**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ**

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«ДЕТСКИЙ САД «РОМАШКА»**

**Всероссийский конкурс исследовательских работ и творческих проектов дошкольников и младших школьников «Я – исследователь»**

**Секция: *«Естественно-научная: живая природа»***

**Тема: «Лимон-волшебник»**

**Автор:** Лейнвальд Полина, 5 лет

**Руководитель:** Медвецкая Ольга Александровна, воспитатель

рп. Усть - Абакан, 2021

Содержание

[Введение 3](#_Toc61993241)

[1. Основная часть 4](#_Toc61993242)

[1.2. Теоретическая часть 4](#_Toc61993243)

[1.3. Легенда о лимоне 4](#_Toc61993244)

[1.4. История появления лимона 5](#_Toc61993245)

[1.5. Лимон и здоровье 5](#_Toc61993246)

[1.6. Лимон и красота 6](#_Toc61993247)

[1.7. Лимон и кулинария 6](#_Toc61993248)

[1.8. Лимон в быту 6](#_Toc61993249)

[2. Практическая часть 8](#_Toc61993250)

[Заключение 9](#_Toc61993254)

[Список использованной литературы 10](#_Toc61993255)

# Введение

Каждый раз, когда мама идет в магазин за покупками, то обязательно покупает несколько лимонов. Дома она выкладывает их на красивое блюдо, и вид этого цитруса всегда поднимает нам настроение. Помимо этого, лимон наполняет дом фантастическим ароматом.
 В нашем детском саду тоже часто дают чай с дольками лимона. И тогда я решила выяснить, почему именно лимоны? Чем они так полезны и где их еще можно использовать?
 Цель моей исследовательской работы:познакомиться с ролью лимона в жизни человека и узнать его полезные свойства.
Для достижения цели необходимо выполнить следующие задачи: 1. Познакомиться с историей появления лимона.
 2. Изучить состав фрукта.
 3. Узнать широту применения лимона.
 **Предмет исследования** – лимон.
 **Гипотеза исследования:** лимон обладает не только профилактическими свойствами для организма человека, но и рядом других полезных достоинств и особенностей.

# Основная часть

# 1.2. Теоретическая часть

 **Лимон**– вечнозелёное субтропическое дерево высотой от 3 до 7 м семейства рутовых, с колючими ветками и яркими белыми цветками с фиолетовым венчиком. Выращивают их повсюду в странах субтропического природного пояса.
 Многочисленные сорта лимона в культуре делят на **две группы:**
 - древовидные (высокорослые — до 6 м высотой — деревья; плоды образуются в глубине кроны);
 - кустовидные (небольшие (до 3—4 м высотой) кусты с менее густой кроной; плоды образуются на концах ветвей).
 Кустовидные сорта менее урожайны, чем древовидные.
 Листья кожистые, зелёные, длиной 10—15 см, шириной 5—8 см. Цветки пазушные, одиночные или парные.
 Плод длиной 6—9 см, диаметром 4—6 см, яйцевидный или овальный, к обоим концам суженный, с соском на верхушке, светло-жёлтый, с трудно отделяющейся бугорчатой или ямчатой коркой, содержащей множество желёзок с эфирным маслом.
 Внутренняя часть плода с несколькими гнёздами. Семена яйцевидные, жёлто-зелёные или белые, в разрезе зеленоватые.
 Мякоть составляет около 60 % веса плода, корка — около 40 %.

# Легенда о лимоне

 Однажды любимый слуга одного из кавказских царей за какую-то провинность попал в немилость. Разъяренный повелитель велел немедленно посадить своего слугу в тюрьму и приказал стражникам кормить заключенного только одним видом пищи.
 На вопрос, каким именно, владыка, смилостивившись, ответил: "Пусть выбирает сам".
 Заключенному ничего не оставалось делать, как исполнить царскую волю. И он ее выполнил, попросив давать ему только. лимоны. А недоуменным стражникам пояснил: "Аромат лимона будет веселить мне мысли, кожура плодов и зерна будут полезны для моего сердца, в мякоти же лимона я найду себе пищу, а соком буду утолять жажду".

# История появления лимона

Лимон – первый цитрусовый, о котором написано в древних хрониках. Как же он появился в Европе? Когда и кем был выведен этот ароматный фрукт?
Лимон сегодня знают и широко используют во всем мире. Благодаря плотной кожуре он достаточно долго хранится и не теряет при этом витаминов и вкусовых свойств. До сих пор точно не известна родина этого удивительного цитрусового, однако большинство ученых сходится во мнении, что лимон впервые появился в Индокитае. Он считается продуктом скрещивания двух других видов цитрусовых: померанца и цитрона.
 Первые упоминания о лимоне относятся к древнеримскому периоду. Именно о лимоне рассказывает историк Плиний Старший в своей «Естественной истории». Плиний утверждает, что лимон обладает целебными свойствами и был выведен между девятым и шестым столетием до нашей эры. на территории современных Ирана и Азербайджана. А это означает, что кислый цитрон и сладкий померанец были давно известны и весьма популярны еще в древнем мире. Первое же упоминание о лимонном дереве встречаем в китайских летописях XX и позже XII века. С этого времени мы можем быть уверены, что лимон – такой, каким мы его знаем сегодня, – выращивали в Китае и даже продавали за рубеж. К примеру, в хрониках есть данные о торговле лимонами с Египтом в 1100-х годах. Египетские источники того периода содержат рецепты лимонада, а точнее лимонной воды с сахаром, которую египтяне успешно экспортировали во многие средиземноморские государства.
 И сегодня лимоны очень популярны в Средиземноморском регионе. Разумеется, их очень любят и в Турции. В приморских городах в саду практически каждого дома растет хотя бы одно лимонное дерево.

# 1.5. Лимон и здоровье

Учёные утверждают, что ни одно растительное средство не может соперничать по своим свойствам с лимоном. Действительно ли это так? С этим вопросом я обратилась к детскому врачу Филиповой Наталье Владимировне и узнала, что лимон выполняет следующие действия:

– укрепляет иммунитет человека;
 – ускоряет заживление ран, ожогов, кровоточащих дёсен;
 – помогает избежать простудных заболеваний и ускоряет излечение;
 – предохраняет организм от многих вирусных заболеваний;
 – повышает эластичность и прочность кровеносных сосудов;
 – помогает очистить организм от токсинов;
 – предотвращает авитаминоз и гиповитаминоз.

# 1.6. Лимон и красота

 Лимон широко применяют как косметическое средство:
 – лимонная вода смягчает и отбеливает кожу лица;
 – сок лимона заживляет трещины на коже, уменьшает ломкость ногтей; хрупкие, ломкие ногти можно укрепить ванночками из теплого растительного масла, в которое добавляется несколько капель лимонного сока.

#  1.7. Лимон и кулинария

 В качестве пряности лимон употребляют:
 – в различных фруктовых салатах, сладких блюдах, печеньях, соусах;
 – лимонным соком улучшают вкус различных блюд;
 – лимоны применяют для приготовления варенья, кремов, сиропов и напитков.
 Лимонные дольки — красивое украшение вторых блюд. Очень вкусны лимонные торты и пироги.

# 1.8. Лимон в быту

 Использование лимона в быту поможет лимон и при уборке в доме. Так фарфоровые вазы можно вымыть холодной водой с добавлением лимонного сока. Они будут блестеть яркими красками, как новые. Краны в ванной тоже засверкают от чистоты, если почистить их цедрой лимона, вымыть мыльной водой и протереть сухой тряпкой. При помощи лимона можно вернуть блеск металлическим кастрюлям.

 1.9. Интересные факты о лимоне

 Изучив много литературы, мы вместе с детьми узнали
интересные факты, связанные с лимоном.
 Факт №1: Соль и лимон
 Если вы пересолили блюдо, не спешите разбавлять его водой — это испортит его вкус.
 Добавьте лимонный сок и вкус блюда станет вновь приятным.
Правда полезным такое блюдо не назовёшь: ведь избыток соли, и кислоты никогда не идут на пользу здоровью.
 Факт №2: Парное выступление
 На торжественных обедах чернику принято подавать только в паре с лимоном.
 Дело в том, что черника мгновенно окрашивает зубы и язык в чёрный цвет, лимон же выступает в качестве спасителя — он очищает зубы и язык от черноты черники.
 Факт №3: «Индийские яблоки»
 Из похода на Индию один путешественник привёз плоды лимонов,
которые у нас в России стали называть «индийские яблоки».
Вкус у тех лимонов был такой, что их ели не морщась, то есть, они были сладкими.
 Факт №4: Помогает выспаться
 Лимон помогает побороть бессонницу и весеннее плохое настроение.
Однако для этого нужно в течение всего дня съесть целый лимон.
 **Советы:**

1. Попробуйте начинать день с чашки тёплой воды с лимонным соком, т.к. он бодрит и повышает иммунитет.
2. Запах лимона способен повысить работоспособность, снизить сонливость. И если разложить кусочки лимона в классе, это окажет благоприятное воздействие на учеников.
3. Подружитесь с лимоном, пользуйтесь народными средствами и полезными советами, доверяйте волшебной силе лимона .
4. При чаепитии с лимоном соблюдайте этикет*.*
5. Надежный лекарь избавит вас от старых болезней и убережёт от новых.
***Будьте здоровы***

# Практическая часть

###  Опыт №1. «Чай с лимоном» ****Цель:**** Узнать, как ведет себя лимон с натуральным красителем чая, который меняет цвет наших зубов. ****Гипотеза:**** Предположим, что лимон из-за своей кислоты, обесцвечивает цвет чая. Я взяла 2 кружки и налила в них крепкий чай. После этого, я положила в одну из кружек кусочек лимона. ****Вывод:**** наша гипотеза подтвердилась.Лимон обесцветил чайную окраску, тем самым защитил наши зубы от появления на них желтоватого оттенка.

###  Опыт №2. «Лимон – пятновыводитель» ****Цель:**** Узнать, как ведет себя лимон с пятнами на ткани, одежде. ****Гипотеза:**** По результату предыдущего опыта, мы увидели, что лимон может выбеливать цвета. Значит, он может помочь вывести некоторые пятна. Я взяла йод и капнула на ватный диск. Затем выжала несколько капель лимонного сока на йодное пятно. Пятно исчезло. ****Вывод:**** наша гипотеза подтвердилась.Лимон может помогать выводить некоторые пятна с одежды, без применения химических веществ.

### Опыт №3. «Засекреченное послание» ****Цель:**** Узнать, как ведет себя лимон при нагревании. Я выжала несколько капель лимона, взял ватную палочку и нарисовала на листе солнышко. Но рисунок мой не был виден и, поэтому, я стала нагревать мой рисунок перед лампой. Сначала ничего не было видно, а затем мой рисунок нагрелся и проявился. ****Вывод:**** Лимонный сок при нагревании приобретает желтый оттенок на бумаге. Наше «послание» оказалось рассекреченным. Опыт можно применить в игре.

#  Заключение

Оказывается, что лимон является волшебным, загадочным, таинственным и полезным фруктом.

 Ни один фрукт не может соперничать по своим целебным свойствам и волшебной силе с лимоном. Его применение не ограничивается только сферой питания, а распространяется в области медицины, косметологии, кулинарии и домашнего быта.

.

#

# Список использованной литературы

1. Бронников А.Ю. «Учитель Иванов. Жизнь и учение.» Барнаул, 1996 год .-224с.

2. Рыбакова А. « Чудесное и замечательное водолечение холодной и горячей водою» Москва ,1998 год - 347 с.

3. Глас Д. «Жить до 180 лет. » - Минск ,1994 год -364 с.

4. Грегор О. «Жить не старея.» -Москва ,1992 год -270 с.

5. Ю. Артюхова «Как закалить свой организм» Изд. «Харвест» Минск 1999 год.

6. Е.Г. Мильнер «Формула жизни» Изд. «Физкультура и спорт» Москва 1991 год.