



Новоземельские вести

Газета муниципального образования городской округ «Новая Земля»

Выходит с сентября 2004 г.

пятница, 27 сентября 2013 года

№ 38 (406)



С Днем дошкольного работника!
Администрация, Совет депутатов муниципального образования городской округ «Новая Земля» и редакция газеты от всей души поздравляют сотрудников детских садов «Умка» и «Пуночка» с профессиональным праздником -

Днем воспитателя и всех дошкольных работников!

Желаем вам терпения, творческого подхода к работе и большого личного счастья!

Пусть дети, которым вы отдаете частичку своего сердца, радуют вас своими успехами.

Музыка не стареет, она будет жить столько, сколько будет существовать человек. Этот день учрежден 1 октября 1975 года по решению ЮНЕСКО. Одним из инициаторов учреждения Международного дня музыки является композитор Дмитрий Шостакович. Праздник отмечается ежегодно во всем мире большими концертными программами, с участием лучших артистов и художественных коллективов. В этот день звучат сочинения, вошедшие в сокровищницу мировой культуры.

Но с музыкой человечество знакомо с давних времен. В пещерах Африки сохранились наскальные рисунки давно исчезнувших племен. На рисунках изображены люди с музыкальными инструментами. Мы уже никогда не услышим той музыки, но когда-то она скрашивала жизнь людей, заставляла их радоваться или печалиться.

В 2000 году китайские археологи обнаружили музей музыкальных инструментов, созданных 2 тысячи лет назад, в эпоху династии Хань.

Музыка обладает огромной силой. На свете найдется мало людей, равнодушных к музыке. Многие композиторы пытались выразить через нее состояние своей души. Их великие имена всегда с благодарностью будут произносить потомки. Музыка не стареет, она будет жить столько, сколько будет существовать человек.

Музыка задает настроение, успокаивает, заряжает, вдохновляет, умиротворяет, возбуждает. Музыка вечна... С этим днем можно поздравить всех на этой планете, ведь музыка звучит в сердце каждого.

"Историю любви" пусть сердце напеваает,

"Весенний вальс" - лишь счастьем наполняет,

Подарит пусть спокойствие "Ночная серенада",

С днём музыки, товарищи, мы вас поздравить рады.



Всемирный день пожилых людей

"Можно ли сказать, что старость делает нас неспособными к делам? К каким именно? К тем, которые свойственны юношеству и требуют силы. Но разве не существует ничего, к чему был бы способен старик, что можно было бы делать при здоровом уме и ослабленном теле?"
(Цицерон Марк Туллий)



Международный день пожилых людей отмечается ежегодно 1 октября с 1991 года согласно решению Генеральной Ассамблеи Организации Объединенных Наций (резолюции 45/106 от 14 декабря 1990 года).

В России День пожилых людей отмечается также 1 октября на основании Постановления Президиума Верховного Совета РФ от 1 июня 1992 года.

Общественные организации и фонды устраивают в этот день различные благотворительные акции.

Пока мы молоды, мысль о старости кажется нам такой далекой и даже невозможной. Нам кажется, что мы будем всегда молоды, но... Жизнь быстротечна, годы проходят быстро, и в какой-то момент человек начинает понимать, что он пополняет ряды бабушек и дедушек.

Цель проведения Дня пожилых людей - привлечение внимания общественности к проблемам людей пожилого возраста, к проблеме демографического старения общества в целом, а также к возможности улучшения качества жизни людей преклонного возраста.

Для человека здорового, бодрого, полного сил, старость - понятие относительное. И в преклонном возрасте можно принести много пользы обществу и себе, если жить полноправно. И не слушайте тех, кто

говорит, что если вам за ..., то время упущено. Избежать старости нельзя, но и поддаваться, не сопротивляясь, не стоит.

Человек в силах отодвинуть ее на один другой десяток лет. Одни ощущают старость в 40 - 50 лет, другие и в 80 чувствуют себя молодыми. Все зависит только от нас самих. Учитесь рациональному образу жизни не поздно в любом возрастном периоде.

В рамках Международного дня пожилых людей, проводятся бесплатные концерты, благотворительные спектакли, киносеансы, вечера отдыха, а также конкурсы художественной самодельности и спортивные соревнования среди пожилых людей. Чествование долгожителей, супружеских пар, персональные выставки работ ветеранов и другие мероприятия традиционно приурочены ко Дню пожилых людей.

Фактор боевой готовности

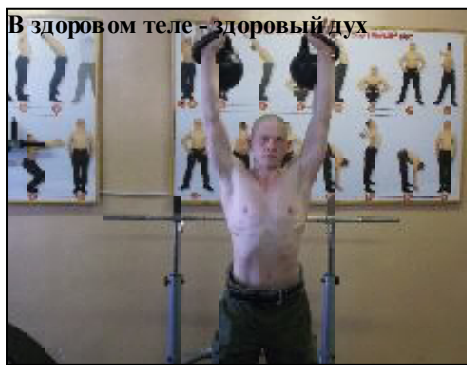
Здоровый образ жизни всегда был залогом успешной профессиональной деятельности и карьерного роста человека. Кроме того, это основное условие высокого жизненного тонуса и активности, долголетия, крепких семейных уз и много того, что наполняет нашу жизнь смыслом и делает ее успешной и счастливой. Поэтому по праву принято считать "здоровье нации" ее национальным достоянием. Уровень состояния здоровья граждан России, составляющих призывной контингент и являющихся основой ее мобилизационных ресурсов, имеет неосценимое значение и в обеспечении национальной безопасности нашего государства.



На учениях помогает здоровье и закалка

Эта истина является бесспорной, ведь именно физически здоровый военнослужащий в состоянии освоить программу боевой подготовки, стойко переносить тяготы и лишения армейской службы и обладать необходимыми морально-психологическими качествами для защиты своей страны от внешней угрозы.

Сегодня физическая подготовка в Вооруженных Силах Российской Федерации определена как базовый элемент военно-профессиональной и морально-психологической готовности военнослужащих.



В здоровом теле - здоровый дух

В настоящее время, как и во всей Российской Армии, в воинских частях и подразделениях нашего гарнизона для личного состава, проходящего военную службу по контракту, в служебное время введен ежедневный час занятий физической подготовкой. Для личного состава подразделений, кроме утренней физической зарядки, в ходе учебных занятий и выполнения задач основной деятельности, введены попутные физические тренировки, еженедельно проводятся мероприятия спортивно-массовой работы. В связи с увеличением физической нагрузки внесены изменения в распорядок дня военнослужащих,

проходящих военную службу по призыву. В частности, в распорядок дня включен 1 час отдыха (сна) в послеобеденное время.

Принятые сегодня меры способствуют тому, что служба в армии развивает выносливость, ловкость и укрепляет здоровье. Именно в ней, молодой человек становится сильным, смелым, закаленным - настоящим защитником Отечества.

Однако и здесь не обходится, как принято говорить, "без ложки дегтя". Сказывается проблема злоупотребления спиртными напитками, которая сегодня по-прежнему характерна для нашего общества. Сказало падение моральных устоев в начале "лихих 90-х". Способствует этому и сложившиеся у нас ложные "застойные традиции", которые зачастую являются пусковым механизмом бытового пьянства и алкоголизма.

О серьезности угрозы здоровью нации говорят следующие факты. В настоящее время в России на душу населения потребляется в год 12 литров абсолютного алкоголя (один его литр содержится в 2,5 литра водки или 25 литров пива). А по данным военно-социологических исследований до 90% призывников употребляли спиртные напитки еще до службы в армии.

По действию на организм алкоголь является наркотическим веществом, поражающим в первую очередь центральную нервную систему. Алкоголь разрушает организм, способствует возникновению тяжелых хронических заболеваний, ведет к преждевременной старости, инвалидности. Алкоголь замедляет нервно-психические реакции, что особенно опасно в тех случаях, когда специфика военно-профессиональной деятельности требует незамедлительной ориентации в сложной ситуации. В быту человек становится неуправляемым, а его поведение непредсказуемым. У него утрачиваются, прежде всего, такие качества личности, как сдержанность, вежливость, умение приспособить личные желания к требованиям коллектива, появляются грубость, пренебрежение к общепринятым нормам поведения и морали.

Между пьянством и нарушением служебного долга, существует роковая связь.

В качестве доказательства можно привести пример и из истории нашего архипелага в годы Великой Отечественной войны, описанный в книге "Три сестры Беломорской флотилии" В.В. Щедролосева: "В сентябре 1942 года прервалась радиосвязь с мысом Столбовой. Кроме маяка, на мысе находились гидрометеорологическая станция и артиллерийская батарея, прикрывавшая вход в пролив Маточкин Шар. Командование базы для выяснения причин безмолвия радиостанции послало к мысу гидрографическое судно "Шгорм". На борту его находился начальник

Новоземельского гидрографического участка старший лейтенант И.А. Фролов. 2 октября судно подошло к мысу, но при развороте, для постановки на якорь, почти рядом с ним с небольшим интервалом раздался два взрыва. Очевидно, подводная лодка, находившаяся на позиции против входа в Маточкин Шар, произвела двухторпедный

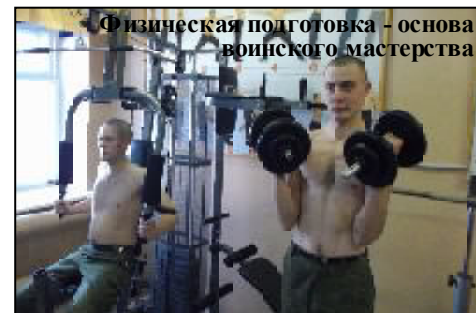
залп по "Шгорму", но промахнулась и торпеды взорвались при ударе о скалы. Правда, в результате этого на судне все же пострадали вспомогательные механизмы, взрывной волной повредило пятаку руля, но обошлось без жертв.

И.А. Фролов на шлюпке высадился на берег. То, что он узнал и увидел, не укладывалось в рамки здравого смысла - погиб личный состав маяка, батареи и гидрометеорологической станции, в живых осталась только жена начальника этой станции. Люди отравились антифризом из бочки, выброшенной морем на берег. Перед командованием Новоземельской ВМБ встала задача формирования из своего личного состава трех подразделений на мысе Столбовой".

К сожалению и сегодня, пьянство является одной из основных причин армейской преступности, гибели и травматизма личного состава при управлении транспортными средствами и в быту. Кроме того, свыше 50% грубых дисциплинарных проступков совершаются по причине бытового пьянства.

Поэтому требование Устава внутренней службы Вооруженных Сил о том, что "трезвый образ жизни должен быть повседневной нормой поведения всех военнослужащих" по-прежнему является актуальным для всего личного состава воинских частей и подразделений.

Сегодня, в деле укрепления здоровья нации, руководством нашего государства, предпринимаются решительные шаги по искоренению пьянства и наркомании, создаются условия для развития массовой физкультуры и спорта, приобщения граждан России к ее культурному наследию.



Физическая подготовка - основа воинского мастерства

Не смотря на изолированность нашего архипелага от материковой части страны, условия для удовлетворения духовных потребностей и физического развития личного состава присутствуют в нашем гарнизоне. Так для военнослужащих и членов их семей всегда открыты двери спорткомплекса "Арктика" (материальной базе которого позавидуют многие областные и районные центры на "Большой Земле"). Большой потенциал развития самодетельного творчества жителей гарнизона может быть реализован на базе дома офицеров гарнизона.

В целом, физическое и психологическое здоровье воинов-новоземельцев, находится в их руках и является важнейшим фактором боеготовности по защите арктических рубежей России.

Подготовил
Игорь ДУБОСОВ
фото автора

Мы одной семьей растем!

В конце сентября мы отмечаем общенациональный праздник "День воспитателя и всех дошкольных работников". Идея этого праздника - помочь обществу обратить больше внимания на детский сад и на детство в целом.

Дошкольный возраст - особенно важный и ответственный период в жизни ребенка. В этом возрасте формируется личность и закладываются основы здоровья. Благополучное детство и дальнейшая судьба каждого ребенка зависит от мудрости воспитателя, его терпения, внимания к внутреннему миру ребенка. С помощью своих воспитателей дошкольники познают секреты окружающего мира, учатся любить и беречь свою Родину.

Нужно отметить неслучайный выбор такой даты. Если заглянуть в историю, то мы узнаем, что она была приурочена к открытию в Российской империи первого детского сада. Это событие произошло 27 сентября 1863 года в Санкт-Петербурге, располагался садик на Васильевском острове. Инициаторами открытия первого садика стали Аделаида Семеновна Симонович и ее муж. В это первое дошкольное заведение принимали детей от 3 до 8 лет. Учебно-воспитательная программа данного учреждения включала в себя конструирование, уроки шитья, подвижные игры, а также специальный курс, посвященный России.

Сегодня в России около 50 тысяч дошкольных образовательных организаций, в которых работают около 1 миллиона воспитателей. На них держится не только один из самых благородных, но и один из самых жизнеспособных, перспективных социальных институтов.

В преддверии профессионального праздника мы встретились с замечательным и необыкновенным человеком, воспитателем МБДОУ ДС "Умка", Федорец Мариной Владимировной. Вряд ли кто знающий Марину Владимировну, сможет усомниться в её профессионализме, творческом отношении к делу и искренней любви к своим воспитанникам.

Марина Владимировна Федорец родилась в селе Березово Красноармейского района Челябинской области. В 1984 г. окончила Челябинское педагогическое училище по специальности - "Дошкольное воспитание" квалификация - Воспитатель детского сада. В МБДОУ ДС "Умка" работает с 2010 года.

Жизненное кредо: " Чем больше отдаешь, тем больше получаешь!".

Н.В.: Марина Владимировна, расскажите, пожалуйста, почему Вы выбрали эту профессию? Почему именно дошкольное воспитание?

М.Ф.: Свою профессию выбрала неслучайно, а по призванию. Пошла по стопам мамы - она воспитатель детского сада, педагогический стаж 37 лет. Влюбилась в эту профессию с самого раннего детства. Воспитатель - удивительная профессия. Что может быть нежнее, чем детская душа? И задача воспитателя - сберечь эту душу. Еще один ее плюс в том, что она дает возможность заглянуть в страну детства, в мир ребенка.

Н.В.: Психологи советуют менять

место работы каждые два года, а сферу деятельности - раз в пять лет. Вы уже не один год в дошкольном образовании. Скажите, пожалуйста, вам не надоело?

М.Ф.: Нет, не надоело. Дети - это самая большая радость для меня. Маленькие дети - самые искренние люди в мире. Это правда. У них все настоящее... Настоящая грусть, настоящая улыбка, настоящая радость, настоящий интерес. Они всегда добрые и искренние. К ним настолько привыкаешь, что даже когда уезжаешь в отпуск, начинаешь скучать по ним.



Н.В.: Как вы считаете, что самое ценное в работе воспитателя?

М.Ф.: Я очень люблю свою работу, потому что нашла в ней то, что важнее благополучия, возможность давать любовь детям. Я вижу результаты своего труда, а от этого получаю удовольствие. Когда я прихожу в детский сад, мне улыбаются дети. Вижу, что они мне рады. В такие минуты у меня душа поет.

Н.В.: Как вы считаете, современные дети отличаются от предыдущих поколений? Есть точка зрения, что сейчас они совсем другие.

М.Ф.: Мое профессиональное воззрение заключается в том, что это не дети изменились, а изменился взгляд взрослых на ребенка. Сейчас даже до самых непедагогичных и неподвижных родителей дошло, что ребенок уже с самого раннего возраста - это личность со своими, неповторимыми чертами характера. Долг родителей что бы ребенок был честным, порядочным, трудолюбивым, имел хорошие качества характера. Если это есть, то Вы свой долг выполнили.

Н.В.: А есть ли у вас секрет подхода к детям, все дети такие разные...

М.Ф.: Секрета, нет. Просто надо любить детей. При этом недостаточно говорить ребенку о своей любви к нему, нужно это показывать. Ребенок не смотрит на ваши слова, для него важны ваши поступки, именно в них ребенок ищет подтверждение любви. Никогда не обманывайте ребенка. Ребенок обязательно увидит обман и утратит доверие не только к вам как к родителям, но и к взрослым вообще.

Н.В.: Почти все мы помним свою первую учительницу, но особенности детской психологии таковы, что мало кто из нас может вспомнить первую

воспитательницу. Вам не обидно?

Г.О.: Ну почему, некоторые дети помнят свою первую воспитательницу и приходят спустя много лет. Я сама неоднократно встречалась со своими воспитанниками, у которых уже свои семьи и дети. И в эти минуты всегда приятно услышать в свой адрес слова благодарности.

Н.В.: В детском саду воспитатель - женщина, нянечка - женщина. Не мужское это дело, или причины глубже?

М.Ф.: Исторически так сложилось, что среди воспитателей, как и среди учителей, большинство женщины. В обществе распространено мнение, что это типично женская работа. Но я считаю, что как раз мужчинам, проще найти контакт с ребенком. Дети очень любят, когда с ними занимаются мужчины. По большому счету, ответственность за воспитание детей в равной мере лежит на обоих полах. Конечно, хотелось бы, чтобы в дошкольном образовании было больше мужчин.

Н.В.: Представьте, что Вы путешествуете на машине времени и заглянули в наш детский сад через 10 лет. Как Вы думаете, какие изменения произойдут?

М.Ф.: Если честно, хочется не изменений, а сохранения того, что уже есть. На мой взгляд, в нашем саду созданы все условия для разностороннего развития детей: группы оснащены игровым оборудованием и пособиями с учетом возрастных особенностей. Работу с детьми ведут квалифицированные специалисты. Прилегающая территория конечно небольшая, но хорошо продумана для прогулок и занятия детей. Пусть это все сохраняется и приумножается. Самое главное - чтобы в детском саду всегда можно было увидеть счастливые лица детей и родителей!

Н.В.: Работа воспитателя требует большой отдачи, но, тем не менее, хочется спросить, а как Вы отдыхаете?

М.Ф.: Свободное время стараюсь проводить с пользой для здоровья, люблю сходить в баню или поплавать в бассейне. А занятие для души и для рук в свободное время и мое хобби - это вышивание бисером.

Н.В.: Что бы Вы пожелали всем новоземельцам - большим и маленьким?

М.Ф.: Взрослым хочу пожелать, чтобы они были более внимательными к своим детям, умели слушать и слышать своего ребенка, тогда из него вырастет гармоничная личность, здоровая духовно и физически. А, малышам желаю не торопиться взрослеть. Детство - это чудесная пора, которая только один раз бывает в жизни каждого человека.

Н.В.: Большое спасибо за интересное интервью, мы от всей души поздравляем Вас и всех работников дошкольных учреждений с профессиональным праздником!

Желаем крепкого здоровья, счастья, благополучия в семье, вдохновения, радости творчества и любви воспитанников!

Наш корр. Руслан КРАВЦОВ
фото автора

**Администрация
муниципального образования
городской округ «Новая Земля»
сердечно поздравляет**

Тихонову Надежду Константиновну

с Днём РОЖДЕНИЯ!



А Н О Н С

**В программе
«Новоземельский
меридиан»**



**28 сентября в 19.30
29 сентября в 11.30 и 19.30**

на канале «Детский мир» / «Телеклуб»

- 1. Памятка по предотвращению нападения белого медведя на человека.**
- 2. Документальный фильм «История военных парадов на Красной площади».**

ТРИ ВРАГА ДОЛГОЛЕТИЯ

Люди могут жить и должны жить дольше! Как сообщалось в печати, в Иране, в деревне Келюса, проживал Сеид-Али, ему было 195 лет, а он еще работал без очков. В то же время в Боливии жила некая Макаранже, трудоспособная в свои 203 года.

Известны и другие поразительные примеры. Француз Пьер Дефурнель в 120 лет женился в третий раз. Он имел трех сыновей, рожденных вразных - XVII, XVIII и XIX - веках. Джон и Сарра Ровель из деревушки Страдова (Венгрия) скончались в 1925 году, когда ему было 172 года, ей 164, их сыну тогда было 116 лет. 95-летняя турчанка Фатима Эдиргер в 1964 году родила двойню от 127-летнего мужа.

Истинный возраст человека определяет не паспорт, а состояние его кровеносных сосудов. Можно одряхлеть и скиснуть в тридцать и быть вполне работоспособным в сто лет. Сосуды в организме очень много; ими можно опоясать земной шар 2,5 раза. Эти реки жизни пронизывают все наше тело. Через тончайшие их стенки непрерывно идет обмен веществ: в одну сторону - необходимые для тканей кислород, белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные соли, в другую - вредные для клетки отходы питания и дыхания.

Если сосуды расширены (имеют большой просвет) - человеку "износа" нет, если сосуды сужены - шансов на долголетие мало.

Какие же у человека враги, которые резко сужают сосуды и тем сокращают сроки жизни?

Первый враг - это табак. Его по ядовитости сравнивают с синильной кислотой. Если принять всего одну каплю синильной кислоты (или кристаллик цианистого калия), то смерть наступит через 15 секунд. Синильная кислота связывает гемоглобин, который, находясь в красных кровяных тельцах, является переносчиком кислорода. Не получая кислорода, организм быстро гибнет.

Считают, что табак помогает отключаться от неприятностей, способствует самоутверждению, облегчает общение. Однако за увлечение

табаком приходится платить слишком дорого. Современная медицина доказала, что от табака разрушаются сердечно-сосудистая и нервная системы; у курильщика резко возрастает кислотность желудочного сока... Словом; те, кто курит, конечно же, сокращают свою жизнь, совершают медленное самоубийство, при этом они вредят не только себе, но и окружающим.

Второй враг - это алкоголь. Правда, малые дозы его расширяют сосуды. Выпили рюмку водки - сосуды расширились, выпили вторую, сосуды еще больше расширились. Но как только потянулись за третьей, наступает парадоксальная реакция: сосуды уже не расширяются, а, наоборот, резко сужаются.

Опасно сть алкоголя и в том, что он выделяется из организма через легкие, а легкие под его влиянием работают хуже обычного: нарушается газообмен - в организме скапливается излишняя углекислота и ощущается нехватка кислорода. Все это ослабляет организм и ведет к его форсированному увяданию. Самая большая опасность, пожалуй, самая коварная - в привыкании к алкоголю.

Однако малые дозы алкоголя в скором времени уже не могут вызвать желаемого эффекта (скажем, улучшить настроение), приходится для этого переходить к средним, а затем и большим дозам. Постепенно возникает психологическая и физическая зависимость человека от спиртного - развивается алкоголизм с его тяжелыми последствиями.

Влияние алкоголя (этого "великого обманщика") на настроение двухфазно: вначале беспричинная веселость, затем подавленность. При злоупотреблении алкоголем вторая фаза становится все более резко выраженной, и это состояние может привести к развитию депрессии.

Хочется еще и еще раз подчеркнуть, что самая великая опасность алкоголя, "кульминационный акт его злодейского торжества", - это разрушение, деградация человеческой личности.

Если первые два врага (табак и алкоголь) сужают сосуды постепенно, то враг третий делает это с чудовищной быстротой.

Что же это за страшный враг, который губит людей куда беспощаднее, чем рак, туберкулез и гипертония, вместе взятые? **Этот третий враг - так называемые стрессовые состояния**, в том числе мрачное, надломленное настроение, тяжкая обида, злобная зависть, гнев, ревность, страх...

Сосуды сужаются не только от страха, ревности, злости, они сужаются даже от простого недовольства, от разочарования... По учению великого физиолога Павлова, с годами в мозгу образуются так называемые устойчивые связи, в переводе на обычный язык - у людей вырабатываются определенные взгляды, идеалы. Потом на каком-то этапе эти устойчивые связи рвутся - меняются оценки, даже эстетические.

Часто речь идет не о принципиальном пересмотре своего отношения к жизни и к людям, а об отношении к тем изменениям в них, которые вы одновременно не заметили. Разочарование в прежних идеалах может вызвать потрясение, мучительные раздумья, спазмы сосудов, депрессию и даже эмоциональную боль, от которой человеку хочется кричать.

"Неприятно к непривычному" происходит от того, что в мозгу у некоторых людей образованы столь стойкие связи, что все новое, малопонятное, хотя порою и прогрессивное, вызывает тревогу, протест. Во избежание подобных срывов нельзя примитивно рассматривать жизнь; нужно научиться гасить в себе эмоциональные взрывы. В наше время, время научно-технической революции, переоценка многих и многих понятий неизбежна. Мозг должен постоянно развиваться, а не сковываться этими устойчивыми связями, иначе мы крайне обедним жизнь, не сможем сполна наслаждаться ее радостями.

**Подготовила
Наталья Зинчук**

Новоземельские вести

№ 38(406) от 27 сентября 2013 года
Тираж 200 экз.

Адрес редакции:

п. Белушья Губа, ул. Советская, дом 16

тел.: 8(495)514-05-81*1115, 10-93

Редакция не всегда разделяет точку зрения авторов публикаций.
Авторы несут ответственность за достоверность предоставляемых материалов.

Над выпуском работали:

Главный редактор:
И. Шевченко

Корреспонденты:

И. Дубоносов

И. Шевченко

Р.Кравцов

Компьютерная верстка:

Н. Зинчук

**Учредители:
Администрация
и Совет депутатов
МОГО «Новая Земля»**