**Справка**

**«Алкогольные энергетические коктейли»**

**МБОУ СОШ №32 2020-2021 учебный год.**

**Цель:** формирование у подростков стремления к здоровому образу жизни, всестороннее рассмотрение проблемы алкоголизма.

**Задачи:**

1.Изменить стереотип мышления по отношению к алкоголю в молодёжной среде в пользу понимания того, что употребление алкоголя несовместимо с полноценной, здоровой и счастливой жизнью.

2.Поделиться знанием, раскрыть правду о вреде алкоголя, которую по тем или иным соображениям скрывают от подростков, чтобы помочь им быть свободными от манипуляций, успешными и здоровыми.

**Объект:** учащиеся 9-а, 9-в, 11-а классы.

**Оборудование:** презентация, видео-ролики, памятки.

**Дата проведения:** 26.09.2020 год

**Приглашенные:** врио директора МБОУ СОШ№32 Магомедова Д.Р.,зам.директора по ВР Раджабова М.И., учитель химии Будунова П.И.



Девять десятых из всего числа преступлений, пятнающих человечество, совершены под влиянием вина.

**(Толстой Л. Н.)**

**Статистика показывает, что вредные привычки получают все более широкое распространение, с каждым годом “молодеют” курение, пьянство, наркомания и токсикомания.**

**Значимое место, если не одно из главных, занимает направление профилактической работы по формированию мотивации и привитию навыков здорового образа жизни, профилактике табакокурения, употребления алкоголя, никотина среди подростков. Механизм реализации направлен на то, чтобы, используя различные формы занятий, сформировать у учащегося навыки самостоятельного принятия решений, умения противостоять давлению группы, преодоления стрессовых ситуаций, конфликтных и прочих сложных жизненных ситуаций, а так же проблем общения.**

**Общая цель всей деятельности в данном  направлении – не только научить ребенка объективно оценивать свои действия и поступки (соответственно особенностям своего возраста), а развить веру в свои возможности и силы, адекватно реагировать на сложную жизненную ситуацию и делать свой собственный выбор. Помочь ему достигнуть социально-значимых результатов в жизни, получить своевременно дозированную информацию о разрушающем эффекте вредных привычек не только на организм человека, но на саму жизненную ситуацию.**

****

**Алкогольные энергетические коктейли очень вредные для организма и могут привести к СМЕРТЕЛЬНОМУ ИСХОДУ.** Помимо относительно высоких доз алкоголя (около 12%) так называемые «энергетические коктейли» содержат различные стимуляторы вроде кофеина и растительных экстрактов, заставляющие сердце работать более интенсивно.В коктейлях содержится до 160 мг кофеина. Это больше, чем в чашке растворимого кофе — 60-75 мг или заварного — 90-120 мг. Врачи считают, что алкогольные коктейли представляют опасность для здоровья. Уже зафиксировано немалое количество случаев смерти абсолютно здоровых молодых людей от употребления подобных напитков.

**В**се чаще мы видим разноцветные баночки с газированным напитком в руках молодежи. Это вовсе не лимонад и даже не пиво.Посмотрим на состав энергетического чудо-напитка, обещающего бодрость и веселье. Помимо этилового спирта в состав слабоалкогольных коктейлей с некоторыми вариациями входят следующие компоненты:

**Кофеин**– важная составляющая как алкогольных, так и безалкогольных энергетических напитков. Кофеин повышает активность центральной нервной системы и усиливает выносливость организма;

**Восстанавливающие добавки,** в том числе аминокислоты, глютамин, таурин и различные соединения глюкороновой кислоты.

В мире зафиксировано даже несколько случаев со смертельным исходом .



Именно школьники последних классов являются самыми частыми покупателями баночных коктейлей. Вкусовые добавки придают спиртному необычный вкус, что делает коктейль привлекательным не только в глазах юношей, но и девушек.

**Алкогольные коктейли провоцируют распространение алкогольной зависимости среди подрастающего поколения.**

**Для многих 3-5 банок уже давно стали ежедневной нормой.**  
В результате постепенно образуется алкогольная зависимость, не менее устойчивая, чем после злоупотребления крепкими напитками.

**Ответственные:**

**Психолог Гаджиева А.М. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Социальный педагог Тагирова Р.Т.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**