

Научно – исследовательская работа

Окружающий мир

БАБУШКИНО ЛАКОМСТВО

Выполнила:

***Лутфуллина Камилла Азаматовна,**
учащаяся 3 а класса*

*МАОУ СОШ №2 им.А.М.Мирзагитова с.Кандры
Россия, Республики Башкортостан*

Руководитель:

***Латыпова Ольга Геннадьевна,**
учитель начальных классов*

*МАОУ СОШ №2 им.А.М.Мирзагитова с.Кандры
Россия, Республики Башкортостан*

2019 год

Оглавление

Введение	3
I. Жевательная резинка: вчера и сегодня	5
1.1. История возникновения жевательной резинки	5
1.2. Состав жевательной резинки	6
1.3. Жевательная резинка: плюсы и минусы для организма человека	7
II. Бабушкино лакомство	10
2.1. Натуральная жвачка из бересты – бабушкино лакомство	10
2.2. Изготовление натуральной жвачки	10
2.3. Полезные свойства натуральной жвачки	11
Заключение	12
Список использованных источников и литературы	13
Приложения	14

ВВЕДЕНИЕ

Каждый день по телевидению мы видим огромное количество различной рекламы. Рекламируют всё. Среди них есть реклама жевательных резинок. В ней говорится о том, жвачка – это здоровье зубов, свежее дыхание, правильный кислотно-щелочной баланс и огромная польза для крепости и красоты наших зубов. Но почему, когда я прошу родителей купить жевательную резинку, они говорят о том, что жвачка вредна при частом ее использовании. Действительно ли это так? Может быть, на самом деле, есть какие-то побочные эффекты и нежелательные воздействия жвачки на наш организм [3].

Обучаясь в спортивном классе, мы посещаем занятия кружка «Планета Здоровья». На одном из занятий наша учительница нам рассказывала о пользе и вреде жевательной резинки (Приложение 1). И я убедилась, что при неправильном употреблении она может принести вред.

После этого задумалась, а существуют ли жевательные резинки, которые приносят не вред, а пользу?

Дома я задала этот вопрос своим родителям. И мама вспомнила, что ее мать, моя бабушка, в детстве жевала жвачку из бересты. Я со своими расспросами отправилась к бабушке (Приложение 2). Она подтвердила: «Да, в нашем детстве, это было мое самое любимое лакомство! Потому что в деревнях в те времена в магазинах сладостей было мало. А если и были, то купить могли не все. А березовая кора была доступна всем и в неограниченном количестве».

И мне очень захотелось попробовать изготовить такую жевательную резинку и выяснить ее полезные качества для организма.

Цель:изготовить жевательную резинку из бересты

Задачи:

1. Изучить историю появления жевательной резинки

2. Проанализировать качества современных жевательных резинок и их влияние на здоровье человека
3. Изучить состав натуральной жвачки из бересты и ее пользу для организма человека
4. Изготовить натуральную жевательную резинку из бересты.
5. Оформить памятку-рецепт по изготовлению жвачки из бересты
6. Проанализировать полученный материал, сделать выводы.

Гипотеза: натуральная жевательная резинка из бересты не причинит вред здоровью

Практическая значимость: собранный материал можно использовать на уроках окружающего мира, литературного чтения, классных часах о здоровом образе жизни, родительских собраниях, использовать в целях распространения и возрождения народных промыслов.

Предмет исследования: полезные свойства натуральной жевательной резинки из бересты

Объект исследования: жевательная резинка из бересты

Методы исследования: изучение и анализ литературы, наблюдение, опрос, изготовление жевательной резинки из бересты, анализ и обобщение.

Структура исследования. Работа состоит из введения, теоретической части, эмпирической части, выводов, списка литературы и приложения. В работе обосновывается актуальность темы исследования, формируются цели задачи исследования, выдвигается гипотеза, раскрывается методика исследования, теоретическая и практическая значимость. В заключении работы формулируются основные выводы исследования.

I. Жевательная резинка: вчера и сегодня

1.1. История возникновения жевательной резинки

Жевательная резинка — кулинарное изделие, которое состоит из несъедобной эластичной основы и различных вкусовых и ароматических добавок. В процессе употребления жевательная резинка практически не уменьшается в объёме, но все наполнители постепенно растворяются, после чего основа становится безвкусной и обычно выбрасывается[4].

Днем рождения жвачки считается 23 сентября. В этот день в 1848 году жители штата Мэн (Новая Англия) Братья Куртис сделали жевательную резинку и стали ее продавать. Но на самом деле история жвачки началась еще раньше.

Небольшие кусочки смолы, обнаруженные археологами при раскопках поселений древних людей, — ни что иное, как первая жевательная резинка. В Древней Греции и на Ближнем Востоке пережевывание смолы мастикового дерева применялось для освежения дыхания и очистки зубов от остатков пищи. Для этого также использовался пчелиный воск. Более 1000 лет индейцы племени Майя для тех же целей использовали сок гевеи (каучук). На Руси в Сибири применялась так называемая сибирская смолка, которой не только чистили зубы, но и укрепляли дёсны, а также лечили различные болезни[5].

Первое промышленное производство жевательной резинки относится к середине XIX века. Братья Куртис придумали продавать порционно упакованные кусочки сосновой смолы, смешанной с пчелиным воском. Добившись в торговле новым продуктом определенного успеха, они в 1850 году решили расширить производство.[4].

С появлением каучуковой резинки их популярность резко упала. Патент на производство жвачки из каучука был получен в 1869 году Уильямом Финли Семплом из штата Огайо, но дальше дело у него не пошло. И все же именно в этом году каучуковая резинка увидела свет. Ее начал производить Томас Адамс

— житель штата Нью-Йорк. Купив по дешевке тонну каучука и не найдя ей лучшего применения, он на свой страх и риск сварил у себя дома небольшой кусочек каучука и сформировал жвачки.

Следующим его шагом стало изменение вкусовых качеств этого продукта посредством добавления лакричного ароматизатора. И назвал ее *BlackJack* [4].

В 1906-м Фрэнком Флиром и усовершенствованная в 1928 году бухгалтером компании Флира Уолтером Димером была придумана надувающаяся жвачка *Blibber-Blubber* (бабл-гам). Эта же компания затем придумала производство леденцов с жвачкой внутри. [4].

С тех пор жвачка прочно и, кажется, навсегда стала неизменным атрибутом нашей жизни.

1.2. Состав жевательной резинки

Для того что бы понять, вред или пользу приносит «жвачка», нужно сначала разобраться в ее составе. Итак, рассмотрев упаковки различных марок жвачки, выяснилось (Приложение 3), что в состав входит:

- ✓ Латекс – это резиновая основа жвачки
- ✓ Ароматизаторы
- ✓ Загустители
- ✓ Красители
- ✓ Подсластители, сахар
- ✓ Ацесульфам – К
- ✓ Аспартам
- ✓ Сорбит и ксилит
- ✓ Фенилаланин и другие

1.3. Жевательная резинка: плюсы и минусы для организма человека

Изучив состав жвачек, решила узнать, как они влияют на наше здоровье. Для этого я обратилась к специалистам Кандринской районной больницы: детскому стоматологу Хисматуллиной А.Т., педиатру Шафиковой С.Р., психиатру-неврологу Евграфовой Л.Р.: (Приложение 4).

Стоматолог:

- Мы, стоматологи, против жевательных резинок, потому что они содержат сахар. Такие жвачки особенно вредны детям. Это также, как все время жевать конфеты.

Пользой жевания жевательной резинки является её очищающее действие. За счёт слюноотделения происходит промывание ротовой полости. Однако жевательная резинка не может полностью очистить зубы, поэтому мы рекомендуем использовать её 15 минут только после еды. [1].

Нужно быть осторожным в употреблении жвачки, если в ваших зубах есть пломбы. Нагрузка на зубы при жевании способна «вывихнуть» любые самые крепкие пломбы. Зубную щетку и ополаскиватель для полости рта никакая жевательная резинка не заменит.

Врач-педиатр:

-Вредно использовать жвачку на голодный желудок. Жвачка стимулирует образование слюны и желудочного сока. А если еды нет, то желудочный сок «набрасывается» на стенку желудка. Это приводит к гастриту, а то и к язве. Кроме того, фтор, содержащийся в жвачках, наносит большой вред нашей костной системе, так как вызывает повышенную ломкость костей. Каждый компонент из состава приносит какой -нибудь вред:

- ✓ Ароматизаторы – они не всегда безобидны
- ✓ Красители – многие из них очень вредны

- ✓ Подсластители, сахар – давно доказано, чем дольше его контакт с зубами, тем выше риск кариеса
- ✓ Ацесульфам-К – по своей структуре он сходен с сахаринном и способствует развитию опухолей.
- ✓ Аспартам – вызывает головную боль, головокружение и тошноту.
- ✓ Сорбит и ксилит – если жевать больше одной упаковки в день, может дать слабительный эффект
- ✓ Фенилаланин – нарушает нервную систему.

Психиатр-невролог:

- В любом деле должна быть мера. У детей, не выпускающих жвачку изо рта, снижается уровень интеллекта; постоянное жевание мешает сосредоточиться, жевательная резинка вызывает привыкание, притупляет внимание и ослабляет процесс мышления. Поэтому обязательно нужно соблюдать правила употребления.

Да и с эстетической точки зрения постоянно жующий человек, надувающий шары из резинки, выглядит не очень красиво. Часто под партами и стульчиками можно заметить приклеенные застывшие использованные жвачки. В них еще несколько дней могут «жить» микробы. А мы дышим этим воздухом. Еще, очень неприятно, когда жевательная резинка прилипает к одежде [2].

Таким образом, можно сделать выводы, что жевательная резинка имеет древнюю историю возникновения и своего развития. Современная жевательная резинка, по сравнению со своим предком, содержит в основном искусственные вещества. Эти вещества приносят больше вред, чем пользу, особенно при неправильном употреблении. Все «плюсы» и «минусы» можно представить в виде таблицы (Приложение 5).

II. Бабушкино лакомство

2.1. Натуральная жвачка из бересты – бабушкино лакомство

Когда я узнала, что в детстве у бабушки любимым лакомством была жвачка из бересты, мне захотелось попробовать сделать ее самой. Но сначала предстояло найти правильный рецепт.

В литературе точного рецепта я не нашла (Приложение 6). Мы стали расспрашивать своих родных, знакомых и соседей. Но и они только слышали о такой жвачке. И мы решили изготовить ее так, как помнила бабушка.

2.2. Изготовление натуральной жвачки из бересты

Для работы нам понадобились чугунная посуда с крышкой и чашка с холодной водой. Так как приготовление занимает некоторое время (потому что надо поддерживать огонь), необходимо обязательно соблюдать правила пожарной безопасности и выполнять только со взрослыми.

Основной ингредиент – это береста. Чтобы не навредить деревьям в лесу, бересту мы набрали у дедушки в дровянике, содрав с березовых поленьев. Разделили ее на тонкие полоски (Приложение 7).

Дедушка предложил варить жвачку из бересты на печке, где он готовит еду для кур. Развели огонь в печке, поставили чугунок, положили бересту. Затем плотно накрыли крышкой. Мама помешивала, чтобы не прилипало и получилась однородная масса (Приложение 8).

В этот момент мы добавили сливочное масло. Потому что бабушка вспомнила, что добавляли масло, чтобы жвачка получилась мягкой.

Затем эту массу слили в чашку с холодной водой, чтобы она быстрее остыла. Но почему-то в холодной воде вся масса рассыпалась на мелкие кусочки, хотя она должна была быть тягучей. Мы все это собрали ситечком, раскатали шарики. Наша натуральная жвачка готова (Приложение 9).

И вот долгожданный момент. Дегустация. Но... Нас ждало разочарование. Жвачка сильно прилипала к зубам, ее невозможно было жевать.

Мы стали думать, в чем же наша ошибка. Может быть дело в масле? Решили попробовать еще раз, но теперь без добавления масла. Может быть, масло надо добавлять только при необходимости?

И вот вторая попытка. Ур-ра! Мы были вознаграждены! Теперь у нас получилась самая настоящая натуральная жвачка из бересты! Попробовали. Какой запах!! Какой аромат!!!! Жевали мы ее всей семьей, жевали с таким удовольствием! А бабушка даже прослезилась: «Спасибо, мои родные! Я словно в детство окунулась!» (Приложение 10).

Теперь, когда я достигла своей цели, решила, что бабушкино лакомство станет и моим лакомством. И мне очень захотелось этим открытием поделиться и с другим детьми.

В школе я рассказала своей учительнице Ольге Геннадьевне про эту жвачку. Она добавила, что ее коллеги, во время поездки на экскурсию в Мурадымовское ущелье, на обратной дороге приобрели такую жвачку (Приложение 11). Старожилы тех краев рассказали, что жвачка из бересты экологически чистая и самая полезная. Значит, в некоторых районах нашей республики Башкортостан этот народный промысел еще сохранился.

Ольга Геннадьевна предложила мне поделиться своими знаниями с одноклассниками. И на очередном занятии кружка «Планета Здоровья» я рассказала ребятам о процессе приготовления натуральной жвачки из бересты и ее полезными свойствами для организма. Угостила их этим ароматным лакомством и раздала памятки с рецептом изготовления (Приложение 12).

2.3. Полезные свойства натуральной жвачки

Изучив состав современной жевательной резинки и сравнив ее с домашней натуральной, думаю, что жвачка из бересты самая полезная и экологически чистая жвачка.

Этот экологически чистый продукт улучшает обмен веществ, укрепляет зубы и десны, и конечно же она лучше, чем все магазинные жевательные резинки. Народное предание гласит, что с древности ее использовали мастерицы-рукодельницы в качестве тонизирующего средства. Вязальщицы и вышивальщицы быстро уставали от монотонной работы и начинали незаметно засыпать, поэтому им требовались постоянные бодрящие средства [6].

Кстати, эта жвачка еще и повышает работоспособность и снимает усталость. Кроме того, она улучшает обмен веществ, снимает стресс, является ловцом радикалов, содействует выведению из организма токсических веществ, шлаков и т. д.

И еще оказывается, что домашнюю жвачку из бересты можно использовать много раз. Хранить ее можно в стакане с водой. А если затвердеет, нужно просто добавить каплю сливочного масла и она снова станет мягкой и эластичной. Это полезное свойство часто использовали путники и кочевники.

И это подтвердилось на опыте (Приложение 13).

Заключение

В результате проведённого исследования, я пришла к выводу, что жевательную резинку из магазина нельзя жевать без опасения за свое здоровье. Но ведь порой так хочется ее приобрести. Может быть, использовав одну подушечку, мы никакого вреда для своего организма не почувствуем, но все эти пищевые добавки не проходят для организма бесследно.

И в этом случае придет на помощь «бабушкино лакомство» – экологически чистая, натуральная жвачка из бересты. Ведь это «бабушкино лакомство» не только вкусное и ароматное, но и полезное.

Моя гипотеза подтвердилась: экологически чистая, натуральная жевательная резинка из бересты не причинит вред здоровью. Употребление этого «бабушкиного лакомства» приносит и удовольствие, и пользу.

Теперь «бабушкино лакомство» стало и моим любимым лакомством!

Список использованных источников и литературы

- 1.«Вред и польза от жевательной резинки». Мифы и реалии, Часть II
- 2.Калилов М. Состав жевательных резинок и их влияние на организм человека// Молодой ученый. - 2016. - №17.1. - С.91-95
3. Сбережем свое здоровье» // «Преподавание в начальной школе» 2009г.
4. https://ru.wikipedia.org/wiki/Жевательная_резинка
- 5.<https://infourok.ru/issledovatelskaya-rabota-na-te...hka-polza-ili-vred-761957.html>
6. <https://www.rutraditions.ru/news/beresta-vmesto-zhevatelnoi-rezinki>

Классный час « Жевательная резинка: польза или вред? »



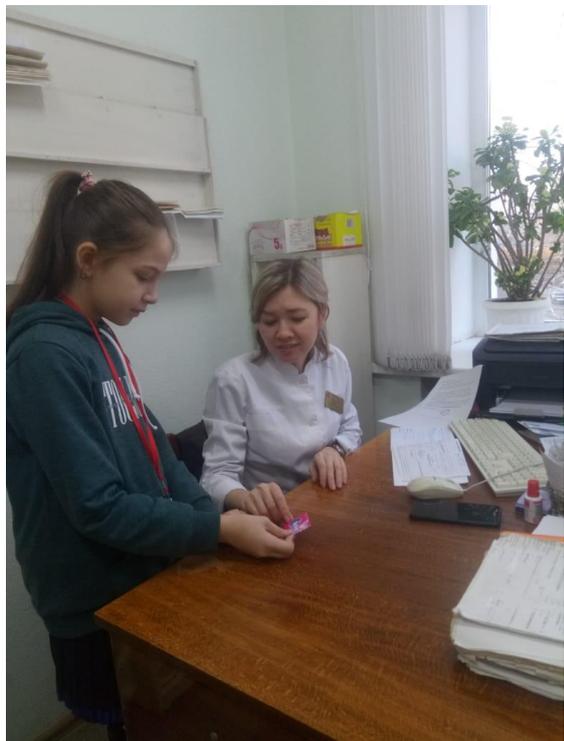
Разговор с бабушкой



Изучение состава магазинных жвачек



Встреча со специалистами



«Плюсы» и «минусы» магазинной жевательной резинки

« + »	« - »
<p>-приятный вкус;</p> <p>- очищает полость рта;</p> <p>-освежает полость рта;</p> <p>-снимает мышечное напряжение и стресс</p>	<p>- чавканье;</p> <p>- расклеивание «на память» резинки под мебель;</p> <p>- порча одежды;</p> <p>- жевательная резинка вызывает привыкание;</p> <p>- у детей, не выпускающих жвачку изо рта, снижается уровень интеллекта;</p> <p>- постоянное жевание мешает сосредоточиться;</p> <p>- жевание натошак может привести к гастриту и язве;</p> <p>- особо упругие жвачки могут разрушить коронки зубов, выдернуть пломбы;</p> <p>- всевозможные химические добавки и красители могут вызывать аллергию, воспаление, раздражение и даже могут привести к развитию кариеса.</p> <p>- развитие различных заболеваний и т.д.</p>

Поиск рецепта жвачки из бересты



Подготовка бересты



Процесс изготовления «бабушкиного лакомства»



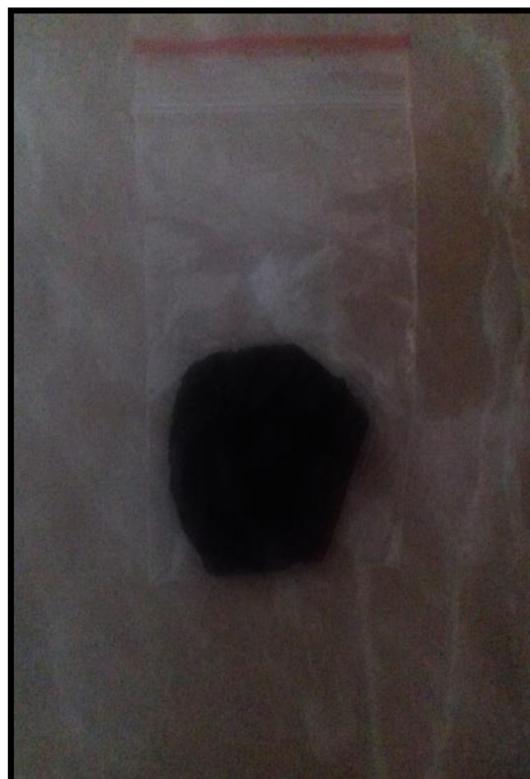
Натуральная жвачка из бересты готова



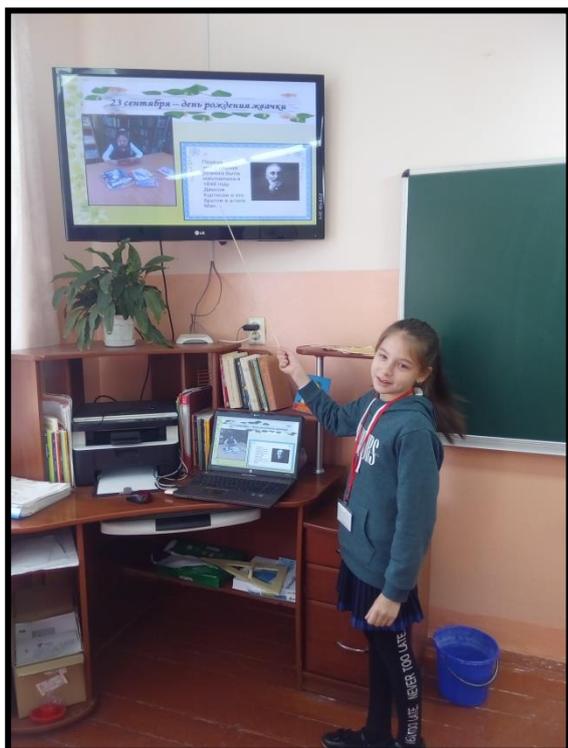
Вторая попытка удалась



Народный промысел жив



Выступление на занятие кружка «Планета Здоровья»



Многоразовая жвачка из бересты

