ქეთევან კოსტავა
მოსწავლის სამუშაო მასალა

საკითხავი მასალა

კოკა-კოლა და ჩიფსები, სასარგებლო თუ....?

ჩვენს დროში სულ უფრო პოპულარული ხდება სწრაფი კვების პროდუქტები. ასეთი პროდუქცია ხელმისაწვდომი და მოხერხებულია, განსაკუთრებით, დაკავებული ადამიანებისთვის, რომლებიც „გზად“ წაიხემსებენ და დროებით მოიკრებენ ენერგიას. ასეთი პროდუქტების რეალიზაციას რეკლამაც უწყობს ხელს, რომელიც მაცდურად გვითრევს. მაგრამ გვიფიქრია იმაზე, თუ რა მავნე შედეგი შეიძლება მოუტანოს ამ ერთი შეხედვით უვნებელმა და მიმზიდველმა პროდუქტებმა ჩვენს ჯანმრთელობას?

ყურადღებას შევაჩერებ ყველასათვის საყვარელ კოკა-კოლასა და ჩიფსებზე. დღეს წარმოუდგენელია ახალგაზრდა, რომელიც ხრაშუნა ჩიფსს სიამოვნებით არ აყოლებდეს კოლას. გაკვეთილებს შორის შესვენებებზე, კინოში, მგზავრობისას ხშირად ვყიდულობთ მათ და სიამოვნებით ვითვისებთ. მაგრამ მოდით, დავფიქრდეთ, გვიღირს თუ არა სიამოვნება იმ სავალალო შედეგად, რომელიც აუცილებლად მოჰყვება მსგავსი პროდუქციის სისტემატურ მიღებას. მათი მწარმოებელი კომპანიები და რეკლამის დამკვეთნი არასოდეს გვეტყვიან სიმართლეს ამ პროდუქტების მავნებლობის შესახებ. მათი მიზანი სხვაა, მაგრამ მომხმარებელს უნდა შეეძლოს ინფორმაციის მოძიება პროდუქციის შესახებ. თუ აღნიშნულ პროდუქტებში შემავალ ნივთიერებებს გავეცნობით, ადვილად მივხვდებით, რომ ჯანმრთელობისთვის მეტად საშიშ ინგრედიენტებთან გვაქვს საქმე.

მოკლედ გაგაცნობთ იმ ნივთიერებებსა და რისკფაქტორებს, რომლებიც თქვენთვის ეგზომ საყვარელ და პოპულარულ საკვებშია.

კოკა-კოლა: ორგანიზმში იწევს (ზევით) არტერიული წნევა, რადგან სისხლში შაქრის რაოდენობა მატულობს;

შარდმდენი ეფექტის წყალობით, ორგანიზმიდან გამოიდევნება კალციუმი, კალიუმი, მაგნიუმი - ეს ორგანიზმისთვის აუცილებელი ელემენტებია. მათი კლებით ორგანიზმი იფიტება, მატულობს გადაღლილობა, უენერგიობა.

ხშირი მიღების შემთხვევაში, ორგანიზმი შეიძლება იმდენად დაიცალოს კალციუმისგან, რომ ძვლების დაშლა, მოძრაობის პარალიზებაც კი გამოიწვიოს;

იწვევს შეჩვევას!

ჩიფსები: ჩიფსებში აღმოაჩინეს ნივთიერება, რომელიც კიბოს იწვევს, შლის დნმ-ს.

ჩიფსი მაღალკალორიულია, შეიცავს კანცეროგენებს, საშიშია გულისთვის.

*ტექსტი მომზადებულია **http://getmedic.ru/zdorovoe-pitanie/polza-i-vred/32492-kok-polza-i-vred**-ზე გამოქვეყნებული სტატიის მიხედვით.*

პროდუქტის დასახელება	დადებითი მხარე	უარყოფითი მხარე
Coca-cola		
ჩიფსი		

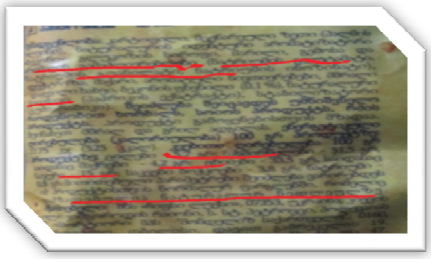
ქეთევან კოსტავა
მოსწავლის სამუშაო მასალა

ბარათები

N1

რა ნივთიერებებს შეიცავს?	
რომელი არ არის საკვები ნივთიერება?	

N2

	
რა ნივთიერებებს შეიცავს?	
რომელია საკვები ნივთიერება?	
რომელი არ არის საკვები ნივთიერება?	

N3

	თუ	
რომელი საკვებია უფრო ჯანსაღი და რატომ?		

N4

	# თუ	
კოკა-კოლაა ჯანსაღი თუ ნატურალური წვენი?		

1-ლი ვიდეო

კითხვები	სავარაუდო პასუხები
რაზეა ვიდეო?	
ვინაა ავტორი?	
რა სურს ვიდეოს ავტორს?	
რა ხერხებს იყენებს ამისთვის?	
როგორია მუსიკა? ფერები? კადრები?	
ვინ დარჩა მოგებული რეკლამით?	
შეიძლება ვენდოთ რეკლამას, თუ უნდა გადავამოწმოთ?	

მე-2 ვიდეო

კითხვები	**სავარაუდო პასუხები**
რაზეა ვიდეო?	
ვინ არის ავტორი?	
რა სურს ვიდეოს ავტორს?	
რა ხერხებს იყენებს ამისთვის?	
როგორია მუსიკა? ფერები? და ასე შემდეგ...	