

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(НИУ «БелГУ»)  
Медицинский колледж

# Проект на тему: Кофе- вред или польза?

Выполнила: Байбикова А.А.  
гр.03052027

Руководитель: Гончарова Ю.  
С.

БЕЛГОРОД 2021

- **Актуальность:** я выбрала эту тему, потому что кофе признан одним из самых популярных напитков мира.
- **Объект исследования:** кофе
- **Проблема:** если мы будем знать, какое влияние кофе оказывает на наш организм, мы решим для себя в каких количествах стоит употреблять кофе и стоит ли вообще

- **Цель проекта:** изучить данный напиток и выяснить, как кофе влияет на организм человека
  
- В связи с поставленной целью мною определены следующие **задачи:**
  1. Изучить состав кофе
  2. Узнать, как кофе влияет на организм человека
  3. Прийти к выводу о пользе и вреде кофе

# История возникновения

- История кофе охватывает несколько периодов. Она берёт начало с древнейших времен и уходит корнями в первые цивилизации Ближнего Востока, хотя происхождение кофе до сих пор остаётся неясным.



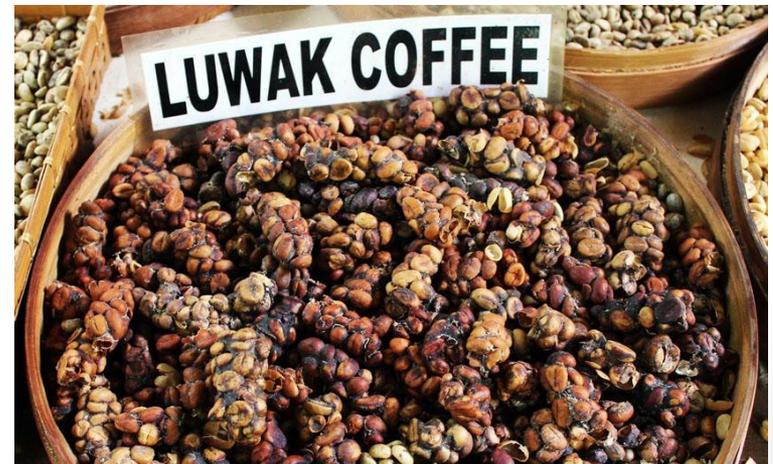
# Кофейное дерево

- Кофе или кофейное дерево (лат. Coffea) — это род вечнозелёных растений трибы Кофейные и относится к семейству Мареновые.
- Плод кофейного дерева – ягода, имеет форму эллипсоида или шаровидную. Из-за внешнего сходства плоды часто называют кофейной вишней.



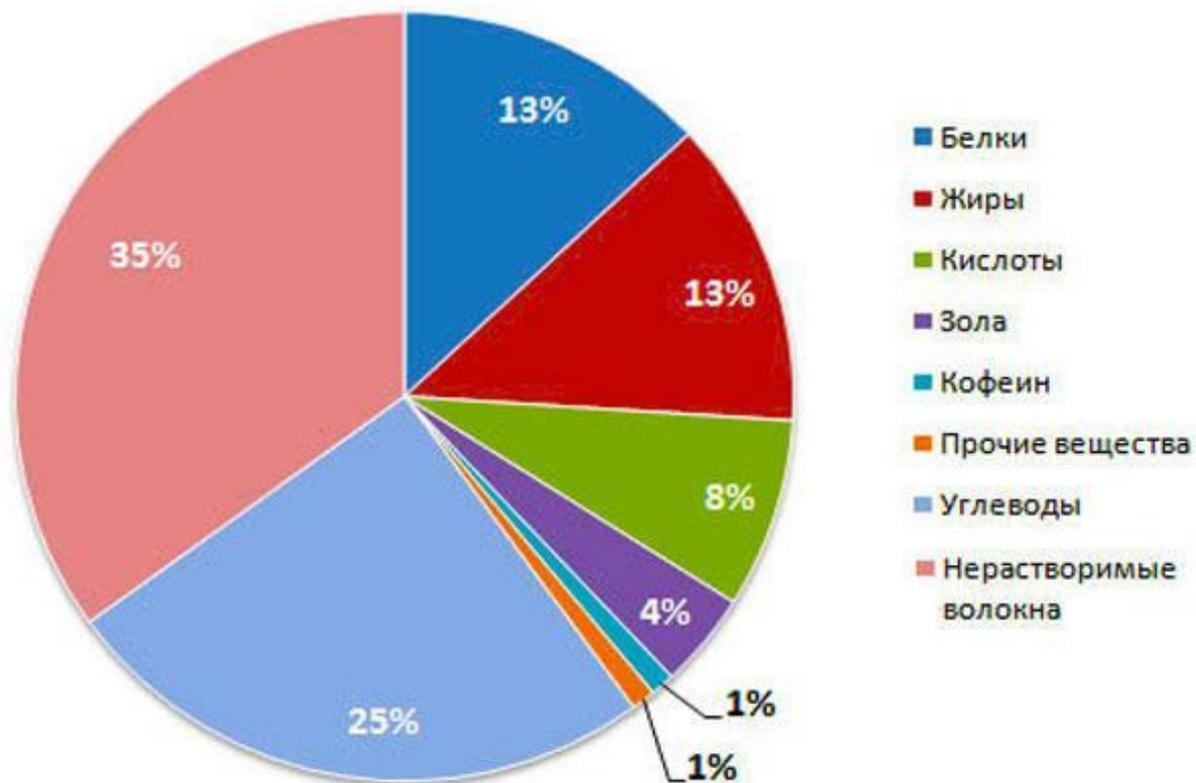
# Виды кофе

- Самый признанный по качеству сорт - **арабика**
- **Робуста** - вид быстрорастущий и более устойчивый к вредителям
- Самый дорогой вид кофе - **копи лювак**





# Состав кофе



# Положительное и отрицательное влияние кофе на организм

- Улучшает функцию желудочно-кишечного тракта
  - Стимулирует выработку желудочного сока
  - Способен расширять сосуды сердца и головного мозга
  - Повышает умственную и физическую деятельность
  - Препятствует старению организма
- 
- Нервно – психическое напряжение, нарушение сердечного ритма и дыхания, раздражительность, нарушение сна
  - Гипертоническая болезнь
  - Язвы и гастрит

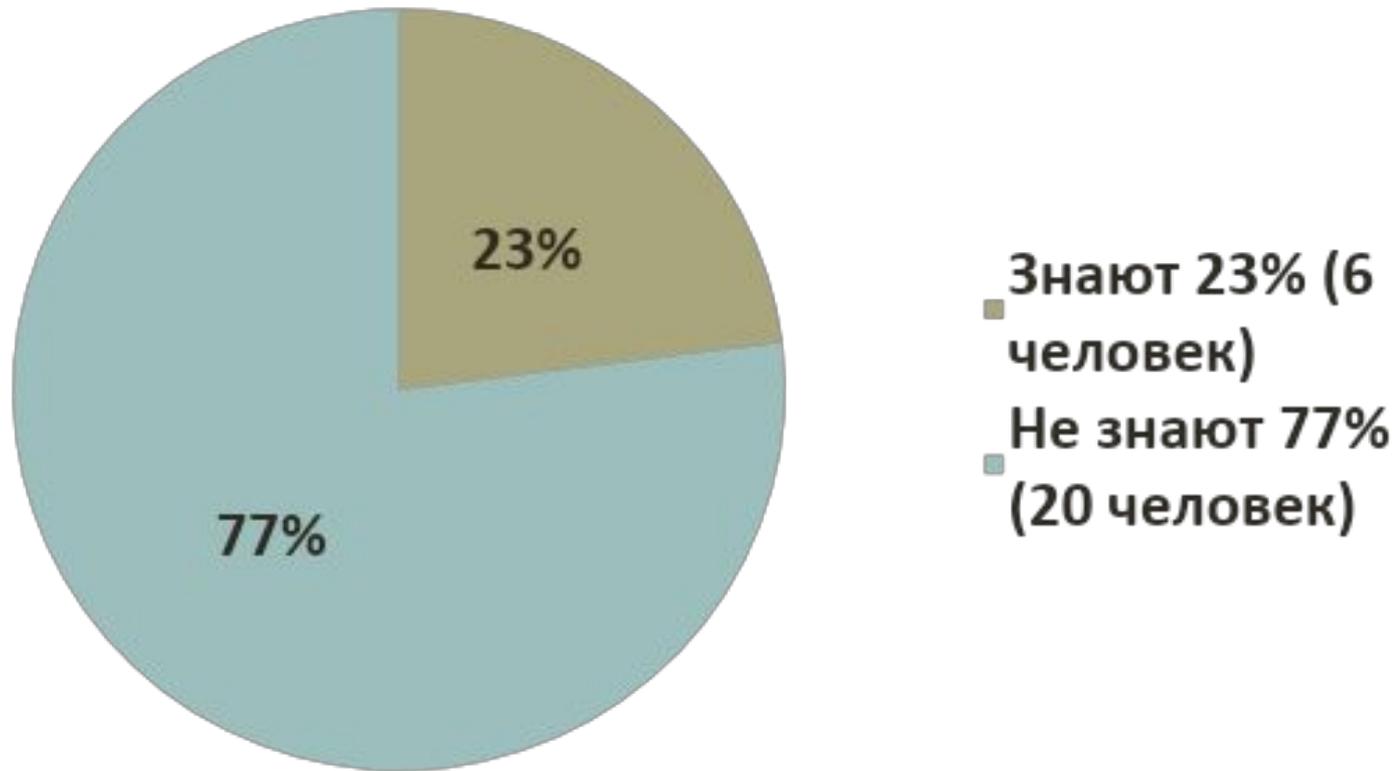
# Практическая часть

1. Сколько вам лет?
2. Знаете ли Вы, из чего состоит кофе?
3. Знаете ли Вы, какое влияние оказывает кофеин на человека?
4. Есть ли в Вашей семье люди зависимые от кофе?
5. Как часто Вы употребляете кофе?

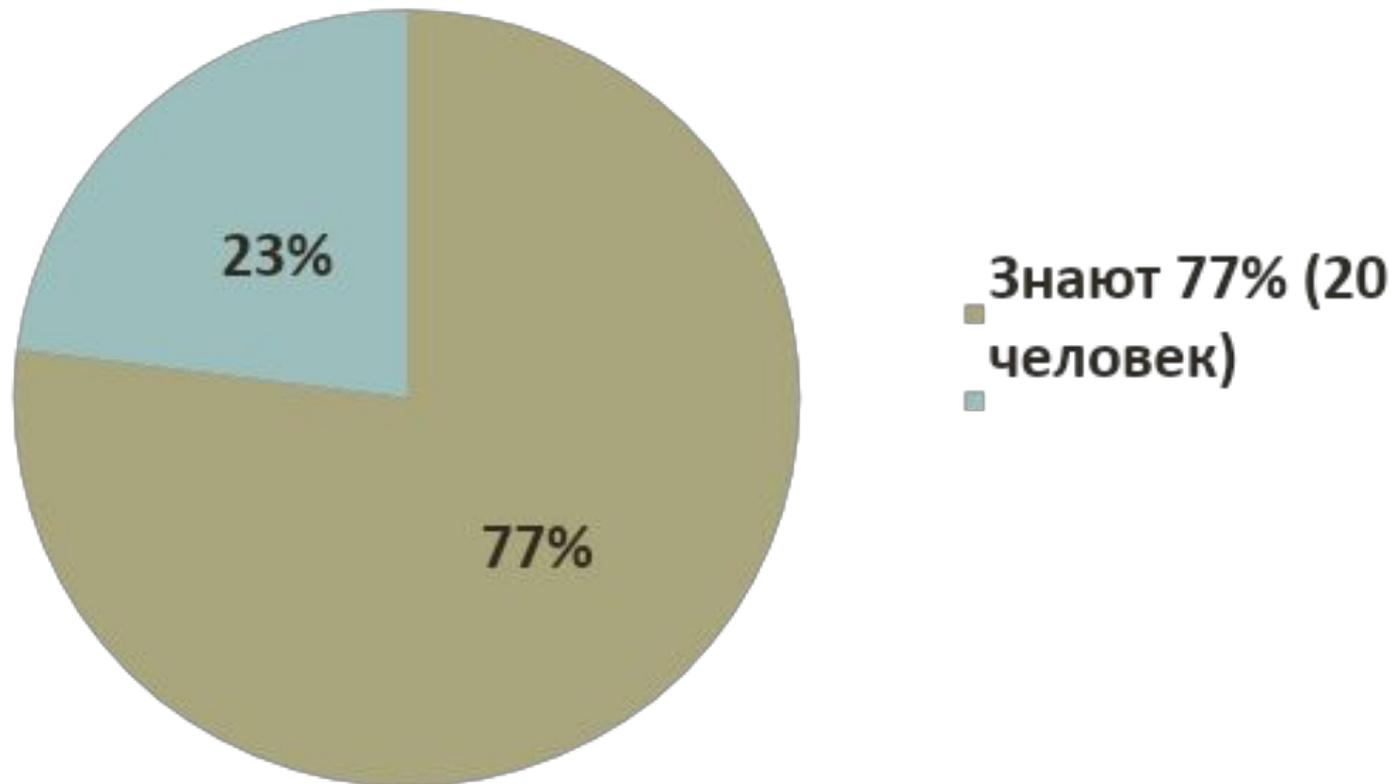
В данном соц. опросе участвовало 26 человек в возрасте от 14 до 40 лет.

ВОЗРАСТ	КОЛИЧЕСТВО ЧЕЛОВЕК	ПРОЦЕНТНЫЙ СОСТАВ
14 ЛЕТ	2	8%
15 ЛЕТ	7	27%
16 ЛЕТ	9	35%
18 ЛЕТ	3	11%
<20 ЛЕТ	5	19%

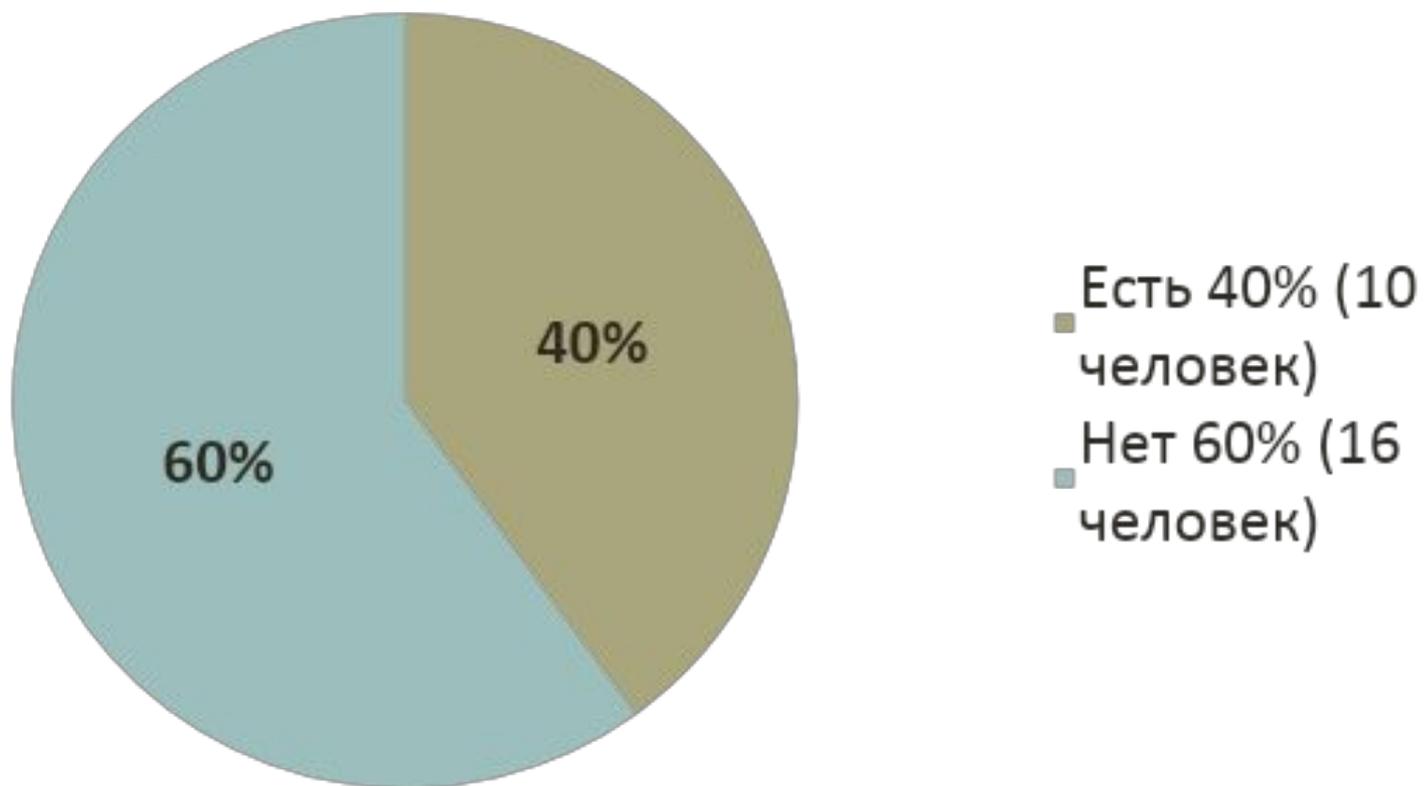
## Знание о составе кофе



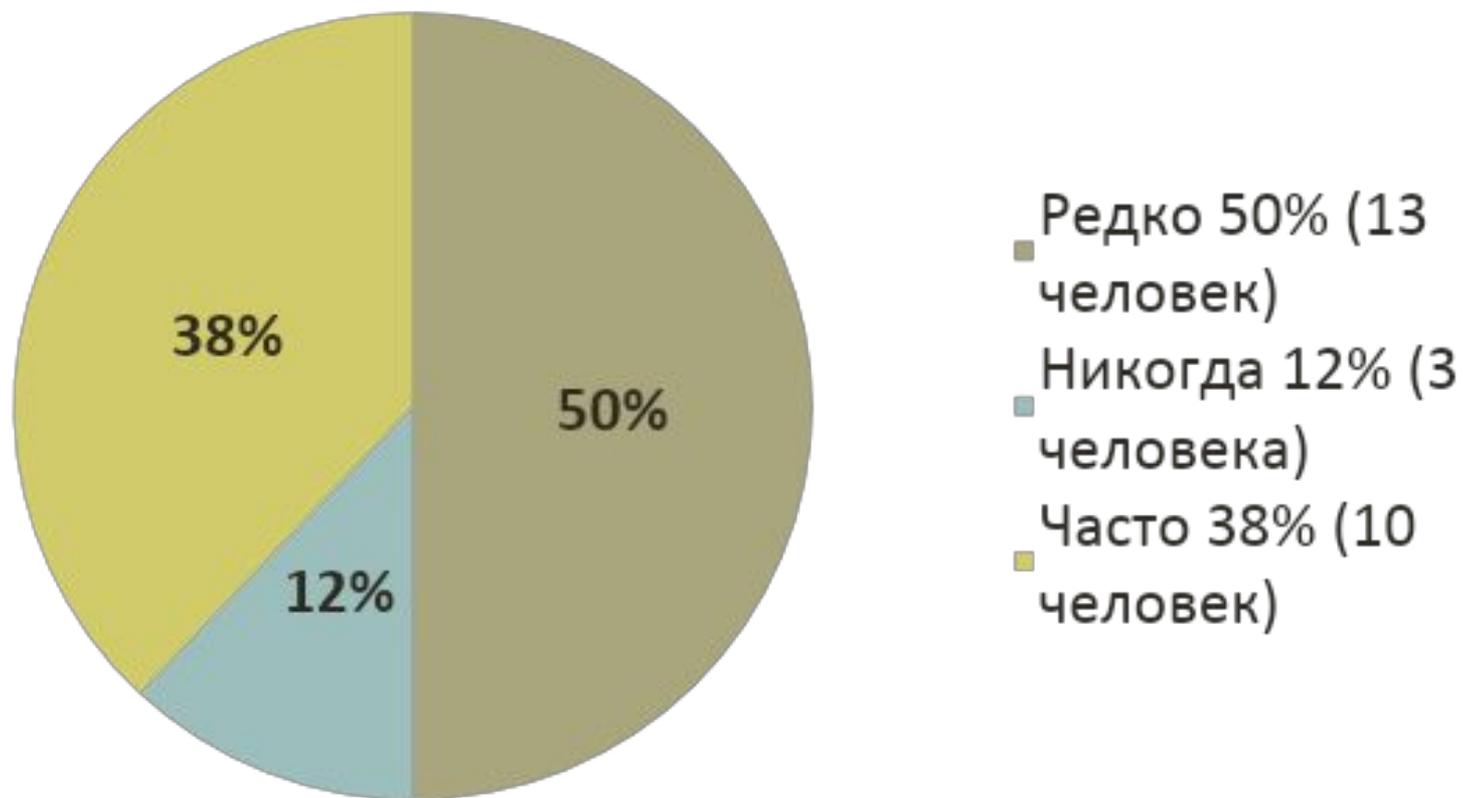
# Влияние кофеина на организм



## Зависимые в семье



## Употребление кофе



# Вывод

- Очень мало людей знают истинный состав кофе, некоторые не знают о влиянии кофеина на организм, практически у половины в семье есть зависимые от кофе, большинство пьет кофе редко.



# Заключение

- В ходе проектно-исследовательской работы было выявлено, что кофе является напитком с широкой географией и богатой историей. На сегодняшний день проблема передозировки кофеином и гипертония становится масштабнее с каждым днем. В процессе работы я ознакомилась с видами, составом кофе, узнала о положительных и отрицательных свойствах кофе на организм человека, провела соц. опрос, в ходе которого выяснила, что многие люди не знают состава кофе и влияние его на организм, но употребляют его в достаточных количествах. Подвела итог и поняла, что полностью исключать кофе из своего рациона и жизни не стоит, так как он достаточно полезен для здорового организма, но нужно следить за количеством и качеством потребляемого кофе.

# Список интернет ресурсов

1. [https://ru.wikipedia.org/wiki/История\\_кофе](https://ru.wikipedia.org/wiki/История_кофе)
2. <https://kofeinfo.ru/kofeynoe-derevo/>
3. <https://intensocoffee.ru/vse-o-kofe/teobromin-v.html>
4. [http://coffeclub.ru/pages/chemistry\\_03\\_cof.php](http://coffeclub.ru/pages/chemistry_03_cof.php)
5. <https://www.kakprosto.ru/kak-853357-kak-vliyaet-kofe-na-organizm-cheloveka>
6. <https://kofechay.com/sorta-i-vidy/raznovidnosti-kofe>
7. <https://znaytovar.ru/new28.html>