

Спортплощадка

АЙДА НА ЛЫЖИ!

18 февраля парк им. 60-летия Октября, что в Нагатинской пойме, принимал множество гостей. Задорная музыка и развевающиеся разноцветные флаги стали отличным фоном, на котором разворачивалось кульминационное событие зимнего спортивного календаря Южного округа столицы — «Лыжня префекта».

В спортивном празднике принимали участие команды 16 районов, вузов, колледжей, окружных управлений и предприятий ЮАО, а также главы управ и руководители муниципалитетов. Перед торжественным построением наш корреспондент пообщался с представителями команд.

«Наш округ хотя и Южный, но зиму мы любим не меньше других», — весело говорят девушки из Нагорного района. «Кажется, я здесь самый старший, — улыбается Виктор Ильич Кузнецов, участник Сталинградской битвы, — я из района Нагатинско-Садовники, а у нас много лыжников, да и просто спортсменов». «Нам музыка нравится, — смеются, пританцовывая, девочки из Орехова-Борисова Южного, — так и хочется пуститься в пляс, ну или скорее начать лыжную гонку!». «Лыжами занимаемся давно и с удовольствием, поэтому нацелены на победу!» — замечают юноши из Даниловского района. «Победить? Ко-

нечно, хочется, ведь будут призы!» — восклицают малыши из Донского. Среди участников лыжной гонки — и депутат Мосгордумы Сергей Иванович Зверев: «Не зря в народе говорят, что в здоровом теле здоровый дух. И Правительство Москвы сегодня делает очень много, чтобы спорт стал важной частью нашей жизни. Успеха всем моим коллегам-лыжникам!».

С приветствием к участникам соревнования обратился префект ЮАО Георгий Викторович Смолеевский: «Южный округ всегда был активным и спортивным. Мэр Москвы Сергей Семенович Собянин поддерживает развитие спорта в городе. Результаты можно видеть и здесь — вот домик лыжника, где можно погреться и переодеться, бесплатно взять напрокат лыжи и коньки. В парке работает отличная техника: снегоходы, снегоукладчики, которые проложили трассу. Впереди вас ждет увлекательное соревнование! Хорошего всем настроения,



спортивного азарта и победы!»

Георгий Викторович произвел из стартового пистолета выстрел, который дал старт соревнованию, — и лыжная гонка началась. Многие сразу ушли в отрыв и не сбавляли темпа до самого финиша. Участники соревнований подгонял не только спортивный азарт, но и мороз — температура в этот день опустилась значительно ниже нулевой отметки.

Поздравляем победителей лыжной гонки, а также всех, кто принял участие в соревновании, не побоявшись мороза и одержав очередную победу над ленью!

М. Селиверстова
Фото автора

Досуг в районе

ПАПА, МАМА, Я — СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ!

В субботу 11 февраля в школе № 574 прошли соревнования «Папа, мама, я — спортивная семья». Участниками спортивного мероприятия, организаторами которого выступили муниципалитет Нагатинско-Садовники и Детский оздоровительно-образовательный центр «Южный», стали семьи с детьми дошкольного возраста — воспитанниками детских садов.



Программа соревнований включала увлекательные эстафеты: «Олимпийские кольца», «Хватай — не зевай», «Боулинг», «Переправа», «Веселая передача», «Мой веселый звонкий мяч» и другие. Все команды показали отличную сыгранность. В нелегкой борьбе победу одержала дружная семья Нелюбовых — представители детского сада № 1330.

Подготовиться к соревнованиям им помогла воспитатель по физической культуре Галина Орлова.

Семейные старты завершились традиционным вручением наград победителям и призерам. Участники соревнований получили почетные

грамоты, медали и памятные сувениры. Сделать церемонию награждения яркой и зрелищной помогло выступление воспитанников спортивно-эстрадного ансамбля «Шамаш» (клуб «Радуга»).

И. Михайлина

Внимание, конкурс!

Уважаемые жители района Нагатинско-Садовники!

Приглашаем вас принять участие в фотоконкурсе «Моя Москва».

Организатором фотоконкурса является газета «Москва и москвичи: местное самоуправление, люди, события» при содействии Департамента территориальных органов исполнительной власти города Москвы и Совета муниципальных образований города Москвы.

Фотоконкурс проводится по следующим номинациям:

- «Края Москвы, края родные»;
- «Многоликая столица»;
- «Недаром помнит вся Россия...»;
- «Чтобы тело и душа были молоды!»;
- «Загляните в семейный альбом...».

Участники могут прислать не более двух фотографий в каждой номинации. В конкурсе могут принять участие как фотографы-любители, так и профессионалы. Возрастных ограничений нет. Каждая фотография должна иметь название и сопровождаться кратким комментарием (когда и где была сделана, какое событие или лицо на ней запечатлено).

Подробности и форму заявки на участие в фотоконкурсе вы можете найти на сайте Московского центра местного самоуправления: www.msu-mos.ru.

Адрес редакции: ул. Маросейка, 7/8, стр. 1.

Телефон: 8(495)623-21-47.

В зоне особого внимания

Ежегодно тысячи детей бросают мам и пап и убегают из дома. Среди них — самые разные ребята. От «лишних», никому не нужных детей из неблагополучных семей до обласканных и любимых чад из вполне успешных ячеек общества. Чаще всего поводом для ухода из дома становится игнорирование потребностей и интересов ребенка, в основе которого лежит отсутствие взаимопонимания с родителями.

ПОЧЕМУ ДЕТИ УХОДЯТ ИЗ ДОМА

«Беглецами» становятся в основном подростки 10–17 лет. Такая поведенческая реакция — уход из дома, побег из детских учреждений — может быть мотивированной и немотивированной. Мотивированная поведенческая реакция обусловлена психологически понятными причинами и вытекает из самой ситуации, в которой оказался подросток (к примеру, побег из летнего лагеря, где подростка унижали сверстники, или уход из дома после серьезного конфликта с родителями).

Задача родителей, педагогов, психологов в данном случае — научить ребенка разнообразным стратегиям поведения. Если ребенка обижают в лагере, он должен знать, что может обратиться к сотрудникам администрации, позвонить родителям, написать заявление в милицию. Если серьезный конфликт случился дома, то ребенку нужно научиться отстаивать свои права и соблюдать права родителей. Ребенок может обратиться за помощью к классному руководителю в школе, к другим родственникам, но не следует убежать «в никуда» и подвергать свою жизнь и здоровье опасности.

Причины самовольного ухода подростков из дома

Стремление пережить «драйв». Дети любят рисковать. Теоретически они знают, что существуют смерть и болезни, но эти явления часто кажутся им нереальными, чем-то, что происходит с кем-то другим. Подростки часто стремятся получить сильные ощущения, испытать страх, подвергнуть себя серьезной опасности.

Профилактические меры. Стимулируйте ребенка к участию в соревнованиях, походах, играх и т. д., где предоставляется возможность пережить радостное напряжение разумного риска, испытать яркие ощущения, преодолеть страх. Подобные эмоции дарят, к примеру, занятия спортом.

Скука. Скука — это тяжелое эмоциональное состояние. И к нему нужно относиться серьезно. Нередко скука может быть обусловлена одной из следующих причин: ощущение отсутствия смысла жизни из-за полученных в детстве психологических травм, тяжелых разочарований; хроническое неудовлетворение важных, базовых потребностей (в уважении, любви); ощущение, что самое важное, значительное, интересное произойдет в далеком будущем, а пока нужно ждать, и ожидание всегда томительно и скучно.

Профилактические меры. Создайте условия, при которых ребенок, даже имея все необходимое, все-таки должен будет добиваться осуществления некоторых желаний, совершать какую-то работу для получения вознаграждения. Развивайте лидерские качества, уверенность ребенка в себе. Развивайте в нем творческие способности. Научите ставить большие и маленькие цели, определять задачи, которые нужно решить для их достижения, разделяйте эти задачи на небольшие, легко осуществимые шаги.

Принадлежность к определенной социальной группе. Чем менее уверен в себе подросток, тем более значима для него симпатия сверстников — ему становится трудно мыслить и действовать вопреки их мнению. Не чувствуя в себе достаточно сил для того, чтобы спокойно выдерживать напор, принуждения и даже издевательства, подросток предпочитает подчиниться требованиям неформального лидера группы. Для него страх понести наказание за совершаемый проступок не так силен, как страх потерять расположение друзей.

Профилактические меры. Развивайте в ребенке уверенность, положительное отношение к себе, научите его эффективным моделям независимого поведения в сложных социальных ситуациях, противостояния негативному влиянию, развивайте в ребенке физическую силу, умение общаться.

Протест против родителей. Дети часто выражают несогласие с мнением и жизненными установками родителей, хотя при этом их зависимость от семьи очень велика. Возрастной протест может достигать интенсивности, близкой к отчаянию, если родители совсем не интересуются жизнью своего ребенка. Подросток начинает чувствовать, что он не нужен и даже в тягость своим родителям. У таких детей часто формируется стремление к саморазрушению.

Профилактические меры. Объясните ребенку, что необходимо нести ответственность за любое решение и поступок. Научите его анализировать свой выбор, желания, всегда задавать себе вопрос: «Для чего я это делаю?». Объясните, как важно без агрессии, но в то же время уверенно отстаивать свое мнение, уметь сказать «нет».

Стремление уйти от осознания несправедливости мира, разочарований, переживания тяжелой утраты. Подростку свойственен максимализм. Часто мир представляется ему в черно-белых тонах. Он либо восхищается, либо ненавидит. Подросток особенно чувствителен к любой несправедливости. А несправедливостью ему кажется все, что не соответствует его ожиданиям. Он может быть циничным, демонстрируя презрение к чужим бедам, либо замкнуться в себе.

Профилактические меры. Научите подростка видеть неоднозначность жизни и социальных явлений — в любой негативной ситуации содержится позитивное зерно (предпосылка к позитивным мнениям) и наоборот. Поддержите подростка в трудную минуту, когда он переживает утрату, разочарование в любви. Оставьте дома на видном месте информацию о работе телефонов доверия, кабинетов психологической поддержки.

Продолжение читайте в следующем номере.