

Жизнь прекрасна - не трать ее напрасно

На творческой площадке д.Воспушка прошла профилактическая беседа «Жизнь прекрасна - не трать ее напрасно», которая была подготовлена и проведена работниками СДК д.Кибирево и Воспушинской библиотеки.

Вначале мероприятия ребята выяснили, что такое привычка?, и поделили человеческие привычки на две части: полезные и вредные. К полезным привычкам были отнесены личная гигиена, режим дня, правильное питание, занятие спортом и другие добрые дела и поступки. Эти привычки укрепляют здоровье. К вредным привычкам отнесли те, которые наносят вред здоровью: табакокурение, токсикомания, алкоголь и наркомания. Особое внимание обратили на три особо пагубные пристрастия: наркомания, алкоголизм и курение. В ходе беседы были выявлены причины появления вредных привычек: слабость характера, дурная компания, желание казаться взрослым или простое любопытство.

Ребята попытались найти пути выхода из сложившейся ситуации, и пришли к выводу - чтобы не стать рабом вредных привычек, нужно выполнять три правила: не скучать, найти себе занятие по душе, узнавать мир и интересных людей, ни в коем случае не пробовать спиртное, наркотики, сигареты.

Завершить беседу решили такими словами: «Жить содержательно – не такая уж простая штука. Но зато можно быть уверенным: человек, умеющий распределять свое свободное время, человек, увлеченный каким – нибудь делом, никогда не протянет руку за сигаретой, не станет искать забвения в наркотиках. Подростки активно включились в разговор, играли в психологические игры и приводили примеры из жизни. Беседа прошла в общительной и очень доброжелательной обстановке.

Все эти добрые привычки помогут сохранить здоровье и ребятам и тем, кто их окружает.



