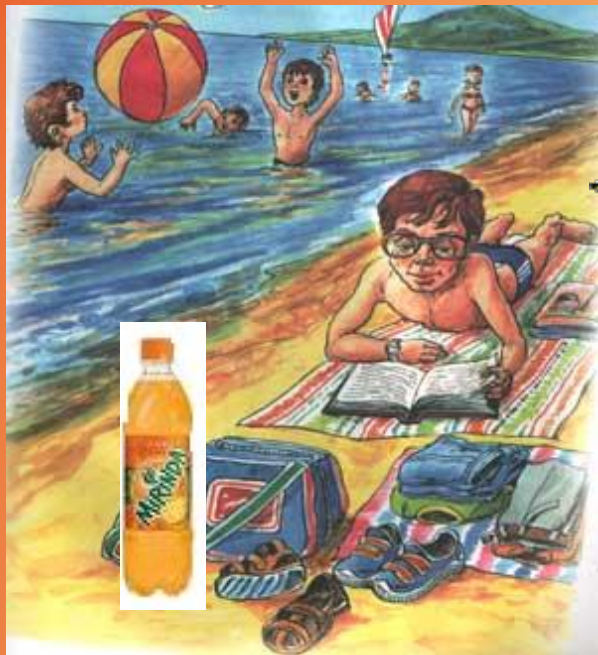




Все будет «Кока-Кола»?

Королева Дарья
ученица 4 класса
МОУ «Белая СОШ»

Предмет исследования:
газированные напитки –
«софтдринки»

Объект исследования:
употребление сладких
газированных напитков

Цель:

исследование состава
некоторых сладких
газированных напитков и
составление рекомендаций по
их употреблению

Задачи:

1. Изучить теоретическую литературу об истории возникновения «софтдринков»;
2. Выяснить, что входит в состав этих сладких газированных напитков;
3. Провести опрос среди учащихся начальной школы с целью выяснения напитков, которые они предпочитают и какие из них считают полезными для организма человека;
4. Проконсультироваться у врача-педиатра о правилах употребления сладких газированных напитков и составе некоторых из них;
5. Провести опыты с «софтдринками», чтобы наглядно убедиться в протекании химических реакций;
6. Составить выводы и рекомендации по употреблению сладких газированных напитков.

Гипотеза:

«Софтдринки» необходимо употреблять с осторожностью и соблюдать определённые правила их употребления, чтобы не навредить полноценному росту и развитию детского организма.

Методы:

- метод изучения теоретической литературы;
- опрос и анкетирование;
- обработка анкеты;
- опыт;
- составление рекомендаций;
- обобщение.

Время организации и проведения исследования: февраль – март 2009 года.



«Софтринки»



Сильно-газированные напитки, основу которых составляет вода с добавлением кислых и сладких компонентов или, попросту, кислоты и сахара. К ним относятся: «Кока-Кола», «Пепси-Кола», «Спрайт», «Миринда», «Фанта» и т. д.



В США (на Родине «софтдринков») «Пепси-Колу», «Кока-Колу» и их газированных родственников пьют едва ли не с младенческого возраста уже второе столетие.



С тех пор утекло много разной газированной воды и выросло целое поколение, выбравшее «Пепси».



Состав сильно-газированных напитков и их влияние на здоровье детей



Число тучных подростков в США за последние 30 лет резко увеличилось



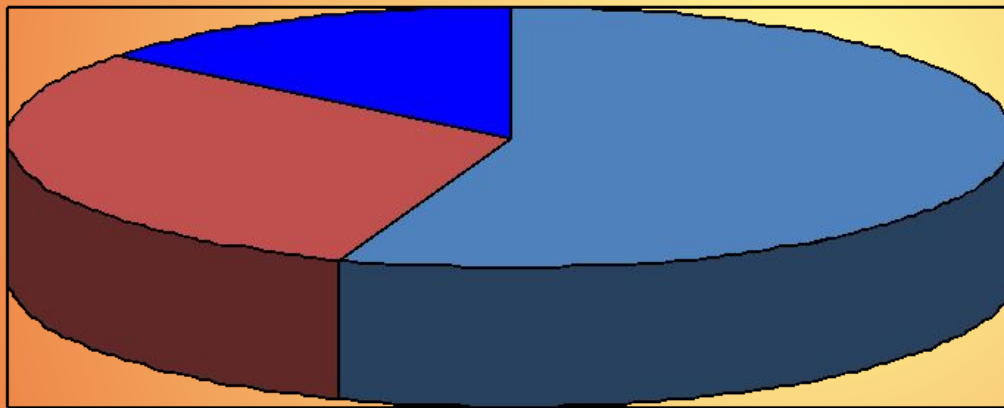
среди мальчиков -
вдвое (с 7 до 15%)



среди девочек - втрое
(с 4 до 13%).

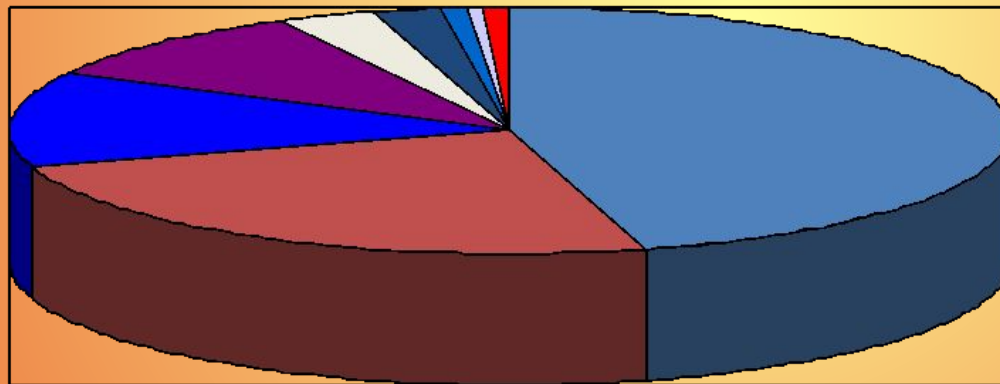
С целью выяснения напитков,
которые предпочитают
учащиеся начальной школы
МОУ «Белая СОШ» и какие из
них считают полезными для
организма человека, мы
провели **опрос.**

1. Какими напитками вы предпочитаете утолять жажду?



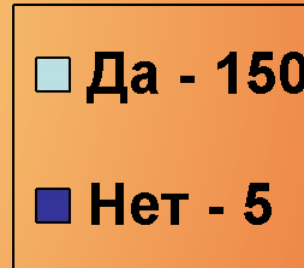
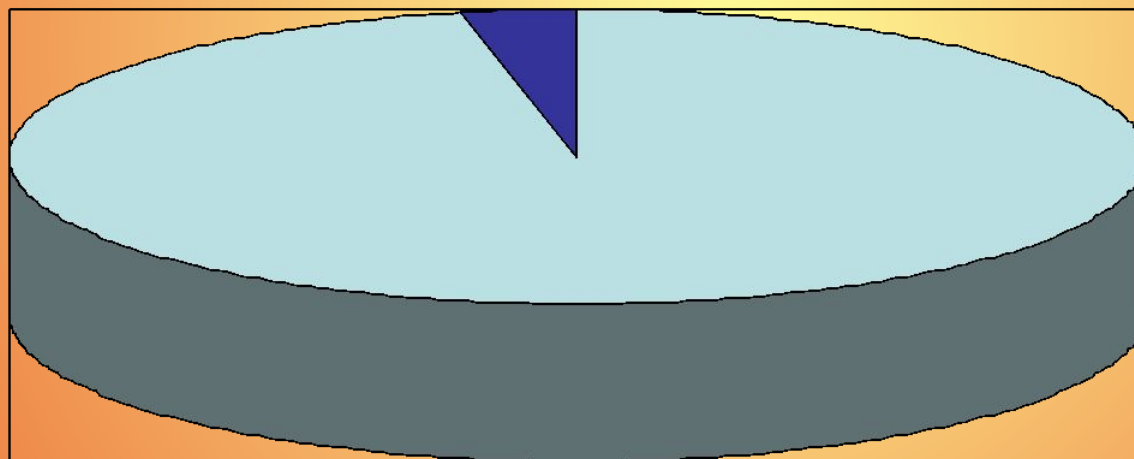
- Сладкими газированными напитками - 74
- Натуральными соками - 40
- Минеральной водой - 19

2. Когда вы приходите на день рождения к друзьям, какие напитки рады видеть на столе?

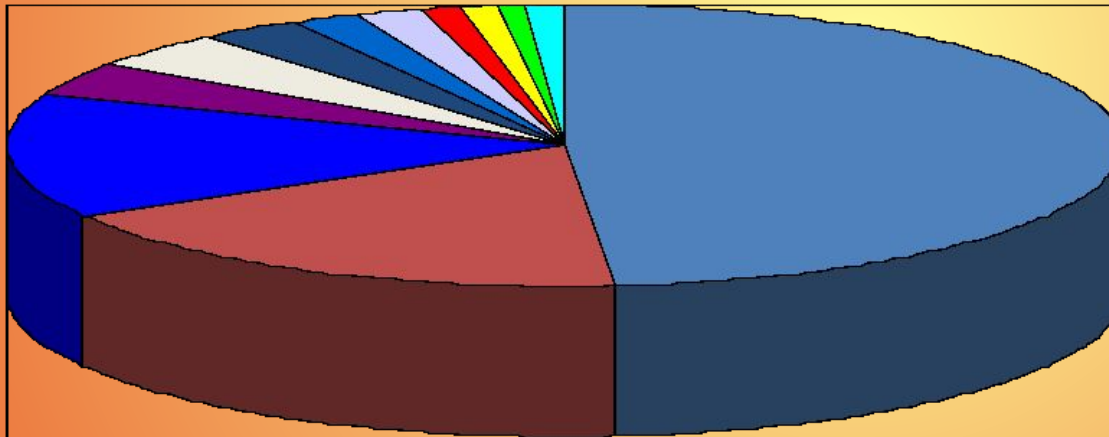


- Натуральные соки - 61
- Чай - 33
- Сладкие газированные напитки - 17
- Какао - 13
- Минеральная вода - 4
- Кофе - 3
- Компот - 1
- Кисель - 1
- Морс - 1

3. Нравятся ли вам напитки:
«Пепси-Кола», «Кока-Кола», «Фанта»,
«Спрайт», «Миринда»?
Если – да, то чем?



4. Какие из напитков вы считаете полезными для организма человека? Почему?



- Фруктовые и овощные соки - 48
- Чай - 18
- Минеральная вода - 14
- Сладкая газированная вода - 4
- Вода - 4
- Молоко - 3
- Молочный коктейль - 2
- Какао - 2
- Морс - 1
- Родниковая вода - 1
- Компот - 1
- Березовый сок - 1

Консултация у врача-педиарта



Опыт №1



Опыт №2



Опыт №3



Выводы:

- 1. Лучшие утоляющие жажду напитки – отвары сухих фруктов и шиповника, морсы, зелёный чай, обезжиренные кисломолочные продукты, минеральная вода.**
- 2. Трудно напиться сладкими лимонадами и колами – они для этого чересчур «засахаренные».**
- 3. Не следует употреблять сладкие газированные напитки в большом количестве – может развиваться кариес.**
- 4. Газированные напитки – «софтдринки» следует принимать через 1-1,5 часа после приёма пищи.**

Выводы:

5. Не рекомендуется употреблять в пищу такие газированные напитки, как «Кока-Кола», «Пепси-Кола» и др. людям с заболеваниями: гастрит, язвенная болезнь желудка, дисбактериоз кишечника, пищевая аллергия, атопический дерматит и др.
6. Холодные газированные напитки – «софтдринки», употребляемые после приёма пищи способствуют плохому её усвоению, перееданию и набору избыточного веса.
7. При выборе напитков стоит учитывать не только вкусовые качества данного напитка, но и объективно оценивать состояние здоровья ребёнка. Самая главная задача: не навредить. Чрезмерное и неправильное наполнение желудка вредно для здоровья.

Рекомендации для детей

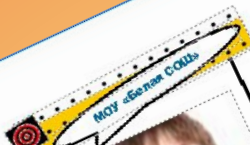
Не любишь
«Кока-Колу»?
Используй её
по-другому!




7-11

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

- Чтобы почистить раздвижную батарею «Кола» и ... не спалите в течение часа. Лимонная кислота в «Коле» удалит налёт с фанеры.
- Чтобы удалить ржавые пятна с хромированной батареи машины, потрите батарею смоченной лимонной кислотой. Фанера, смоченная в «Коле».
- Чтобы удалить коррозию с батарей в автомобиле, поместите батареи в банку «Кола», и коррозии не будет.
- Чтобы раскрасить заржавевший болт, смочите болт в «Коле» и обмотайте его болт на несколько минут.
- Чтобы очистить одежду от застывшей грязи, вылейте «Кола» на грязную одежду и постирайте в стиральной машине. «Кола» поможет избавиться от пятен.
- «Кола» также очистит стёкла в автомобиле от дорожной пыли.



Всё будет
«Кока-Кола»?

Королева Дария
ученица 3 класса



ты очень хочешь пить? Утоли жажду сухих фруктов морсом, зелёным чаем.



5. Знай! Холодные газированные напитки употребляемые сразу после приёма пищи способствуют плохому её усвоению, приводят к набору избыточного веса.

6. Если у тебя есть какие-либо заболевания желудочно-кишечного тракта, пищевая аллергия, атопический дерматит и др. не употребляй в пищу такие газированные напитки, как «Кока-Кола», «Пепси-Кола», «Фанта», «Страйт», «Миррида» и т.д.

7. Не вреди своему организму, выбирая напитки только по вкусовым качествам. Общественно оценивай состояние своего здоровья. Помни о том, что чрезмерное и неправильное накопление желудка вредно для здоровья. Расскажи об этом всем своим знакомым – взрослым и детям!

Подумай о том, что тебе лучше есть и пить. Будь здоров!

**Подумай о том,
что тебе лучше есть и что пить!
Будь здоров!**



**Мы считаем, что «софтдринки»
необходимо употреблять с
осторожностью и соблюдать
определённые правила их
употребления, чтобы не
навредить полноценному росту и
развитию детского организма.**

Спасибо за внимание!