**Исследовательский проект «ВКУСНАЯ ОПАСНОСТЬ»**

**1. Здравствуйте! Меня зовут Суканов Кирилл, мне 5 лет.**

Как вы уже догадались, речь пойдёт о сладостях, а точнее - о конфетах.

Я представляю вам свой проект, который называется: **«Вкусная опасность».**

«Конфета бывает простой и с помадкой,
Немного с кислинкой и приторно-сладкой,
В обёртке блестящей и мало приглядной,
Клубничной, малиновой и шоколадной.
И мягкой, и твёрдой, и даже тягучей,
Бывает орешков в ней целая куча.
И каждый, кто пробовал, сам понимает:
Ненужной она – никогда не бывает!»

**2. Актуальность:**  Я и все мои друзья – любим конфеты.Представить себе нашу жизнь без конфет очень сложно. Самые любимые детские праздники - День рождения и Новый год - не обходятся без конфет. Но мы часто слышим, о том, что конфеты вредны для здоровья наших зубов.

Я решил разобраться в этом вопросе и выяснить, когда человек начал лакомиться конфетами, насколько они полезны или вредны для здоровья зубов? И какие же конфеты являются самыми вредными? Я поставил

**3. Цель:** Выяснить, все ли конфеты одинаково влияют на здоровье наших зубов.

Для достижения своей цели я поставил следующие

**Задачи:**

* Собрать информацию по данной теме.
* Опытным путём узнать о влиянии употребления разных видов конфет на здоровье зубов.
* Разработать правила выбора конфет, наименее вредящих здоровью зубов.
* Обобщить полученные наблюдения.

**5. Гипотеза исследования:** я предположил, что не все конфеты одинаково влияют на здоровье наших зубов.

**6. Я** посетил зубной кабинет. Врач-стоматолог проверил мои зубы и рассказал о главной болезни зубов – кариесе, причине его возникновения.

**7. В** интернете мы посмотрели значение слова «конфеты» - это сладкие кондитерские изделия, изготовленные из сахара, шоколада, засахаренных фруктов и других продуктов.Самые первые конфеты появились в Египте. Поскольку сахар в то время еще не был известен, вместо него употребляли финики и мед. В Древней Руси их делали из кленового сиропа, патоки и меда.

**8. Для эксперимента** мы взяли несколько видов конфет:обычная карамель, карамель леденцовая «Ломтик», кислая леденцовая карамель с содержанием соды «Шипучка», ирис «Золотой ключик», шоколадная конфета «Южанка», плитку горького шоколада.

И распределили ихпо разным признакам.

**9. *1)По составу.*** С помощью лупы рассмотрели состав каждой конфеты. Основные продукты натурального происхождения – сахар, патока, какао-порошок, масло сливочное, растительное, молоко, ягоды. В некоторых содержатся красители, лимонная кислота, сода, ароматизаторы – они отрицательно влияют на здоровье наших зубов.

**Вывод:** чем больше в конфетах вредных веществ, тем опасней они для наших зубов и нашего здоровья.

**10. 2)  *По длительности нахождения конфеты во рту во время ее употребления.***

Я опытным путём выяснил, что дольше всего во рту, пока ешь, находится леденцовая карамель, а это значит, что леденец — наиболее вредная для зубов конфета. Менее вредной оказалась шоколадная конфета, она меньше времени находилась во рту.

**Вывод:** Чем дольше конфета находится во рту, тем опасней она для здоровья наших зубов.

**11. *3) Следующий эксперимент*** я провел для того, чтобы точно узнать, какая же конфета является самой вредной.

**12.** Для этого я приготовил растворы конфет.

**13.** Чтобы не навредить своим зубам, для эксперимента я использовал куриные яйца - в их скорлупе тоже содержится кальций. Погрузил в приготовленные стаканы с растворами конфет и оставил на несколько дней для наблюдения.

На первом месте оказался леденец «Шипучка», ведь в нем содержится лимонная кислота, которая очень вредна для здоровья зубов и сода.

На втором месте «по вредности» - кислый леденец. На третьем – обычная карамель.

На четвертом – ириска «Золотой ключик». На пятом - шоколадная конфета. А в растворе «Горький шоколад» скорлупа яйца осталась целой, даже по истечению 10 дней. К тому же, из интернета, мы узнали, что какао, содержащееся в горьком шоколаде, наоборот, защищает зубы от возникновения кариеса, лечит кашель.

**Вывод:** Чем быстрее по времени разрушится скорлупа яйца в определенном растворе конфеты, тем губительнее эта конфета для зубов.

**14. Мы разработали правила выбора конфет.**

Конфета:

* Должна как можно меньше по времени находиться во рту, пока ее ешь.
* Не должна быть кислой.
* Не должна прилипать к зубам и быть твёрдой.
* Должна содержать мало сахара.
* Может содержать много какао.
* Может содержать фрукты, ягоды или сухофрукты – натуральные продукты.

**Вывод:** осознанно подходить к выбору конфет, менее вредных для здоровья зубов.

**15. Итог исследования:**

В результате исследования я пришёл к выводу, что не стоит совсем отказываться от сладкого. Сладкое даёт бодрость, способствует работе мозга, дарит положительные эмоции. Но необходимо следить за количеством съедаемых конфет. По совету специалистов в день можно съесть 2-3 конфетки или одну полоску шоколада. Соблюдать правила выбора конфет. Обязательно полоскать рот чистой водой после конфеты, чистить зубы и посещать зубной кабинет. Значит, моё предположение о том, что не все конфеты одинаково влияют на здоровье наших зубов, подтвердилось.

**Перспектива проекта:** В дальнейшем я планирую узнать – можно ли приготовить конфеты в домашних условиях.

**16. Спасибо за внимание!**