***Введение*.**

Сахар появился в наших краях 150 лет назад и был доступен только богатым слоям населения, так как стоил очень дорого и продавался в аптеках на граммы.
Сахар — это белый кристаллический порошок, вырабатываемый из сахарного тростника или сахарной свеклы.
Сахар-песок состоит из сахарозы и влаги, в воде растворяется полностью, не имеет постороннего привкуса и запаха, на вкус сладкий, на ощупь сухой.
Откуда же берется сахар? Сахар получают из сахарной свеклы, но не из той свеклы, которая растет в огороде на грядках и из которой мы варим борщ, а из особой — белой и сладкой свеклы. Наши прапрадедушки резали ее дольками и ели вместо сахара.
Когда такая свекла вырастает, ее убирают и везут на сахарный завод, где она перерабатывается в сахар. На заводе ее моют, режут на мелкие кусочки и варят в больших чанах. Вначале получается патока — сладкая жидкость. А потом ее нагревают, вода испаряется, а остаются лишь кристаллы сахара. Этот сахар отбеливают, и получается настоящий сахар, который мы видим у себя на столе.
Но сахар получают не только из сахарной свеклы, есть страны, где свеклу не выращивают. Но зато там растет чудесное растение, которое называют сахарный тростник. Из него-то и получают сахар. Этот сахарный тростник растет в Индии, на Кубе. Индийцы называли сладкие кристаллы, которые извлекали из сока сахарного тростника — «саккара», от древнеиндийского «саркара»( буквально: «гравий, галька, песок, сахарный песок»).
Чтобы получить тростниковый сахар, сахарный тростник рубят в щепки и, выжимая их, получают сладкий сок. Затем все это пропускается через серию испарителей. Так появляется тростниковый сахар.
Коричневый сахар — это тростниковый нерафинированный сахар. Он проходит лишь частичную обработку, сохраняя натуральный цвет и природный аромат. За счет оставшихся в сахаре мельчайших частиц тростника организм получает жизненно важную клетчатку, которая препятствует отложению жира.
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, глазурей, кремов и мороженого. Он служит консервантом для различных изделий из плодов и ягод — варений, джемов, желе.
Сахар вреден для зубов, поскольку бактерии, содержащиеся в полости рта человека, превращают его в кислоты, которые разрушают зубную эмаль и
способствуют появлению кариеса. Излишнее употребление сахара способствует появлению жировых отложений. Поэтому, сахар в больших количествах вреден для здоровья.

**ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИЙ**

**ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ПРОЕКТ**

**«СЛАДКИЙ ВОПРОС»**

(старший дошкольный возраст)

***Сроки проведения:*** краткосрочный

***Актуальность темы:*** Значение сахара для человека очень велико. Без продуктов, содержащих сахар, наш организм не смог бы существовать. Сахар, а именно глюкоза, играет важную роль в организме. Основная функция глюкозы - энергетическая. В организме многие ткани (мозг, клетки крови, мышцы и пр.) получают практически всю необходимую энергию за счет окисления глюкозы. Мы можем получать сахар, а, соответственно, и глюкозу, из различных растений, таких, как сахарная свекла, сахарный тростник и других.

***Гипотеза:*** если у сахара есть удивительные свойства, то их можно увидеть с помощью опытов.

 ***Цели проекта:*** изучить, закрепить, расширить, обобщить знания о сахаре и сладостях; о приносимой ими пользе и вреде.

 ***Задачи проекта:***

1. Формирование элементарных представлений о свойствах сахара.

2. Пронаблюдать удивительные свойства сахара на опытах.

3. Познакомить с историей создания, с производством хорошо известных сладостей, показать их природное происхождение шоколад, сахар, мороженое, конфеты.

4. Познакомить с процессом приготовления изделий, привлечение к выпечке пирогов, развитие трудовых навыков .

 5. Рассказать о пользе и вреде сладостей.

6. Показать многообразие сладких блюд, которые мамы могут приготовить своими руками, воспитывать уважение к маме, её труду, который направлен на заботу о ребёнке; развивать эстетический вкус.

7. Развивать любознательность, познавательную активность .

***Выполнили***:

Тесликова Мира и мама, Тесликова Любовь Александровна.

г. Серпухов МДОУ детский сад №23 «Радость»

Меня зовут Тесликова Мира, я очень хорошая, добрая и любознательная девочка!

Я очень люблю сахар и всё сладкое. Мне стало интересно: вреден или полезен сахар? Мне очень захотелось узнать, где впервые появился сахар, из чего его изготовили, каких видов бывает он. А ещё хотелось узнать, правда ли, что от него портятся зубы и почему нельзя его много есть.

***Цель:***

 Изучение положительных и отрицательных воздействий сахара на организм человека.

***Задачи исследования:***

Ознакомиться с историей возникновения сахара его видами и свойствами.

Изучить полезные и негативные свойства сахара.

***Методы и приемы исследования:***

 Беседа со взрослыми, наблюдения, эксперименты, просмотр презентаций, телепередач.

***Гипотеза исследования***: если я изучу литературу по данной теме, то смогу с уверенностью сказать, если сахар употреблять в умеренных количествах, то он вовсе не вреден, даже полезен.

 ***Актуальность*** работы заключается в том, что я попыталась узнать самое интересное о свойствах сахара.

Ход:

Что же это за песочек,
Сладок с ним у нас чаёчек,
В каждой кухне проживает,
Всем хозяйкам угождает. (сахар)

***История*** происхождения сахара : Сахар – бытовое название сахарозы. Родина сахара – Индия. В Европе сахар был известен ещё римлянам. Сахар появился в наших краях 150 лет тому назад, стоил очень дорого. Коричневые сахарные крупицы приготавливали из сока сахарного тростника и ввозили в Европу из Индии. Намного позже, для производства сахара стали использовать и сахарную свеклу.

***Виды сахара:***

Сахар который можно найти в каждой семейной сахарнице, называют просто – обычный сахар или сахар – песок; «Кусковым» называют сахар, спрессованный в небольшие кубики. Рафинированный кусковой сахар называют «рафинадом». «Леденцовый» и «каменный» сахар внешне очень похожи на карамельки.

***Полезные свойства***

Человеческому организму сахар необходим в разумных дозах. Углевод в чистом виде. Основной поставщик энергии для организма Природный сахар полезный, он преобразуется в глюкозу и отлично усваивается.

 ***Вредные свойства:***

В нём нет не единого витамина, минеральных веществ, клетчатки. Много калорий. Сахар вреден для зубов, сахар в больших количествах вреден для здоровья.

***Мои опыты.***

**Опыт 1**. *«Где сахар?»*

**Цель:** узнать, куда исчез сахар при растворении в воде.
**Материалы:**чай, ложка сахара.
**Ход опыта.**
Я люблю пить чай с сахаром, мама положила мне в кружку одну ложку сахара, налила воды, мне захотелось съесть сахар, но его не оказалось, мне стало интересно, куда он делся? Как это проверить? Я попробовала на вкус, вода оказалась очень сладкой, почему?
**Вывод.** Сахар растворяется в воде, вода изменяет сой вкус, становится сладкой.

**Опыт 2.***«Сахарное стекло»*

**Цель:** узнать, что происходит с сахаром при нагревании, остывании.
**Материалы:** кастрюля, сахар, газовая плита, ложка.
**Ход опыта.**
Я увидела леденцы и спросила у мамы, из чего их можно сделать. Мы с мамой насыпали сахар в кастрюлю и поставили на газ (на огонь), я увидела, что при нагревании, он меняет форму, становится жидким сиропом, 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.
**Вывод:**
Сахар при нагревании становится жидким, при остывании твердым, но вкус не изменяется.

**Опыт 3.***«Кристаллы сахара»*

**Цель:**узнать, как образуются кристаллы сахара.
**Ситуация:** На день рождения мама украсила торт красивыми белыми палочками, они были похожи на кристаллы. Мы очень удивились, и я спросила маму, а где можно купить эти белые палочки. Мама сказала: я тебе все покажу, попробуй на вкус. Я попробовала – они были сладкие как сахар.
**Ход опыта.**
В горячую воду добавляем быстро сахар, размешиваем, чтобы вода не успела остыть, закрепить нить на середине карандаша, карандаш поместить над стаканом, а нить погрузить в стакан и убрать в прохладное место. Нить в течение недели обрастала сладкими, белыми кристаллами, вода испарялась, а сахар оставался на нитях, превращаясь в кристаллы.
**Вывод:** Сахар превращается в кристаллы.

При проведении опытов я узнала, что сахар изменяет форму, растворяется в воде, превращается в кристаллы. Так же я узнала, что сахар используют для приготовления различных блюд, его используют в конфеты, крема, мороженое, варенье, джем.
Я узнала о пользе сахара, он обеспечивает организм необходимой энергией, делает людей счастливыми.
Еще я узнала, что сахар приносит вред зубам – разрушает зубную эмаль, излишнее употребление сахара способствует появлению жировых отложений.

Тема про сахар была очень интересна. И мне в дальнейшем хотелось бы узнать, как люди изготавливают разные конфеты, торты, варенье и тд.

Список использованной литературы:

Журнал « Мурзилка», « Полезное лакомство», №4 автор А. Семенова,2010 год. Коннашкова И.П. Сахар: вред или польза? – М.:Крук,2007, 107 107 с. Абросимова Д. Сладкая правда. Интернет источники.