

МОУ СОШ №51

# Группы крови в современном мире

Выполнила: учащаяся 10 класса  
Мазурова В.Е

г.Новосибирск

# Группы крови в современном мире

- Введение
- История эволюции групп крови
- Кровь и характер
- Группа крови и предпочтения в еде
- Кровь и занятия спортом

Мои исследования:

- Группа крови и характер
- Кровь и предпочтения в еде
- Кровь и занятия спортом
- Выводы

# Введение

Группа крови представляет собой определенный этап многотысячелетней эволюции пищеварительной и иммунной систем, итог адаптации наших предков к изменяющимся природным условиям своеобразным идентификатором личности. Одним из результатов исследований этой темы стала диета по группам крови. Еще совсем недавно вокруг нее кипели жаркие споры, и, наткнувшись в одном из журналов на статью о сомнительной ценности этих диет, где наряду с неблагоприятными отзывами размещалась информация о специалистах диетологах, успешно их практиковавших, я заинтересовалась и решила провести свои собственные исследования на эту тему. В процессе работы, изучая специальную литературу, я нашла, что группа крови может оказывать влияние не только на предпочтения в еде, но и на предрасположенность к занятиям каким-либо определенным видом спорта, и даже на черты характера.

# История эволюции групп крови

Согласно теории Людвиг Хирсцфельда, на которой основана диета по группе крови, много тысяч лет назад у людей была только одна группа крови - I. При этом наши предки питались в основном мясом. Но вскоре людей стало больше, появились первые земледельческие общины и... возникла II группа крови у людей-земледельцев, повышавшая вероятность справиться с инфекциями, характерными для общинного образа жизни. III группа крови принадлежит "кочевникам". Эта группа появилась, когда человеческие племена начали мигрировать к северу, на земли с суровым климатом. Наконец, самая молодая - IV группа крови. Она появилась в результате смешения второй и третьей групп крови.



# Группа крови и характер

Одно из исследований русских ученых:

**I группа.** Стремятся быть лидером, целеустремленны. Умеют выбирать направление для движения вперед. Верят в свои силы, не лишены эмоциональности. Однако имеют слабости: очень ревнивы и суетливы, а кроме того, излишне амбициозны.

**II группа.** Любят гармонию, спокойствие и порядок. Хорошо работают с другими людьми. Кроме того, чувствительны, терпеливы и доброжелательны. Среди их слабостей - упрямство и неспособность расслабляться.

**III группа.** Сформировавшийся индивидуалисты - явные, склонные поступать так, как им нравится. Легко приспосабливается ко всему, гибки, не страдают отсутствием воображения. Однако желание быть независимым иногда может быть излишним и превратиться в слабость.

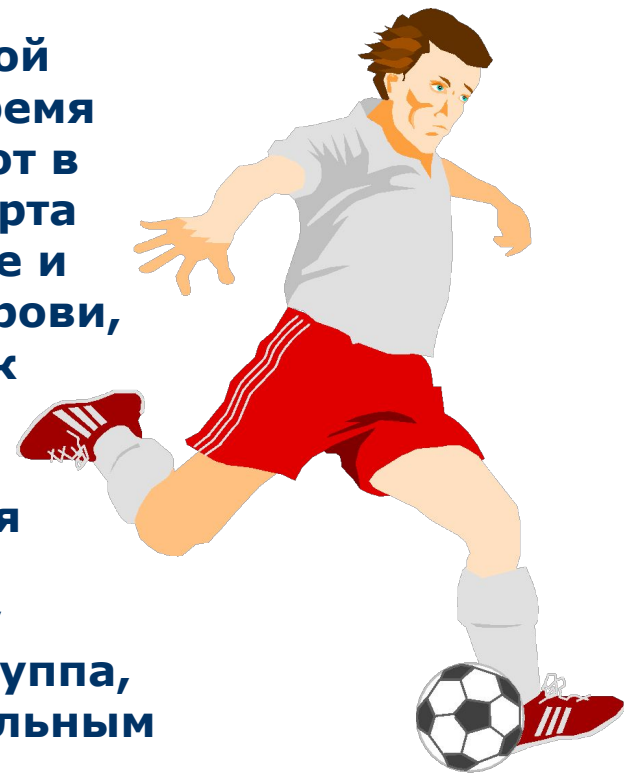
**IV группа.** Спокойны и уравновешенны, обычно люди их любят и хорошо чувствуют себя рядом с ними. Умеют развлекать их, одновременно тактичны и справедливы по отношению к окружающим. Но иногда бывают очень резки, а кроме того, долго колеблетесь и с трудом принимают решения.

# Группа крови и предпочтения в еде

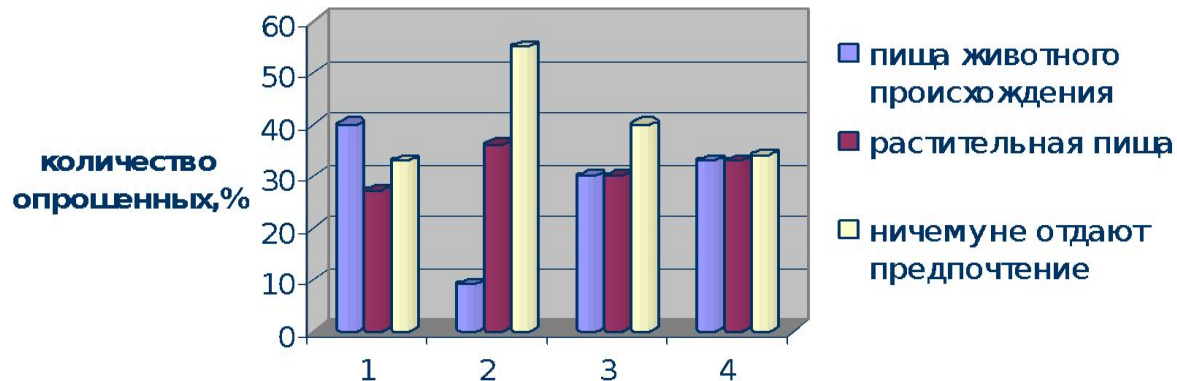
Диета по группе крови стала популярной несколько лет назад. По версии американских врачей отца и сына Д'Адамо, строить свой рацион люди должны исходя из того, обладателями какой группы крови они являются. При чем здесь питание? Американские врачи посчитали, что поскольку обладатели первой группы крови испокон века были мясоедами, то отдавать предпочтение они должны именно мясу. Самый подходящий рацион для людей со второй группой крови - вегетарианский. Таково наследие, оставленное им предками - земледельцами. Люди с третьей группой крови, как говорят американские врачи, являются основными потребителями молока. Но существует и другая точка зрения. Многие ученые считают, что принцип диеты по группе крови во многом условен: исследования, проведенные американскими учеными, показывают, что определенный процент людей с одной группой крови действительно проявляет склонность к определенным продуктам. Другое дело, что процент этот не особенно велик и не позволяет сделать какие-то неоспоримые выводы. Некоторые же вообще отвергают теорию о едином происхождении групп крови, лишая основания все предыдущие утверждения.

# Группа крови и спорт

**Предпочтения в занятиях спортом являются прямым следствием из основных черт характера. Так, например носители первой группы крови, предки которых долгое время были гордыми одиночками, предпочитают в своем большинстве одиночные виды спорта командным, а среди них – экстремальные и агрессивные. Имеющие вторую группу крови, иммунная система которых располагает к жизни в обществе, чаще занимаются командными видами спорта, а также требующими терпения и высокого уровня интеллекта. Сходными предпочтениями обладают люди, имеющие третью группу крови, а вот тем, у которых четвертая группа, порой также присуще рвение к экстремальным поступкам.**



# Группа крови и предпочтения в еде



Как видно, люди с IV группой крови разделились поровну: на тех, кто не отдает предпочтение какому либо одному виду пищи, и тех, кто предпочитает что-то одно, почти тоже наблюдается у людей с III группой крови. Лишь менее десяти процентов носителей II группы крови отдают предпочтение мясной пище, а все это соответствует теории Людвиг Хирсцфельда. Носители I группы крови должны предпочитать мясо растительной пище, в моих же исследованиях предпочтения разделились поровну. Высокий процент тех, кто ничему определенному не отдает предпочтения, можно объяснить стирающимися различиями, неопределенностью опрашиваемых, а также личными качествами.



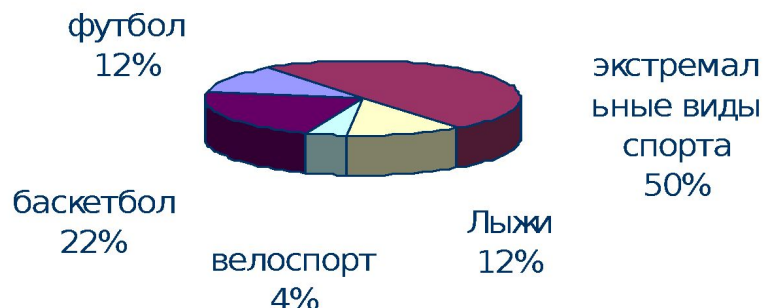
# Группа крови и характер



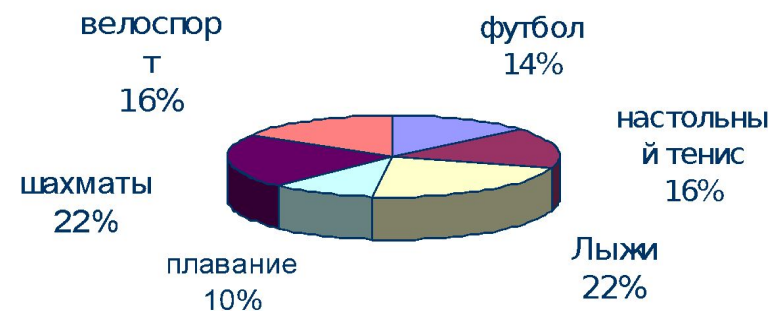
В своих исследованиях я пользовалась психологическими тестами.

# Кровь и предпочтения в занятиях спортом

### Предпочтения группы I



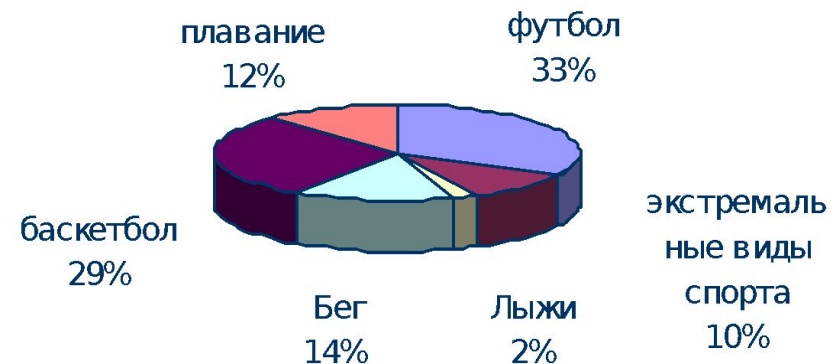
### Предпочтения группы III



### Предпочтения для группы II



### Предпочтения для группы IV



# Выводы

Как ни парадоксально звучат слова о влиянии иммунной системы на пищеварительную, на характер человека, на его предпочтения и интересы, это, насколько я могу доверять своим исследованиям, правда. Не только благодаря им я могу это высказывать это мнение. Утверждения других ученых, изложенные выше, сходны между собой и совпадают с результатами моих опытов. Например, характер. Если сравнить черты, предложенные японскими и русскими исследованиями, то легко можно сделать вывод: они различаются лишь формулировками и некоторыми подробностями. Некоторые из этих несовпадений можно легко объяснить неточностями ответов исследуемых, а также их неуверенностью в этих ответах, индивидуальными качествами. Обнаружилось большое влияние группы крови на питание, на результаты физической нагрузки. И главный вывод заключается в том, что все в организме тесно взаимосвязано, он существует лишь как единое целое.