**"Газированная вода - польза или вред"**



**Актуальность исследования.**

Что такое газированная вода?

Очень часто от родителей мы слышим такие слова: «Газировка вредна, пить ее нельзя». Почему же в магазинах продают газированную воду? Все ли люди думают так же, как наши родители? А может быть, они просто не хотят нам ее покупать? Все эти вопросы наверняка не раз задавали своим родителям дети. Мы решили проверить, вредна ли газировка на самом деле.

Некоторые любит чай, кто-то сок, кто-то кофе или просто воду. А вот в нашей группе оказалось очень много любителей газированной воды.

В настоящее время так часто говорят о здоровом образе жизни, о правильном питании, введение в рацион здоровых напитков и натуральных продуктов и потребление их в свежем виде, так как в них содержится много минеральных веществ, микроэлементов, витаминов, необходимых для роста молодого организма.

Мы считаем, что данная тема очень популярна и актуальна. Многие дети очень любят чипсы, газированную воду и готовы есть это очень часто. Потом часто болеют, и не знают причины своих болезней. Возможно, когда мы поделимся результатами своего исследования, кто-то задумается, стоит ли употреблять газировку так часто, как ему хочется.

Общеизвестно, что наш организм состоит на 80% из воды, запас которой мы пополняем ежедневно. Только вот как мы это делаем? Вернее, «правильную» ли жидкость мы вливаем в себя, чтобы обеспечить нормальную жизнедеятельность? Чай, кофе, соки, компоты или же просто вода – речь пойдет не о них. А о газировке.

Несколько лет тому назад газированная вода в нашей стране представляла собой очищенную через фильтры воду, которую после насыщали углекислым газом. Сегодня на прилавках магазинов существует множество видов газированной воды, однако, что на самом деле о ней нам известно? Что же обозначает слово газировка? Мы посмотрели значение этого слова в толковом словаре Ожегова.

«Газированные напитки – это напитки, насыщенные углекислым газом, отличающиеся своеобразным приятным вкусом».

**Проблема**: у детей не достаточно знаний о том, что газированные безалкогольные напитки отрицательно влияют на здоровье человека.

**Гипотеза исследования:** если в процессе реализации проекта будут использованы различные наглядные доказательства отрицательного воздействия газированных напитков на здоровье детей и проведена опытно – экспериментальная работа, то дети смогут самостоятельно доказать достоверность данного предположения.

**Объект исследования:**  информация о газированных напитках.

**Предмет исследования:** газированная вода.

**Цель исследования:** узнать, как влияет газированная вода на организм человека.

**Задачи исследования:**

1. Что такое газированная вода?

2. Кто её придумал?

4. Из чего состоит газировка?

5. Как влияет газировка на зубы и кости?

6. Как влияет газировка на желудок?

**Участники проекта:** воспитатель, родители, дети подготовительной группы.

**Срок реализации:** две недели.

**Тип проекта:**  исследовательский.

**По продолжительности** **:** краткосрочный.

**Планируемый результат:**

* Знакомство детей с видами газированной воды и ее составом; влияние ее на здоровье человека;
* Путем экспериментальной деятельности, доказано,  о вреде газированной воде.