**Введение**

Организм человека более чем на половину состоит из воды. Для того чтобы поддержать баланс влаги в организме, человек каждый день должен пить. Человек испытывает потребность в воде в течении дня значительно чаще, чем потребность в пище. Без воды человек умирает на 3-5 день. Жажда возникает, когда содержание воды в организме уменьшается на литр— полтора литра. Чтобы утолить жажду достаточно выпить два-три стакана жидкости.

*Актуальность темы*:

Тема реферата является очень актуальной и касается каждого человека. Все мы каждый день и в течение всей жизни выпиваем много различных напитков. Сегодня нам предоставлен широкий выбор разных напитков. Некоторые предпочитают газированные напитки, некоторые кофе, чаи, соки, а другие предпочитают минеральную воду. База любого напитка - это вода. Кроме воды в состав каждого напитка входят различные соединения, воздействие которых сказывается на организме человека. Каждый напиток обладает разными свойствами и по-своему влияет на организм человека, употребляющего их.

Одним из таких свойств является кислотность среды. У различных напитков различная кислотность. Что вам больше подходит я расскажу в этом реферате.

**Цель:** Выяснить, как pH напитков влияет на здоровье организма человека.

**Задачи:**

- Рассмотреть понятие "кислота", ''кислотность''.

- Выяснить, как она влияет на здоровье организма человека.

- Выяснить какие напитки являются наиболее полезными.

- Выяснить с помощью социологического опроса учащихся и учителей нашей гимназии, каким напиткам они отдают предпочтение и обращают ли они внимание на кислотность при выборе напитка