Створюй своє майбутнє відповідально

Спецвипуск електронної газети
Харківської гімназії №163

Що таке відповідальність ?

Відповідальність – це така річ, яка не існує сама по собі, а завжди розглядається у певному контексті. Деякі погляди на відповідальність у нашому суспільстві настільки масштабні, що визначити правильну чи не правильну поведінку людини досить складно. Чим більше відповідальність, тим менше людина спроможна щось змінити і вплинути на те, за що вона відповідає. Іноді саме для того, щоб зменшити свою відповідальність, люди навмисно збільшують масштаб справи таким чином, що потім майже неможливо знайти тих, хто відповідає за ті чи інші події.

Людину можна назвати справжнім і повноцінним членом нашого суспільства лише тоді, коли вона здатна відповідати за те, що вона робить. Людина завжди повинна відповідати за свою поведінку, за свої вчинки, міцно тримати в руках свою долю, бути готовою до будь яких випробувань, постійно прагнути до перемог у особистому житті. Якщо у людини немає відповідальності, у народі кажуть, що, по суті, це лише передмова, а не повноцінний член сучасного суспільства.

Відповідальність – це обов’язок людини перед кимось або перед чимось. Наприклад, громадський обов’язок, совість і честь, життєва позиція та відношення до оточуючих згідно з суспільних моральних норм і принципів є мірою нашої відповідальності перед суспільством. Крім того, кожна нормальна людина повинна вміти керувати собою, своєю поведінкою та постійно самовиховувати себе. Самовиховання також є проявом відповідальності, яка засвідчує, що людина вже досить зріла і духовно стійка.

Багато поколінь наших предків жило та діяло за девізом «Я відповідальний за все!». Орієнтуючись на це гасло, вони ставали справжніми людьми, здатними на подвиги заради інших людей, заради рідної Батьківщини. Під час Великої Вітчизняної війни наші співвітчизники, втративши ноги, билися з ворогом, навчившись управляти літаками, а після війни – машинами і тракторами, а втративши руки не впадали у відчай і ставали видатними письменниками, художниками і іншими відомими людьми. Вдавалися їм такі подвиги, перш за все, завдяки великій відповідальності перед собою, перед своїми близькими і оточуючими їх людьми.

- Слід сказати, що виконувати обов’язок перед родиною, друзями, оточуючими нас людьми, перед Батьківщиною, достатньо складно. Для того, щоб уникнути відповідальності і виконання обов’язків знаходиться досить багато причин. Буває, не хочеться рано вставати, бо вчора пізно ліг, не має настрою поважати батьків, не хочеться виконувати домашнє завдання, бо болить голова, не хочеться нічим займатися, бо для цього немає відповідних умов, тощо. Ті, хто дотримуються таких поглядів і живуть за такими правилами, нажаль, не розуміють, що достойні умови для свого життя повинні створювати вони самі і в цьому покладається їхній обов’язок, цим визначається рівень їх відповідальності. І тільки від самої людини залежить, чи зможе вона здійснити свої мрії і досягти своєї мети. Головне у житті – не тільки визначити собі мету, але й якомога більше сприяти її досягненню. Не менш важливо навчитися планувати свої справи і організовувати своє життя так, щоб встигати робити все, що намічено. Але при цьому не слід забувати про інтереси оточуючих людей, бо ще одним обов’язком є обов’язок не відокремлювати себе від інших, не відокремлювати своє життя від життя суспільства, бо інакше життя людини буде беззмістовним.
- Людина покликана жити так, щоб її життя було не тільки на особисте благо, а й на благо оточуючих, на благо свого рідного народу, своєї Батьківщини. Людина покликана відповідати за свої вчинки не тільки перед собою, а перед тими, кого вона любить і поважає. А для того, щоб відчувати себе Людиною з великої літери, треба приносити якомога більше радості і щастя у життя інших людей і разом з тим відчувати свою відповідальність за усі свої вчинки і свою поведінку.

На що потрібно звернути увагу саме ЗАРАЗ заради твого майбутнього

- Навчання
- Здоровий спосіб життя

fppt.com

Чому важливо вчитися ?

В наші дні освіта є необхідною і важливою річчю в житті кожної людини. Воно необхідне для того, щоб згодом знайти хорошу і високооплачувану роботу. Високоосвічений і інтелектуально розвинена людина завжди перевершує своїх однолітків з багатьох життєво важливих позицій.

«Вчися добре — станеш багатим», — кажуть батьки недбайливим учням. Адже і вони мають рацію! Сучасний світ розвивається такими темпами, що якщо немає голови на плечах, за прогресом не наздогнати. Це не означає, звичайно, що потрібно обов’язково ставати відмінником. Важливо зрозуміти актуальність освіти.

Купувати знання — не значить зазубрювати. Важливо навчитися вчитися, тобто вміти постійно вдосконалюватися, вбирати нову інформацію і застосовувати її на практиці. Процес навчання — це не тільки заучування віршів і написання творів. Через такі, на перший погляд, непотрібні завдання людина тренує свою пам’ять, вчиться творчо мислити і викладати свою позицію. Вивчення досвіду предків — відмінний стимул для нових відкриттів.

Проте, не можна ж постійно винаходити колесо. Але знаючи принципи його винаходу, вивчивши всі аспекти застосування, можна зробити свій прорив і принести користь людству. А одночасно, і собі прибуток. На сьогоднішній день знання — це вже не сила, це гроші. Як кажуть, не вмієш працювати головою — працюй руками.

Є знання — є можливість полегшити свою працю. Якщо підійти до справи з розумом, будь-яку роботу можна перетворити в розвагу. Саме так з’явилися посудомийні і пральні машини, доїльні апарати і комп’ютери. І якщо деякі думають, що управлятися з ними може навіть дитина, то вони глибоко помиляються. Без знання актуальних технологій в нашому світі робити нічого.

Вчитися важливо не тільки в школі, в наші дні необхідно постійно здобувати нові знання, самовдосконалюватися. Тоді ви будете йти в ногу з часом, а ваше життя не буде низкою невдач. Не важливо, що ти знав вчора, головне, наскільки затребуваними виявляться знання завтра. Освіта — гарантія того, що у вас на столі буде не тільки хліб, а й масло до нього.

Здоровий спосіб життя - це спосіб життєдіяльності людини, метою якого є формування, збереження і зміцнення здоров'я. До його основних складових належать:

- - рівень культури суспільства й особи;
- - місце здоров'я серед потреб людини;
- - мотивації збереження і зміцнення здоров'я;
- - зворотні зв'язки;
- - настанова на довге здорове життя;
- - навчання засобам збереження і зміцнення здоров'я.

fppt.com

Що таке здоровий спосіб життя ?

Люди, які ведуть здоровий спосіб життя, дотримуються правил безпеки навчання та праці, яким властива висока духовність, залишаються здоровими до глибокої старості. Справедливо зазначає видатний український хірург Микола Амосов: «У більшості хвороб винна не природа, не суспільство, а сама людина. Найчастіше вона хворіє через лінощі й жадобу, а інколи - й від нерозумності».

Збереження і відновлення здоров'я залежить від рівня культури. Це - не тільки сума знань, а й поведінка людини, сукупність її моральних засад.

Серед потреб людини здоров'я не завжди посідає перше місце порівняно з побутовими речами та іншими матеріальними благами. Звичайно, здоров'я залежить від добробуту, але збагачення, накопичення модних і дорогих речей для багатьох людей стало, на жаль, метою всього життя, заради якого вони нехтують фізичним і духовним удосконаленням, забруднюють довкілля, чим шкодять не лише собі, а й своїм нащадкам.

Чому слід дбати про здоров'я? Яка мотивація людини в цьому випадку? У кожного - своя мотивація бути здоровим: хтось хоче бути гарним, струнким; дехто зважає на те, що для досягнення успішної кар'єри в певній професії треба бути здоровою людиною; для когось здоров'я означає заощадження коштів на ліках, а для декого - це активне довголіття, радість повноцінного життя. Як би там не було, але загальновідомим є те, що лікуватися набагато дорожче, ніж вести здоровий спосіб життя.

Багато людей нерозумно і довго випробовують стійкість свого організму, коли зловживають, наприклад, алкоголем, курять або вживають наркотики. Інколи дуже швидко, а інколи лише через тривалий час виявляються наслідки такого життя, спрацьовують зворотні зв'язки: людина захворює на важкі, часом невиліковні хвороби. Тоді люди звільняються від своїх шкідливих звичок, проте буває запізно.

fppt.com

На щастя, є не лише негативні зворотні зв'язки. Ефект від ранкової зарядки чи загартування холодною водою виявляється не раніше ніж через місяць, але в цьому випадку зворотний зв'язок - позитивний. Сповільнена дія і довге невиявлення ефекту зворотних зв'язків - одна з головних причин валеологічно недоцільної поведінки людей, недооцінки значення здорового способу життя для збереження здоров'я та досягнення активного довголіття.

Настанова на довге здорове життя - важливий чинник здоров'я. Якщо людина думає тільки про хворобу, «входить» у неї, не мобілізує внутрішні резерви, їй складно, а то й неможливо досягти певного рівня здоров'я. Настанова на довге здорове життя допомагає зміцнити здоров'я, а при потребі - перемогти хворобу.

Навчання здоров'ю, на перший погляд, - простий процес. Адже зараз є так багато інформації про здоров'я, про засоби його зміцнення. Цьому можна вчитися в школі, від батьків і друзів, читаючи книжки і газети, слухаючи радіо- і телепередачі. Але навчитися цьому людина може лише сама. Ось тут і виявляється позитивна щодо здоров'я культура людини, її мотивація, настанова на життя, розуміння сутності зворотних зв'язків при оцінюванні дії чинників здоров'я і нездоров'я. Видатний український фізіолог академік Олександр Богомолець зазначав: «Уміння продовжувати життя - це, насамперед, уміння не скорочувати його».

Знаючи, що таке здоров'я, які чинники впливають на його складові, що таке здоровий спосіб життя, спробуйте вибрати життєвий шлях, що веде до здоров'я.

Не випадково, вітаючи один одного з днем народження або з приводу іншого свята чи події, ми бажаємо здоров'я і щастя. Дійсно, ці два поняття нерозривно взаємопов'язані. Безперечно, без здоров'я не може бути щастя.

fppt.com