



# «ПИТЬ ИЛИ НЕ ПИТЬ ГАЗИРОВАННЫЕ НАПИТКИ?»

**Автор проекта:**  
Соломонова Екатерина,  
ученица 8 «Б» класса  
МОУ СОШ №50.

**Руководитель проекта:**  
Сащенко  
Римма Михайловна,  
учитель биологии и  
экологии  
МОУ СОШ №50.

**Цель работы:** Убедиться в отрицательном влиянии газированных напитков на физическое здоровье человека.

**Задачи исследования:**

1. Получить общие сведения о газированных напитках.
2. Провести эксперимент, доказывающий, что газированные напитки - синтетический продукт и имеют агрессивную природу.
3. Изучить состав наиболее употребляемых газированных напитков.
4. Провести анкетирование учащихся.

**Объект исследования:** газированные напитки.

**Предмет исследования:** ингредиенты газированных напитков и их влияние на здоровье человека.

**Гипотеза:** Газированные напитки отрицательно влияют на здоровье человека.

**Методы исследования:**

1. Контент - анализ по данной теме.
2. Определение химического состава.
3. Анкетирование.
4. Маршрутный метод.

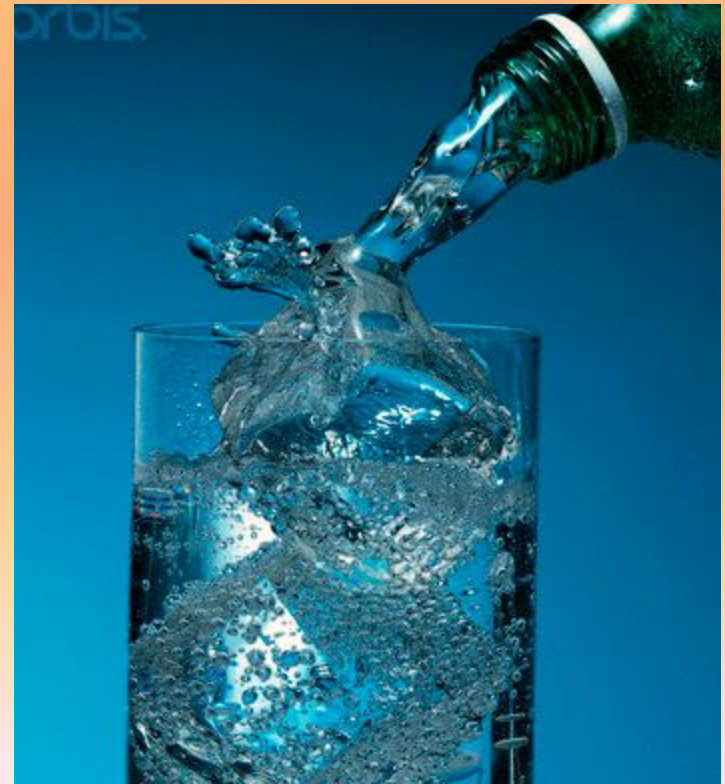
## Общие сведения о газированных напитках.

О целебных свойствах минеральных вод с газом знали уже четыре тысячи лет назад в Древней Греции и Древнем Риме. Великий учёный Гиппократ в своём трактате «О воздухах, водах и местностях» пишет о том, что больных лечили в купелях при храмах. Греческие жрецы строго охраняли свои тайны, оберегая целебную силу минеральной воды. Открытие секрета газированной воды было таким же неожиданным, как и большинство великих открытий. Английский учёный Джозеф Пристли (1733-1804г.) живя по соседству с пивоварней и наблюдая за её работой, заинтересовался, какого рода пузырьки выделяет пиво при брожении. Тогда он погрузил два контейнера с водой над варящимся пивом. Через некоторое время вода зарядилась пивным углекислым газом. Попробовав получившуюся жидкость, учёный был поражён её неожиданно приятным резким вкусом и в 1767 году он сам изготовил первую бутылку газированной воды. В 1832 году молодой иммигрант из Англии Джон Мэтьюс принялся выпускать в Нью-Йорке вполне приличные сатураторы. Таким образом, производство искусственной газированной воды стало набирать обороты. Стали появляться фирмы, которые выпускали различные газированные напитки с различными вкусовыми добавкам.



## Значение газированных напитков.

Как лето без солнца, так и наша жизнь невозможна без напитков. Кто-то предпочитает утолять жажду прохладным чаем, кто-то минеральной водой или квасом. Но сладкие безалкогольные напитки уверенно держат пальму первенства. Лимонад – это обобщенное название сладких фруктовых или ягодных, чаще газированных напитков. Они обладают прохладительными свойствами и с удовольствием употребляются как детьми, так и взрослыми. Хотя напитки популярны круглый год, но в жаркое время спрос на них существенно возрастает.

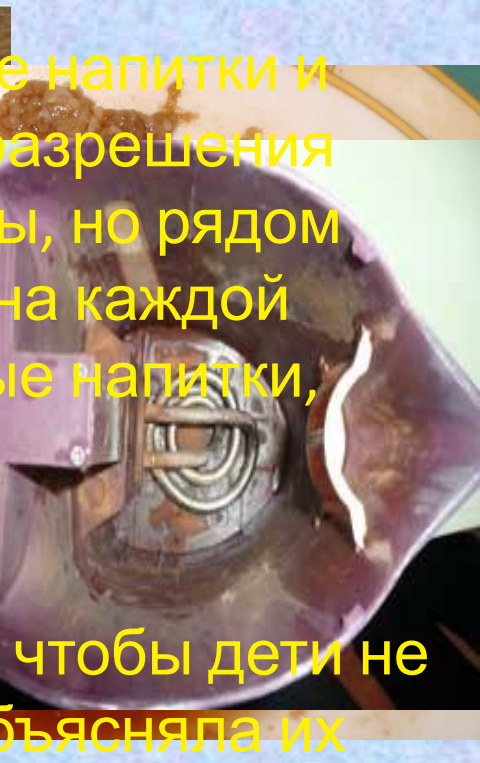
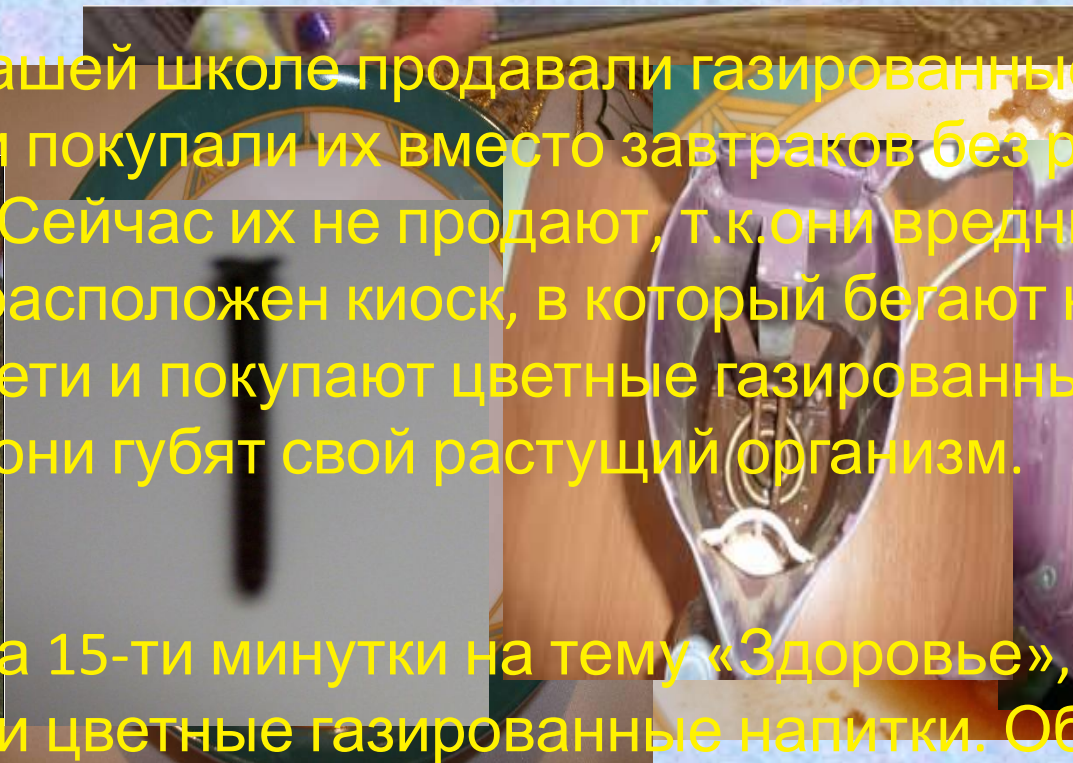
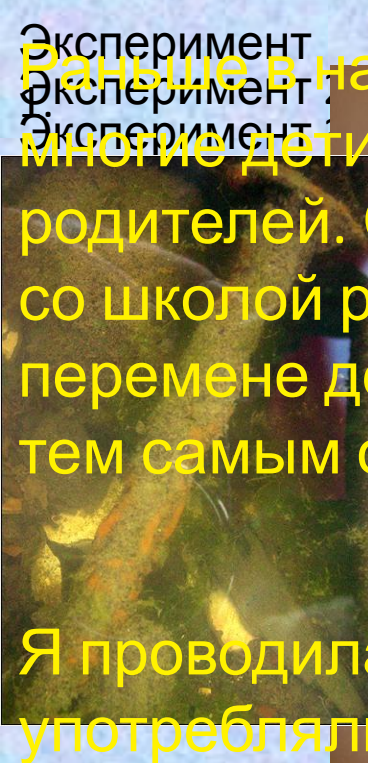


**Мои исследования.**

**Эксперимент, доказывающий, что газированные напитки – синтетический продукт и имеют агрессивную природу.**

**Раньше в нашей школе продавали газированные напитки и многие дети покупали их вместо завтраков без разрешения родителей. Сейчас их не продают, т.к.они вредны, но рядом со школой расположен киоск, в который бегают на каждой перемене дети и покупают цветные газированные напитки, тем самым они губят свой растущий организм.**

**Я проводила 15-ти минутки на тему «Здоровье», чтобы дети не употребляли цветные газированные напитки. Объясняла их вредное влияние на здоровье людей. Дети экологически необразованны, им нужно постоянно объяснять какие продукты они пьют, родители покупают им цветные газированные напитки не зная о последствиях.**



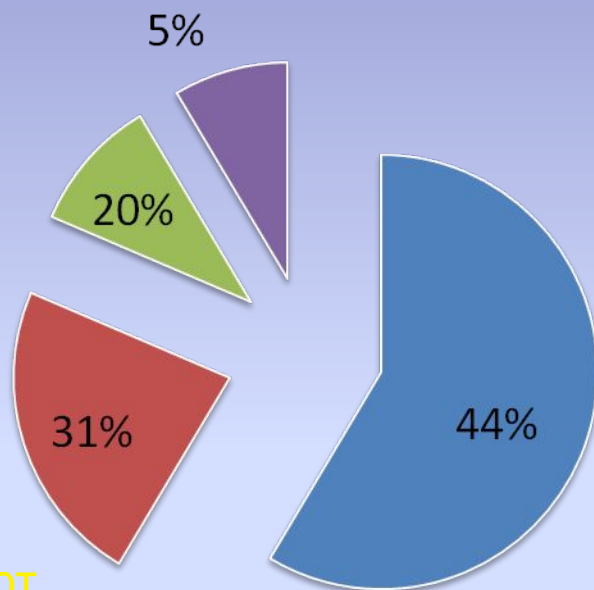


*Внешний вид  
драже Mentos до  
и после реакции*

## Опрос учащихся МОУ СОШ №50.

Я провела опрос среди учащихся МОУ СОШ №50 7-8-9-10-11 классов с целью выяснить количество учеников, которые употребляют газированные напитки и как часто они это делают. 7-8-9 классы составляют 105 человек и 30 человек 10-11 классы.

Из 100%.



5 % - вообще не употребляют.

31% - раз в неделю.

44% - раз в месяц.

20% - несколько раз в год.

Большинство учащихся употребляют газированные напитки раз в месяц и раз в неделю, следовательно, у этих детей чаще, чем у других бывают отравления, головные боли, головокружение, тошнота, раздражительность, сыпь, боли в суставах, депрессия, слабость.

Из 10-11 классов большее количество учеников употребляют меньшее количество окрашенных газированных напитков.



## Рекомендации:

1. Нужно сократить употребление газированных напитков. Вместо них переходите на негазированные напитки с пониженным содержанием сахара: морсы, свежевыжатые соки, травяные чаи и кефир.
2. Выбирайте простые минералки — желательно, с щелочным составом. Но не переусердствуйте: лечебные воды, чересчур насыщенные минералами, могут только увеличить нагрузку на сердце, предупреждают врачи. Поэтому внимательно читайте этикетку — содержание солей не должно превышать 2-3 грамма на литр.
3. Выбирайте только качественную питьевую воду. Пейте больше чистой воды!
4. Сладкие газировки: все они созданы не для того, чтобы утолять жажду, а, наоборот, чтобы её вызвать — чем больше вы пьёте, тем больше купите.

## Вывод.

Моя гипотеза подтвердилась. Действительно - газированные напитки отрицательно влияют на здоровье человека. Они оказывают серьёзное влияние на здоровье человека, тем самым могут провоцировать следующие болезни: опухоль мозга, множественный склероз, эпилепсию, базедову болезнь, хроническую усталость, болезни Паркинсона и Альцгеймера, диабет, умственную отсталость, туберкулёз, могут вызывать даже смертельный исход. На эту тему нужно беседовать с учащимися, родителями, учителями, выпускать листовки и плакаты, чтобы люди знали, что они пьют!





**Благодарю за просмотр!**