно
сохранить
стройность и
получить
удовольствие от
чашки чая.



После изучения литературы
решила узнать общественное
мнение, и провести
анкетирование среди учащихся
школы, учителей и родителей.
Так же попробовать
приготовить мармелад в
домашних условиях.



Мною было опрошено 23 одноклассника и 15 взрослых.

Результаты следующие:

Вопросы		Да	Нет	Не знаю
1. Любите ли вы мармелад?	Дети	16	6	1
	Взрослые	12	2	1
2. Из изобилия сладостей вы предпочитаете мармелад?	Дети	7	10	6
	Взрослые	3	11	1
Да - только мармелад				
Нет – другое лакомство				
3. Как вы считаете, мармелад полезен?	Дети	4	13	6
	Взрослые	6	7	2
5. Интересно ли вам больше узнать о пользе и вреде мармелада?	Дети	21	2	0
	Взрослые	15	0	0

Из грейпфрута, лимона и
апельсина, выжимаем сок



Сок смешиваем с таким же количеством воды.



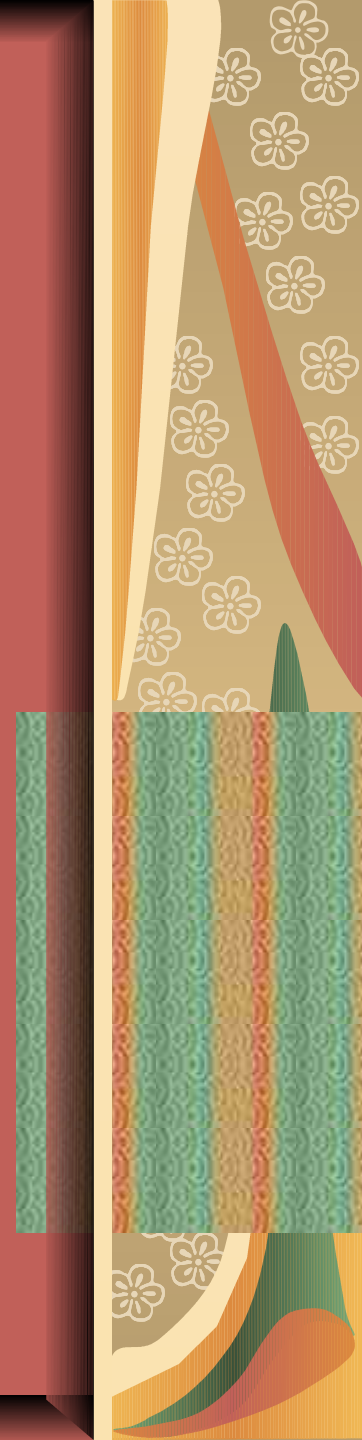
Для приготовления мармелада
пригодится и кожура (кроме
грейпфрута)



Срезаем белую мякоть и
заворачиваем ее в ткань или
марлю



Мешочек опускаем в сок с водой
и ставим на огонь, через
20 минут вынимаем



Мелко нарезанную кожуру от
фруктов и пол килограмма
сахара кидаем в сок.



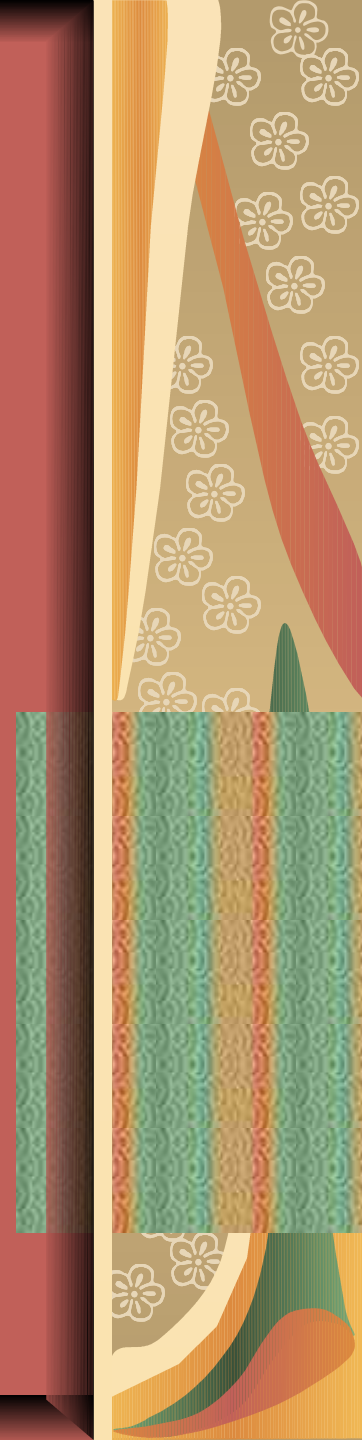
Еще 20 минут на огне и мармелад
можно охлаждать. Ставим его в
холодильник и через несколько часов
получаем студень



Студень режем на кубики и
обваливаем в сахаре



Вот что получилось



Изучив литературу, с радостью могу сообщить – гипотеза нашла свое подтверждение.

Хотите, есть полезные сладости? Ешьте мармелад! В отличие от печенья и шоколада, в этом лакомстве нет жира, мало калорий и много полезных веществ, очищающих организм и улучшающих пищеварение.



Впрочем, не весь мармелад однозначно хорош. Современный мармелад стал более сладким и красочным, однако он утратил свою натуральность: теперь в него добавляют ароматизаторы, красители, иногда используют не самый качественный желирующий компонент и влагоудерживающие стабилизаторы. Поэтому, прежде чем купить восточную сладость, внимательно ее изучите, иначе вместо полезного мармелада, приобретете «химию».



Цель работы достигнута, мармелад
полезен для нашего здоровья благодаря
своему составу.



В домашних условиях получилось сделать мармелад, больше похожий на желе. Пришла к выводу, что купленные мною фрукты не настолько богаты пектином, а для отечественных яблок (антоновка, ранет), сейчас не сезон. Но это тема уже другого исследования.



Благодарность!

Руководителю
Самарцевой Ирине
Юрьевне



Маме
Сибиряковой Лиле
Рустемовне



Спасибо за внимание!

