введение

 Здоровый образ жизни предполагает здоровое питание, включающее широкий ассортимент овощей и фруктов. Существует множество диет, используемых в зависимости от того, какое заболевание есть у человека. Очень часто у школьников при врачебном осмотре выявляются заболевания желудочно - кишечного тракта. Например, такие, как гастрит с повышенной или пониженной кислотностью. Поэтому, когда человек с повышенной кислотностью желудочного сока питается пищей, содержащей большое количество кислоты, он испытывает дискомфорт.

Мы часто сталкиваемся с проблемой определения кислотности среды в домашних условиях( при консервировании, приготовлении салатов, соусов). Поэтому применение продуктов питания в качестве индикаторов степени кислотности является особенно **актуальным**.

**Цель исследования:**

определить продукты питания, которые могли бы выполнять роль индикаторов степени кислотности среды

**Задачи исследования:**

1.Найти продукты питания, которые могут изменять цвет в разных средах

2.Создать индикаторную шкалу для определения кислотности среды, используя продукты питания

Цель и задачи определили **гипотезу** исследования:

 существуют продукты питания, которые можно использовать в качестве рН индикаторов.

**Методы исследования:**

1.Анализ научной литературы

2.Химические эксперименты

3.Наблюдение