

Мы против наркотиков!



В рамках антинаркотического месячника, который приурочен к Международному дню борьбы с наркоманией и незаконным оборотом наркотиков и в этом году проводится с 4 апреля по 5 мая, в Муниципальном образовании Новоизмайловское для учащихся школ были проведены профилактические мероприятия антинаркотической направленности: акции, конкурсы, экскурсии.

В течение месяца наши старшеклассники посещали Музей гигиены. После экскурсии по музею они слушали лекции по теме «Основные элементы здорового образа жизни». Музей гигиены не очень популярен среди жителей и гостей города, хотя и находится в центре, на Итальянской улице. На самом деле там много интересного. Ребята признаются, что после похода в этот музей они решили, что никогда не будут курить и злоупотреблять алкоголем.

Думаю, что музей стоит посетить не только детям, но и взрослым. Во-первых, музей находится в красивом здании царской постройки, которое является памятником архитектуры. Во-вторых, это самый практичный музей, в котором я побывала. Экспонаты музея наглядно показывают, почему надо вести здоровый образ жизни и соблюдать гигиену. Для чего нужно пылесосить и мыть полы.

Музей очень поучителен для детей. Здесь они могут увидеть, что будет, если не мыть руки, не чистить зубы, что произойдет с курильщиком или любителем алкогольных напитков в будущем. Особо впечатлительным туда ходить не стоит: значительно увеличенное в размере сердце алкоголика не самое приятное зрелище...

Куришь табак – сам себе враг!

На протяжении всего жизненного пути человек сталкивается с большими и маленькими преградами. Некоторые преграды он преодолевает, приложив минимум усилий, а для преодоления других требуются сила воли и максимум усилий. Одним из таких пороков является курение.

«Так что же такое курение: болезнь, вредная привычка или маленькая слабость?» – это выясняли учащиеся 495-й школы в период проведения акции «Кто курит табак, тот сам себе враг!». Выясняли с медиками-специалистами во время классного часа, на лекциях, тематических конкурсах и индивидуальных беседах.

«Пробовали ли вы курить?» – первый вопрос подростку. Я думаю, большинство ответили на этот вопрос положительно. Некоторые курят, потому что считают себя взрослыми, другие – за компанию, а третьи – ради интереса. И хотя каждый хорошо знает о вреде курения, но расстаться с сигаретой не спешит. Но так и хочется сказать, и курящим, и тем, кто впервые взял в руки сигарету: «Прежде чем закурить – подумай!»

Вдумайтесь в ужасающие факты. Подсчитано, что население земного шара за год выкуривает 12 миллионов папирос и сигарет – поистине астрономическая цифра. А общая масса окурков – 2 520 000 тонн.

А что говорят медики? Курение повышает риск инфаркта, заболеваний мозга. Появился термин «болезни, связанные с курением». Самые уязвимые места – легкие. В легких курильщика за год накапливается около 1 кг табачного дегтя. Бедные легкие! Никотин пагубно влияет на организм в целом, но даже внешне можно определить – курит человек или нет. Бледность, тусклый взгляд, желтый цвет зубов – все это выдает курильщика. «Капля никотина убивает лошадь», – говорят в народе. А что же происходит с человеком? Биологи утверждают, что в каждой отдельной сигарете не смертельная доза, но если одновременно выкурить 100 сигарет – смертельный исход неизбежен. Так чем же пагубна сигарета? Своим химическим составом, ведь в табачном дыме около 30 вредных веществ: аммиак, канцерогенные углеводы, способствующие развитию рака, радиоактивные элементы, полоний 20, табачный деготь, мышьяк, калий. И заметьте, все это в табачном дыме. Даже если ты не куришь, а вдыхаешь дым, то так же, как и курильщик, отравляешь свой организм. Так что задумайтесь, люди! Сколько бы вам ни было лет – 13, 30, 60, не берите сигарету! Помогите другу, отцу бросить курить и не дайте себе пойти на поводу компании, в которой курить престижно. Курение или здоровье – выбирайте сами!

Акцию инициировало и организовало МО Новоизмайловское. В ней приняли участие ученики 1-х–11-х классов, всего 530 человек, специалисты и педагоги школы.

Галина БОГДАНОВА,
фото Татьяны Атласовой



Будь здоров!

«...Здоровый образ жизни нужен не столько для того, чтобы меньше болеть, сколько для большей удовлетворенности жизнью».

22 апреля на базе 370-й школы МО Новоизмайловское и Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи Московского района организовали и провели интеллектуальную игру «Будь здоров!», в которой приняли участие учащиеся восьмых классов школ, расположенных на территории округа.

Конкурсные задания ребята выполняли, двигаясь по индивидуальным для команд маршрутам – от станции к станции. Таких станций было семь: в ходе игры каждая команда сумела не только ответить на каверзные вопросы, но и представить собственную эмблему и девиз. На каждой из станций командам предлагались задания на знание правил поведения в экстремальных ситуациях, о вредных последствиях употребления наркотиков и других ПАВ, о принципах здорового образа жизни и многие другие. Команды отвечали на вопросы по темам: «Здоровое питание», «Физическое здоровье», «Гигиена», «Законы красоты». Таким образом, зарабатывая на каждой станции призовые баллы, команды боролись за звание победителя.

Борьба за победу шла со всей юношеской страстью. Но главное, ребята поняли, что здоровье – самое важное для человека, на него влияют и образ жизни, и экология, и наследственность, и качество медицинского обслуживания. Поняли, что здоровье, как и честь, надо беречь смолоду.

По окончании марафона состоялось подведение итогов этапов конкурса. Первое место заняла команда школы № 510, второе и третье – команды школ №№ 684 и 537 соответственно. Команды, занявшие призовые места, получили памятные призы и грамоты. Каждый участник мероприятия получил сладкий приз и небольшой сувенир.

Галина БОГДАНОВА,
фото Татьяны Атласовой