



# БУМЕРАНГ



Межшкольный вестник

спецвыпуск

30 ноября 2008 года

## 30 ноября - V Всероссийская акция "СПОРТ ВМЕСТО НАРКОТИКОВ"

Уже пятый год проводится акция, участие в которой принимают все учащиеся образовательных учреждений, а также их родители, общественность, педагоги и все те, кому не безразлично здоровье и благополучие молодого поколения. Акция проводится в два этапа.

1-ый этап проходит во всех образовательных учреждениях. Проводятся спортивные соревнования, тематические беседы, конкурсы рисунков, плакатов и т. п.

30 ноября 2008 г. 2 этап Всероссийской акции "Спорт вместо наркотиков" проводится одновременно во всех образовательных учреждениях субъектов Российской Федерации. Цель акции - привлечения молодежи к систематическим занятиям физической культурой и спортом.



Ульянова Илья Б.Б. 8 кл



Чибриковой Т. 7 Б класс



## Что же такое наркотики и наркомания и чем они так опасны?

Это вещества, которые оказывают особое влияние на нервную систему, весь организм человека. Они действуют, прежде всего, на его психическое состояние, на сознание, настроение, вызывая одурманивание, опьянение. Все наркотики занесены в специальный список, составляемый Министерством здравоохранения.

Наркомания - болезнь, которая развивается при употреблении наркотиков. Она заключается в том, что физическое и душевное состояние человека, его самочувствие оказываются в постоянной зависимости от введения наркотика, его наличия или отсутствия в организме. Больной вынужден все время принимать наркотик, иначе ему становится плохо.



Возникает мучительное состояние со странными болями, судорогами. Оно называется абстиненцией или "ломкой". Вся жизнь больного направлена на поиски, добычу наркотиков. К тому же постоянно приходится увеличивать их дозу, так как прежняя перестает помогать. Больной становится рабом наркотика, и наркотик постепенно убивает его.

### К чему приводит употребление наркотиков?



"Эксперименты", "пробы" ведут к привыканию, привыкание - к потребности, потребность - к зависимости, затем к болезни. Наркомания - это ранняя и ульярное отравление наркотиками ведет к разрушению нервной системы, печени, сердца, всех других внутренних органов. Больные становятся инвалидами и гибнут. Их жизнь в среднем на 20-30 лет короче.

Наркоманы - внутренне пустые, холодные, черствые, жестокие люди, "загоревшиеся" только после очередного укола или таблетки, а затем опять "потухшие". Они уходят из семьи, забывают детей, бросают учебу и работу. Наконец, наркоманы часто становятся хронически психологически больными. Наркоманы - наиболее частые самоубийцы.

### Вот главное, что следует понять детям:

- для детей наркотики гораздо опаснее, чем для взрослых;
- физическое привыкание к наркотику у взрослого может развиваться долго, а у ребенка - в считанные недели;
- 25% закуривших в детском возрасте сохраняют эту привычку и 20 лет спустя. А от 85% до 95% наркозависимых - страстные курильщики;
- люди, не начавшие курить в раннем возрасте, могут и не закурить никогда;
- есть люди, у которых наркотическая зависимость проявляется быстро и в особо тяжелых формах;
- есть один способ не попасть в зависимость от наркотиков - это никогда их не пробовать.

### ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО...

- ☠ Средняя продолжительность жизни наркомана - 21 год;
- ☠ 50% наркоманов погибают спустя полгода после начала регулярного приема зелья;
- ☠ 13%, как пещерные люди, доживают до 30 лет;
- ☠ и лишь 1% - 40;
- ☠ от 30 до 80% всех самоубийств совершается в состоянии алкогольного и наркотического опьянения.



Сначала будет КАЙФ.  
Потом начнутся проблемы.



Да, Дедка, это наркотики.

### ИСПОВЕДЬ НАРКОМАНА

У меня друг был, мы с ним с детства вместе... Он даже больше, чем брат, как второй «я». И вот друг умер, месяца не дожидаясь 18 лет. Передозняк, как у нас говорят. Мы с ним курить вместе начали с 9 лет. В смысле анашу курить, травку. А в первый раз я укололся в 14 лет, 4 года назад. С того дня и начались митарства. Ломку не описать. Это зубная боль во всех мышцах. А кости, суставы? Как будто сверлит зубная бормашина. Человека всего выворачивает из суставов; если на кровати лежит, то до потолка подлетает. Среди наркоманов встречаются такие, которые перестают есть. Совсем. Я к ним отношусь, как выяснилось. Мне 18 лет, рост - 181 см. Когда меня привезли в больницу, весу во мне было 39 килограммов...

Игорь Дауко, 18 лет





# Мы говорим наркотикам: "НЕТ!"



Я против наркотиков, ведь они убивают человека... Мне кажется, если бы молодежь занималась спортом, посещала кружки, то она бы не употребляла наркотики. Люди применяют их из-за излишка свободного времени. /Голиков Роман/

Мне кажется, что молодежь нашего века увлекаются наркотиками, разочаровавшись в своей жизни или по другим причинам. Наркотики - это вредитель здоровья! Люди умирают от наркотиков. Наркотики приносят вред каждому человеку, который их употребляет. Морозова Нина



Наркотики вредят жизни и здоровью человека. Наркотики главная проблема XXI века, поэтому с ней нужно бороться всем вместе. Орловская Оля.

Я считаю, что наркотики это плохо! Если один раз попробовал, то навсегда! Я советую всем, **НИКОГДА НЕ ПРОБОВАТЬ!!!** /Баталова Анастасия/



Я думаю, что наркотики это гадость, которая разрушает жизни людей и портит здоровье. Люди, которые употребляют наркотики, не имеют своего мнения, им предлагают эту дрянь и они её покупают. С наркотиками надо и нужно бороться!!! Филиппенко Настя



## Большой спорт любит сильных!



**АНДРЕЙ ТАРАСЕНКО** спортом увлекался ещё со школы – в своё время был капитаном баскетбольной, волейбольной, хоккейной команд.

В шестнадцать лет Андрей пришёл в "Локомотив" в секцию тяжёлой атлетики.

Благодаря урокам тренера Владимира Кортунова, Тарасенко за три месяца сумел пройти двухлетнюю программу подготовки и стать первым медалистом в новом для Сибири виде спорта – пауэрлифтинге. В армию Тарасенко ушёл кандидатом в мастера. Сегодня шестикратный чемпион мира по пауэрлифтингу, семикратный победитель европейских и российских первенств, член красноярского ДФСК "Локомотив" Андрей Тарасенко - один из самых известных спортсменов края.

В двадцать пять лет он стал почётным гражданином родного Боготола, в тридцать (в 2005 году) - выиграл золотую медаль на Мировых играх.

К сожалению, пауэрлифтинг всё никак не могут признать олимпийским видом спорта, а то была бы в копилке российской сборной гарантированная пара дополнительных золотых медалей. В Польше он завоевал "золото" и получил прозвище "Русский танк" - честь, которой удостоивается редкий спортсмен.

В ноябре 2007 года он завоевал шестой! титул чемпиона мира.





# Из истории спорта г. Боготола

**1923г.** - первый железнодорожный физкультурный коллектив на Боготольском железнодорожном узле (инструктор Михаил Пешковский).

**1924г.** - построен первый стадион (где сейчас ж.д. больница). Виды спорта: футбол, волейбол, баскетбол, городки, легкая атлетика.

**1930г.** - появились новые виды спорта: французская (классическая борьба), бокс, штанга, спортивная гимнастика, акробатика.

**1932г.** - инструктор физкультуры паровозного депо Александр Кузьмин. Активно развивается лыжный спорт.

**1934г.** - Иван Фролов, Иван и Александр Кузьмины, Николай Маркушин выиграли первенство Томской ж.д. в лыжной гонке.

**1935г.** - строится новый стадион (впоследствии городской парк). Первая команда по хоккею с мячом.

**1939г.** - представитель районного комитета физкультуры Михаил Плотников. Футбольная команда «Локомотив» - победитель первенства Красноярской ж.д.

**1941г.** - большинство спортсменов ушли на фронт. Многие не вернулись с полей сражения.

**1947-1951г.** - инструктор ДСО «Локомотив» Виктор Александров. Возрождаются виды спорта: бокс, гимнастика, акробатика, Легкая и тяжелая атлетика, лыжи, хоккей, велосипед, борьба, шахматы. Лыжник Николай Махов чемпион края Центрального Совета ДОО «Локомотив».

**1951г.** - строится стадион в конце города «там он и сейчас».

**1951-60г.** - успех велосипедистов Николая Свидрицкого и Виктора Коржаева мастеров спорта СССР.

**1972-73г.** - детская спортивная школа. Популярны соревнования уличных детских команд на приз «Золотая шайба».

**1990-95г.** - развитие детского и юношеского футбола.

**1996г.** - рождение нового вида спорта: рукопашный бой, развитие пауэрлифтинга, каратэ.

ТРЕНЕРЫ рукопашного боя, каратэ: Василий Игуменов, Сергей Федоренко, Григорий Резванов.

Мастера спорта: Евгений Гурский, Олег Игуменов. Кандидаты в мастера спорта: Олег Бабушкин Павел Урсаленко.

Пауэрлифтинг: тренер-Владимир Владимирович Картунов.

Чемпион мира и мастер международного класса Андрей Тарасенко,

Мастера спорта: Сергей Назаров, Нина Пустокашина, Максим Бархатов.

**2000г. 6-9 мая** - открытый Чемпионат России по рукопашному бою в Воронеже.

У боготольцев 5 медалей: 1 - золотая, 2 - серебряные, 2 - бронзовые.

**2007 г., 2008 г.** - турнир по мини-футболу «Кожаный мяч», где команда г. Боготола заняла первое место.

