

## Отчет о проведении беседы «Задумайся о будущем».

29.07.2024г. в Доме детского творчества ст. Советской проведена беседа «Задумайся о будущем». В мероприятии приняли участие 40 детей.

Здоровье – это великая ценность, но многие начинают это понимать, когда заболеют. Сохранить здоровье поможет умение вести здоровый образ жизни. Однако, даже если человек и ведёт здоровый образ жизни, одна вредная привычка, например, курение или алкоголизм, сведёт на нет все его усилия.

Педагог дополнительного образования Симкина О.В. провела профилактическую беседу «Задумаемся о будущем». Как жить сегодня, чтобы иметь шансы увидеть завтра. Оксана Викторовна начала свой разговор с того, что в современном мире существует много проблем, и одна из них – зависимость от употребления поверхностно-активных веществ (ПАВ), которые опасны тем, что при употреблении угнетают в головном мозге центр, отвечающий за дыхательную деятельность человека. Педагог говорила с учащимися о здоровом образе жизни, о влиянии на организм вредных привычек, рассуждали и анализировали последствия употребления наркотиков с помощью игр «Кто он?», «Паутина», «Марионетка», «Провокация». Ребята отвечали на вопросы викторины о вредных привычках, точно дали определение понятиям «зависимость» и «психоактивные вещества».

Завершая мероприятие, Оксана Викторовна сказала, что поддерживать своё здоровье под силу каждому человеку. Только нужно понимать, что здоровый образ жизни – это не какое-то временное действие, это ежедневные, на всю жизнь принятые правила.