

Исследовательский проект. Тема: «Сахар-вред или польза?»



Выполнила:

Тимофеева Эвелина- 5 лет,
воспитанница старшей группы
и мама Наталья
Владимировна

Руководитель:

Иванова Светлана Николаевна,
воспитатель старшей группы,
МБДОУ Детский сад «Теремок»

Цель: Развитие познавательно-исследовательской деятельности через организацию детского эксперимента


Задачи:

- 1. Ознакомиться с историей возникновения сахара.
- 2. Его видами и свойствами.
- 3. Изучить полезные и вредные свойства сахара.

Гипотеза: если мы изучим литературу по данной теме, то сможем с уверенностью сказать, если сахар употреблять в умеренных количествах, то он вовсе не вреден, а даже полезен

Объект исследования — сахар.

Методы исследования — изучение литературы, интернет источников, знакомство с предметом исследования, его историей и свойствами



Я взяла тему про сахар, потому что его очень люблю. Мне стало интересно: вреден или полезен сахар? Мне очень хотелось узнать, где впервые появился сахар, из чего его изготавливают, каких видов бывает сахар. А еще хотелось узнать, правда ли, что от него портятся зубы и почему его нельзя много есть.

История происхождения сахара

Родина сахара — Индия. Сахар появился в наших краях 150 лет тому назад и был доступен только богатым , так как стоил очень дорого и продавался в аптеках.

Коричневые сахарные крупицы приготавливали из сока сахарного тростника.

Намного позже, для производства сахара стали использовать и сахарную свеклу.



Виды сахара

1. Обычный сахар или сахар-песок
2. «Кусковым» называют сахар спрессованный в небольшие кубики. Рафинированный кусковой сахар называют «рафинадом».
3. «Леденцовый» и «каменный» сахар внешне очень похожи на карамель.

Мама купила в магазине два вида сахара:
Обычный сахар и кусковой белый.

Из твердого сахара мы
сделали пирамиду, из белого
рассыпчатого горку.



Полезные и вредные свойства сахара

О пользе сахара говорить достаточно сложно – уж очень много противопоказаний у этого продукта. Однако в результате последних исследований оказалось, что человеческому организму сахар необходим – в разумных дозах.

Сахар приносит как пользу, так и вред для человека. Сахар делает людей счастливыми. Обычный сахар обеспечивает организм необходимой энергией.

Сахар — важный ингредиент различных блюд, напитков, хлебобулочных и кондитерских изделий. Его добавляют в чай, кофе, какао; он главный компонент конфет и мороженого.

Сахар вреден для зубов, поскольку бактерии, содержащиеся в полости рта человека, превращают его в кислоты, которые разрушают зубную эмаль и способствуют появлению кариеса.

Сладкоежки практически всегда страдают кариесом, поскольку сахар повышает кислотность во рту и способствует разъеданию зубной эмали.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Опыт № 1

Рассыпчатый сахар я набрала в десертную ложку и насыпала в стакан с водой.



Потом я размешивала сахар и смотрела, как сахаринки плавают в воде.

Помешав сахар в стакане с водой, я ждала, когда он там растворится



Через две минутки сахар исчез - он растворится.

Опыт № 2

Состоянием сахара в твердом и рассыпчатом виде
На большое блюдо я сыпала сахар.



Я пробую сахар на вкус - он твердый и сладкий.



Опыт № 3

Термическая обработка сахара

. Мы с мамой насыпали сахар с сковородку и поставили на плиту, я стала его размешивать. Сахар нагревался, менял цвет, становился коричневым, жидкий и вкусно пах. Его можно переливать в любую форму, а затем остывает и приобретает ту форму, в которую его налили, он становится твердым. Вот так можно сделать леденцы, они становятся сладкими на вкус.



При застывании расплавленной сахарозы образуется прозрачная масса
– карамель.

Опыт № 4

Наблюдение за изменением состояния сахара после термической обработки

Жженный, горячий сахар я наливала с ложки в холодную воду

Вода становилась такого же цвета, как и сахар. Сахар становился холодным и застывал.



Опыт № 5

Изготовление из сахара карамели
В формочку - мы налили горячий
жженный сахар, я увидела, что
сахар может тянуться как ниточка.

Сахарные ниточки были тоненькие,
как невидимки и хрупкие

Когда сахар совсем застыл, у меня
получился леденец- коричневого
цвета.



Опыт № 6
Оценка вкусовых качеств сахара

На вкус леденец
оказался сладким
и вкусным



Вывод: Изучив положительные и отрицательные воздействия сахара на организм человека, я сделала вывод:

- без сахара обойтись невозможно, т.к. сахар стимулирует кровообращение в мозге;
- сахар не только лакомство, но и очень полезный продукт;
- употреблять сахар следует только в разумных количествах.
- содержится во многих растениях: в продуктах питания: овощи, фрукты, молочные продукты и т.д.,

Будьте здоровы!!!

