**Введение**

***Аннотация***

Много людей употребляют кофе в больших количествах. Количество сторонников и противников потребления кофе приблизительно равно.

В своей работе я хочу выяснить, действительно ли кофе влияет на центральную нервную систему человека. Попробовать разобраться, пользу или вред наносит организму человека большое потребление этого напитка. Как это отражается на здоровье человека.

В моем исследовании я опишу состав растворимого кофе. Исследую строение ЦНС. Узнаю, как компоненты растворимого кофе влияют на нервную систему. Сделаю вывод о пользе или вреде кофе.

***Актуальность***

По статистике известно, что почти 90% взрослого населения Земли начинают свое утро с чашечки кофе. А многие и потом продолжают пить кофе в течение всего дня. История открытия кофе уходит в далекое прошлое. Прошло много веков, прежде чем человек научился получать из кофейных зерен вкусный бодрящий напиток.

Благодаря проведенным научным исследованиям известно, что сырое кофейное зерно содержит более 2 000 различных веществ: белки, углеводы, жиры, минеральные соли. Однако при обжаривании его химический состав значительно меняется.

Я хочу разобраться вредно или полезно пить кофе? До сих пор так и не получено однозначного ответа на этот вопрос. Кофе – это чудесный напиток по своим вкусовым и стимулирующим свойствам. Из разных источником мы знаем, что кофе может оказывать как положительное, так и отрицательное воздействие на здоровье человека.

Каждый человек, наливая себе чашечку кофе, должен точно представлять какое влияние оказывает этот ароматный напиток на его здоровье.

***Цели***

Целью моей работы является желание выяснить, вред или пользу оказывает кофе на человека.

***Задачи***

1. На основе анализа различной литературы дать описание основным вопросам темы: - история кофейного дела.

- сорта кофе.

- состав кофе.

- компоненты растворимого кофе.

# На основе изученной литературы выявить влияние кофе на организм человека.

# Написание выводов на основе проделанной работы.

***Список литературы***

1. Чеботарева А., ЛитМир – Электронная Библиотека, <http://www.litmir.co/br/?b=216013>, ссылка действительна на 08.11.2015;
2. [Справочник лекарств РЛС®](http://www.rlsnet.ru/), [http://www.rlsnet.ru/mnn\_index\_id\_789.htm](http://research.gym1505.ru/node/4152), ссылка действительна на 08.11.2015;
3. Вольпер И. [Душа кофе](http://www.hij.ru/read/what-we-eat/1279/) // [Химия и жизнь](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A5%D0%B8%D0%BC%D0%B8%D1%8F_%D0%B8_%D0%B6%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D1%8C). — 1975. — № 11, <http://www.hij.ru/read/what-we-eat/1279/>, ссылка действительна на 08.11.2015;
4. [Пучеров Н.Н. — Всё о ко](http://www.phantastike.com/link/food/coffee.zip)фе, [http://www.e-reading.by/bookreader.php/113231/ Vse\_o\_kofe.pdf/](http://www.e-reading.by/bookreader.php/113231/%20Vse_o_kofe.pdf/), ссылка действительна на 08.11.2015;
5. Электронный ресурс. <http://www.kuppo.ru/entsiklopedija-kofe/istorija-kofe>, ссылка действительна на 08.11.2015
6. Электронный ресурс. <http://www.genon.ru/GetAnswer.aspx?qid=46c374d6-da7c-47a8-8217-5da3031dedc3>, ссылка действительна на 04.12.2015