



SOVA- INFO.RU

Газета организации «Союз друзей» МАОУ Гимназия № 1

г. Балаково март 2021 года № 36

Задумаемся о будущем!

Профессия – Родину защищать

В России вопрос трудоустройства играет важную роль. Поэтому всегда нужно думать о том, кем хочешь стать в будущем. Начинать нужно еще в школе. Список профессий разнообразен. Но какие наиболее востребованы в современной России? Куда пойти учиться? На что можно рассчитывать в будущем?

Разумеется, первое, на что необходимо обратить внимание, – это ваши личные стремления. Разнообразие вариантов почти не ограничено. Они отличаются востребованностью и конкуренцией. Поэтому можно выбрать себе любое

направление, которое нравится.

Сейчас, как никогда, востребована профессия военного. В наше время любая профессия, связанная с военным делом, является весьма перспективной, а образование, полученное по данному профилю, считается очень престижным. Ведь если выпускники после окончания 11 класса решат получить военное образование, то в дальнейшем они смогут воспользоваться привилегиями, которые в обязательном порядке предоставляет людям в погонах наше государство:

- хорошую заработную плату, которую выплачивают своевременно;
- немало государственных пособий

- и определенные виды льгот;
- получение вне очереди места под жилплощадь и так далее.

Но не только привилегии и льго-



ты интересуют людей в погонах. Их трудовые будни сложно назвать обычными, сам рабочий процесс интересен и в то же время опасен. И если ранее получить военное образование могли только юноши, то теперь двери училищ открыты и

для девушек.

Проходя обучение в заведениях военного профиля, реально получить и высшее образование, и среднее профильное. После окончания 11 класса как для девушек, так и для парней открыты двери разных военных академий, институтов и училищ. Перед тем как поступать в учебные заведения, следует выбрать профессию по душе, а получить военное образование можно по следующим направлениям: морское и летное дело, инженерное дело, командный состав.

Выбирать учреждение нужно с учетом своих интересов, понимать, что во всех этих вузах важны не только оценки, но и высокие моральные принципы.

С. Васин

Новые профессии

Во время развития современных технологий исчезает множество профессий. Им на замену приходят новые, более нужные для развития общества. Прогресс в технологиях способствует прогрессу в других сферах жизни: медицине, инженерии, промышленности, коммерции. Профессии не только появляются, но и совершенствуются.

Приведем примеры. Профессии, которые появились недавно: *scrum-менеджер*, *биоэтик*, *космогеолог*, *игропрактик*, *цифровой лингвист*, *SEO-специалист*.

Например, *SEO-специалист* – это специалист по продвижению в поисковых системах. Раньше получить эту профессию можно было

только путем самостоятельного изучения технологий и алгоритмов. Сегодня в учебных заведениях появляются профильные образовательные программы. Этой специальности можно обучиться в Международной высшей школе бренд-менеджмента IHSBM.

Также существует *биоэтик* – это специалист, который формирует этические принципы, а также нормативную базу и правовые отношения в связи с появлением новых технологий в области биомедицины, генетики, трансплантологии.

Еще одна новая профессия – это *игропрактик* – специалист по трансформационной игре, способный взять на себя роль ведущего, чтобы участники могли получить



уникальный опыт и знания.

Scrum-менеджер – это специалист, который способствует повышению продуктивности деятельности сотрудников вверенной ему организации; выявляет различные проблемы, является ответственным лицом за проведение совещаний и рабочих сессий; выступает в роли

наставника для команды; налаживает процессы вне коллектива.

Все вышеназванные профессии имеют хорошие перспективы для развития в будущем. К тому же специальности очень интересны, занимательны и, конечно, заслуживают нашего внимания.

А. Сутурина

Профессии будущего в медицине

Специалист по молекулярной робототехнике – биоробототехнике – это ученый, который занимается изучением молекулярных механизмов природных молекулярных устройств, а также разработкой искусственных молекулярных биороботов. Данный специалист должен иметь широкий круг междисциплинарных знаний в области биоинформатики, молекулярной биологии, биохимии, геной инженерии и молекулярной робототехники, активных наноструктур.

Молекулярные роботы могут выполнять механические действия с биомолекулами, переносить молекулы в заданную локацию или быть биосенсорами.

Архитектор живых систем – специалист по планированию, проектированию и созданию технологичного замкнутого цикла с участием



генетически модифицированных организмов и микроорганизмов. Такой профессионал будет незаменим в автономных городах: он сможет рассчитать необходимую мощность биореакторов, разработает проекты городских ферм и тщательно продумает систему переработки мусора.

Биотехнология, ресурсо- и энергосберегающие технологии – перспектива XXI века. Круг профес-

сий, связанных с данным направлением подготовки, растет с каждым годом. Если сейчас получить образование, то в последующем можно стать уникальным молодым специалистом, которых сейчас крайне мало на рынке труда.

А. Борисова, Е. Суетина

Современные технологии в медицине

Современные технологии активно используются в медицине. Например, без компьютерного исследования сейчас невозможно представить себе обследование больного. Один из примеров использования компьютерных технологий – компьютерный томограф. Результаты обрабатываются специальными программами, и создаются трёхмерные изображения исследуемых органов и тканей. По ним врач ставит точные диагнозы, оце-

нивает развитие болезни и восстановление после операций.

Ещё один пример – радиовизиографы в стоматологии. Они позволяют выводить снимки зубов на компьютер. Точность изображения выше, можно детально изучить проблему, увеличивая картинку, произвести точные замеры корневых каналов.

Обработка лабораторных анализов на современной аппаратуре стала более быстрой и точной, это влияет на скорость постановки диагнозов, обработку больших объёмов биоматериалов.

Компьютерные технологии позволяют активно развиваться телемедицине. С помощью нее стало возможным оказание помощи больным на расстоянии, а это делает медицинские услуги более доступными.

В. Зиновьева

Правильное питание!

Чему сегодня посвящают многие посты в Инстаграмме? О чем беседуют в соцсетях? Что ежедневно обсуждается в популярных передачах на ТВ? Здоровое питание. И как мало при этом о нем знают! Интернет пестрит диаметрально противоположными советами.



Ежедневно считайте калории! Не ешьте белки! Сядьте на белковую диету! Во всем виноваты углеводы! И тому подобное.

Основные знания по питанию дети обычно получают либо из рекламы, либо от родителей. Как показал недавний интернет-опрос родителей, информация о питании они получают из рекламных статей в средствах массовой информации (69%), от коллег по работе и знакомых (24%), от врачей (только 7% опрошенных). При этом уровень знаний о правильном и здоровом питании довольно низкий.

Создается ситуация, когда достижения высоких технологий идут не на пропаганду здорового питания и здорового образа жизни, а на его разрушение. И особенно пагубно это отражается на детях и подростках, которые наиболее восприимчивы и не защищены от такого рода агрессивного информационного натиска.

Как не утонуть в потоке информации? Нужно работать над формированием правильных знаний о здоровом образе жизни вообще и здоровом питании в частности. В гимназии этому посвящена система урочной и внеклассной работы. На уроках ОБЖ и классных часах ребята узнают о том, что проблема питания была и остается актуальной всегда. Не секрет, что правильное питание – немаловажная составляющая часть жизни каждого человека. Оно помогает достичь хорошей работоспособности, помогает поддерживать нужный вес



Здоровье и безопасность

и, следовательно, оставаться здоровым.

«Здоровое питание – один из основополагающих моментов здорового образа жизни и, следовательно, сохранения и укрепления здоровья. Это существенный и постоянно действующий фактор, обеспечивающий адекватные процессы роста и развития организма. Рациональное здоровое питание обеспечивает гармоничное физическое и нервно-психическое развитие, повышает сопротивляемость к инфекционным заболеваниям и устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды. Следует помнить, что питание является одним из важнейших факторов, способных оказывать негативное влияние на формирующийся организм детей и подростков при неправильной его организации», – рассказывает учитель. И предлагает ребятам распределить блюда на полезные и вредные, учит определять калории, говорит о важности витаминов и микроэлементов. Ребята старших классов просвещают учащихся начальной школы. Организуются классные часы с ведущими – медиками: круглые столы, дебаты, викторины. Вопрос

выносится для исследования в качестве темы проекта.



Работники столовой тоже заботятся о формировании знаний о правильном питании. Грамотно составленное недельное меню. Разнообразные вкусные и полезные блюда. Система организации горячего питания. С радостью бегут гимназисты в столовую, двери которой всегда приветливо открыты.

А о тех, кто предпочитает домашнюю еду, должны позаботиться родители. Принести ланчбокс с собой – это тоже правильно! Об этом знает каждый гимназист.

Древние говорили: «Ты то, что ты ешь!» «Питайся правильно!» – говорит современное поколение.

С. Васин, Д. Ченков

Вредные привычки у подростков



Вредная привычка – это действие, постоянное осуществление которого стало для человека потребностью и без которого он уже не может обойтись, однако оно наносит ощутимый вред здоровью.

К вредным привычкам относится курение. В последние годы Всемирная Организация здравоохранения установила ограничение на курение в общественных местах. Но как известно, запреты привлекают. Особенно подростков.

Другой фактор риска, который повышает шансы сделать из ребенка курильщика, – это окружение. Среди юношей и девушек бытует мнение, что курить – это круто, интересно, помогает повзрослеть. Дети стремятся быстрее стать взрослыми. Им кажется, что неопределенность и множество проблем решаются во взрослой жизни. Они стремятся выглядеть более развитыми в кругу знакомых, интересными для тех, кто на них не обращает внимания. Пути для решения таких задач не всегда правильны, а обществом могут навязываться стереотипы, что через демонстрацию вредных привычек эти цели будут достижимы хотя бы частично.

На желание курить влияют такие факторы: попытки влиться в новую компанию, желание походить на взрослых, попытка произвести впечатление.

Спиртное. Организм детей невероятно восприимчив к алкоголю, поэтому побороть возникающую тягу к спиртному сложно. Шанс появления заболеваний внутренних органов заметно растет, а процесс формирования зависимости ускоряется.

Что могут сделать родители:

- обсудить с ребенком вред спиртного;
- узнать, как ребенок относится к нетрезвым людям;
- объяснить, каким образом алкогольная зависимость возникает, насколько быстро это происходит, как она мешает нормальной жизни;
- привести негативные примеры реальных людей, а также позитивные непьющих успешных личностей, являющихся для ребенка авторитетом.

Подросток в мире вредных привычек с трудом сопротивляется с угрозами, которые его поджидают. Причины появления желания употребить спиртное аналогичны тем, которые мы рассматривали выше в случае с курением. Скука, попытки стать взрослым, стереотип о том, что спиртное помогает справиться с эмоциональным напряжением – это неверные стимулы. Основная задача родителей и педагогов – помощь в переосмыслении способов управления своими эмоциями, решения проблем.

Белая смерть – наркомания. Самая устойчивая зависимость возникает из-за приема наркотических и психотропных веществ. Основная задача родителей и педагогов – предостеречь ребенка от той самой «пробы», которую могут ему предложить. После приема одной дозы

наркотического вещества уже начинаются активные разрушительные процессы, а при стабильном применении они могут стать необратимыми. Основная задача взрослых – не допустить этого, предупредить и уберечь.

Наркотики разрушают личность, останавливают рост, развитие, восстановительные процессы в органах. Основные причины детской наркомании – желание подражать кумиру, попытка поиска путей для получения новых удовольствий, отсутствие возможности найти способы решения своих проблем, неспособность принимать самостоятельные решения.

Не всегда в зоне риска дети из неблагополучных семей, не все потенциальные жертвы наркотиков те, кто уже курит или употребляет спиртное.

Как влияют наркотики на организм ребенка:

- 1) угнетение кашлевого центра, функции сокращения сердечной мышцы, разрушение стенок сосудов, учащение сердцебиения;
- 2) препятствие нормальному росту и развитию;
- 3) воздействие на нервную систему – нарушение сна, галлюцинации, апатия, суицидальные наклонности и так далее;
- 4) угнетение процессов регуляции ЖКТ;
- 5) увеличение шансов на рождение неполноценных детей в будущем, бесплодие;
- 6) подверженность инфекционным болезням.

Что могут сделать родители:



- Принять правду и максимально спокойно действовать, преодолев страх и отчаяние.

• Обратиться в координационный центр по противодействию наркомании. Не обязательно брать с собой ребенка – на первую консультацию придите сами, а дальше руководствуйтесь советами специалиста.

- Честность и жесткость – основные черты тактики обращения с подростком. Будьте уверены в себе, убеждайте ребенка в положительном результате борьбы с зависимостью.

• Старайтесь не заикливаться. Покажите подростку, что жизнь продолжается, что он вместе с вами может заниматься обыденными вещами и получать от этого удовольствие. Не нужно все время его упрекать и напоминать о последствиях, учите себя и его видеть новую личность, здоровую и разумную, которая оставила былые позы и двигается вперед.

- Обратитесь к психологу-наркологу, не отказывайтесь от медицинского лечения.

• Поддерживайте ребенка, помогите восстановить в нем силу, надежду и волю.

А. Ишкова, А. Цветов, Р. Шаныгин