

ЭТО НАШ ВЫБОР!

№1 (пилотный выпуск)

Ноябрь 2013

Уважаемые читатели!

Это наш первый выпуск школьной газеты – творческий поиск учащихся 9 Б класса для антинаркотического проекта детской и юношеской прессы «Право на жизнь».

Только каждый из нас может выбрать главное в своей жизни: любовь или страх, счастье или страдание, свет или тьма. Сегодня мы расскажем о своем выборе.

Редколлегия

Что такое наркомания, сейчас, к сожалению, знает каждый. Отчего некоторые люди не способны удержаться от этого зла? Каковы последствия разрушающей зависимости? На эти и другие вопросы отвечает педиатр Лямбирской ЦРБ «Большеелховская амбулатория» Шаронова Ирина Сергеевна.



- Ирина Сергеевна, почему дети начинают курить, употреблять спиртное и даже принимать наркотики?

- Во-первых, потому что дети очень любопытны, им хочется все узнать и все попробовать.

Во-вторых, некоторые дети воспитываются в неблагополучных семьях и предоставлены сами себе.

- А какие последствия ожидают тех подростков, которые уже сегодня увлекаются сигаретами, алкогольными напитками и наркотиками?

- Ничего хорошего этих людей в жизни не ждет. Они наносят очень серьезный вред своему здоровью. В лучшем случае их всю жизнь будут сопровождать болезни, в худшем – смерть.

- Что нужно делать современным подросткам, чтобы избежать этой зависимости?

- Всю свою энергию и силу направить на добрые дела или найти увлечение по душе. Ребята должны заниматься спортом, туризмом, как можно больше путешествовать. И, конечно же, творить!

Кузнецова Ирина



Я хочу быть здоровым!



С раннего детства у меня было множество желаний, которые по мере исполнения менялись. Но в душе у меня уже очень давно живет самая большая мечта: я хочу быть здоровым. Вы скажете, что этого хотят все люди. Да, и будете совершенно правы! Здоровье - это божественный дар, и каждый распоряжается им по-своему. Кто-то, имея отличное здоровье, не задумывается о том, что будет, когда оно подорвется. Такие люди живут одним днем и не замечают, как их затягивает трясина, которая пожирает самое дорогое, что может быть у человека. Другие – сопротивляются, избирая для себя другой путь, работая тем самым своим систему здорового образа жизни. Я хочу

рассказать о том, что выбрал для себя!

Так уж случилось, что я родился слабым и больным ребенком. С того времени как я себя помню, рядом со мной шагают больницы и врачи. Мама сдувает с меня пылинки, многое не разрешает, постоянно твердит, что я слабенький, легко уязвимый и тому подобное. Хорошо, что папа так не считает. Он верит, что со временем я окрепну, стану настоящим мужчиной. И его вера – это не только слова, но и действия: благодаря папиным усилиям я заинтересовался футболом. Именно тогда в моем сердце поселилась мечта: сыграть в финале Лиги Чемпионов. Я часто закрываю глаза и представляю, что выхожу на поле со своей командой, на нас смотрят 85000 зрителей. Я капитан команды, а значит, лидер своего клуба и на меня ложится огромная ответственность. Свисток. Начало матча. Я веду команду вперед и ... забиваю долгожданный гол. Бегу к трибунам, вижу болельщиков, которые на седьмом небе от счастья: их команда забила гол! Тренер доволен, он знает, что победа будет нашей. Свисток. Матч окончен. Нам вручают кубок. Я его беру, целую и передаю каждому члену команды. Мечта....

Папа знал о моей мечте, и, как я понял позже, решил мне помочь. Однажды он принес мне фотографию худенького робкого мальчишка лет двенадцати, рассказал о том, что из-за стеснительности он часто становился объектом насмешек товарищей по двору. И спросил меня: «Хочешь с ним познакомиться?». Я, конечно же, согласился. И как же я был удивлен, когда увидел перед собой уверенного в себе, подтянутого, крепкого молодого человека. Это был уже не тот мальчишка с фотографии. На мой вопрос он ответил: «У меня был хороший учитель – футбол». Я очень удивился этому ответу. Так, значит, именно футбол является для многих школой мужества. Но почему? Это вопрос меня очень заинтересовал. Я стал чаще смотреть футбольные матчи, интервью с игроками. И многое понял. А именно то, что это и есть мой путь к здоровью! Я должен идти навстречу мечте!

Вы не поверите, но я посещаю футбольную секцию. Моя мама, конечно же, была против, но папа и тренер её переубедили. Да, у них были веские аргументы! Ведь футбол – это спорт, который укрепляет здоровье и закаляет характер. А командная игра ещё и воспитывает. В ней люди учатся отвечать не только за себя, но и за других. Ежедневные тренировки дисциплинируют, а матчи приучают игроков справляться с волнением, делают их смелее, увереннее. Все эти качества сливаются в одно – мужество. Если бы все это знали, то, наверное, в мире было бы больше смелых и сильных людей.

Пока я похож на того худенького мальчишку с фотографии, но я верю, что стану сильным, и в этом мне поможет выбранный мною путь к здоровью!

Чиранов Максим



Мой выбор - Street Workout



Мой выбор - Street Workout. Почему? Ответ очень прост: Workout – это безграничная свобода передвижения и развития своего тела.

Вы спросите, что обозначает сочетание слов Street Workout. Я расскажу вам...

Street Workout дословно переводится «уличная разминка». Но люди, которые им увлекаются, называют его уличная тренировка или уличный фитнес. Если быть точным, то это одна из разновидностей массовых физкультурных занятий, включающая в себя выполнение различных упражнений на уличных спортплощадках, а именно

на турниках, брусьях, шведских стенках, горизонтальных лестницах и прочих конструкциях, или вообще без их использования (на земле). Иногда это направление называют видом спорта, но в официальный список видов спорта ни в одной из стран он не входит.

Итак, я воркаутер.

И я утверждаю, что Workout - это самый легко доступный вид спорта. Вы спросите: «Что нужно, чтобы начать заниматься воркаутом?» Все, что нужно - это желание и ваше тело. Вы спросите: «Зачем тебе это? Зачем ты тратишь на это время?». Я вам отвечу: «А почему бы и нет? Разве плохо иметь красивое тело? Разве плохо разнообразить свою жизнь спортом? Разве плохо быть здоровым?»

Для меня Workout – это не просто физические упражнения, это еще и творческий поиск. Я сам изобретаю различные элементы стандартных упражнений. Здесь, нет тренера, ты сам задаёшь ритм своей тренировке. Я делаю то, что люблю и стараюсь каждый день становиться чуточку лучше.

Для меня Street Workout – это стиль жизни, путь к самосовершенствованию. Человек должен развиваться всесторонне, об этом должен помнить каждый!

Николашин Валера



Мы выбираем спорт!

ВСЕ НА РОЛИКИ

В нашем классе много традиций. Одна из них – коллективное катание на роликах. Ежегодно в сентябре, октябре, апреле и мае месяце мы выходим на спортивные прогулки, которые назвали «Все на ролики».



Со стороны кажется, что кататься на роликах легко. Обул роликовые коньки, стал на ноги, покатился. Кажется, что это почти так же легко как просто ходить.

Но кататься на роликах тоже придётся учиться, а научиться этому не так уж и сложно.

Первооткрывателям помогали те ребята, кто уже давно и уверенно стоят на роликовых коньках.

Главное - не бояться и получать удовольствие от процесса. Зато потом вас ждет море восторга от ощущения скорости и полета при катании по солнечным улицам.

А началось все четыре года назад, когда классный руководитель предложила нам покататься на роликах. Идея нас привлекла.

Кататься пришли все, даже те, кто ни разу не стоял на роликах.



На самом деле учиться никогда не поздно. А катание на роликах не только прекрасный фитнес и приятное времяпровождение, но и способ завести новые знакомства и разнообразить свою жизнь.

Кузнецова Ирина

Мы выбираем спорт!

ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ и ФУТБОЛ

Мы катаемся не только на роликах, но и на коньках! Поэтому довольно часто посещаем Ледовый Дворец.

Несколько тягостных минут ожидания: билеты, коньки, раздевалка. И вот он долгожданный лед!



В зале царит благоприятная атмосфера: приятная музыка, легкий морозец и отличное настроение. Мы катаемся, играем, фотографируемся.

Это настоящие моменты радости: мы вместе, помогаем друг другу, показываем какие-то движения, веселимся!

А ещё мы играем в футбол без правил. Правила, конечно же, существуют, но выполняют их только мальчики, а девочки играют без всяких правил.



Этот вид спорта нами особенно любим. С нами играет даже наш классный руководитель, а иногда и кто-нибудь из родителей.

Здесь мы веселимся от души. Но выигрывают, как ни странно, всегда мальчишки!

Кузнецова Ирина

Наша жизнь полна чудес

Мы выбираем жизнь полную радости, света, творчества, друзей, приключений и путешествий. Ежегодно мы с классом выезжаем на экскурсии, где мы только не были!



Государственный литературно-мемориальный и природный музей-заповедник А.С.Пушкина «Болдино»

Мы внимательно слушали экскурсовода, с любопытством рассматривали рукописи поэта, интерьер комнат. Побывали в музее сказок, где были выставлены персонажи сказок Пушкина: картины лубочные, городецкая роспись, золотошвейные полотна, батик. Некоторые куклы были в рост человека, другие – совсем маленькие. Они представляли целые сцены из сказок.

В болдинском парке нас ожидало настоящее чудо: золотая рыбка, кот ученый, поп, шамаханская царица, баба-яга и прочие персонажи пушкинских сказок. Эта заводная компания быстро «оживила» аллеи, лужайки, пруды парка, делая все, чтобы в пушкинской усадьбе гости почувствовали себя как дома. Роли сказочных героев играли молодые артисты нижегородского театра «Комедия».



Они удивляли, вовлекали гостей в веселые игры. Оказывается, состоялось открытие пятого юбилейного международного мультимедийного фестиваля «Живое слово» на территории музея-заповедника. Здесь было много российских и зарубежных журналистов. Мы расспросили местных жителей о фестивале и узнали, что он стартовал в 2006 году и его цель: привлечь внимание к актуальной проблеме чистоты русского языка.

Кузнецова Ирина

Творчество против наркотиков

ПРОБА ПЕРА



И это твой выбор?

Ты потерял истинные ценности в этой жизни. Ты забыл, что такое любовь, преданность, дружба. Сейчас во всем преследуешь свою цель. А достигаешь этой цели с помощью денег.

Вокруг одни клубы, наркотики, алкоголь. Все прекрасно, не нужно заботиться о завтрашнем дне, когда у тебя есть средства. Твое привычное состояние - это красные глаза, раскалывающаяся голова после очередной вечеринки у друзей. Ты авторитет перед «друзьями», зависаешь там, где много всякой «дряни», там весело.

Твой девиз: «У меня одна жизнь, надо прожить ее достойно».

А что для тебя является достойным? Клубы, друзья-наркоманы и сигаретный дым? Но ты ошибаешься! Достойно - это стараться, чтобы сердце родителей билось как можно дольше. Достойно - это добиться того, о чем твои враги говорят «не добьешься». Это, действительно, поступки, достойные уважения.

Твое окружение настолько прогнило, что ты, теряя близких, долго не горюешь: жизнь же продолжается, и всегда есть, чем заглушить свое горе.

Ты помешался на деньгах, дорогой одежде, технике. А осознаешь ли ты, что твой телефон стоит двух маминых зарплат? Или то, что твои развлечения вынуждены оплачивать родители, которым деньги достаются тяжелым трудом.

Ты травмируешься алкоголем и наркотиками, не думая о своем будущем. А сможешь ли ты пробежать самую обычную стометровую дистанцию? Нет, для тебя это слишком сложная задача, тебе просто не позволит организм, который ты отравил! А что будет дальше? Ты задумывался об этом? О своих детях? Или они унаследуют твой образ жизни?

Сколько ты тратишь денег на отравление своего здоровья? Ты и не считаешь. Ты просто берешь и тратишь. А понимаешь ли ты, что творишь?!

Задумайся о своем будущем! Остановись! Очнись! Проживи свою жизнь достойно, чтобы в 80 лет, в окружении родных людей, встретить свои последние дни, зная, что ты прожил жизнь не зря.

Цени родителей, они дали тебе жизнь! Цени человека, который тебя любит, и никогда его не предавай! Цени родных людей, готовых всегда быть с тобой, и они не дадут тебе упасть!

Кузнецова Ирина

**Ты допустил эту ошибку!
И миру зла отдал улыбку!
Попробовал ты эту гадость!
Теперь забудь про слово «радость»!
Тобою управляет зелье:
Ты очутился в подземелье!
Ты в лабиринте целый день,
Теперь ты превратился в тень!
Что ж получаешь ты взамен?!
Мираж, туман, проклятый плен!
Находишься ты в царстве тьмы!
И нет страшнее той тюрьмы!
А мы кричим тебе: «Проснись!
Ты ЧЕЛОВЕК! ОСТАНОВИСЬ!»**



Носарева Алина

Творчество против наркотиков

ТВОРЯТ ДЕТИ

Разумные люди понимают: надо спасать мир от надвигающегося безумия. Пока ещё не поздно. Но интересный факт: оказалось, что одни, без детей, взрослые не могут спасти мир! Ведь именно в детстве мы учимся творить. Именно в детстве выбираем, какой дорогой идти к счастью!



Если у тебя есть любимое дело, то ты счастлив, и тебе не нужны никакие заменители счастья!

Главный редактор: Кузнецова Ирина
Верстка и дизайн: Николашин Валера
Фотокорреспондент: Маханов Кирилл

Редколлегия: Носарева Алина
Чиранов Максим
Волкова Анастасия

Адрес редакции: 431503, с. Большая
Елховка, ул. Им. В.П.Вакала, д.17
Тираж: 20 экземпляров