

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ТОЛМАЧЕВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ИМ.
ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА И. И. ПРОХОРОВА»

«Исследование мнения подростков 7, 11
классов по вопросу правильного питания»

Работу выполнил:

Ученик 7 класса Волченков Максим

Руководитель:

М.Ю. Субботина- учитель географии

• **Цель:**

Выяснить отношение подростков 7ых и 10ых классов по вопросу правильного питания.

• **Гипотеза:**

Предположим, что фаст фуд является неотъемлемой частью рационального питания современного школьника разных возрастов.

• **Задачи:**

Проанализировать отношение к фаст фуд школьников разных возрастных категорий.

Выяснить предпочтения в рационе питания школьников.

Выявить предпочтение мальчиков и девочек к фаст фуд.

Введение

Поклонники фаст фуд заявляют: «Это дёшево и вкусно», то что дёшево и вкусно понятно, но полезно ли это? Стоит ли экономить на собственном здоровье?

Самой известной «едой», если её можно так назвать, являются гамбургеры и картофель фри.

Жиры, которые используют при производстве трансфуда является трансгены т.е. они произведены искусственно, от этого страдает печень и сосуды. Если посмотреть на печень после употребления так называемого фаст фуд, то печёночные клетки разрушаются.

Для кого- то- это просто перекус, без зависимостей к этой еде, а для кого- то- это как наркотики, т.е. входит в привычку и является повседневной едой.

Что же такое фаст фуд?

Fast food—(быстрое питание) — класс блюд быстрого приготовления, обычно предлагаемых специализированными заведениями. Термином «фаст фуд» обозначают пищу, которую можно быстро приготовить и предоставить клиенту. Термин «фаст фуд» был впервые введён в словаре Merriam-Webster в 1951 году.



Организация исследования:

1 этап: Работа с литературными источниками.

2 этап: Эксперимент проводился в МОУ «Толмачевская средняя школа»

Опытные группы- школьники 7-х и 11-х классов.

Проводилось анкетирование по выяснению отношения к фаст фуд.
(См. прил.№1) По окончании эксперимента произведён анализ полученных результатов.

3 этап: Обсуждение результатов предварительного исследования.

Изучение специальной литературы показала, что фаст фуд вреден для организма подростков.

Проведённое анкетирование в виде опросных листов среди школьников 7-х и 11-х классов позволило предположить

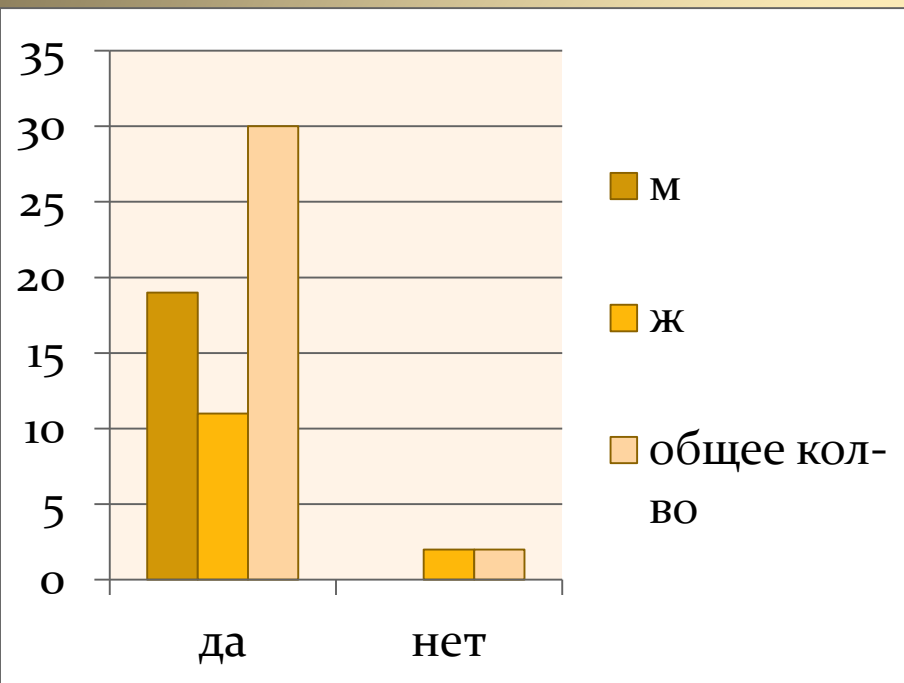
3.1 Характеристика группы А

Учащиеся 11-х классов МОУ «Толмачевская средняя школа»

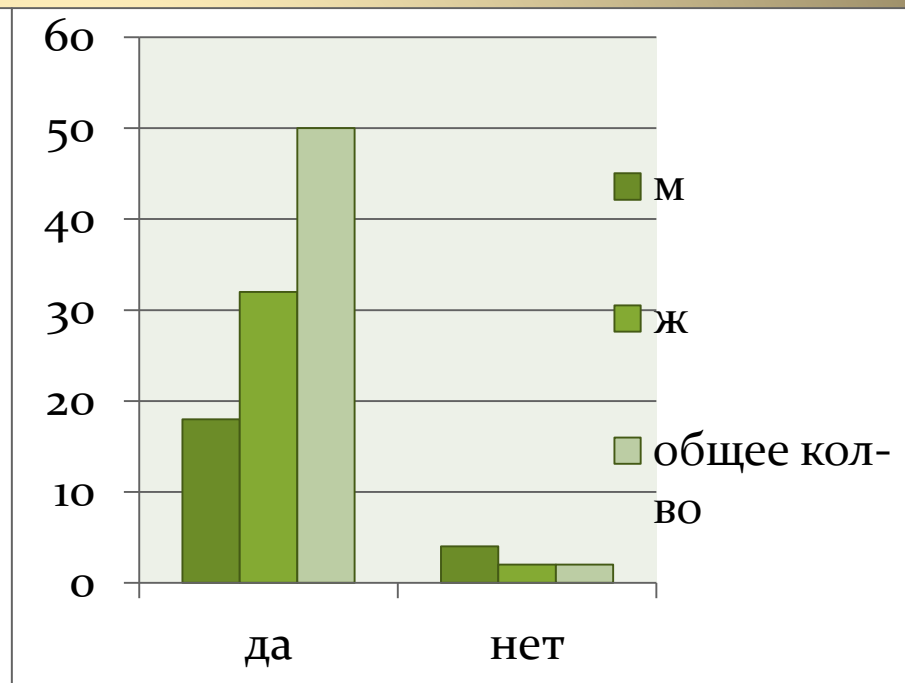
3.2 Характеристика группы Б

Учащиеся 7-х классов МОУ «Толмачевская средняя школа»

Вы знаете, что такое фаст фуд?



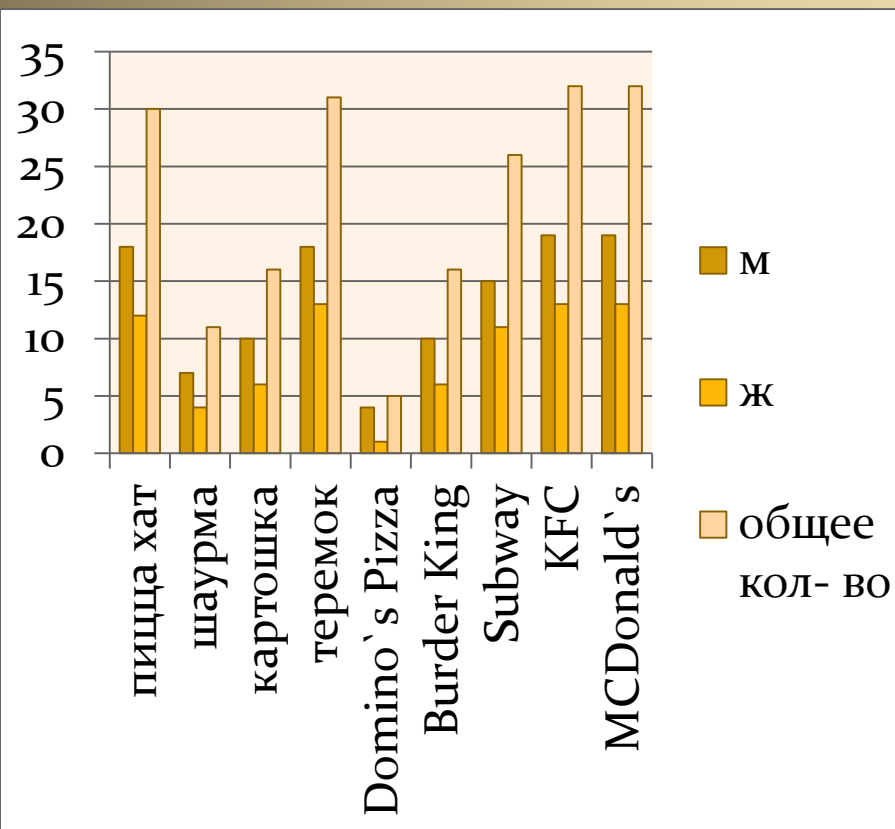
Группа А



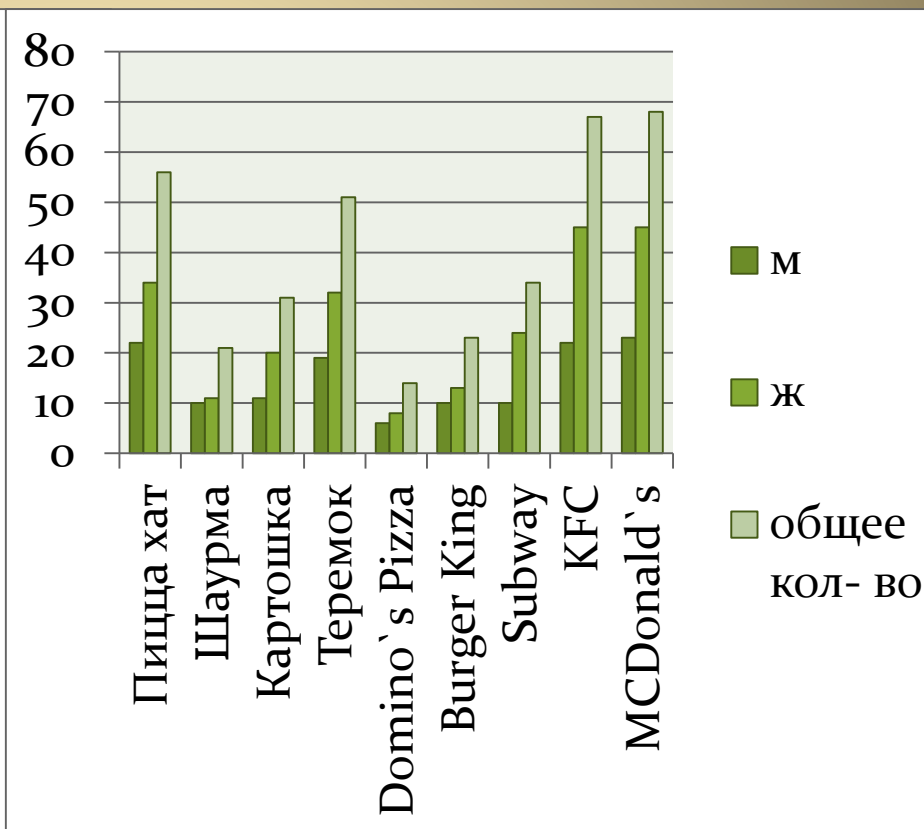
Группа Б

Большинство опрошенных знают, что такое fast food.

Какие заведения Вам знакомы:



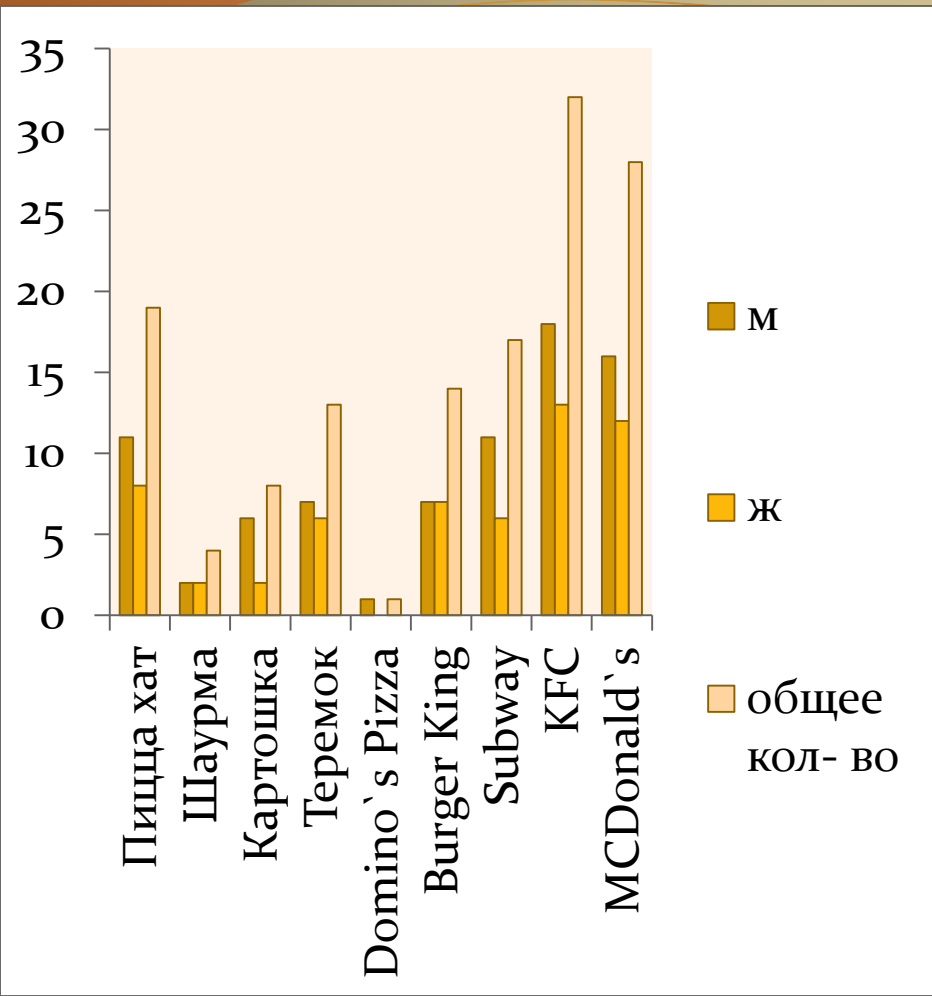
Группа А



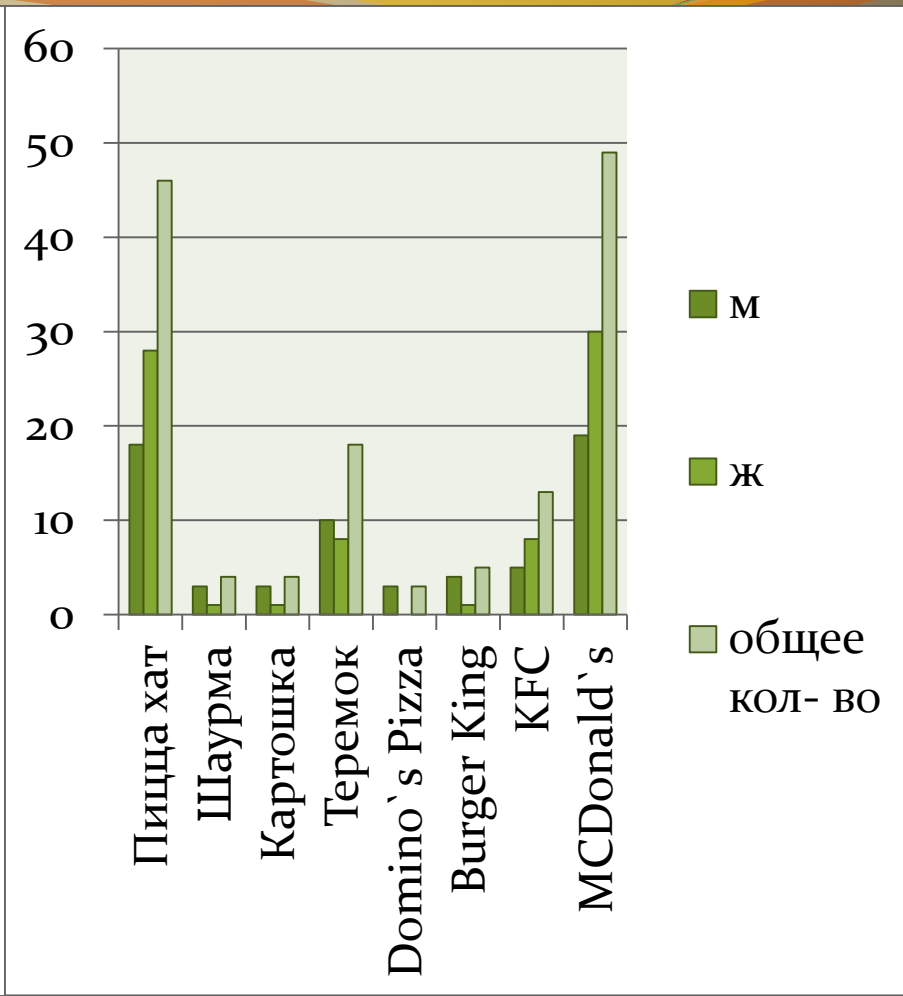
Группа Б

Все известные заведения Санкт-Петербурга знакомы школьникам 7-х и 11-х классов.

Какие заведения Вы посещали (посещаете)?



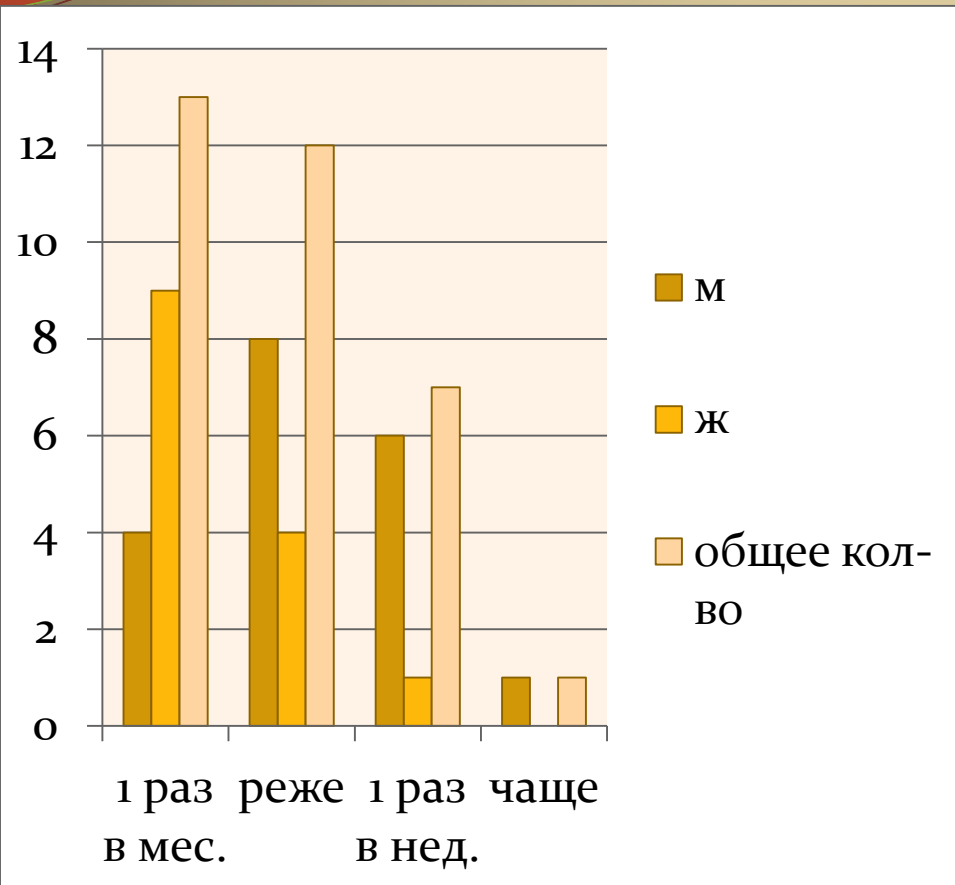
Группа А



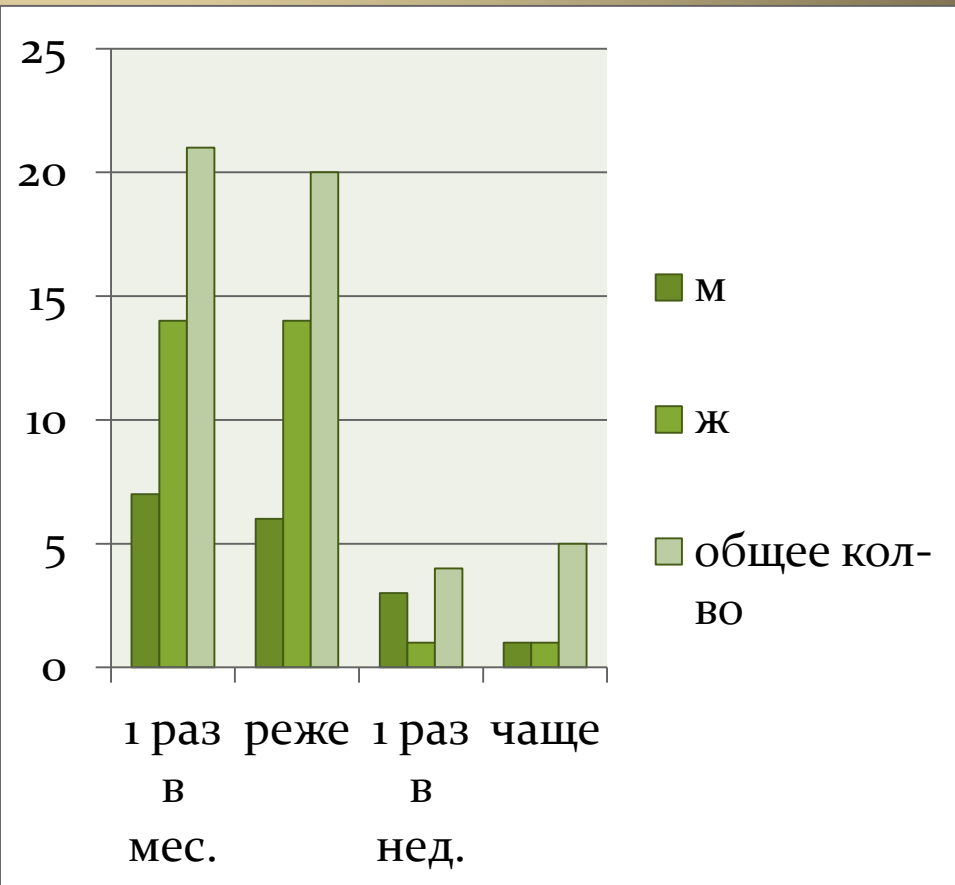
Группа Б

Наиболее посещаемые заведения 11 классов: KFC, MCD, Pizza Hut.
 У 7 классов: MCD, Pizza Hut, Теремок.

Как часто?



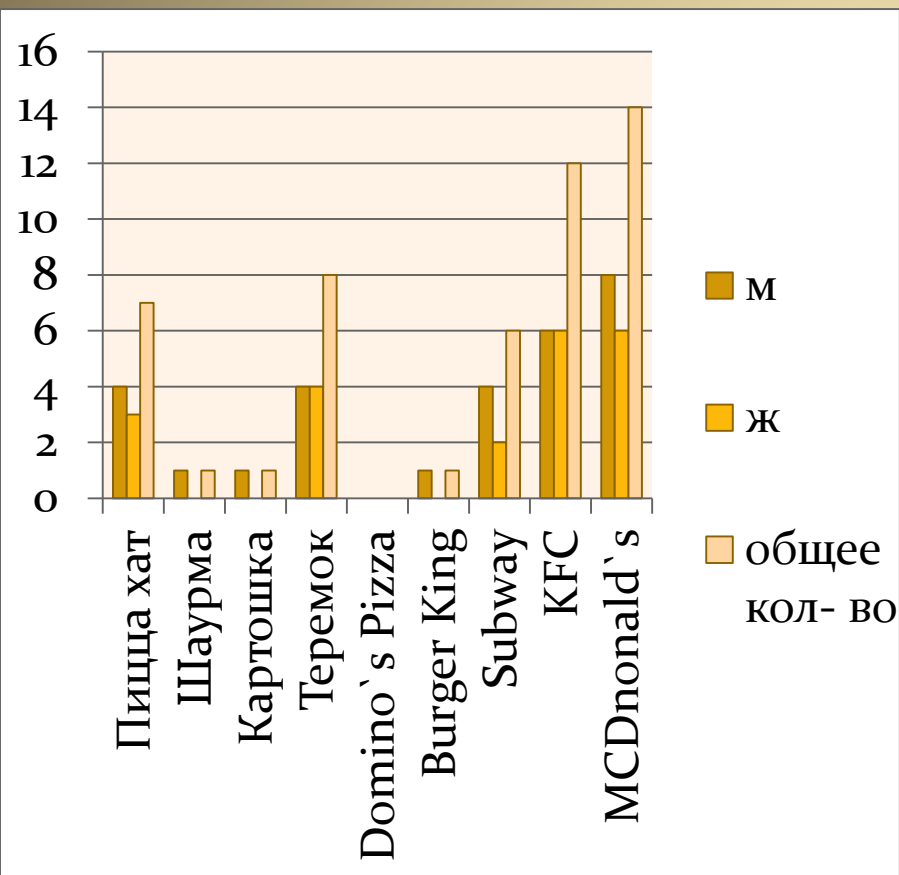
Группа А



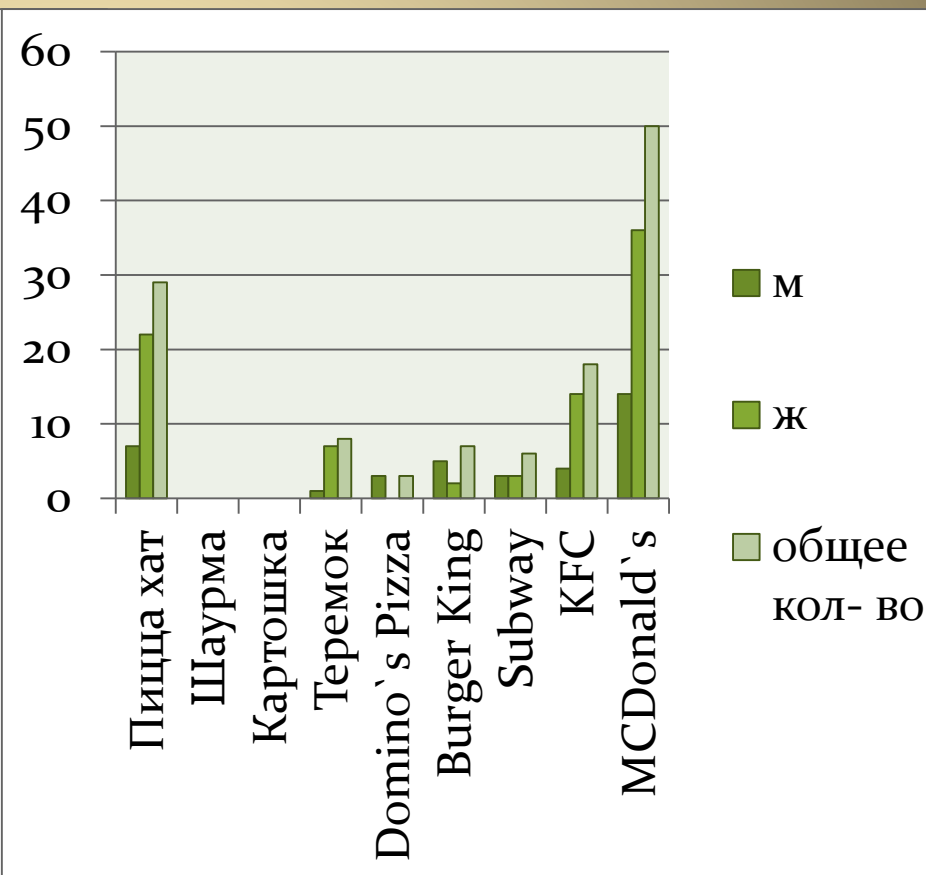
Группа Б

Большая часть учеников одиннадцатого и седьмых классов посещают- 1 раз в месяц и реже.

Какое заведение Вас больше привлекает?



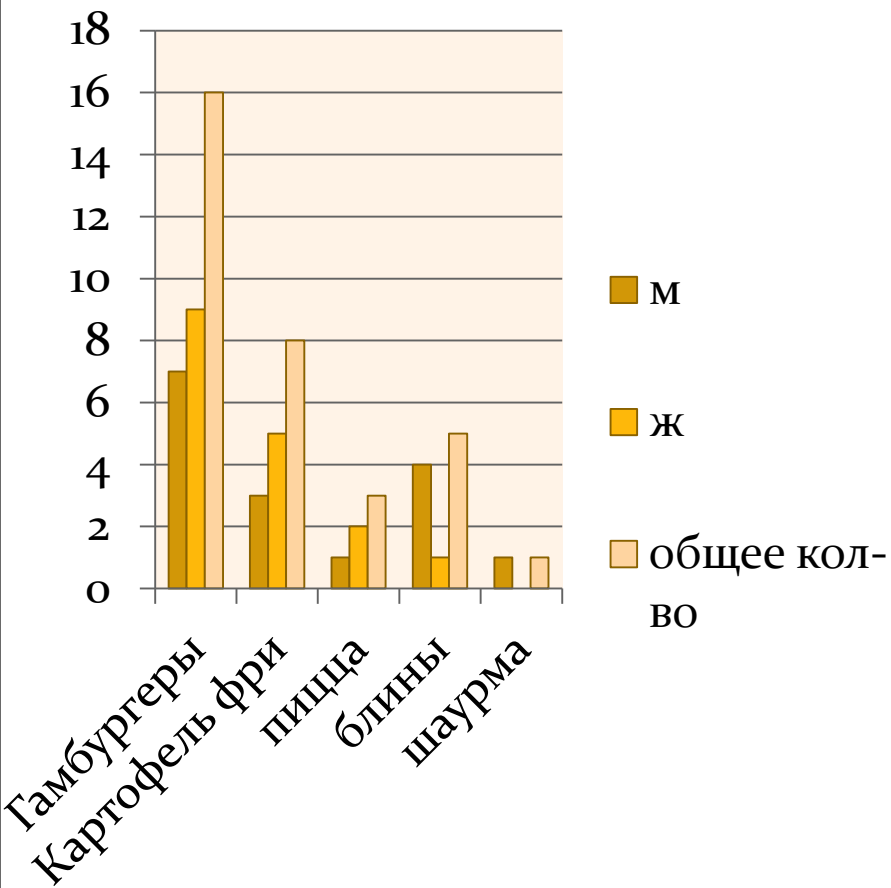
Группа А



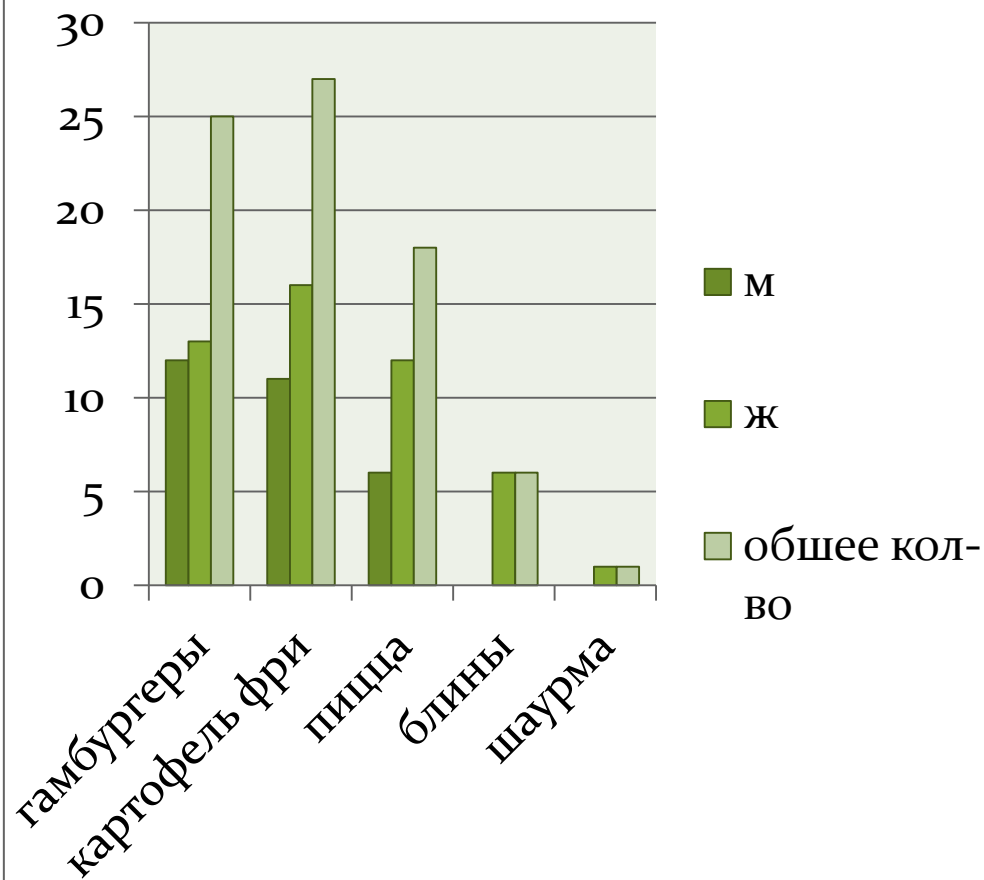
Группа Б

Больше всех заведений привлекает McDonald`s.

Какое блюдо чаще покупаете?



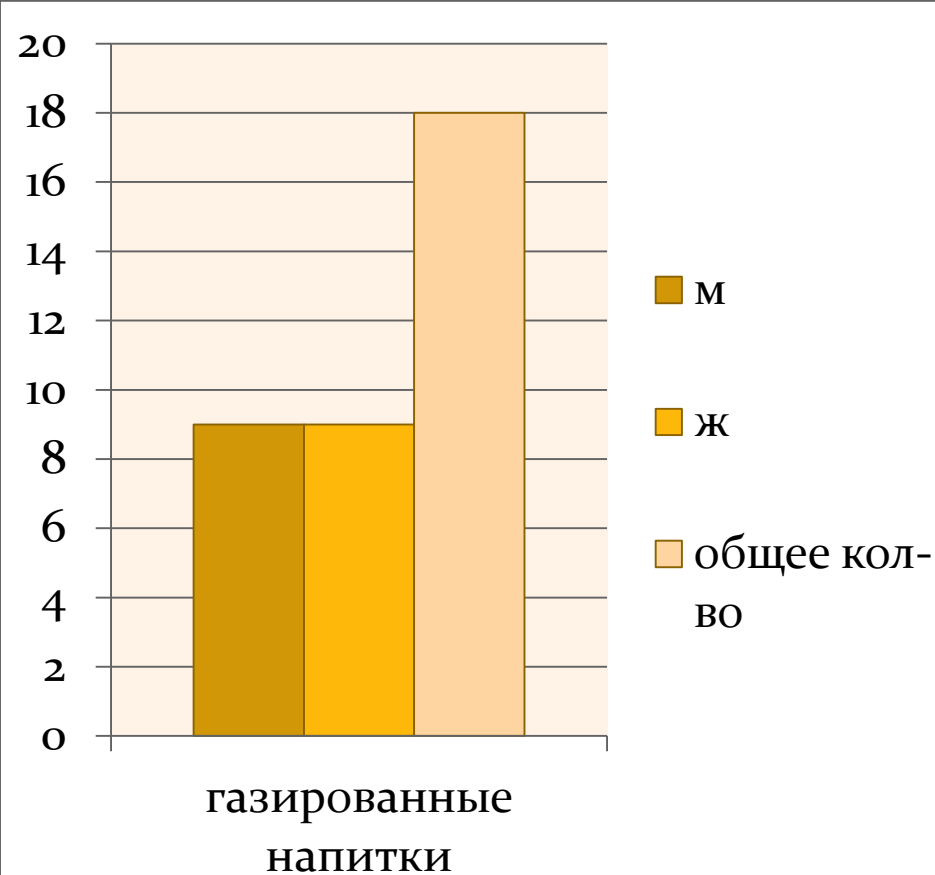
Группа А



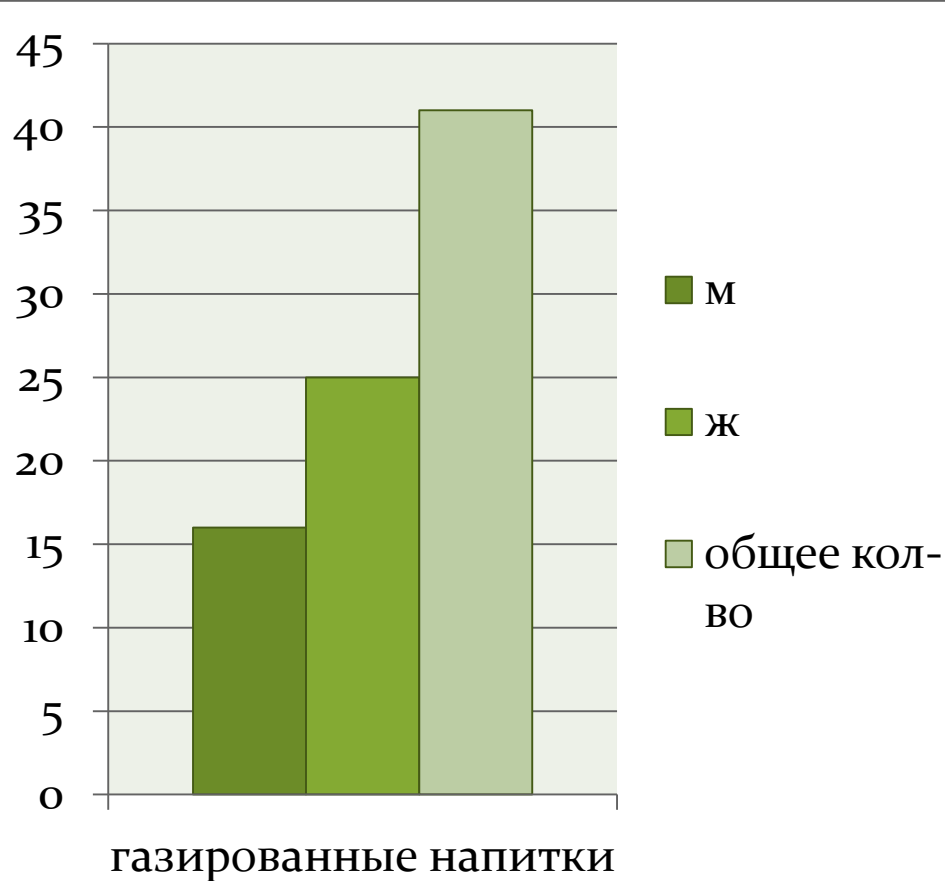
Группа Б

Основное предпочтенье являются гамбургеры и картофели фри.

Какие напитки предпочитаете?



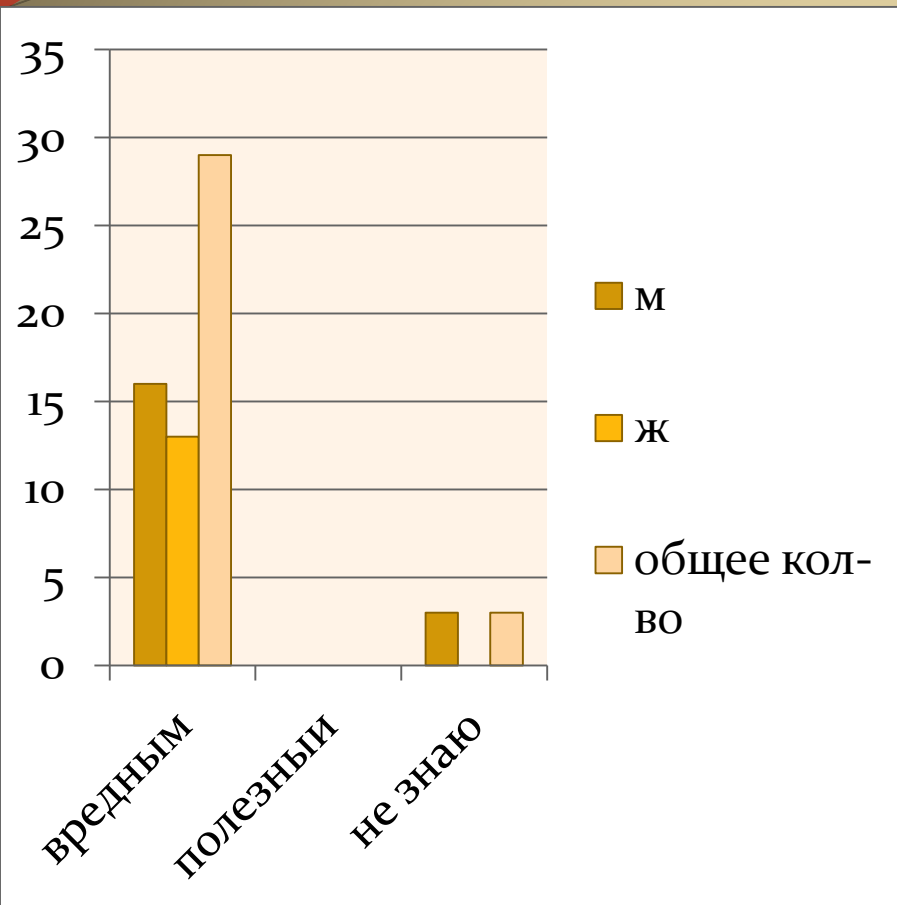
Группа А



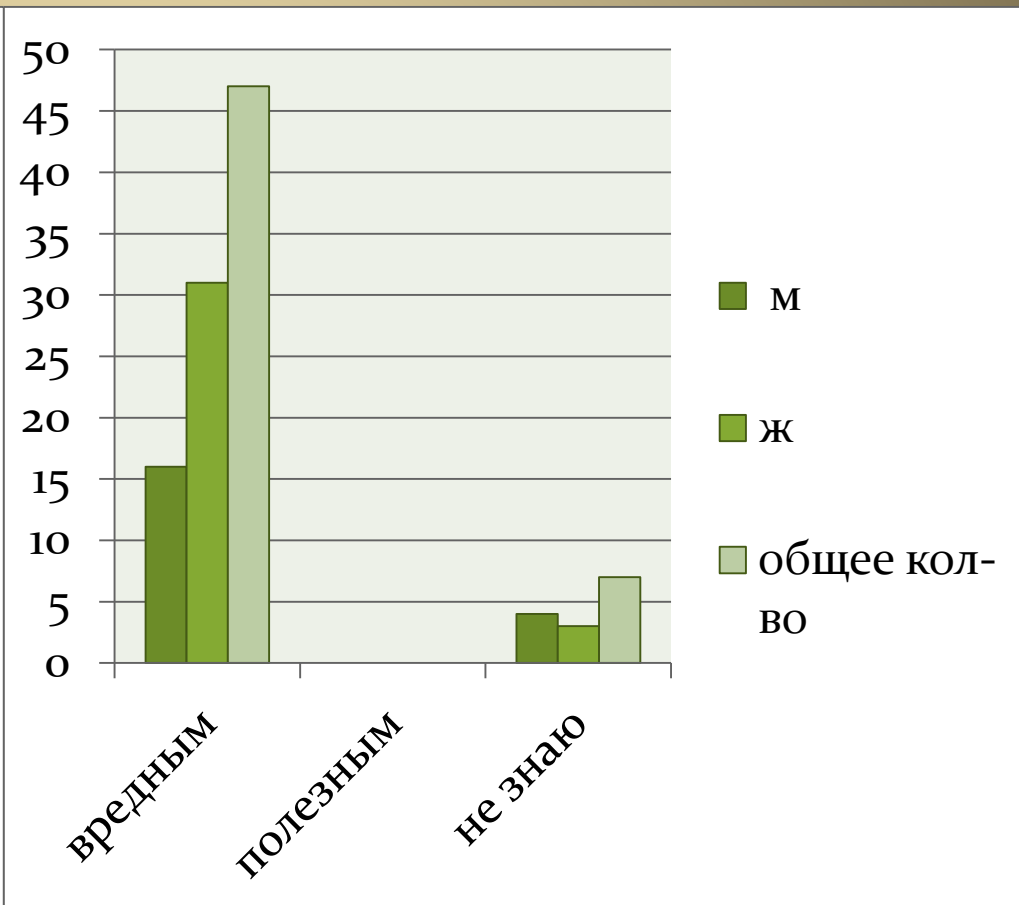
Группа Б

Предпочтение отдаётся газированным напиткам.

Считаете Вы такое питание:



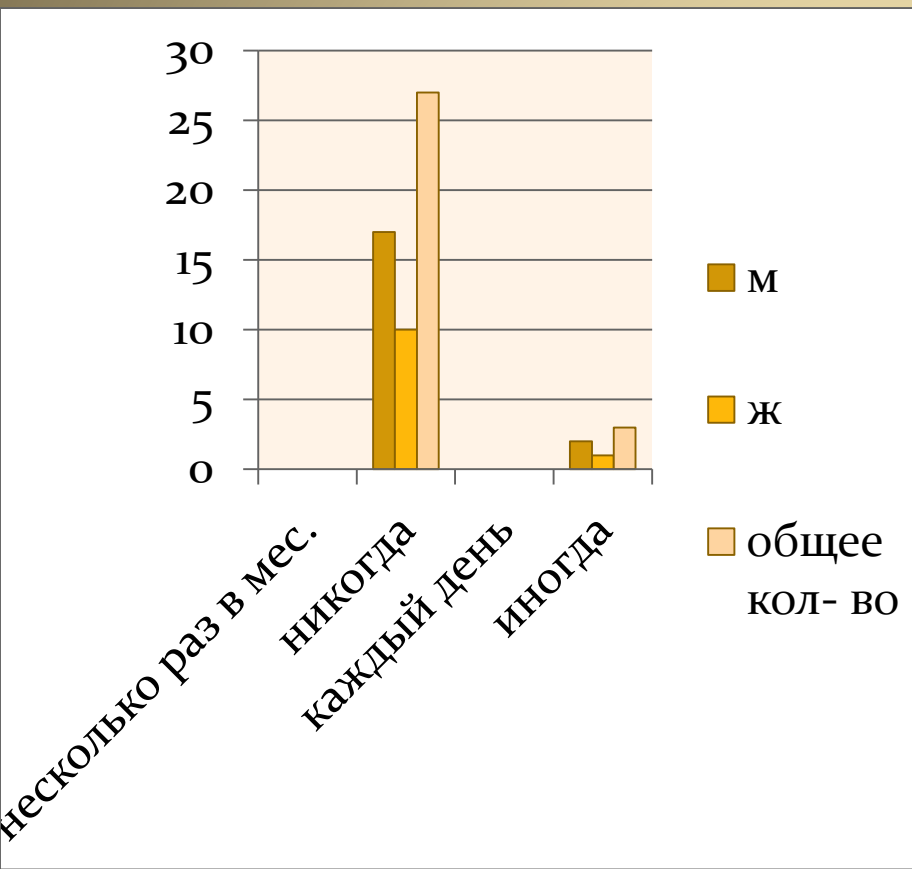
Группа А



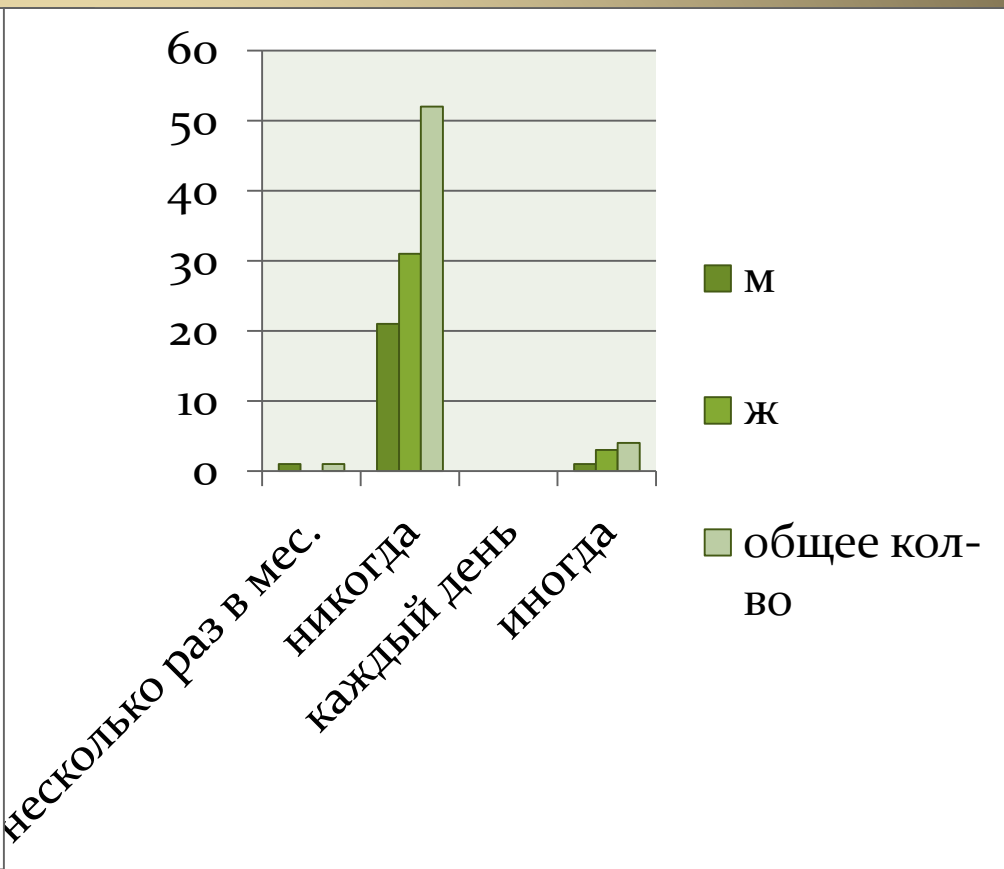
Группа Б

Основное количество человек считают такое питание (fast food)- вредным.

Вы заказываете фаст фуд на дом?



Группа А

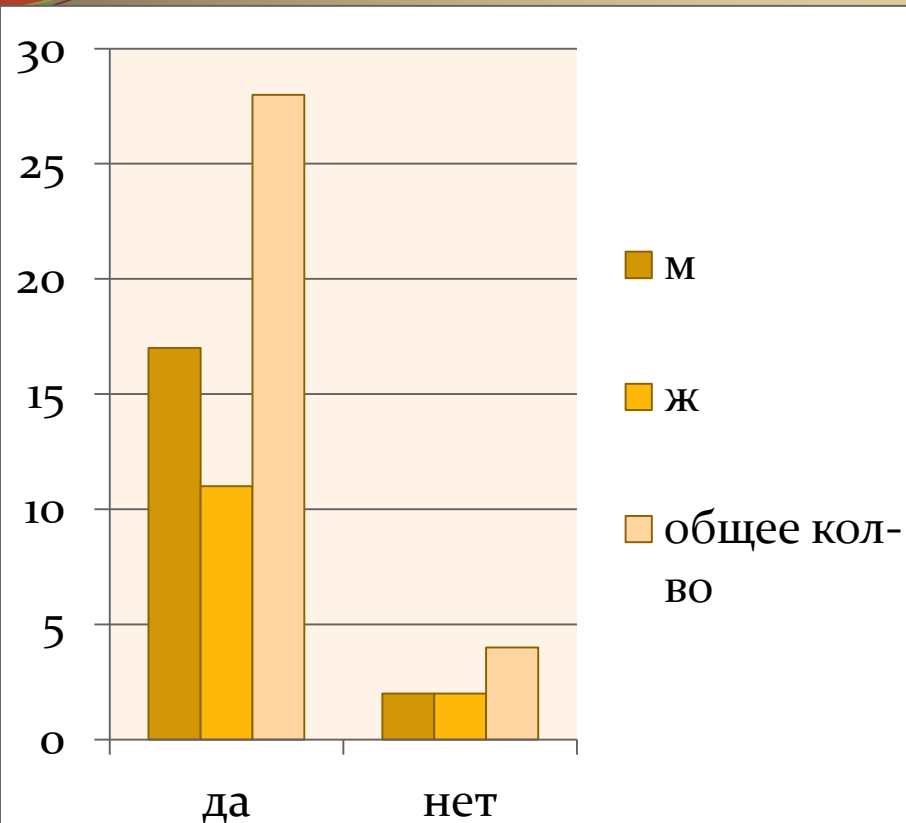


Группа Б

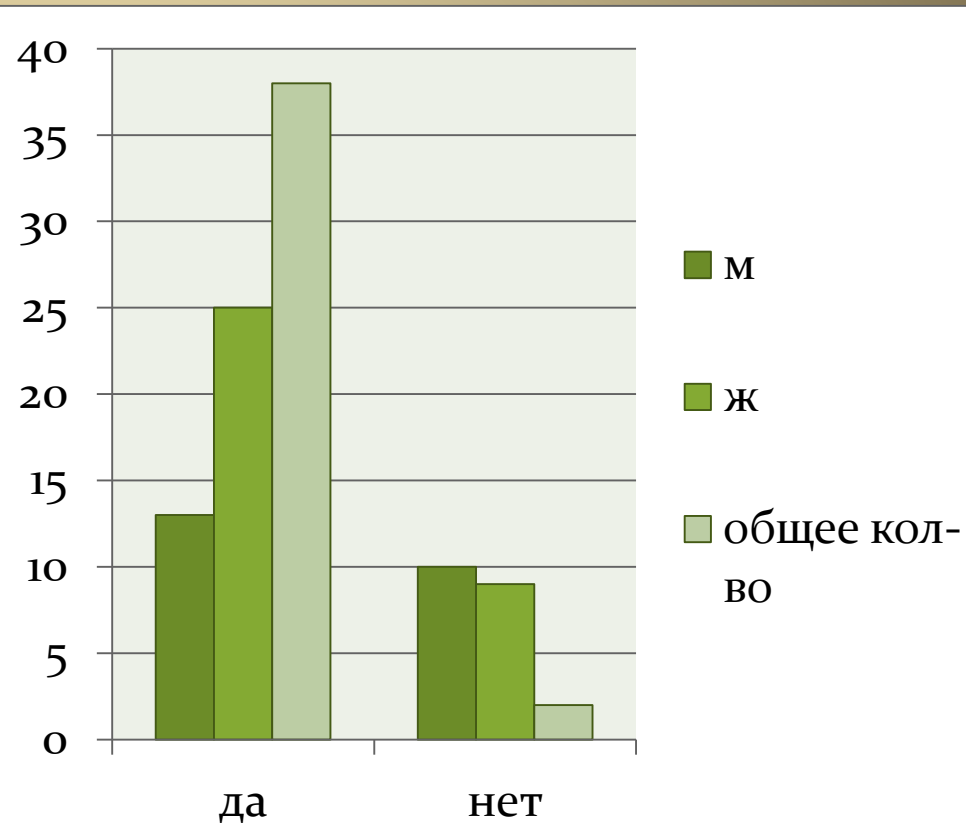
Группа А: Иногда заказывают фаст фуд на дом 11%

Группа Б: Иногда заказывают фаст фуд на дом 15%

Вы знаете, что такое ГМО?



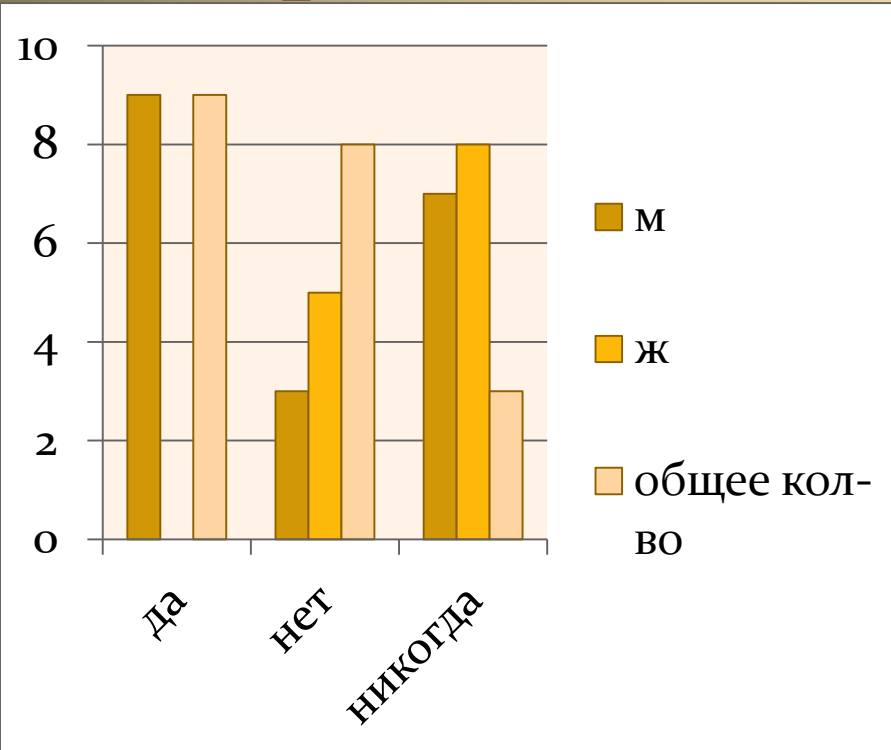
Группа А



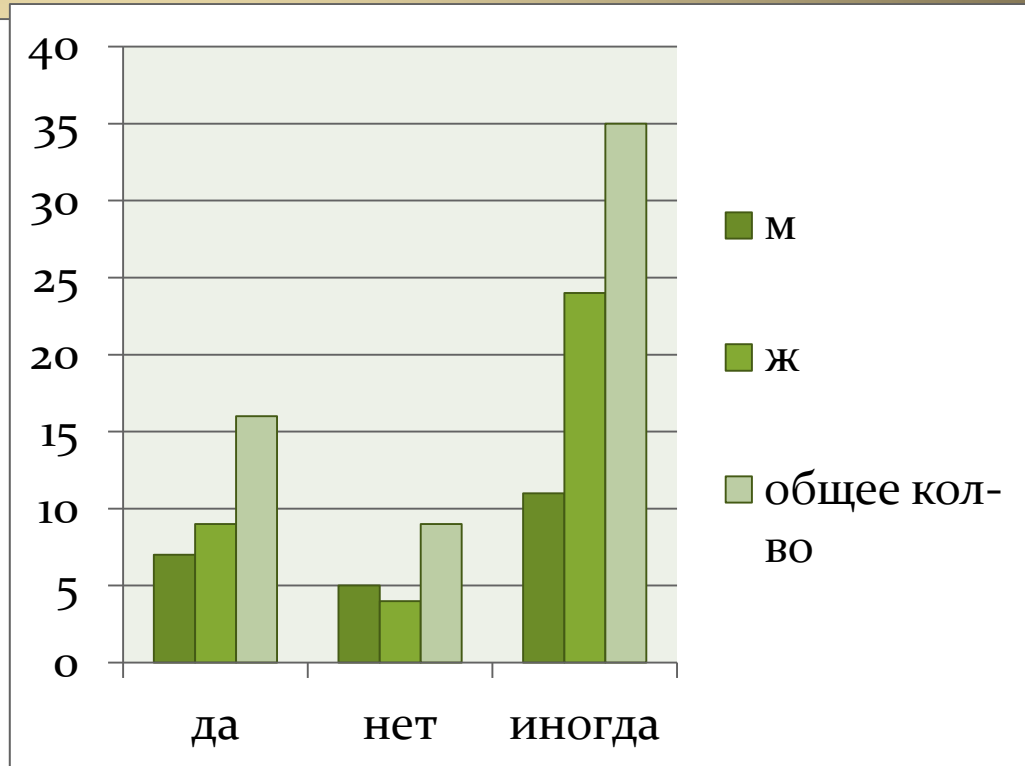
Группа Б

Основная количество опрошенных знакомы с аббревиатурой ГМО.

Интересуетесь ли Вы составом ингредиентов?



Группа А



Группа Б

Что характерно: девочки 11 класса- не интересуются составом ингредиентов.
Мальчики 11 класса- интересуются составом ингредиентов (вызывает сомнение).
Из 7 классов: девочки больше интересуются составом ингредиентов.

Выводы:

- 1) Заведения фаст фуда посещают школьники опрошенных групп не более 1 раз в неделю.
- 2) Анализ анкет показал, что чаще всего опрошенные ученики заказывают - картофель фри, гамбургеры, сладкие газированные напитки.
- 3) В основном все учащиеся считают такое питание вредным.

Стоит знать!

Все врачи и диетологи едины во мнении – фаст фуд бывает двух видов: вредный и очень вредный. Питаться им регулярно никак нельзя. Главная проблема состоит в том, что большая часть подобной пищи очень высококалорийна, содержит много жиров и мало витаминов. В первую очередь это касается гамбургеров. Так что всем любителям картошки фри, бигмаков и прочей шаурмы следует запомнить три простых правила, которые предлагают диетологи:

1. Не ешьте фаст фуд чаще, чем раз в неделю. А желательно делать это еще реже.
2. Опаснее всего для здоровья жирные и высококалорийные блюда (картофель фри, гамбургеры, сладкая газировка).
3. Если днем Вы ели фаст фуд, вечером обязательно нужно поесть нормально. Не стоит идти в ресторан быстрого питания на голодный желудок.