

«Жевательная резинка – вред или польза?»

Работу выполнила
ученица 4 «Б» класса
средней школы №8
г. Выборга
Тюфякова Виктория

Содержание.

1. Вступление.....	3-4
1.1. Обоснование актуальности выбранной темы.....	3
1.2. Цель.....	3
1.3. Задачи.....	3-4
2. Основная часть.....	5-8
2.1. История происхождения жевательной резинки.....	5
2.2. Состав жевательной резинки.....	5-6
3.3. Положительные и отрицательные воздействия регулярного жевания жевательной резинки.....	6
3.4. Анкетирование учащихся четвертых классов.....	7-8
5. Заключение.....	9-10
6. Литература.....	11

1.Вступление.

Мы жуем жвачку дружно.

А всегда ли это нужно?

Польза будет или вред?

Кто же даст нам всем ответ?

Наше здоровье – самое ценное, что у нас есть. Современный человек часто не прислушивается к своему организму. Всюду можно встретить школьников и даже взрослых людей, жующих жевательную резинку. Не каждый понимает, что это неприлично. Мы не можем представить себе Золушку, жующую на балу жевательную резинку.

Но с 20 века — это стало нормой. Во время учебных занятий, посещения театров, кино люди не расстаются со жвачкой. Главный минус жвачки — отрицательное влияние на здоровье.

Но тогда почему же мы ее жуем? Данная тема в современном мире довольно актуальна и мне стало интересно узнать: жевательная резинка, чего в ней больше – вреда или пользы? Этому я и посвятила свою работу.

1.2.Цель

Цель работы – выявить отрицательное и положительное воздействие жевательной резинки на организм человека.

1.3.Задачи

Для достижения цели, я поставила перед собой следующие задачи:

- проследить по литературным и прочим источникам историю возникновения жевательной резинки.
- изучить состав жевательной резинки.
- Провести физические опыты по изучению свойств жвачки
- выявить положительные и отрицательные воздействия регулярного жевания.
- провести анкетирование учащихся 4-х классов.
- дать рекомендации по рациональному использованию жевательной резинки.

- Сформулировать выводы

Таким образом, объект исследования – жевательная резинка различных производителей, а предмет исследования – отношение к жевательной резинке младших школьников.

Мною использованы следующие методы исследования:

1. Изучение специальной литературы и Интернет-источников.
2. Анализ состава жевательной резинки (по этикеткам разных жевательных резинок).
3. Анкетирование учащихся 4-х классов.
4. Беседа с врачом о положительных и отрицательных свойствах жевательной резинки.
5. Наблюдение.
6. Анализ полученных результатов.

2. Основная часть.

2.1. История происхождения жевательной резинки.

Первые жевательные резинки появились еще в древности. Индейцы жевали шерсть с медом для того, чтобы постоянно тренировать свои десны и жевательные мышцы. После открытия Колумбом Америки, вместе с табаком попали в Европу и прообразы современных жевательных резинок. Однако европейцы не смогли оценить всех достоинств постоянного жевания.

Второе рождение жевательной резинки произошло в США несколько веков спустя. Для жевания стали использовать еловую смолу. Для того чтобы хорошо разжевать этот материал приходилось его долго разогревать во рту, и это сдерживало распространение жевательной резинки.

В 1848 году лавочник Джон Кертис начал первым в мире производить жвачку. Он просто расфасовывал в бумажки кусочки смолы. Со временем Джон открыл три фабрики. Жевательная резинка не пользовалась большим спросом, так как она имела небольшой срок годности и теряла свой товарный вид от солнца, на жаре и холоде.

Спустя много веков в жевательные резинки стали добавлять сахар и ароматизаторы.

В 1939 году американский ученый Холлингворт доказал, что постоянное жевание снимает мышечное напряжение и стресс. С тех пор, она входит обязательно в паёк американских солдат.

2.2. Состав жевательной резинки.

Для того что бы понять, вред или пользу приносит «жвачка», нужно разобраться в ее составе. Стоит заметить, что на этапе возникновения жвачка была натуральным продуктом. Современная жевательная резинка полностью состоит из разных химических веществ.

Итак, в состав «жвачки» входит:

1. Латекс – это основа жвачки. Пока что признается безвредным. Однако полные исследования не проведены.

2. Ароматизаторы – могут быть натуральными и ненатуральными.

3. Вкусовые добавки

4. Красители – многие из них очень вредны. В состав популярных жвачек «Орбит» и «Дирол» входит Е 171, который вызывает заболевания печени и почек.

5. Подсластители: сахар – давно доказано, чем дольше его контакт с зубами, тем выше риск кариеса.

3.3. Положительные и отрицательные воздействия регулярного жевания жевательной резинки.

Прочитав много интересного материала о жевательной резинке, в ходе исследования было установлено, что жевательная резинка оказывает больше негативное влияние на организм человека, чем положительное.

Могу сказать, что жевание жвачки на пустой желудок может привести к гастриту и язве (без пищи желудок будет сам себя перерабатывать).

Некоторые наполнители могут вызывать аллергические реакции, особенно у детей.

У постоянно жующих детей может появиться неправильный прикус, ведь в детском возрасте происходит формирование ротовой полости.

Постоянное жевание приводит к выпадению пломб, а если в зубах есть трещины, то к дальнейшему их разрушению, а также «жвачка» негативно влияет на эмаль зубов.

Так же из-за «жвачку» ухудшаются мыслительные способности.

При правильном и рациональном жевании «жвачки» она может принести и пользу, например, жевательная резинка очищает полость рта после еды и освежает дыхание, стимулирует кровообращение в деснах и

укрепляет их. Жевательная резинка помогает избежать проблем с закладыванием ушей пассажирам самолёта.

3.4. Анкетирование учащихся четвертых классов

Но пользы так мало, поэтому я убедилась, что жевательная резинка больше вредна для детей, чем полезна. И я решила узнать, что думают ученики четвертых классов нашей школы о «жвачке» и знают ли они о ее вреде и пользе (Презентация к работе).

В опросе участвовало 43 человека, из них 17 девочек и 26 мальчиков. Результаты анкетирования я представила в диаграммах.

Задавая свой первый вопрос **«Любишь ли ты жевательную резинку?»**, я думала, что получу только положительные ответы, но оказалось, что любят жвачку не все.

На слайде видно, что 7 человек из 43 не любят жевательную резинку.

На вопрос «Как часто ты пользуешься жевательной резинкой?» большинство детей ответило, что «редко» (88% учащихся), а 2 учащихся (5%) – не жуют вообще. 3 детей (7%) жуют жвачку каждый день.

Самыми популярными жевательными резинками являются Орбит и Дирол. Их больше всего жуют ребята.

На вопрос «Полезна ли жевательная резинка?» большинство ответило «нет» (29 человек), 7 человек считают, что она полезна и ещё 7 человек не знают.

На вопрос «Знаешь ли ты о вреде жевательной резинки?» 22 человека из 43 ответили «да».

И на последний вопрос моей анкеты «Проглатывал ли ты когда-нибудь жевательную резинку?» 33 человек ответило: «нет», и 10 детей ответило «да», что очень печально, потому что жевательная резинка не способна перевариваться под влиянием основных пищеварительных ферментов. Поэтому, в случае, если проглоченная жевательная резинка не покинет

организм благодаря волнообразным сокращениям кишечника, её скопления будут представлять для организма серьёзную медицинскую проблему.

Таким образом, мы видим, что большинство учащихся знает, чем вредна жевательная резинка.

Я надеюсь, что моя работа помогла учащимся узнать все о пользе и о вреде жевательной резинки.

5. Заключение

В результате проведённого исследования по теме «Жевательная резинка: польза или вред» мною была достигнута цель исследования.

В результате моих исследований, я выяснила, что:

Жевательная резинка – это вид конфеты, которая состоит из латекса и различных вкусовых, ароматических добавок, которые оказывают вредное воздействие на организм человека.

Другие мои выводы после изучения темы о вреде жевательной резинки на организм человека стали:

1. из-за красителей отрицательно влияет на здоровье внутренних органов;
2. жевательная резинка разрушает зубы;
3. красители жевательной резинки вызывают аллергию;
4. проглоченная человеком «жвачка» не переваривается и наносит вред организму;
5. не способна очистить зубы от зубного налета.

Советы любителям «жвачки»:

- употреблять ее примерно с 5 лет и только белую (без красителей).
- жевать только после обеда и полдника и не более чем на 15 минут - иначе привычка жевать закрепится.
- нельзя жевать "жвачку" перед едой.
- "жвачку" ни в коем случае нельзя проглатывать. Она может принести вред желудку.

Для вечно «жующих», можно порекомендовать жевать фрукты или овощи. Во все времена было известно, что красивые и крепкие зубы у тех

людей, кто ест много овощей и фруктов. И дело не только в витаминах. Яблоки, морковь, капустная кочерыжка – твердые, они с усилием трут поверхность зубов при их пережевывании, благодаря этому эффективно их очищают. А еще пережевывание такой пищи массирует десны, что им только на пользу.

6. Литература

1. Электронная энциклопедия «Кругосвет»
2. Голубев В.Н. Пищевые и биологически активные добавки. – М.: Издательский центр. Академия, 2003
3. Справочник "Санитарные правила и нормы СанПин» по пищевым добавкам.
4. Дурейко Л.И. и др. «Всё о твоём здоровье», Минск, 2008г.
5. Кулинич Г.Г. «Вредные привычки: профилактика зависимости», изд. Москва Вако, 2008г.
6. Скурихин И.М., Нечаев А.П. Все о пище с точки зрения химика. – М.: Высшая школа, 1991. 287с.
7. Смирнов Е.В. Пищевые ароматизаторы и красители, пищевые ингредиенты. – 2001- вып.1, с 8-13.
8. Большая детская энциклопедия «Всё обо всём», изд. Москва АСТ, 2000г.
9. <http://www.sev-chem.narod.ru/Different/dobavky.htm>
10. <https://ru.wikipedia.org/wiki/Wrigley>
11. <https://am-am.su/507-e950-acesulfam-kaliya.html>