

**ТЕМА**

**Как вредные напитки  
вредят ребёнку**

# Вступление

Я выбрал эту тему ведь я тоже ребёнок и пью напитки но не знаю полезные они для меня или нет вот я это и проверю

# ЦЕЛЬ

- Изучить влияние вредных напитков на организм ребёнка
- Понять какие напитки пить можно а какие нет

# Предмет исследования

- Sprite, Coca-Cola, кофе, Fanta, энергетические напитки

# Гипотеза

Однажды я пил колу и мама сказала не пей это вредные напитки для ребёнка и я решил побольше узнать об этом

# Задачи

- Изучить как вредные напитки вредят ребёнку
- Выявить какие мои одноклассники пьют напитки
- Донести до одноклассников вред ЭТИХ НАПИТКОВ

# Методы

- Тщательно изучить источники литературы и интернета
- Провести среди одноклассников анкетирование
- Анализ полученных результатов
- Формулировка выводов

# Анкетирование

- В ходе проекта я провёл анкетирование и узнал что ребята из моего класса чаще всего пьют колу и спрайт 21-человек пьёт спрайт,16-колу,кофе-0,7-фанту,1-энергитические напитки

# Spriti



- Sprite появился в США в октябре 1961 года. И содержал в себе газы, кокаин, кофеин

# CoCa-CoLa



- Напиток «Кока-Кола» был придуман в Атланте Напиток «Кока-Кола» был придуман в Атланте (штат Джорджия Напиток «Кока-Кола» был придуман в Атланте (штат Джорджия, США Напиток «Кока-Кола» был придуман в Атланте (штат Джорджия, США) 8 мая Напиток «Кока-Кола» был придуман в Атланте (штат Джорджия, США) 8 мая 1886
- Основные ингредиенты «Кока-Колы» были таковы: три части листьев коки Основные ингредиенты «Кока-Колы» были таковы: три части листьев коки (из этих же листьев в 1859 году Основные ингредиенты «Кока-Колы» были таковы: три части листьев коки (из этих же листьев в 1859 году Альберт Ниман Основные ингредиенты «Кока-Колы» были таковы: три части листьев коки (из этих же листьев в 1859 году Альберт Ниман (англ. *Albert Niemann*) выделил особый компонент (наркотик) выделил особый компонент (наркотик) и назвал его кокаином) выделил особый компонент (наркотик) и назвал его кокаином) на одну часть орехов) выделил особый компонент (наркотик) и назвал его кокаином) на одну часть орехов тропического дерева коки. Выручка с продаж

# Кофе



Многие люди не могут проснуться без кофе потому что; В кофе содержание кофеина составляет до 1500 мг/л. Кофеин является психостимулирующим средством он оказывает стимулирующее воздействие на нервную систему. Под воздействием кофеина ускоряется сердечная деятельность, поднимается кровяное давление. Кофеин усиливает и регулирует процессы возбуждения в коре головного мозга, в соответствующих дозах он усиливает положительные условные рефлексы и повышает двигательную активность. Стимулирующее действие приводит к повышению умственной и физической работоспособности, уменьшению усталости и сонливости. Действие кофеина продолжается в течении нескольких часов. Затем появляется усталость. В очень больших дозах (примерно 10 грамм) вызывает смерть.

# Fanta



Напиток появился на свет в 1940 году в Германии это было в годы 2 мировой войны и германия поняла что нужно создавать что-то новое ингредиенты первой фанты были таковы; яблочный жмых (отходы производства сидра) и молочная сыворотка (побочный продукт сыроваренного производства). В итоге напиток стал жёлтый в настоящее время более 90 вкусов фанты.

# Энергетические напитки

Многие «энергетики» содержат очень большие дозы кофеина — примерно в 3 раза больше, чем в обычной чашке кофе. Проблема с избытком кофеина двойная. Во-первых, кофеин действует непосредственно на центральную нервную систему. Во-вторых, вымывает из организма (мочегонное действие кофеина) вещества, необходимые для нормальной работы центральной нервной системы. В результате, это двойное воздействие вызывает перевозбуждение, проблемы со сном; постоянное употребление может привести к таким проблемам, как страхи, чувство тревоги, беспокойство. Кофеин не единственный стимулятор в напитках. Добавляются также гуарана, гинкго билоба, в энергетиках очень много сахара  
детям и подросткам эти напитки противопоказаны ведь в них есть алкоголь что приводит к смерти ведь кофеин и алкоголь это очень опасная смесь

# Вред

Вредные напитки содержат в себе небольшую дозу НАРКОТИКОВ, КОФЕИНА, Сахара что вызывает быструю зависимость разрушает нервную систему после этого человек не спокойно спит! Разрушает печень, вызывает сахарный диабет и даже смерть! Для ребят бы я посоветовал больше пить соки, минеральную воду, морсы, компоты и т.д

# Вывод

В этом проекте я доказал что кока кола и спрайт кофе фанга энергетические напитки сильно вредят человеку. Нельзя употреблять эти напитки потому что они вызывают сильную зависимость разрушают и в конечном приводят к смерти!

# Трудности

Я доволен своим проектом но и при его написании у меня были трудности без ИНТЕРНЕТА не получалось составить проект и поэтому некоторую информацию брал из ИНТЕРНЕТА, а также с анкетированием.

**САСИБО ЗА ВНИМАНИЕ**