

*Муниципальное образовательное учреждение
школа №18*

*Работа на тему:
Газированные напитки – вред или
польза?*



**Выполнила: Шибалова Мария
Ученица 3 «А» класса
Научный руководитель:
Буданова Е.А.**

Чебоксары, 2010

Содержание:

1. Введение.

2. История возникновения газированных напитков.

3. Состав газированных напитков.

4. Влияние на здоровье людей.

5. Выводы.

6. Приложение.

7. Литература.

Оглавление:

- История создания.....стр.4
- Состав.....стр.5-6
- Влияние на здоровье.....стр.7-8
- Практическая работа.....стр.9
- Выводы.....стр.10
- Приложения.....стр.11-14
- Источники.....стр.15

История создания газировки



- Природная вода с газом известна с древнейших времён и использовалась в лечебных целях (древнегреческий ученый [Гиппократ](#) посвятил этой воде целую главу своего труда и велел больным не только пить её, но и купаться в ней). В [XVIII веке](#) минеральную воду из источников начали разливать в бутылки и развозить по миру. Однако она стоила весьма дорого и к тому же быстро выдыхалась. Поэтому позже были предприняты попытки искусственно загазировать воду.
- Индустрия производства безалкогольных напитков возникла в конце 18 века, когда в продаже (во Франции и Англии) появились воды, газированные углекислым газом. Тогда это считалось недорогим подражанием целебным минеральным водам, причем газировку продавали в аптеках, а не в обычных магазинах.

Состав газировки на примере Coca-Cola Light.

1. **Agua carbonatada** — газированная вода.
2. **E 952** — Заменитель сахара, синтетический химикат.
3. **E 150d** — краситель — сахарный колер (жжёный сахар) получают путём переработки сахара при определённых температурах с добавлением сульфата аммония.
4. **E 950** — сахарозаменитель, в 200 раз слаще сахарозы.
5. **E 951** — аспартам — сахарозаменитель для больных диабетом.



6. **E 338** — ортофосфорная кислота,
7. **E 330** — лимонная кислота — бесцветные кристаллы. Широко распространена в природе.
8. **Aromas** — ароматические добавки, какие именно — не указаны.
9. **E 211** — бензоат натрия — консервант пищевых продуктов в производстве повидла, мармелада, кильки, кетовой икры, плодово-ягодных соков, полуфабрикатов.



Влияние на здоровье людей

Сладкие газированные напитки – смесь сахара, химии и газов – чтобы быстрее распределить по организму вредные вещества.

Важно знать, что именно в газированных напитках может реально принести вред. Во-первых, это углеводы. В 0,33 л. **Pepsi-Cola** содержится 8 кусков сахара. Мало кто стал бы пить такой сладкий чай или кофе. Все эти углеводы откладываются в жировые складки и способствуют развитию диабета.

Употребление сильно газированных напитков ведет к разрушению зубной эмали. В результате зубы становятся более чувствительными, реагируют на холодное, горячее, кислое и т.д. и становятся менее прочными. Стирание эмали приводит к возникновению кариеса, а, в процессе, к разрушению зуба.



Часто в газировку добавляют бензойную соду. Соединяясь с витамином С, она образует вещество бензол, приводящее к раку поджелудочной железы. Так же это вещество вызывает серьёзные поражения внутри клеток организма.

Пожалуй, самое коварное в газированной воде - это тара. Алюминиевые банки помогают разносить опасные заразные болезни. В момент вскрытия банки в контакт с ее содержимым вступают различные микробы, а также бактерии-возбудители кишечных инфекций, жидкость разливается по крышке и вместе со всеми бактериями оказывается внутри нас.



Практическая работа



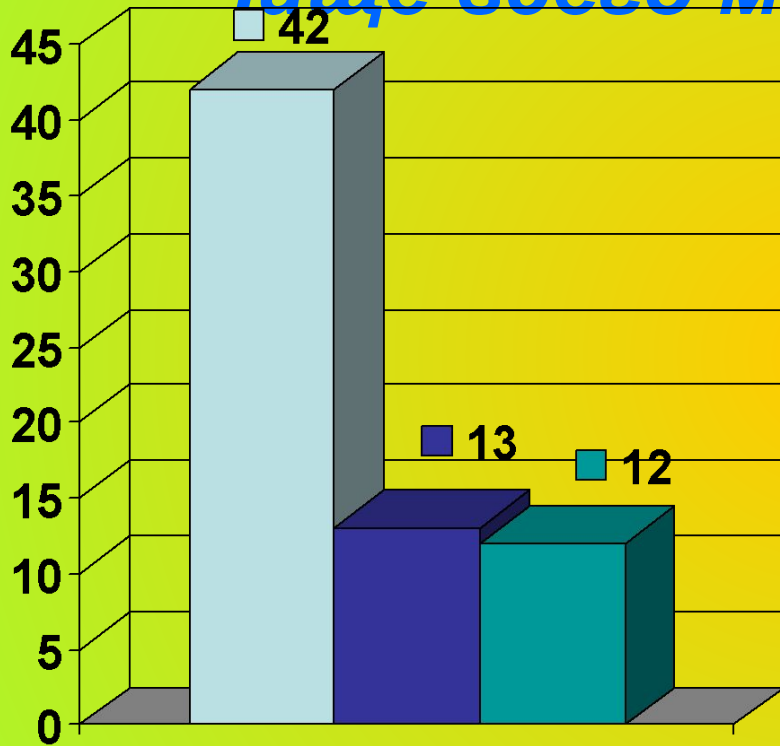
Убедись сам, что Coca-Cola – настоящий яд!

- **Во многих штатах США дорожная полиция всегда имеет в патрульной машине 2 баллона Колы, чтобы смывать кровь с шоссе после аварии.**
- **Положите в тарелку с кока-колой кусочек сырого мяса — и через 4 дня вы его там не найдете. Чтобы почистить туалет, вылейте банку Колы в раковину и не смывайте в течение часа.**
- **Чтобы раскрутить заржавевший болт, смочите тряпку Кока-колой и обмотайте ею болт на несколько минут.**
- **Чтобы очистить одежду от загрязнения, вылейте банку Кока-колы на грудку грязной одежды, добавьте стиральный порошок и постирайте в машине как обычно. Кола поможет избавиться от пятен. Кока-кола также очистит стекла в автомобиле от дорожной пыли.**
- **Активный ингредиент Кока-колы — ортофосфорная кислота. За 4 дня он может растворить ваши ногти.**

Приложение №2

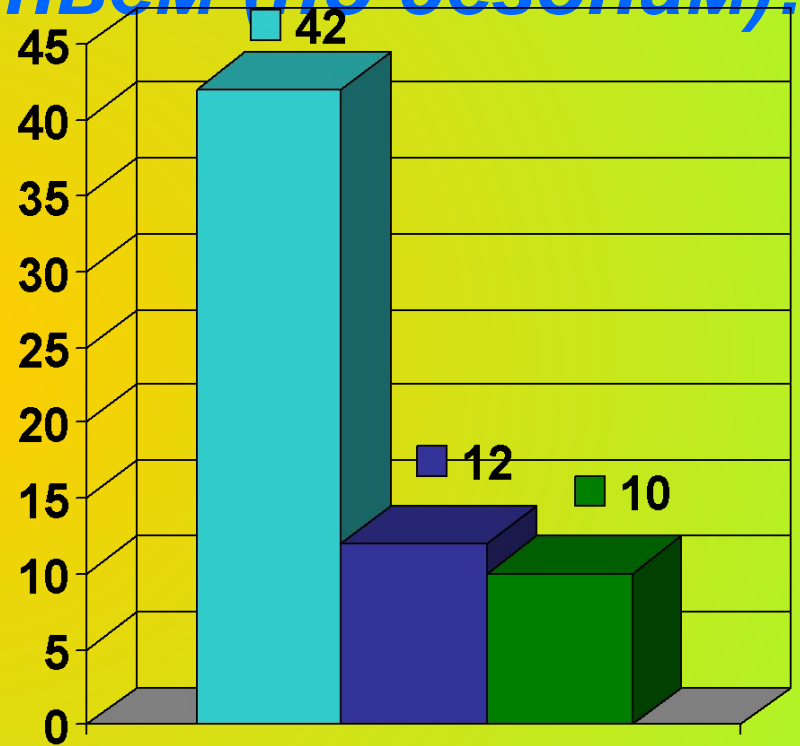
Результаты анкетирования учащихся 2-4 классов.

Чаще всего мы пьем (по сезонам):



лето

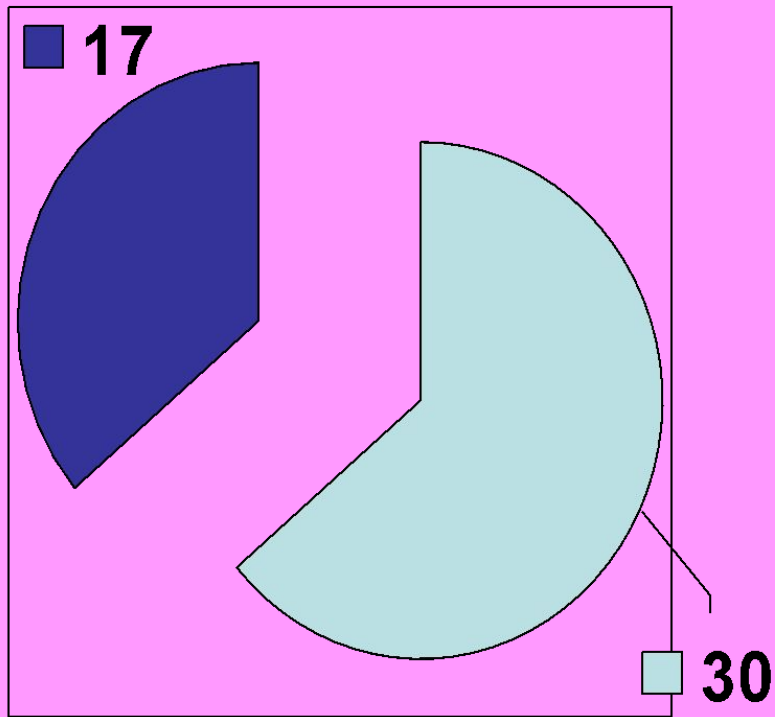
вода лимонад сок



зима

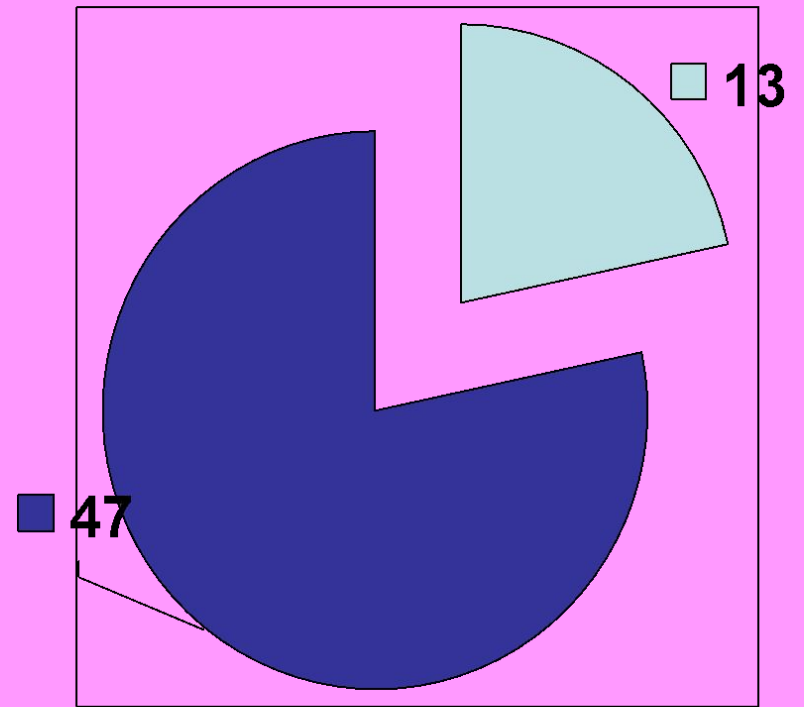
чай вода сок

Ухудшение самочувствия
Результаты анкетирования учащихся 2-4 классов.



■ да ■ нет

Употребление алкоголя
Приложение №3.
Результаты анкетирования учащихся 2-4 классов.



■ не пью ■ пью

Приложение №4

Результаты анкетирования учащихся 2-4 классов.

Самые популярные марки газированных напитков



Выводы:

1. Сладкие газированные напитки не утоляют жажду, хотя мы покупаем их именно для этого.
2. Химический состав напитков оказывает губительное действие на здоровье: разрушаются зубы, становятся хрупкими кости, может возникнуть ожирение, аллергия, заболевания желудка, кофеиновая зависимость по типу наркотической.
3. Для утоления жажды лучше использовать морсы, минеральную воду, очищенную питьевую воду.

Список источников

- www.diagnos.narmed.ru
- www.MirSovetov.ru
- www.recept-zdorovya.ru