

Osnovna šola Hudinja Celje

Mariborska cesta 125, Celje



## **PITJE KAVE MED UČENCI PREDMETNE STOPNJE NAŠE ŠOLE**

Raziskovalna naloga

Področje: sociologija



Avtorji:

Jan Gračnar, 8. a

Luka Jačimović, 8. a

Tadej Lorenčič, 8. a

Mentorica:

Nika Cvirn, prof. ang.

Mestna občina Celje, Mladi za Celje  
Celje, 2023

Osnovna šola Hudinja Celje

Mariborska cesta 125, Celje

**PITJE KAVE MED UČENCI PREDMETNE STOPNJE NAŠE ŠOLE**

Raziskovalna naloga

Področje: sociologija

Avtorji:

Jan Gračnar, 8. a

Luka Jačimović, 8. a

Tadej Lorenčič, 8. a

Mentorica:

Nika Cvirn, prof. ang.

Mestna občina Celje, Mladi za Celje

Celje, 2023

## **Zahvala**

Zahvaljujemo se naši mentorici za vso pomoč in usmerjanje pri nastajanju naše raziskovalne naloge.

## KAZALO

|                                                    |           |
|----------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. Povzetek .....</b>                           | <b>8</b>  |
| <b>2. Uvod.....</b>                                | <b>9</b>  |
| 2. 1 Cilji naloge .....                            | 10        |
| 2. 2 Hipoteze .....                                | 10        |
| 2. 3 Metode dela .....                             | 10        |
| <b>3. Teoretična izhodišča.....</b>                | <b>11</b> |
| 3. 1 Kava .....                                    | 11        |
| 3. 2 Pridobivanje kave .....                       | 12        |
| 3. 3 Zgodovina kave .....                          | 13        |
| 3. 4 Sorte kave .....                              | 14        |
| 3. 5 Pitje kave .....                              | 15        |
| 3. 6 Pozitivni in negativni učinki kave .....      | 16        |
| 3. 7 Kava in mladostniki .....                     | 17        |
| <b>4. Osrednji del .....</b>                       | <b>18</b> |
| 4. 1 Rezultati raziskave .....                     | 18        |
| 4. 1. 1 Spol anketirancev .....                    | 18        |
| 4. 1. 2 Ali piješ kavo?.....                       | 20        |
| 4. 1. 3 Kaj je glavni razlog, da piješ kavo? ..... | 21        |
| 4. 1. 4 Koliko skodelic kave spiješ na dan? .....  | 22        |
| 4. 1. 5 Kdaj piješ kavo? .....                     | 23        |
| 4. 1. 6 Kaj si začel/a piti kavo? .....            | 24        |
| 4. 1. 7 Kakšno kavo piješ?.....                    | 25        |
| 4. 1. 8 Kdaj si prvič poskusil/a kavo? .....       | 26        |
| 4. 1. 9 Ali starši vedo, da piješ kavo?.....       | 27        |
| 4. 2 Kako se počutiš po pitju kave? .....          | 28        |
| 4. 2. 1 Zakaj kave ne piješ? .....                 | 29        |
| <b>5. Diskusija .....</b>                          | <b>30</b> |
| <b>6. Zaključek.....</b>                           | <b>31</b> |

|                           |           |
|---------------------------|-----------|
| <b>7. Priloga.....</b>    | <b>32</b> |
| <b>8. Viri .....</b>      | <b>35</b> |
| 8. 1 Knjižni viri .....   | 35        |
| 8. 2 Internetni viri..... | 35        |
| 8. 3 Viri slik.....       | 35        |

## KAZALO SLIK, TABEL IN GRAFOV

### SLIKE

|              |    |
|--------------|----|
| Slika 1..... | 12 |
| Slika 2..... | 12 |
| Slika 3..... | 14 |
| Slika 4..... | 15 |
| Slika 5..... | 16 |

### TABELE

|                |    |
|----------------|----|
| Tabela 1.....  | 18 |
| Tabela 2.....  | 19 |
| Tabela 3.....  | 20 |
| Tabela 4.....  | 21 |
| Tabela 5.....  | 22 |
| Tabela 6.....  | 23 |
| Tabela 7.....  | 24 |
| Tabela 8.....  | 25 |
| Tabela 9.....  | 26 |
| Tabela 10..... | 27 |
| Tabela 11..... | 28 |
| Tabela 12..... | 29 |

### GRAFI

|             |    |
|-------------|----|
| Graf 1..... | 18 |
| Graf 2..... | 19 |
| Graf 3..... | 20 |
| Graf 4..... | 21 |

|              |    |
|--------------|----|
| Graf 5.....  | 22 |
| Graf 6.....  | 23 |
| Graf 7.....  | 24 |
| Graf 8.....  | 25 |
| Graf 9.....  | 26 |
| Graf 10..... | 27 |
| Graf 11..... | 28 |
| Graf 12..... | 29 |

## 1. Povzetek

V naši raziskovalni nalogi smo želeli ugotoviti, koliko učencev na predmetni stopnji pije kavo, kakšni so njihovi razlogi za pitje le-te, kako pogosto jo pijejo in katere vrste kave imajo najraje. Zanimalo nas je tudi, kdaj so jo prvič poskusili, kdaj so tisti, ki jo pijejo redno, začeli piti kavo in kako se po njej počutijo. Kaj pa o njihovem pitju kave menijo starši? Kaj je s tistimi, ki kave ne pijejo?

Prišli smo do zanimivih podatkov. Večina učencev predmetne stopnje že pije kavo in pri tem prednjačijo dekleta. Kavo pijejo zaradi njenega okusa. Večina kavo uživa občasno. Tisti, ki kavo pijejo redno, navadno ne spišejo več kot ene skodelice na dan. Po kavi se počutijo zelo dobro. Kavo je večina anketiranih prvič poskusila pri desetih letih, redno pa so jo začeli piti v 6. razredu. Najraje pijejo belo kavo. Starši za pitje kave vedo in temu ne nasprotujejo. Tisti, ki kave ne uživajo, kot razlog navajajo njen neprijeten okus.



## 2. Uvod

Slovenci smo po porabi kave v samem svetovnem vrhu, kar pravzaprav ne preseneča. Že Ivan Cankar in Ivana Kobilca sta izražala svoje navdušenje nad pitjem kave. Tudi sami smo veliki ljubitelji kave, čeprav smo morda zanjo nekoliko premladi. Ko zjutraj iz kuhinje zadiši po sveži kavi, se ji je res težko upreti, a se trudimo ostati zmerni.

Najboljšo kavo, po našem mnenju, imajo na bencinski črpalki Petrol in pa v McDonald'su. Skupaj si jo večkrat privoščimo po pouku. Ko smo nekega popoldneva spet pili omamno dišečo vročo kavo in klepetali, se je rodila ideja za našo raziskovalno nalogo. Začeli smo se spraševati, ali tudi drugi učenci predmetne stopnje že pijejo kavo. Zanimalo nas je, kdaj so začeli piti kavo, kakšno kavo imajo radi, koliko kave spijejo na dan, in kaj o vsem skupaj mislijo njihovi starši. Kaj pa tisti, ki kave ne pijejo? Morda jim starši tega ne dovolijo? Ali pa jim okus kave pač ni všeč? Vse to smo skušali ugotoviti v naši raziskovalni nalogi.

## 2.1 Cilji naloge

Z raziskovalno nalogo smo želeli ugotoviti:

- a) koliko učencev predmetne stopnje pije kavo,
- b) ali kavo pije več fantov ali deklet,
- c) zakaj pijejo kavo,
- d) koliko kave spijejo na dan,
- e) kdaj najpogosteje pijejo kavo,
- f) v katerem razredu so začeli piti kavo,
- g) kakšno kavo najpogosteje pijejo,
- h) kdaj so kavo prvič poskusili,
- i) ali starši vedo, da njihovi otroci pijejo kavo,
- j) kako se po pitju kave počutijo,
- k) kakšen razlog imajo tisti, ki kave ne pijejo.

## 2.2 Hipoteze

Postavili smo naslednje hipoteze:

- 1. Več kot polovica učencev predmetne stopnje ne pije kave.
- 2. Kavo pije več fantov kot deklet.
- 3. Učenci pijejo kavo, da bi se lažje učili pozno zvečer ali zgodaj zjutraj.
- 4. Učenci najpogosteje pijejo belo kavo.
- 5. Večina učencev, ki pije kavo, to počne na skrivaj, brez vednosti staršev.
- 6. Učenci kave ne pijejo, ker jim njen okus ni všeč.

## 2.3 Metode dela

Pri izdelavi raziskovalne naloge smo najprej poiskali ustrezno literaturo. Podatke smo našli na internetu ter v knjigah. Podatke za praktični del naloge smo pridobili s pomočjo anketnega vprašalnika, ki smo ga razdelili učencem predmetne stopnje. Anketo je rešilo 228 učencev predmetne stopnje, od tega 46 učencev 6. razreda, 51 učencev 7. razreda, 67 učencev 8. razreda in 64 učencev 9. razreda.

### 3. Teoretična izhodišča

#### 3.1 Kava

Kava je napitek iz prevrelih zmletih zrn rastline kavovca. Ime »kava« bi naj izviralo iz arabske besede »qahwa«, ki v osnovi pomeni vino. Kasneje so izraz začeli uporabljati tudi za kavo, saj je podobno kot vino pri pivcih odpravljala potrebo po hrani in spanju. Ker je vino v arabskem svetu prepovedana pijača, so besedo za kavo spremenili v »qihwa«.<sup>1</sup> Je ena najbolj priljubljenih pijač na svetu. Je tretja najbolj pogosto zaužita pijača, takoj za vodo in čajem. Ima pozitivno funkcijo. Njena glavna sestavina je kofein. Kofein daje energijo in pomaga odpraviti utrujenost.<sup>2</sup> A kofein nima le pozitivnih učinkov. Če prepogosto posegamo po njem za dvig energije, je lahko učinek ravno nasproten. Kofein namreč posnema učinek stresa na telo, zato se zviša raven stresnih hormonov v krvi, kot sta adrenalin in kortizol. Prav tako preprečuje delovanje adenoizina, kemične snovi v možganih, ki pomirja. Adenozin pomaga telesu, da se odziva na stres. Če je njegovo delovanje onemogočeno zaradi prevelike količine kofeina, ljudje podležejo stresu in se kmalu ponovno počutijo brez energije.

Ljudje kofein presnavljajo različno hitro. Pri nekaterih gre počasi in kmalu postanejo razdražljivi in živčni, pri drugih pa tudi večje količine kofeina nimajo vidnih stranskih učinkov. Človek, ki tehta 70 kg in popije več kot šest pijač s kofeinom na dan, tvega zastrupitev s kofeinom. Pri tem se pojavijo bolezenski znaki kot so nespečnost, nemir, glavobol, tesnoba in utrujenost. (Brewer 2002:31)

Kofein lahko povzroča odvisnost. Nanj se navadimo, zato ga moramo uživati vedno več, da dosežemo enak učinek. Kakršnakoli odvisnost – če brez nečesa ne zdržimo niti en dan – lahko sproži živčno trzanje, glavobol, utrujenost, pomanjkanje energije, potrtnost, razdražljivost in splošno negativno razmišljanje. (Brewer 2002: 101)

---

<sup>1</sup> Povzeto po <https://sl.wikipedia.org/wiki/Kava>, dostop 30. 1. 2023

<sup>2</sup> Povzeto po [https://www.philips.si/c-e/blog/clanki/coffee/vse-kar-ste-kdaj-zeleli-vedeti-o-kavi.html#zgodovina\\_kave](https://www.philips.si/c-e/blog/clanki/coffee/vse-kar-ste-kdaj-zeleli-vedeti-o-kavi.html#zgodovina_kave), dostop 30. 1. 2023

### 3. 2 Pridobivanje kave

Kavna zrna pridobivajo iz zimzelene rastline, ki se imenuje kavovec. Kavovec je tropska rastlina, bolj podobna grmu kot drevesu. Ima bele cvetove, ki kmalu ovenijo, nadomestijo pa jih rdeče jagode, ki nekoliko spominjajo na češnje. (Jezernik 1999:10) Te jagode imajo neokusno meso, zraven pa sta dve semeni (kavni zrna), zaščiteni s trdo lupino. Preden zrna pošljejo na trg, lupino odstranijo. Obstajata dva načina: mokri in suhi. Pri mokrem načinu zrna trideset ur namakajo v fermentacijskih bazenih. Kava pridobljena na mokri način velja za bolj kakovostno. Pri suhem načinu pa kavna zrna približno tri tedne sušijo na soncu. Zrna nato ročno sortirajo in odstranijo neuporabna. (Jezernik 1999:11) Dežele pridelovalke izvažajo surova kavna zrna, pražijo pa jih šele pražarne v državah, kamor jih uvažajo. (Goljat, Ogrin 2006:13) Sveži plodovi so modrozeleni, sivozeleni ali rumenorjavi. Med praženjem se spremeni njihova barva, vonj in okus. Praženje je lahko svetlo, srednje ali temno. (Norman 1993:18) Kavna zrna nato zmeljejo. Kava ima najboljši okus, če jo zmeljemo tik pred pitjem. Kava je lahko drobno zmleta (ta ohrani aromo dlje časa), grobo zmleta ali srednje drobno zmleta. Poznamo tudi kavo v prahu. Katero od teh izberemo, je odvisno od namena uporabe. Grobo mleto uporabljamo za različne kavne aparate in kavni vrč, ki črpajo vodo skozi kavo, srednje drobno zmleto za filter vrečke in domače ekspresne kuhalnike, drobno zmleto kavo za ekspresno kavo (espresso), najbolj fino mleto kavo oz. kavo v prahu pa uporabljamo za turško kavo. (Norman 1993:20)



Slika 1: Cvetovi kavovca<sup>3</sup>



Slika 2: Plodovi kavovca<sup>4</sup>

<sup>3</sup> Vir slike: [https://sl.wikipedia.org/wiki/Arabski\\_kavovec](https://sl.wikipedia.org/wiki/Arabski_kavovec), dostop 2. 2. 2023

<sup>4</sup> Vir slike: [https://sl.wikipedia.org/wiki/Arabski\\_kavovec](https://sl.wikipedia.org/wiki/Arabski_kavovec), dostop 2. 2. 2023

### 3. 3 Zgodovina kave

Kdo je prvi odkril kavo in njeno »čudežno moč«, ni čisto jasno. Kavovec izvira iz južne Etiopije, v 15. stoletju pa so ga prinesli v Jemen in ga tam začeli gojiti. Obstaja več legend o pastirju v Jemnu, ki naj bi opazoval nenavadno obnašanje svojih ovc (po različnih pripovedih tudi koz ali kamel). Njegove živali naj bi bile čez dan bolj živahne od drugih, ponoči pa niso spale, ker so jedle rdeče sadeži z okoliških grmov. Pastir naj bi kasneje tudi sam poizkusil neznane plodove in tako postal »izumitelj kave«. Kmalu si je kava utrla pot v ves muslimanski svet. Turki so na svojih pohodih po Evropi prinesli kavo v Srednjo Evropo. (Jezernik 1999:19)

Prvi, ki so kavo uvažali v Evropo v večjih količinah, so bili Nizozemci. Do konca 17. stoletja je veljal arabski monopol na kavo. Nizozemec Pieter van den Broeck je leta 1616 v Evropo pretihotapil prve potaknjence. Kasneje so Nizozemci ustvarili prve plantaže kavovca na Javi in Sumatri. Na začetku 18. stoletja se je gojenje kavovca razširilo v Srednjo in Južno Ameriko. V 19. stoletju je Evropa dokončno prevzela kavo kot vsesplošno poživilno pijačo.

Prvo kavarno so odprli v današnjem Istanbulu leta 1545. Prva kavarna v Evropi je bila odprta leta 1625 v Benetkah. Sledilo je odpiranje kavarn tudi drugod po Evropi – leta 1652 v Londonu, 1659 v Marseillesu, leta 1663 v Amsterdamu, leta 1672 v Parizu in leta 1686 na Dunaju. Leta 1938 so v ZDA začeli izdelovati tudi instant kavo, ki se je po letu 1945 razširila tudi po Evropi. (Goljat, Ogrin 2006:9)

Kaj pa kava pri nas? Ljudje sprva niso dobro vedeli, kaj naj s kavo sploh počnejo. Menili so, da je zdravilo in kavna zrna so sprva prodajali v lekarnah. Nekatere je skrbelo, da gre za strup. Spet tretji so bili mnenja, da je to krepčilo za ženske, medtem ko imajo moški raje tobak in žganje. Na začetku so kavo uživali le premožnejši sloji, pozneje pa se je razširila med ljudi. Kava je povzročala tudi nekaj zmede, saj so jo nemalokrat zamešali s fižolom in jo kuhali in kuhali, a zrna se niso hotela zmehčati in so bila povsem neokusna. (Goljat, Ogrin 2006:11)

Kavo so sprva pili brez dodatkov. Prvič so jo »izboljšali« z dodatkom sladkorja leta 1713 na dvoru Ludvika XIV. Od sladkorja do mleka in smetane ni bilo več daleč. (Goljat, Ogrin 2006:11)

### 3. 4 Sorte kave

Pogosto lahko kupimo le kavo, ki je mešanica iz različnih dežel. Specializirane trgovine pa prodajajo tudi čiste sorte.

Kolumbijske kave se razlikujejo po kakovosti. Najboljše so tiste s polno, bogato aromo. Medellin ima dobro kislost, čisto aromo in je močna, a ne pregrenka. Excelso ima okus po orehih. Najboljša kava pa prihaja iz predgorja Andov.

V začetku prejšnjega stoletja so v Braziliji našli kavovec, ki je zaradi mutacije obrodil posebno velika zrna. Njegove potaknjence so odnesli v Mehiko in Gvatemalo. Ta sorta ima fino kislost, najboljša pa je srednje pražena.

Kenijske kave so ostre, s fino kislostjo in aromo ter nežnim sadnim okusom.

Blue Mountain je najboljša kava z Jamajke. Zrna imajo fino kislost ter bogato orehovo aromo. Najboljša je srednje pražena.

Kubanska kava ima sladko, zrelo aromo in močan okus, ki rahlo spominja na dim cedrovine. Najboljša je srednje močno pražena. (Norman 1996:14)

Manj znane sorte pridelujejo še na Havajih, v južni Indiji na Javi in Sumatri. (Norman 1996:16)



Slika 3: Različne sorte kavnih zrn<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup> Vir slike: <https://tripletwocoffee.com/222coffee/the-different-coffee-beans-explained/>, dostop 3. 2. 2023



### 3. 5 Pitje kave

Pitje kave je za mnoge obred, brez katerega ne morejo začeti dneva. Obstaja mnogo različnih različic tega napitka. Najprej si pogledjmo kavne napitke brez mleka.

**Ekspresna kava (Espresso)** je pripravljena zelo hitro in pod visokim tlakom. Vroča voda prehaja skozi posodo z mletimi kavnimi zrnji. Priprava traja približno 25 sekund. V skodelici je le 30–40 mililitrov kave.

**Doppio** je italijanska beseda za dvojno, gre torej za dve ekspresni kavi v eni skodelici. Če pri pripravi ekspresne kave dodamo več vode, tako kavo imenujemo **lungo**. Če v skodelico najprej natočimo vročo vodo in šele nato ekspresno kavo, govorimo o **dolgi kavi**. **Americano** se pripravi ravno nasprotno, najprej se v skodelico natoči ekspresna kava, ki jo razredčimo z vročo vodo.

Slika 4: Kavni napitki brez mleka<sup>6</sup>



Kavni napitki z mlekom so kapučino, macchiato, latte macchiato, bela kava, kava z mlekom in kava s smetano. Kapučino izhaja iz Italije, kjer se običajno pije le pri zajtrku. Pripravi se iz enakih delov ekspresne kave, vročega mleka in mlečne pene, običajno je ekspresna kava spodaj, sledi mleko in na vrhu pena.

**Macchiato** pomeni madež, torej je ekspresni kavi dodan le manjši brizg mleka. Za pripravo napitka **latte macchiato** v kozarec, odporen proti vročini, nalijemo deciliter do deciliter in pol vročega mleka skupaj s peno in nato nežno nalijemo ekspresno kavo, da sestavine ostanejo v ločenih plasteh. Podobno pripravimo belo kavo, le da ni vidne razslojenosti. Pri **kavi z mlekom** je ekspresni kavi dodano vroče mleko z zelo malo pene, pri **kavi s smetano** pa je dodana stepena smetana.

**Moccacino** vsebuje vročo čokolado namesto mleka in mlečne pene.<sup>7</sup>

**Topna ali “instant” kava** je koncentriran izdelek, ki nastane tako, da kuhani kavi z določenimi postopki odstranijo vodo. Tako dobijo zrnca, ki jih za pripravo kavnega napitka le zmešamo z vročo vodo.

Kdor kofeina ne mara ali se želi izogniti njegovemu vnosu v telo, lahko poseže po **kavi brez kofeina**. Obstajajo tudi **kavni nadomestki**. Gre za pripravke, ki niso narejeni iz kavnih zrn, a posnemajo okus kave in ne vsebujejo kofeina. Najbolj poznan je zagotovo nadomestek iz

<sup>6</sup> Vir slike: <https://savinjska.info/vrste-kave-in-nacini-priprave/>, dostop 3. 2. 2023

<sup>7</sup> Povzeto po <https://savinjska.info/vrste-kave-in-nacini-priprave/>, dostop 3. 2. 2023

cikorije in ječmena. Kavni nadomestek je lahko pripravljen tudi iz številnih drugih žit in surovin, denimo iz korenike regrata, mandljev, krompirjevih olupkov itd.

Doma si ljudje najpogosteje pripravljajo **turško kavo**. To ljudje pripravljajo tako, da jo dajo v zavrelo vodo in mešanico nato ponovno segrevajo do vretja, lahko tudi večkrat.<sup>8</sup>



Slika 5: Kavni napitki z mlekom<sup>9</sup>

### 3. 6 Pozitivni in negativni učinki kave

Ena najbolj znanih in priznanih prednosti kave je njena poživitevna funkcija. Glavna sestavina kave je kofein, ki daje energijo in pomaga odpraviti utrujenost. Kofein v zmernih količinah, izboljšuje pozornost in koncentracijo ter naše razpoloženje. Prav tako izboljša povprečno telesno zmogljivost. Če približno eno uro pred vadbo popijemo skodelico črne kave, se zmogljivost telesa poveča za 11–12 %. Kofein spodbuja sproščanje adrenalina v krvi, kar je odlična pomoč pri fizičnem naporu, pomaga pa tudi pri izgorevanje maščob. Kava vsebuje magnezij in kalij, ki telesu pomagata pri uravnavanju sladkorja v krvi. Posledično manj hrepenimo po sladkih prigrizkih. Kava ščiti telo pred prostimi radikali, saj je bogat vir antioksidantov. Pitje kave zmanjša tveganje za nastanek diabetesa tipa 2, Alzheimerjeve bolezni in možganske kapi. Kava lahko ugodno vpliva tudi na bolezni jeter. Pitje kave pa ne prinaša le prednosti. Kava ima lahko številne neželene učinke, sploh če jo uživamo v prevelikih količinah. Možni negativni učinki uživanja kave so: nespečnost, živčnost in nemir, slabost in bruhanje, driska, glavobol, tesnoba in vznemirjenost.<sup>10</sup>

<sup>8</sup> Povzeto po <https://savinjska.info/vrste-kave-in-nacini-priprave/>, dostop 3. 2. 2023

<sup>9</sup> Vir slike: <https://savinjska.info/vrste-kave-in-nacini-priprave/>, dostop 3. 2. 2023

<sup>10</sup> Povzeto po <https://www.ostanifit.si/vpliv-koфеina-na-zdravje> in [https://www.philips.si/c-e/blog/clanki/coffee/vse-kar-ste-kdaj-zeleli-vedeti-o-kavi.html#prednosti\\_kave](https://www.philips.si/c-e/blog/clanki/coffee/vse-kar-ste-kdaj-zeleli-vedeti-o-kavi.html#prednosti_kave), dostop 30. 1. 2023



### 3. 7 Kava in mladostniki

Kava in pijače, ki vsebujejo kofein, niso primerne za otroke in mladostnike. Razpolovni čas, to je čas, v katerem se koncentracija kofeina v telesu zmanjša za polovico, je pri zdravem odraslem tri do štiri ure. Pri otrocih in mladostnikih pa je razpolovni čas daljši, zato lahko pride do negativnih učinkov na jetra, hitreje pa postanejo tudi nervozni, tesnobni in živčno vznemirjeni. Kava ter ostale pijače s kofeinom so za najstnike izjemno nevarni, saj preprečujejo pravilen razvoj njihovih možganov. Uživanje teh pijač so strokovnjaki z univerzitetne otroške bolnišnice v Zürichu povezali z motnjami osebnosti, shizofrenijo, tesnobo in počasnejšim delovanjem možganov v dobi adolescence. Najškodljivejši stranski učinek kofeina je oviranje globokih faz spanca. Te so ključne za nemoten razvoj sinaps v možganih. Gre za stičišča med dvema živčnima celicama. Ta proces se najhitreje dogaja med 13. in 19. letom starosti. Možgani v puberteti prehajajo skozi občutljivo obdobje dozorevanja, zato je tedaj kofein eden od njihovih največjih sovražnikov.<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> Povzeto po <https://old.slovenskenovice.si/lifestyle/zdravje/najstniki-izogibajte-se-kavi>, dostop 3. 2. 2023

## 4. Osrednji del

### 4. 1 Rezultati raziskave

Ko smo se lotili sestavljanja ankete, smo najprej oblikovali hipoteze, nato pa predlagali vprašanja, ki bi jih lahko zastavili učencem. Skupaj z mentorico smo naredili končni izbor vprašanj. Za pomoč smo prosili nekaj učiteljev, ki so pri svojih urah razdelili ankete. Anketo je rešilo 228 učencev predmetne stopnje, od tega 46 učencev 6. razreda (27 deklet in 19 fantov), 51 učencev 7. razreda (23 deklet in 28 fantov), 67 učencev 8. razreda (20 deklet in 47 fantov) in 64 učencev 9. razreda (38 deklet in 26 fantov).

#### 4. 1. 1 Spol anketirancev

Tabela 1 prikazuje spol anketirancev.

| Ženske | Moški |
|--------|-------|
| 108    | 120   |

Graf 1 prikazuje spol anketirancev v odstotkih.

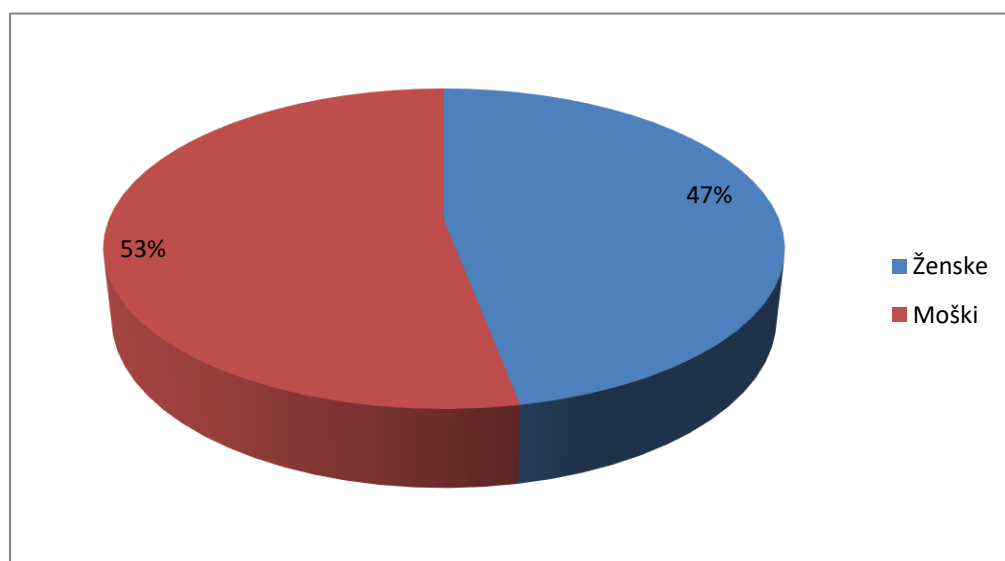
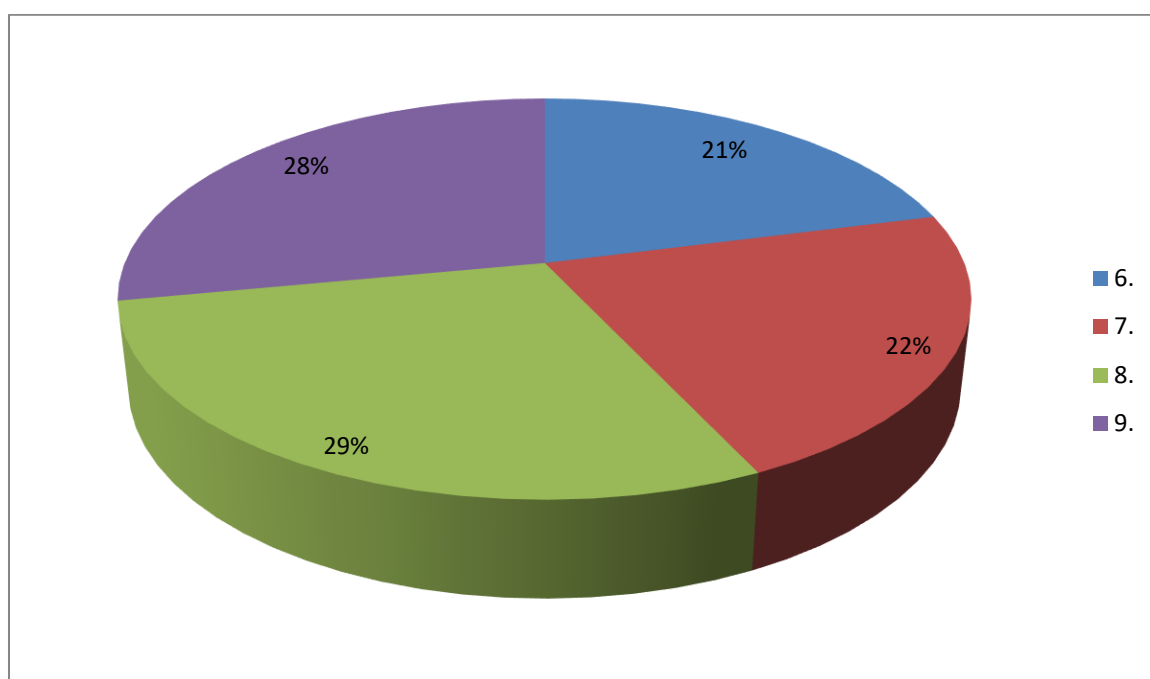


Tabela 2 prikazuje število anketirancev glede na razred.

| Razred | Število anketirancev |
|--------|----------------------|
| 6.     | 46                   |
| 7.     | 51                   |
| 8.     | 67                   |
| 9.     | 64                   |

Graf 2 prikazuje odstotek anketirancev glede na razred.



### Rezultati:

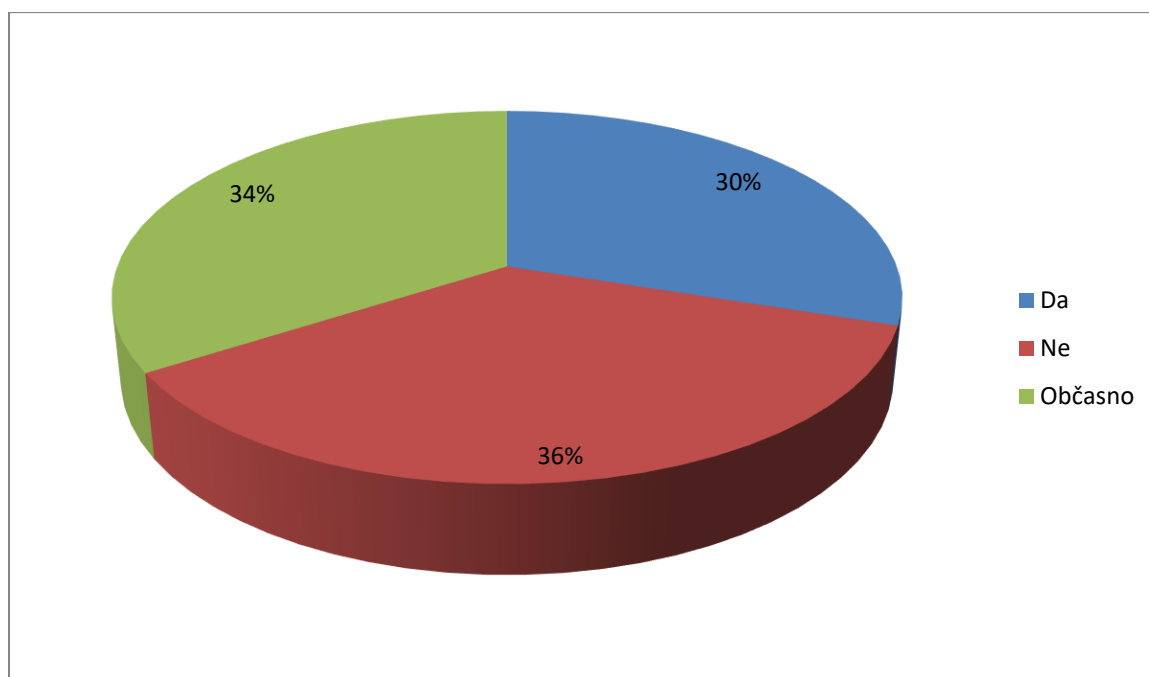
Kot lahko vidimo, so bili anketiranci dokaj enakomerno zastopani po spolu (47% žensk in 53% moških). Število učencev 6. in 7. razredov je nekoliko nižje kot število učencev 8. in 9. razredov. Razlog za to je verjetno v odsotnostih učencev, saj so si vse štiri generacije po številu učencev drugače precej podobne.

#### 4. 1. 2 Ali piješ kavo?

Tabela 3 prikazuje, koliko učencev predmetne stopnje pije kavo.

| Možni odgovori | Fantje | Dekleta | Skupaj |
|----------------|--------|---------|--------|
| Da             | 35     | 33      | 68     |
| Ne             | 49     | 34      | 83     |
| Občasno        | 36     | 41      | 77     |

Graf 3 prikazuje odstotek učencev predmetne stopnje, ki pijejo kavo.



#### Rezultati:

Rezultati kažejo, da le 36% učencev predmetne stopnje nikoli ne pije kave. 30% učencev jo pije redno in 34% učencev občasno, kar je skupaj 64%. Rezultat nas je precej presenetil. Ko smo se lotili naše raziskovalne naloge, smo sklepali, da bo situacija ravno obratna, torej da je uživanje kave med učenci predmetne stopnje bolj izjema. Če pogledamo zastopanost po spolu, vidimo da 33 deklet pije kavo redno, 41 pa občasno, kar je skupaj 74. Kavo redno uživa 35 fantov, 36 pa občasno, kar je skupaj 71. To pomeni, da pri pitju kave rahlo vodijo dekleta. Tudi ta rezultat nas je presenetil, saj smo sklepali, da bodo v vodstvu fantje.

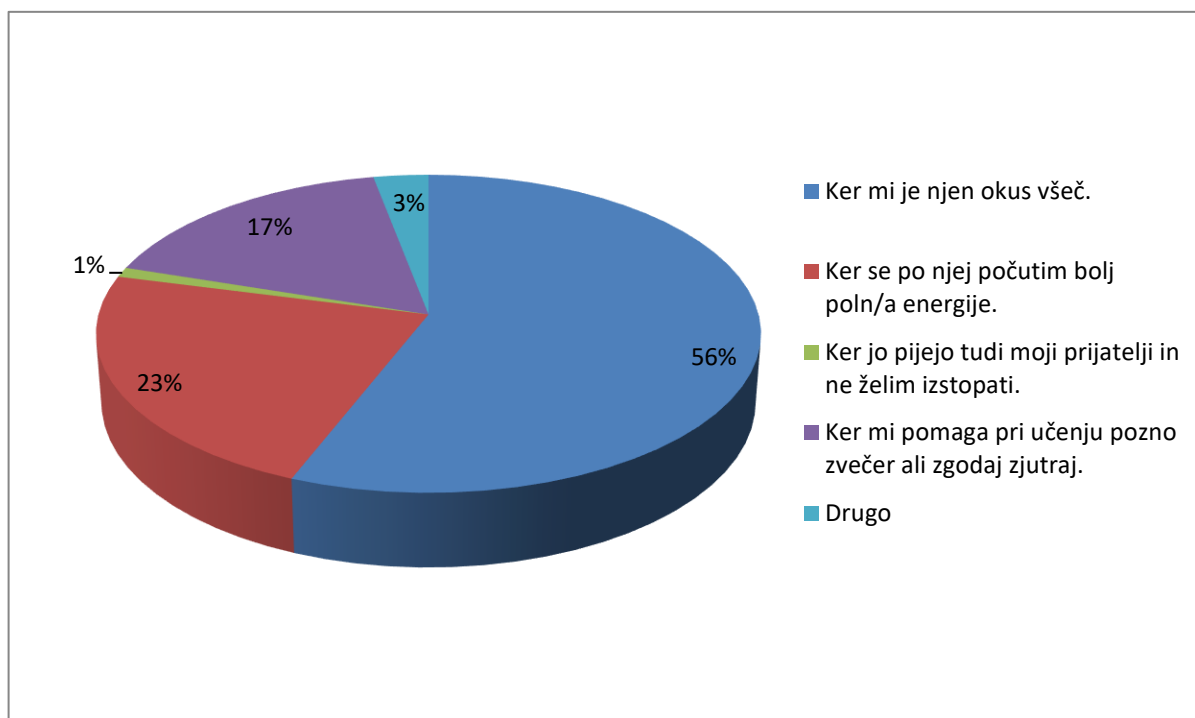
#### 4. 1. 3 Kaj je glavni razlog, da piješ kavo?

Na to vprašanje so odgovarjali le učenci, ki kavo pijejo.

Tabela 4 prikazuje razloge za pitje kave.

| Možni odgovori                                            | Število odgovorov |
|-----------------------------------------------------------|-------------------|
| Ker mi je njen okus všeč.                                 | 80                |
| Ker se po njej počutim bolj poln/a energije.              | 33                |
| Ker jo pijejo tudi moji prijatelji in ne želim izstopati. | 2                 |
| Ker mi pomaga pri učenju pozno zvečer ali zgodaj zjutraj. | 25                |
| Drugo                                                     | 5                 |

Graf 4 v odstotkih prikazuje razloge za pitje kave.



#### Rezultati:

Največ anketirancev (56%) pije kavo zaradi njenega okusa. Drugi najpogostejši odgovor je bil, da se po kavi počutijo bolj polni energije. Odgovor, da učenci pijejo kavo, ker jim pomaga pri učenju zgodaj zjutraj ali pozno zvečer, ki smo ga pričakovali kot najpogostejšega, pa je bil šele na tretjem mestu po pogostosti. Le dva učenca sta odgovorila, da kavo pijeta zaradi vrstnikov. Pet učencev pa je izbralo možnost »drugo«, kjer so morali svoj odgovor še

utemeljiti. Dva učenca sta zapisala, da kavo pijeta, ker je to dobro za športnike, dva sta zapisala, da kavo pijeta kar tako, brez posebnega razloga. En učenec pa je zapisal, da bela kava sodi k pecivu in jo pije le med sladkanjem.

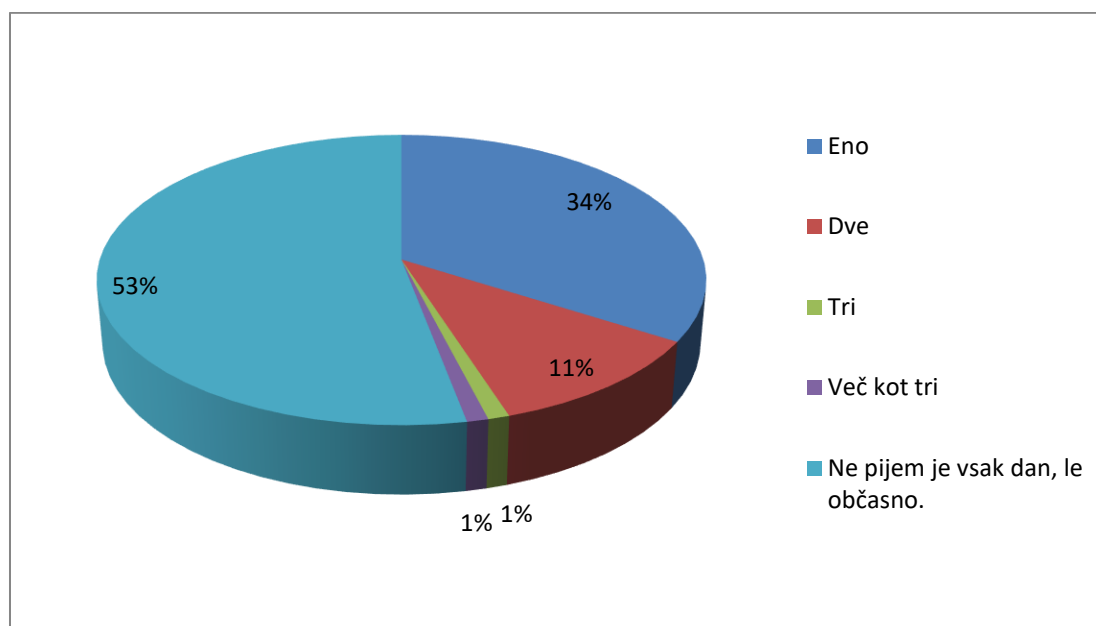
#### 4. 1. 4 Koliko skodelic kave spiješ na dan?

Na to vprašanje so odgovarjali le učenci, ki pijejo kavo.

Tabela 5 prikazuje, koliko skodelic kave spiijejo anketiranci na dan.

| Možni odgovori                    | Število odgovorov |
|-----------------------------------|-------------------|
| Eno                               | 49                |
| Dve                               | 15                |
| Tri                               | 2                 |
| Več kot tri                       | 2                 |
| Ne pijem je vsak dan, le občasno. | 77                |

Graf 5 prikazuje, koliko skodelic kave na dan spiijejo anketiranci v odstotkih.



#### Rezultati:

Večina tistih, ki kavo pijejo, ne uživa te pozitivne pijače vsak dan, ampak le občasno. Tisti, ki kavo pijejo redno, jo najpogosteje pijejo enkrat na dan. 11% učencev spiije dve skodelici na dan. Ta odstotek se nam zdi glede na starost presenetljivo visok. Zelo negativno nas je presenetil tudi podatek, da nekaj učencev spiije tudi po tri ali več skodelic kave na dan. Pri večjih količinah kofeina lahko pride namreč do zastrupitve s kofeinom. Sploh, če učenci pitje kave kombinirajo še z uživanjem energijskih pijač, kokakole ali česa drugega, kar vsebuje kofein.

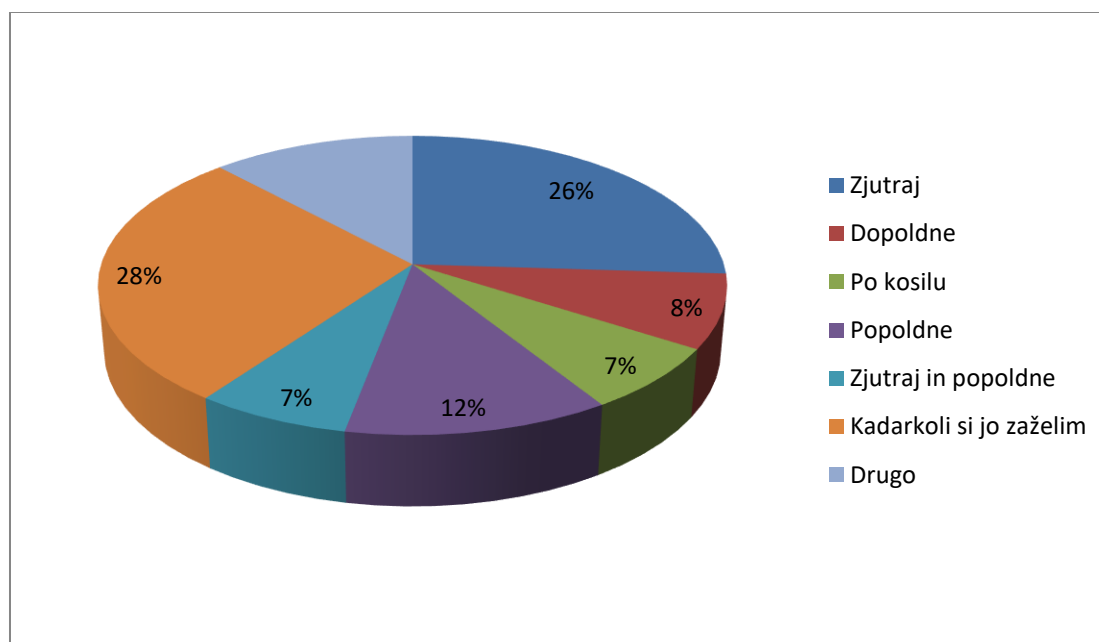
#### 4. 1. 5 Kdaj piješ kavo?

Na vprašanje so odgovarjali le tisti učenci, ki pijejo kavo.

Tabela 6 prikazuje, kdaj anketiranci najpogosteje uživajo kavo.

| Možni odgovori          | Število anketirancev |
|-------------------------|----------------------|
| Zjutraj                 | 37                   |
| Dopoldne                | 11                   |
| Po kosilu               | 10                   |
| Popoldne                | 18                   |
| Zjutraj in po kosilu    | 10                   |
| Kadarkoli si jo zaželim | 41                   |
| Drugo                   | 18                   |

Graf 6 v odstotkih prikazuje, kdaj anketiranci najpogosteje uživajo kavo.



#### Rezultati:

Največ anketirancev je izbralo odgovor »kadarkoli si jo zaželim«, sledi odgovor »zjutraj«, tretje mesto pa si delita odgovora »drugo« in »popoldne«. Anketiranci so pod »drugo« največkrat zapisali, da kave ne pijejo redno, ampak občasno (10 odgovorov). Nekateri jo pijejo le na obiskih (3 odgovori) ali če se gredo pozno zvečer učit (2 odgovora). Dva anketiranca sta napisala, da kavo pijeta pred in po treningu, en anketiranec pa je zapisal, da jo pije, ko pride iz šole domov.

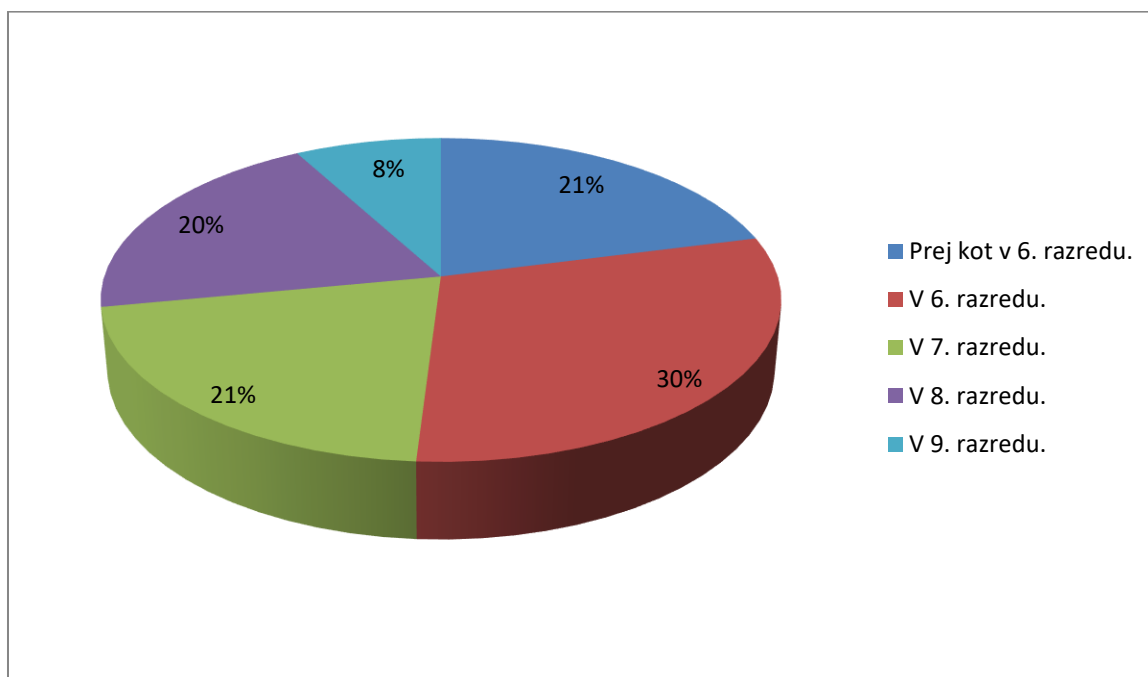
#### 4.1.6 Kdaj si začel/a piti kavo?

Na vprašanje so odgovarjali le tisti učenci, ki pijejo kavo.

Tabela 7 prikazuje, kdaj so anketiranci začeli piti kavo.

| Možni odgovori        | Število anketirancev |
|-----------------------|----------------------|
| Prej kot v 6. razredu | 31                   |
| V 6. razredu          | 43                   |
| V 7. razredu          | 31                   |
| V 8. razredu          | 29                   |
| V 9. razredu          | 11                   |

Graf 7 v odstotkih prikazuje, kdaj si anketiranci začeli piti kavo.



#### Rezultati:

Pri tem vprašanju so učenci lahko sami napisali razred, v katerem so pričeli piti kavo. Učence, ki so zapisali razred nižji kot 6., smo sešteli in jih zbrali pod odgovor »prej kot v 6. razredu.« Ti učenci so največkrat pričeli piti kavo v 4. ali 5. razredu, 3 učenci pa so zapisali celo, da so pričeli že v 1. razredu.

Največ učencev je izbralo možnost »v 6. razredu«. Sledita odgovora »prej kot v 6. razredu« in »v 7. razredu«. Naslednji po pogostosti je bil odgovor »v 8. razredu«, za odgovor »v 9. razredu« pa so se odločili v manjši meri.



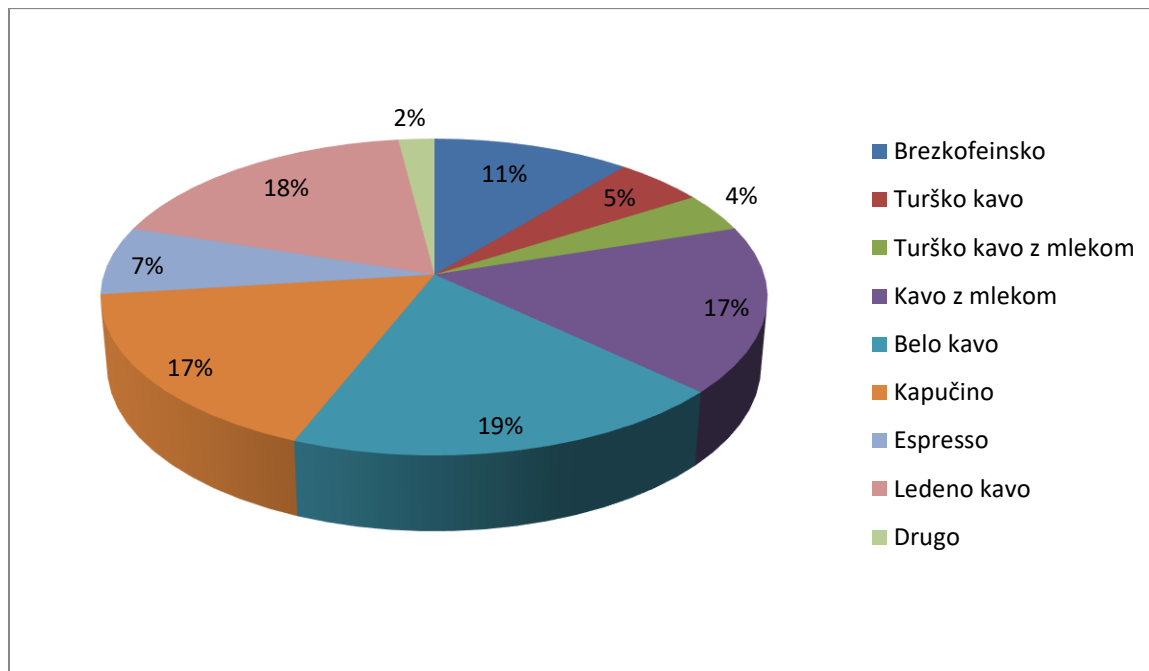
#### 4. 1. 7 Kakšno kavo piješ?

Na vprašanje so odgovarjali le tisti učenci, ki pijejo kavo. Možno je bilo izbrati več odgovorov. Skupaj so anketiranci izbrali 228 odgovorov.

Tabela 8 prikazuje, kakšno kavo pijejo anketiranci.

| Možni odgovori       | Število odgovorov |
|----------------------|-------------------|
| Brezkofeinsko        | 26                |
| Turško kavo          | 10                |
| Turško kavo z mlekom | 8                 |
| Kavo z mlekom        | 40                |
| Belo kavo            | 44                |
| Kapučino             | 40                |
| Espresso             | 15                |
| Ledeno kavo          | 41                |
| Drugo                | 4                 |

Graf 8 prikazuje, priljubljenost določene vrste kave med anketiranci v odstotkih.



#### Rezultati:

Anketiranci so najpogosteje izbrali belo kavo, sledijo pa ledena kava, kava z mlekom in kapučino. 11% anketirancev je izbralo brezkofeinsko kavo, 7% ekspresno kavo (espresso), turško kavo je izbralo le 5% anketirancev, 4% pa pijejo turško kavo z mlekom. 4 učenci so izbrali odgovor »drugo«. Zapisali so, da pijejo kavo iz kavarne Starbucks (1 odgovor) in

instant irski kapučino (2 odgovora). En učenec pa je zapisal, da pije katerokoli kavo, ki mu jo ponudijo na obisku.

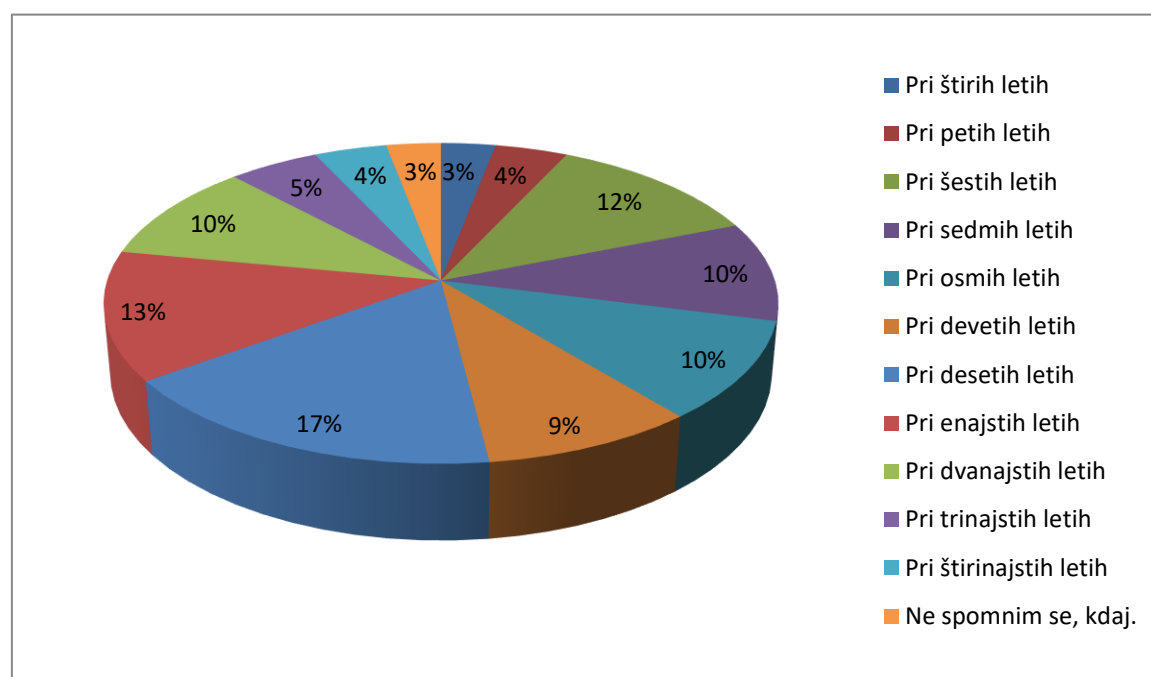
#### 4. 1. 8 Kdaj si prvič poskusil/a kavo?

Na vprašanje so odgovarjali le tisti učenci, ki pijejo kavo.

Tabela 9 prikazuje starost učencev, ko so prvič poskusili kavo.

| Možni odgovori         | Število anketirancev |
|------------------------|----------------------|
| Pri štirih letih       | 5                    |
| Pri petih letih        | 6                    |
| Pri šestih letih       | 17                   |
| Pri sedmih letih       | 15                   |
| Pri osmih letih        | 14                   |
| Pri devetih letih      | 13                   |
| Pri desetih letih      | 25                   |
| Pri enajstih letih     | 18                   |
| Pri dvanajstih letih   | 15                   |
| Pri trinajstih letih   | 7                    |
| Pri štirinajstih letih | 6                    |
| Ne spomnim se, kdaj.   | 4                    |

Graf 9 v odstotkih prikazuje, kdaj so anketiranci prvič poskusili kavo.



**Rezultati:** Večina anketirancev je prvič poskusila kavo pri desetih letih. Presenečeni smo bili nad podatkom, da je 8% anketirancev kavo poskusilo že v predšolskem obdobju, kar 58% anketirancev pa na razredni stopnji. Sklepamo, da gre tu le za en požirek iz radovednosti.

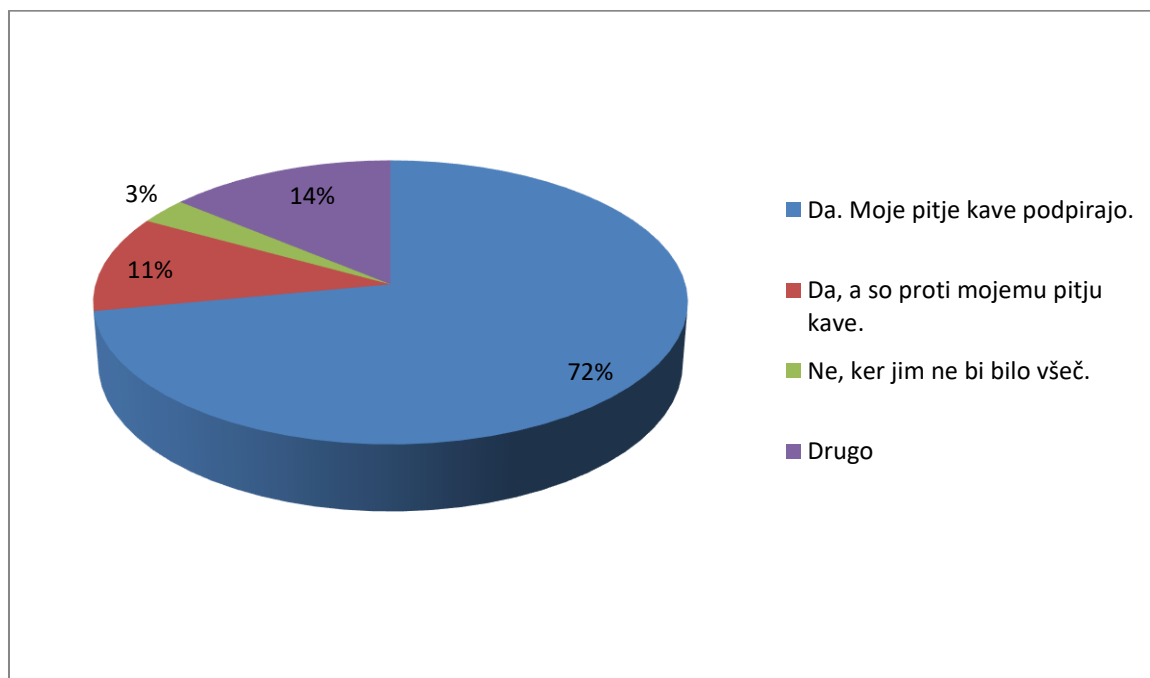
#### 4. 1. 9 Ali starši vedo, da piješ kavo?

Na vprašanje so odgovarjali le tisti učenci, ki pijejo kavo.

Tabela 10 prikazuje, koliko staršev anketirancev ve, da njihovi otroci pijejo kavo.

| Možni odgovori                    | Število učencev |
|-----------------------------------|-----------------|
| Da. Moje pitje kave podpirajo.    | 104             |
| Da, a so proti mojemu pitju kave. | 16              |
| Ne, ker jim to ne bi bilo všeč.   | 4               |
| Drugo                             | 21              |

Graf 10 prikazuje odstotek staršev anketirancev, ki vedo, da njihovi otroci pijejo kavo.



#### Rezultati:

Če pogledamo številke, vidimo, da je kar 72% anketirancev odgovorilo, da njihovi starši vedo, da pijejo kavo in jih pri tem podpirajo. 11% anketirancev je odgovorilo, da starši vedo za njihovo pitje kave, a temu nasprotujejo. 14% anketirancev je izbralo možnost drugo. Zapisali so, da je staršem vseeno, če pijejo kavo in da jim jo celo sami skuhajo (11

odgovorov), da kavo pijejo le občasno in takrat jim starši nič ne rečejo (7 odgovorov), da jim jo dovolijo le, kadar se morajo učiti pozno v noč (3 odgovori). Le 3% anketirancev svoje pitje kave skrivajo pred starši. Sklepali smo, da večina staršev pitja kave ne dovoli ter da tisti, ki kavo pijejo, to počnejo na skrivaj, a je bil rezultat ravno nasproten.

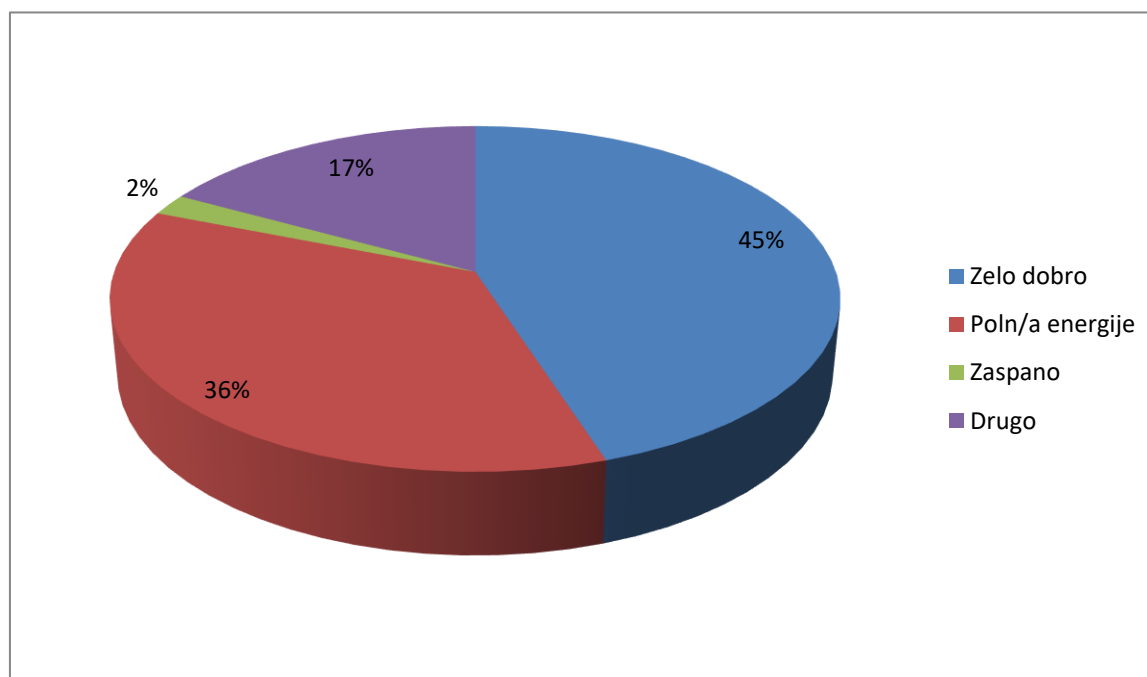
#### 4.2 Kako se počutiš po pitju kave?

Na vprašanje so odgovarjali le tisti učenci, ki pijejo kavo.

Tabela 11 prikazuje, kako se anketiranci počutijo po pitju kave.

| Možni odgovori  | Število učencev |
|-----------------|-----------------|
| Zelo dobro      | 65              |
| Slabo           | 0               |
| Poln/a energije | 52              |
| Zaspano         | 3               |
| Drugo           | 25              |

Graf 11 prikazuje, kako se anketiranci počutijo po pitju kave v odstotkih.



#### Rezultati:

Če pogledamo številke, vidimo, da se večina anketirancev po pitju kave počuti zelo dobro (45%) ali pa so polni energije (36%). 2% anketirancev se po kavi počuti zaspano. 17% anketirancev je izbralo možnost »drugo«. Zapisali so, da se ne počutijo nič drugače kot običajno oz. da kava na njih nima učinka.

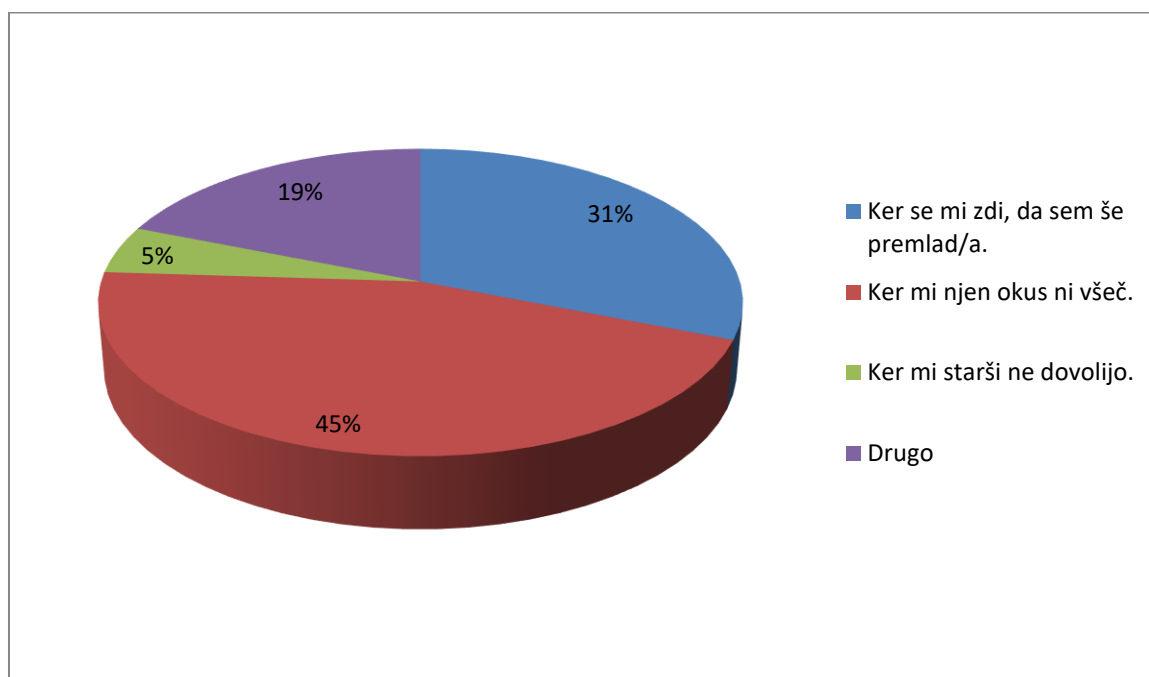
#### 4.2.1 Zakaj kave ne piješ?

Na vprašanje so odgovarjali le tisti učenci, ki kave ne pijejo.

Tabela 12 prikazuje, zakaj anketiranci ne pijejo kave.

| Možni odgovori                      | Število učencev |
|-------------------------------------|-----------------|
| Ker se mi zdi, da sem še premlad/a. | 26              |
| Ker mi njen okus ni všeč.           | 37              |
| Ker mi starši ne dovolijo.          | 4               |
| Drugo                               | 16              |

Graf 12 prikazuje, razloge za ne pitje kave v odstotkih.



#### Rezultati:

Če pogledamo številke, vidimo da večina anketirancev kave ne pije, ker jim njen okus ni všeč (45%), kar smo tudi pričakovali. 31% anketirancev kave ne pije, ker se jim zdi, da so še premladi. Le 5% kave ne pije, ker jim starši tega ne dovolijo. 19% anketirancev je izbralo odgovor »drugo«. Največ jih je zapisalo, da kave ne pijejo zaradi vseh zgoraj naštetih razlogov (12 odgovorov). Pojavili so se še naslednji odgovori: »kave ne pijem, ker ne najdem pravega razmerja med kavo in sladkorjem in mi zato ni dobra«, »za pitje kave nimam časa«, »ne zdi se mi zdrava« in »Kave še ne pijem, a bom verjetno začel, ker sem ves čas utrujen«.

## 5. Diskusija

Ko smo septembra začeli razmišljati o temi raziskovalne naloge, smo takoj pomislili na kavo, ker je to naša skupna točka. Pijemo jo namreč vsi trije. A vendar smo sklepali, da smo bolj izjeme kot pravilo. Sicer je res, da v današnjem času mnogi osnovnošolci počnejo že marsikaj hujšega kot pijejo kavo, a smo bili mnjenja, da so takšni učenci v manjšini. Zato smo postavili hipotezo, da več kot polovica učencev predmetne stopnje ne pije kave. Rezultati kažejo, da le 36% učencev predmetne stopnje nikoli ne pije kave. 30% učencev jo pije redno in 34% učencev občasno, kar je skupaj 64%. Naša prva hipoteza je tako ovržena.

Sklepali smo, da pije kavo več fantov kot deklet, saj dekleta pogosto veljajo za bolj mirna in »pridna«, torej da bolj sledijo pravilom in po svojem vedenju ne izstopajo. Če pogledamo zastopanost po spolu, vidimo, da je od 145 tistih, ki pijejo kavo, 74 deklet in 71 fantov. To pomeni, da pri pitju kave rahlo vodijo dekleta. Naša druga hipoteza je ovržena.

Kava je poživilo, ki nam pomaga, da ostanemo budni. Ker ima veliko učencev precej popoldanskih obveznosti (treningi, glasbena šola, verouk itd) smo sklepali, da težko najdejo čas za učenje in šolsko delo, zato se učijo pozno zvečer ali zgodaj zjutraj, pri tem pa jim pomaga kava. Naša tretja hipoteza je tako bila, da učenci pijejo kavo, da bi se lažje učili pozno zvečer ali zgodaj zjutraj. Največ anketirancev (56%) je odgovorilo, da pijejo kavo zaradi njenega okusa. Odgovor, da učenci pijejo kavo, ker jim pomaga pri učenju zgodaj zjutraj ali pozno zvečer, ki smo ga pričakovali kot najpogostejšega, pa je bil šele na tretjem mestu po pogostosti. Naša tretja hipoteza je tako ovržena.

Četrta hipoteza pravi, da največ učencev pije belo kavo. To hipotezo smo postavili, ker smo sklepali, da učenci pitje kave skrivajo pred starši, zato si kavo naročijo v kavarni, jo kupijo v restavraciji s hitro prehrano, na bencinski črpalki in podobno, in si je ne kuhajo sami doma.

Poleg tega bela kava vsebuje veliko mleka in manj kave, zato je morda bolj primerna za mlajše pivce. Anketiranci so res najpogosteje izbrali belo kavo in tako je naša četrta hipoteza potrjena.

Naša peta hipoteza je bila, da večina učencev, ki pije kavo, to počne na skrivaj, brez vednosti staršev. Rezultat nas je popolnoma presenetil. Sklepali smo, da večina staršev pitja kave ne dovoli, zato učenci kavo pijejo skrivaj. Rezultat pa je bil ravno nasproten. Pri kar 72% anketirancev starši vedo za pitje kave svojih otrok in jih pri tem podpirajo, pri 11% pa za pitje kave vedo, čeprav ga ne odobravajo. Le 3% anketirancev svoje pitje kave skrivajo pred starši. Naša peta hipoteza je tako ovržena.

Pri zadnji hipotezi smo pogledali še tiste anketirance, ki ne pijejo kave. Zanimalo nas je, kaj je razlog za to, da kave ne uživajo. Glede na to, da se najstniki upirajo staršem in jih njihovo mnenje ponavadi bolj malo zanima, se nam ni zdelo ravno verjetno, da učenci ne bi pili kave, ker jim tega ne dovolijo starši ali pa da bi se jim zdelo, da so za pitje kave še premladi. Zato smo postavili hipotezo, da učenci kave ne pijejo, ker jim njen okus ni všeč. Imeli smo prav. Kar 45% tistih, ki kave ne pijejo, je kot razlog navedlo, da jim ni všeč njen okus. Naša zadnje hipoteza je tako potrjena.

## **6. Zaključek**

V nalogi smo ugotovili, da več kot polovica učencev predmetne stopnje pije kavo, pri tem pa rahlo vodijo dekleta. Kavo pijejo predvsem zato, ker jim je všeč njen okus. Večina učencev pije kavo le občasno, tisti, ki jo pijejo redno, spišejo eno skodelico na dan. Učenci pijejo kavo, kadarkoli si jo zaželi, neodvisno od dela dneva, največkrat pa izberejo belo kavo. Največ učencev je začelo piti kavo v 6. razredu, prvič pa so jo poskusili pri desetih letih (torej nekje v 5. razredu). Pri večini učencev starši vedo za pitje kave in mu ne nasprotujejo. Nekateri celo pijejo kavo skupaj s svojim otrokom. Po pitju kave se večina učencev počuti zelo dobro. Tisti, ki kave ne pijejo, se ji izogibajo zato, ker jim njen okus ni všeč.

## 7. Priloga

### ANKETNI VPRAŠALNIK

**SPOL : Ž    M**

**RAZRED: 6. 7. 8. 9.**

**Pozdravljeni!**

**Smo Luka, Jan in Tadej iz 8. a. Letos delamo raziskovalno nalogo z naslovom PITJE KAVE MED UČENCI PREDMETNE STOPNJE NAŠE ŠOLE. Prosimo, da nam pri tem pomagaš in rešiš spodnjo anketo.**

**SPOL : Ž    M**

**RAZRED: 6. 7. 8. 9.**

**1. Ali piješ kavo?**

- a) Da
- b) Ne
- c) Občasno

|                                                               |
|---------------------------------------------------------------|
| <b>Če si obkrožil ne, nadaljuj pri vprašanju številka 10.</b> |
|---------------------------------------------------------------|

**2. Kaj je glavni razlog, da piješ kavo?**

- a) Ker mi je njen okus všeč.
- b) Ker se po njej počutim bolj poln/a energije.
- c) Ker jo pijejo tudi moji prijatelji in ne želim izstopati.
- d) Ker mi pomaga pri učenju pozno zvečer ali zgodaj zjutraj
- e) Drugo: \_\_\_\_\_

**3. Koliko skodelic kave spiješ na dan?**

- a) Eno
- b) Dve
- c) Tri
- d) Več kot tri
- e) Ne pijem je vsak dan, le občasno.



#### **4. Kdaj piješ kavo?**

- a) Zjutraj
- b) Dopoldne
- c) Po kosilu
- d) Popoldne
- e) Zjutraj in po kosilu
- f) Kadarkoli si jo zaželim
- g) Drugo: \_\_\_\_\_

#### **5. Kdaj si začel/a piti kavo?**

V \_\_\_\_\_ razredu.

#### **6. Kakšno kavo piješ?**

- a) brezkofeinsko
- b) turško kavo
- c) turško kavo z mlekom
- d) kavo z mlekom
- e) belo kavo
- f) kapučino
- g) ekspresno kavo (espresso)
- h) ledeno kavo
- i) drugo: \_\_\_\_\_

#### **7. Kdaj si prvič poskusil kavo?**

Pri \_\_\_\_\_ letih.

#### **8. Ali starši vedo, da piješ kavo?**

- a) Da. Moje pitje kave podpirajo.
- b) Da, a so proti mojemu pitju kave.
- c) Ne, ker jim to ne bi bilo všeč.
- d) Drugo: \_\_\_\_\_

**9. Kako se počutiš po pitju kave?**

- a) Zelo dobro.
  - b) Slabo.
  - c) Poln/a energije.
  - d) Zaspano.
  - e) Drugo \_\_\_\_\_
- 

**10. Zakaj kave ne piješ?**

- a) Ker se mi zdi, da sem še premlad/a
- b) Ker mi njen okus ni všeč.
- c) Ker mi starši ne dovolijo.
- d) Drugo: \_\_\_\_\_

**Hvala za sodelovanje!**

## 8. Viri

### 8.1 Knjižni viri

1. Brewer, Sarah: Kako do več energije. Tržič: Učila International, 2004
2. Goljat, Andrej; Ogrin, Aleš: Kava. Ljubljana: Založba Kmečki glas, 2006
3. Jezernik, Božidar: Kava. Ljubljana: Založba Rokus, d.o.o., 1999
4. Norman, Jill: Kava. Ljubljana: ČZP Kmečki glas, 1993

### 8.2 Internetni viri

1. <https://sl.wikipedia.org/wiki/Kava> (30. 1. 2023)
2. [https://www.philips.si/c-e/blog/clanki/coffee/vse-kar-ste-kdaj-zeleli-vedeti-o-kavi.html#zgodovina\\_kave](https://www.philips.si/c-e/blog/clanki/coffee/vse-kar-ste-kdaj-zeleli-vedeti-o-kavi.html#zgodovina_kave) (30. 1. 2023)
3. <https://savinjska.info/vrste-kave-in-nacini-priprave/> (3. 2. 2023)
4. <https://www.ostanifit.si/vpliv-koфеina-na-zdravje> (3. 2. 2023)
5. [https://www.philips.si/c-e/blog/clanki/coffee/vse-kar-ste-kdaj-zeleli-vedeti-o-kavi.html#prednosti\\_kave](https://www.philips.si/c-e/blog/clanki/coffee/vse-kar-ste-kdaj-zeleli-vedeti-o-kavi.html#prednosti_kave) (30. 1. 2023)
6. <https://old.slovenskenovice.si/lifestyle/zdravje/najstniki-izogibajte-se-kavi> (3. 2. 2023)

### 8.3 Viri slik

1. Slika na naslovnici: <https://www.cancer.org/latest-news/coffee-and-cancer-what-the-research-really-shows.html> (30. 1. 2023)
2. Slika 1: [https://sl.wikipedia.org/wiki/Arabski\\_kavovec](https://sl.wikipedia.org/wiki/Arabski_kavovec) (2. 2. 2023)
3. Slika 2: [https://sl.wikipedia.org/wiki/Arabski\\_kavovec](https://sl.wikipedia.org/wiki/Arabski_kavovec) (2. 2. 2023)
4. Slika 3: <https://tripletwocoffee.com/222coffee/the-different-coffee-beans-explained/> (3. 2. 2023)
5. Slika 4: <https://savinjska.info/vrste-kave-in-nacini-priprave/> (3. 2. 2023)
6. Slika 5: <https://savinjska.info/vrste-kave-in-nacini-priprave/> (3. 2. 2023)

### IZJAVA\*

Mentorica **NIKA CVIRN** v skladu z 20. členom Pravilnika o organizaciji mladinske raziskovalne dejavnosti »Mladi za Celje« Mestne občine Celje, zagotavljam, da je v raziskovalni nalogi z naslovom **PITJE KAVE MED UČENCI PREDMETNE STOPNJE NAŠE ŠOLE**, katere avtorji so: **Jan Gračnar, Luka Jačimović in Tadej Lorenčič**.

- besedilo v tiskani in elektronski obliki istovetno,
- pri raziskovanju uporabljeno gradivo navedeno v seznamu uporabljene literature,
- da je za objavo fotografij v nalogi pridobljeno avtorjevo dovoljenje in je hranjeno v šolskem arhivu,
- da sme Osrednja knjižnica Celje objaviti raziskovalno nalogo v polnem besedilu na knjižničnih portalih z navedbo, da je raziskovalna naloga nastala v okviru projekta Mladi za Celje,
- da je raziskovalno nalogo dovoljeno uporabiti za izobraževalne in raziskovalne namene s povzemanjem misli, idej, konceptov oziroma besedil iz naloge ob upoštevanju avtorstva in korektnem citiranju,
- da smo seznanjeni z razpisni pogoji projekta Mladi za Celje.

Celje, 24. 4. 2023



Podpis mentorja

Podpis odgovorne osebe

\*

### POJASNILO

V skladu z 20. členom Pravilnika raziskovalne dejavnosti »Mladi za Celje« Mestne občine Celje je potrebno podpisano izjavo mentorja (-ice) in odgovorne osebe šole vključiti v izvod za knjižnico, dovoljenje za objavo avtorja (-ice) fotografskega gradiva, katerega ni avtor (-ica) raziskovalne naloge, pa hrani šola v svojem arhivu.