

ШКОЛЬНАЯ ВСЕЛЕННАЯ

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение - средняя общеобразовательная школа №4 г. Асино Томской обла-

Ежемесячная школьная газета МАОУ-СОШ№4

Выпуск № 91/2, февраль 2022г.

6+



Сегодня в выпуске:

Школьный калейдоскоп
стр. 2-3

Календарь
знаменательных дат
стр.4-5

Календарь событий
стр.6-7

Спорт
стр.8-9



Поздравления
стр.10-11



Здоровый образ жизни – твой выбор!



Детская безопасность
стр.12



Внимание: гололед!!!



День науки 2022

Ежегодно, 8 февраля отмечается День российской науки. Наука играет важную роль в истории че-



ловечества, нашего государства, каждого отдельного человека. Во все времена научная мысль являлась сердцем научно-технического прогресса. Учёные, исследователи, изобретатели, их труды и

открытия давали толчок новому витку развития человеческой цивилизации. Праздник День российской науки имеет свою уникальную историю. Именно 8 февраля 1724 года, по распоряжению российского императора Петра I указом сената была образована Академия Наук. Позднее уже в 1925 году она изменила название на Академию наук СССР, а уже в конце XX века была переименована в нынешнюю Российскую академию наук. В рамках мероприятий, посвящённых Дню российской науки, в школе были проведены классные часы. В школьной библиотеке организована выставка «Наука открывает тайны». Клубом «Школьный вестник» выпущена радиопередача. Оформлена выставка рисунков. Нужно отметить, что многие учащиеся нашей школы пытаются проникнуть в суть окружающего мира;

- учатся черпать силу духа в том светлом и вечном, что создала человеческая культура;



- участвуют в исследовательских проектах, защищая честь нашей школы;

- с упорством овладевают изучаемыми предметами; штурмуют читаль-

ные залы, библиотеки, сайты сети Интернет, познают новое.

Заместитель директора по ВР Романова Н.В.

Итоги открытого фестиваля-конкурса программно-методических продуктов по предпрофильной подготовке и профильному обучению

С 26 января по 20 февраля 2022 года на базе РВЦИ МАОУ-СОШ №4 г. Асино проходил IV открытый фестиваль-конкурс программно-методических продуктов по предпрофильной подготовке и профильному обучению.

Целью фестиваля-конкурса являлось распространение и обобщение инновационного педагогического опыта по предпрофильной подготовке и профильному обучению, методическое сопровождение инновационных процессов региональной системы образования. В конкурсе приняли участие 28 педагогов образовательных организаций Томской области (ОГБОУ КШИ «Северский кадетский корпус», МАОУ-СОШ с.Батурино Асиновского района Томской области, МАОУ-СОШ с.Новиковки Асиновского района Томской области, МКОУ «Тегульдетская СОШ», МБОУ основная общеобразовательная школа-интернат для учащихся с ограниченными возможностями здоровья № 22 г. Томска, МАОУ «Моряковская СОШ», МАОУ-СОШ №4 г.Асино, МАОУ Гимназия №2 г.Асино, МАОУ СОШ № 16 г. Томска и других ОО Томской области).

Фестиваль-конкурс проходил как презентация проектно-методических продуктов в рамках предметных методических объединений по нескольким номинациям (программа элективного курса (спецкурса, курса по выбору) по предпрофильной подготовке и профильному обучению; программа дополнительного образования по предпрофильной подготовке и профильному обучению; программа внеурочной деятельности по предпрофильной подготовке и профильному обучению; методическая разработка урока (внеурочного занятия) с технологической картой). В каждой номинации были определены победители, призеры и участники.

Фестиваль-конкурс проводился при поддержке Управления образования администрации Асиновского района, в формате сетевого взаимодействия:

В состав экспертно-методического совета вошли высококвалифицированные педагоги образовательных организаций Асиновского района. В рамках фестиваля-конкурса были составлены экспертные заключения на программы, получившие высокую оценку экспертно-методического совета. Дистанционный формат фестиваля-конкурса позволил проявить высокую активность всем участникам.

*Заместитель директора по УВР
Е.Е. Захарушкина*

Первый этап конкурса «Ученик года – 2022»

17 января завершился первый этап конкурса «Ученик года – 2022».

Лауреатами конкурса в номинации «Открытие года» стали участники, набравшие наибольшее количество баллов: Каширо Мария - 5 А класс (283 балла), Астафьев Кирилл - 6 А класс (228 баллов), Розгина Ева - 5 А класс (209 баллов) и Попов Евгений - 5 Б класс (203 балла).

В номинации «Ученик года – 2022» во второй этап прошли: Маилов Фариз – 9 Б класс, Анопова Ирина – 10 А класс, Ряпусов Никита – 11 класс. Участникам конкурса предстоит подготовить визитку «Все начинается с семьи!», приуроченную к году народного искусства и культурного наследия. Желаем ребятам удачи!

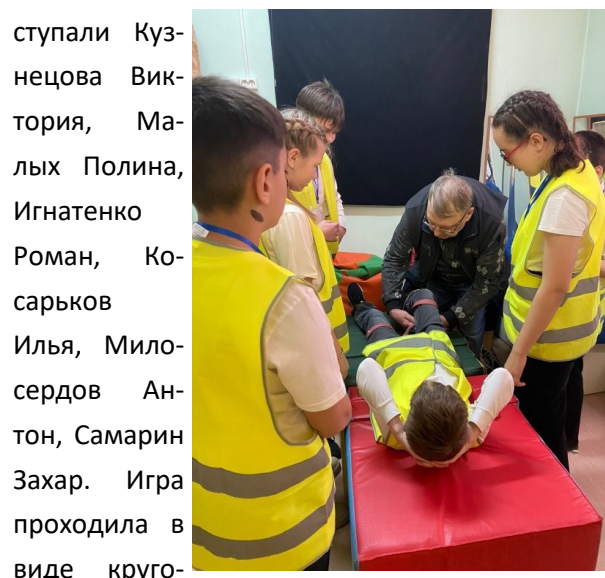


Районный конкурс «Дорожная мозаика»

На основании плана мероприятий Управ-



ления образования администрации Асиновского района, в целях воспитания законопослушных участников дорожного движения, предупреждения детского дорожно-транспортного травматизма, формирования здорового образа жизни и культуры безопасности жизнедеятельности учащихся 27.01.2022 прошёл районный конкурс «Дорожная мозаика». В составе команды «Дорожный патруль» школы №4 г.Асино вы-



ступали Кузнецова Виктория, Малых Полина, Игнатенко Роман, Косарьков Илья, Милосердов Антон, Самарин Захар. Игра проходила в виде кругосветки по следующим станциям: «Представление команды», викторина «Дорожные знаки», правила пешехода и велосипедиста, ситуация на дороге, первая помощь пострадавшему в ДТП. В итоге команда «Дорожный патруль» заняла 3 место среди команд Асиновского района.



23 февраля – День защитника Отечества: история праздника, значение

По традиции мужской праздник День защитника Отечества отмечается около 100 лет. За всю историю он имел несколько названий. Также в разные периоды времени звучали всевозможные трактовки его происхождения. Как и когда он появился на самом деле? Праздник: 23 февраля – День защитника Отечества. В России и ряде других стран постсоветского пространства отмечается День защитника Отечества. Он учрежден 27 января 1922 в Российской Социалистической Федеративной Советской Республике (РСФСР). Соотносится, непосредственно, с Красной армией, датой ее формирования и сражениями с Германской имперской армией в феврале 1918. День защитника Отечества в России считается днем воинской славы, праздником мужчин, которые участвовали в защите Родины. С 2002 является выходным. История праздника. Как появился День защитника Отечества? Появлению праздника предшествовали важнейшие события в период Первой мировой. Совет народных комиссаров (СНК) 23 февраля 1918 издал документ о формировании Красной армии. В ее ряды начали записывать добровольцев. Однако, в отдельных городах, в частности Петрограде, который выполнял функции столицы страны, пункты записи начали работу лишь в конце месяца – 21 февраля. 23 фев-

раля 1918 правительство издало декрет «Социалистическое отечество в опасности», а Н. Крыленко – «Воззвание военного главнокомандующего». Оба декрета призывали всех взяться за оружие, выступить на защиту своей Родины. 25 января принято решение ежегодно отмечать годовщину Красной армии 17 февраля, вместе с Днем красного подарка. Однако в 1919 г. 17 февраля было понедельником, поэтому торжества перенесли на ближайшее воскресенье – 23 февраля. Интересный факт: День красного подарка – своего рода благотворительная акция. Суть ее заключалась в пожертвовании подарков населением солдатам Красной армии. в 1922 вышло новое постановление, согласно которому День создания Красной армии окончательно закрепился за 23 февраля. Название праздника менялось исторически в связи с официальным переименованием вооруженных сил страны: с 1922 – День Красной армии; с 1946 – День Советской армии; 1949-1995 – День Советской армии и Военно-морского флота; 1995-2006 – День победы Красной Армии над кайзеровскими войсками Германии в 1918 г. – День защитников Отечества.

С 2006 – День защитника Отечества. День защитника Отечества в России является днем воинской славы с 1995 и нерабочим днем с 2002. Круг лиц, которых можно поздравлять, четко не установлен. Это могут быть профессиональные военные, ветераны войны, все, кто имеет какое-либо отношение к армии, а также граждане России мужского пола независимо от возраста.

**Поздравляем мальчиков, юношей, мужчин нашей
школы с 23 Февраля!**





8 МАРТА-МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЖЕНСКИЙ ДЕНЬ

8 марта в ряде стран (Россия, Казахстан, Китай, Украина, Белоруссия, Бразилия и др.) отмечается как Международный женский день. Изначально он возник в качестве солидарности женщин, которые отстаивали свое право быть наравне с мужчинами, боролись против дискриминации, различных ограничений и социальной зависимости.

Как появился Международный женский день? История возникновения Международного женского дня берет начало в 20-м веке. 28 февраля 1908 в Нью-Йорке состоялся митинг с участием около 15 тыс. женщин.

Инициатором данного шествия стала социал-демократическая женская организация. Причина митинга – стремление женщин получить равные права с мужчинами (преимущественно трудовые), а также иметь возможность участвовать в выборах. Ровно через год социалисты учредили национальный день женщин.

С 1909 по 1913 его отмечали строго в последнее воскресенье февраля. Говоря о борьбе женщин за равноправие, часто упоминают Клару Цеткин. Именно ее считают основательницей Международного женского дня. Впервые Международный женский день прошел 19 марта 1911 года в ряде стран: Германии, Швейцарии, Австрии и Дании. Спустя год, его отмечали здесь же, но 12 мая. Первые женские митинги в России.

Франции состоялись 2 марта 1913. В других странах – 9 и 12 марта.

А уже в 1914 г. восемь стран (что весьма символично) одновременно провели Международный женский день 8 марта. Значение праздника раньше и в наши дни считался не столько праздником, сколько днем, в который женщины могут привлекать внимание общественности к своим проблемам по всему миру.

В наши дни 8 марта для большинства утратило первое значение и превратилось в весенний праздник всех женщин любого возраста. Его отмечают как в семейном кругу, так и в различных коллективах.

Главная современная традиция 8 марта во многих странах – вручение цветов всем женщинам. И главное в этом – не их положение, а просто принадлежность к прекрасному полу.

Зачастую мужчины освобождают своих женщин от работы по дому, дарят цветы, выражают чувства, дарят подарки и благославляют женщину-мать!



*Пусть первый подснежник
Подарит Вам нежность!
Весеннее солнце подарит тепло!
А мартовский ветер подарит надежду
И счастье, и радость и только добро!*



Ежегодно 21 февраля в мире отмечается Международный день родного языка .

Международный день родного языка был утвержден на Генеральной конференции ЮНЕСКО в

1999 году и отмечается во всем мире с 2000 года в целях поощрения языкового и культурного разнообразия и многоязычия. Генеральная Ассамблея ООН приветствовала провозглашение этого дня в своей резолюции 2002 года.

Родной язык – это выражение самосознания и связи поколений. Он тесно связан с историей этноса, обеспечивает его единство и становится залогом его оригинальности: он формирует неразрывную связь между его носителями и служит основой для народа. Языки содержат в себе совокупность приобретенных знаний. Так, некоторые из них неповторимым образом описывают определенную среду, например, амазонские джунгли, отмечают свойства лечебных трав или содержат сведения по астрономии.

В 2020 году темой международного дня стала "Языки без границ", а в 2021 году – "Содействие многоязычию для включения в образование и общество".

Сегодня в мире существует около шести тысяч языков и 43% из них находятся под угрозой исчезновения. Только несколько сотен языков играют видную роль в системах образования и в государственной сфере, и менее ста языков используются в мире цифровых технологий. 40% населения мира не может получать образование на понятном для них языке. В настоящее время исчезающие языки есть во всех регионах и почти во всех странах мира. Наибольшая опасность исчезновения угрожает регионам с языковым разнообразием.

В России насчитываются 193 национальности, используются 277 языков и диалектов. Только

в российской системе образования функционирует более 100 языков, на 24 языках ведется обучение детей, 81 язык изучают в качестве предмета и факультативно.

В нашей школе прошли классные часы, посвященные этой знаменательной дате. Ребята обсуждали не только значимость многонациональности России, но и подготовили выступления по коренным жителям Сибири, а, именно, Томской области. В ходе дискуссии были затронуты не только вопросы о необходимости сохранения национальных языков и диалектов нашей многонациональной Родины, но и значимость сохранения национальных культур и языка в том числе. 21 февраля в МАОУ-СОШ № 4 г. Асино были проведены мероприятия с целью популяризации языков и литературного наследия народов России, повышения престижа владения родным языком.

1. Тематические уроки в 7 а,б, 6 в
2. Классные часы "Язык - ключ к душе человека", 5а,б,в,г
3. Викторина "Нам дан во владение русский язык", "Я знаю русский язык!", 8г,5а
4. Конкурс рисунков 7а,б,в,г
5. Конкурс-диктант "Самый грамотный" 10а,б
6. Круглый стол "Литературное наследие Р. Гамзатова", 11 а
7. Выставка газет "Родное слово", рисунков.
8. Выпуск радиопередачи.





МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ БЕЗОПАСНОГО ИНТЕРНЕТА

Всемирный день безопасного Интернета

Отмечается ежегодно во второй вторник февраля. В 2022 году он приходится на 8 февраля. Это международный праздник. В торжествах участвуют деятели общественных организаций и фондов, официальные лица и представители правительства, сотрудники компаний сферы информационной безопасности, работники учреждений, которые защищают личные данные и борются с вредоносными программами. **Цель праздника** – информировать людей об ответственном и безопасном использовании Интернета. **История праздника:** всемирный день безопасного Интернета возник в январе 2004 года. Его инициатором выступила Европейская Комиссия. Идею поддержали некоммерческие организации European SchoolNet и Insafe. Она быстро распространилась среди пользователей Интернета и в правительственных учреждениях. Insafe стала главным координатором праздника. В России Всемирный день безопасного Интернета впервые прошел в 2005 году. **Традиции праздника:** ежегодно назначается тема Всемирного дня безопасного Интернета. Она касается актуальных проблем в сфере защиты пользователей Сети и внедрения новых программ. В этот день проходят образовательные акции,

проводятся конференции и семинары. Участники общественных организаций рассказывают о способах защиты личных данных. Презентуются проекты повышения безопасности, памятки и правила пользования глобальной сетью Интернет. На телевидении транслируют тематические программы и фильмы.

В России к празднику приурочивают акцию «Неделя безопасного Рунета». В это время проходят форумы, круглые столы

Цифровые технологии все активнее входят в нашу повседневную жизнь. Поэтому обеспечение безопасности в Интернете – одно из наиболее актуальных требований современности и прогресса. Безопасный и позитивный интернет – это не только специальные защитные программы. Это, в первую очередь, обилие позитивного контента, знания обычных пользователей об основах безопасности и общественный консенсус относительно норм поведения в Сети.

Приучите себя к хорошим интернет-привычкам. То, что вы умеете пользоваться Интернетом, не означает, что вы знаете о нем все. Эти ресурсы информативны и полезны для понимания различных препятствий, с которыми сталкиваются современные пользователи Интернета каждый раз, когда они открывают новый браузер. День безопасного Интернета — еще один повод усилить свою безопасность в глобальной сети.



Наша СОШ выбирает ЗОЖ!

Веселые старты под девизом «Мы одна большая семья»!

22 февраля в школе среди 1-х классов прошли веселые старты под девизом «Мы одна большая семья».



Командам были предложены занимательные конкурсы с бегом, прыжками, эстафеты с мячами и обручами, где они смогли проявить свои спортивные способности и навыки.

Ребята соревновались в скорости, ловкости, умении работать в команде.

Спортивный задор и желание добиться победы для своей команды захватывали детей настолько, что они не замечали происходящего вокруг. Все старались изо всех сил прийти к финишу первыми. Болельщики и зрители следили за ходом событий и очень переживали за свои команды. Ребята получили заряд бодрости и хорошее настроение!



Учитель физической культуры И.В. Корнев

Лыжня России-2022

12 февраля прошли соревнования «Лыжня России 2022». Это самая массовая Всероссийская лыжная гонка, в которой принимают участие и любители, и профессионалы, которая проводится вот уже 40 лет.

Участники нашей школы приняли участие не только в массовом старте, но и в личном первенстве. Среди девочек Белкова Мария заняла 1 место. Среди мальчиков: 1 место Астафьев Кирилл, 2 место Вайцеховский Глеб, 3 место-Никитин Кирилл.

Учитель физической культуры Сирошенко В.А

Силовая подготовка школьников 10–17 лет

С какого возраста можно начинать развивать силу у школьников? Что использовать в качестве отягощения? Как спланировать физическую нагрузку, чтобы не только не навредить школьнику, но и, наоборот, выработать у него потребность регулярно заниматься силовыми упражнениями? Силовая подготовка, спланированная с учетом возрастных физиологических особенностей, благотворно влияет на развитие всех функциональных систем организма, и ей следует уделять внимание уже в детском и подростковом возрасте.

Несмотря на то, что наибольший прирост силы достигается путем применения упражнений с весом, равным 80–90% от максимального результата, на начальном этапе силовой подготовки больший эффект в воспитании силы достигается в результате применения упражнений с малым весом (30–40% от максимального). По мере роста тренированности эффект от выполнения упражнений понижается при подъеме малого веса и вновь возрастает при подъеме среднего веса, примерно 60–70% от максимального.

Применение тренажеров как средства интенсивного развития различных мышечных групп можно рассматривать как одно из эффективных средств, которое необходимо использовать при силовой подготовке школьников 10–17 лет, так как именно локальные, изолированные упражнения наиболее соответствуют особенностям развития детского организма в этом возрасте.

Силовая подготовка школьников в этот период должна осуществляться в соответствии с общими закономерностями обучения и воспитания. Поэтому при ее организации целесообразно руководствоваться как общими принципами обучения, так и принципами, соответствующими спортивной тренировке как особой форме воспитания с присущими ей специфическими закономерностями. В начале каждого занятия должна проводиться размин-

Наша СОШ выбирает ЗОЖ!



ка — комплекс специально подобранных физических упражнений. Основная часть тренировочного занятия должна отводиться освоению и совершенствованию

техники специально-вспомогательных упражнений, а также выполнению комплексов упражнений, направленных на развитие различных мышечных групп. При этом основное внимание на начальном этапе силовой подготовки школьников в первые два года необходимо уделять технически правильному выполнению упражнений с отягощениями, а не их результату.

Учитель физической культуры Корнев И.В.

ЛФК для детей

Лечебная физкультура не просто заставляет больше двигаться, но и играет развивающую роль. Выполняя упражнения, ребенок познает окружающий мир, учится соотносить себя с ним. Занятия способствуют: гармоничному развитию опорно-двигательного аппарата. Правильному формированию осанки и ее коррекции. Укреплению мышц. Специальные упражнения развивают силу и выносливость, улучшают координацию движений. К положительным сторонам ЛФК также относят возможности для: укрепления иммунитета, снижения восприимчивости организма к возбудителям различных заболеваний. Быстрой адаптации к школьным нагрузкам. Нормализации работы организма.

Улучшения аппетита и сна. Быстрой адаптации к школьным нагрузкам. Нормализации работы орга-

низма. **Важно! Комплекс упражнений всегда подбирается индивидуально и только специалистом!**

Это обусловлено высокой эффективностью комплексов и тем, что они интересны для обучающихся и формируют устойчивую мотивацию.

Все упражнения делятся на 2 группы:

Общие. Они применяются для укрепления организма. **Специальные.** Такие упражнения направлены на улучшение работы конкретной системы. ЛФК при переломах, например, позволяет быстро восстановить подвижность и стимулирует ускоренные процессы заживления. Проводятся занятия при плоскостопии и иных патологиях.

Особенности детской ЛФК

Лечебная физкультура для детей имеет следующие особенности: проводится преимущественно в игровой форме. Включает упражнения, соответствующие возрасту занимающихся, уровню их физического развития и состоянию психики. Направлена на развитие всех систем и органов, позволяет нормализовать работу сердца и сосудов, укрепить иммунитет, улучшить осанку и др. Решение о занятиях принимают родители. Врач может лишь порекомендовать ребенку ЛФК.

Учитель физической культуры

С.Е. Мельник





Поздравления с 23 февраля мальчикам от девочек!

Храбрости у вас не занимать,
Да и по силе вы все богатыри,
Сегодня будем вас мы поздравлять,
Ведь стать вы нашей гордостью смогли!
Мальчики, удачи вам во всём,
Скорее вырасти, мужчинами чтоб стать,
В учении трудиться день за днём,
Быть сильными, девчонок защищать

7 «Г» класс*

Поздравляем от души
Мы мальчишек наших!
В целом мире не найти
Вас смелей и краше.
Пожелаем вам всех благ,
Мужества, удачи!
Пусть всё будет высший класс
И никак иначе!

8 «А»класс *

Мы мальчишек поздравляем
С Днем защитников страны!
От души мы вам желаем:
Будьте Родине верны.
А еще в ваш праздник славный
Мы, ребята, просим вас,
Чтоб защитой и охраной
Были вы всегда для нас.
Мы же будем вас любить,
Уважать, боготворить!
Поздравляем вас, друзья,
С 23 Февраля!

9 «Г» класс

Поздравления с 23 февраля Учителям- мужчинам школы!

Мы поздравляем вас тепло
С днем армии российской.
Достигли в деле чтоб любом
Успехов олимпийских.
Вы — наш учитель — просто класс,
Все вас мы уважаем.
Здоровья, счастья и добра
От всей души желаем.

8 «В» класс

Весь класс пришел поздравить Вас,

С мужским великим днем.

Мы вам ответим без прикрас,

Пусть вам везет во всем!

Пусть небо чистым, без войны

Вас радует всегда.

Вы ж оставайтесь молодым,

На долгие года!

5 «А» класс

С 23 февраля
Поздравляет детвора
Всех учителей любимых
Прямо с раннего утра!
Пожелаем им удачи
На уроках пусть не плачут,
Их здоровье и терпенье
Для детей ведь много значит.
Пусть чаще улыбаются,
На нас не обижаются.
Ведь мы за них тоже горой
Нам это очень нравится.

7 «Б» класс



Поздравляем Вас с Международным женским днем 8 Марта! Желаем, чтобы жизнь дарила много счастливых мгновений, радостных минут, приятных впечатлений, чтобы успехи учеников только радовали, а в семье были любовь, дружба, уважение, достаток, мир и согласие!

С 8 Марта Вас поздравляем. Желаем вам всегда быть такими же красивыми, понимающими и терпеливыми! Вы -прекрасные наши учительницы, которых вдохновляет любимая работа. Мы желаем сохранить эту любовь к делу, быть счастливыми и радостными Пусть волшебство наполнит вашу жизнь, а весна подарит яркие краски!

11 «А» класс

В этот чудный Женский день,
Позабыв про сон и лень,
Учитель, вас мы поздравляем,
Всем сердцем счастья
вам желаем
И плодотворного труда,
И пусть не старят вас года!

7 «Г», «В»

Примите самые добрые поздравления с 8 Марта! Пожелания здоровья, прекрасных и талантливых учеников. Вашему дому уюта, благополучия! Пусть все ваши вложения в подрастающее поколение дадут бесценный «урожай». Счастья вам!

8 «Г», 8 «А» класс

И журнал оставить в школе,
Бросить там указку —
Отдохнуть пора на воле
В миг весенней сказки.

6 «А», «Б» классы

Позабыв учеников
В день восьмого марта,
И без этих дневников,
И без скучной парты, Наслаждаясь
пеньем птиц,
Тех, что есть в наличии,
Отдохните от всех лиц
В рамках все ж приличия.

10 «А» класс

Международный женский день,
Вы многому нас научили,
Наше поздравление, как гимн звучит,
Тем знаниям, что в нас вложили!
И пусть с детьми не легок труд,
Мы это тоже понимаем,
Но зерна доброты взрастут,
В сердцах у нас — мы это знаем!

5 «В» класс

Практические советы от «Юных пешеходов»

Гололед — слой плотного льда, образовавшийся на поверхности земли, тротуарах, проезжей части улицы и на деревьях, проводах, при замерзании воды. Гололеду обычно сопутствуют близкая к нулю температура воздуха, высокая влажность, ветер. Толщина льда при гололеде может достигать нескольких сантиметров. Гололёд — редкое явление природы по сравнению с гололедицей — скользкой дорогой.

Гололедица — это лед или слой снега, утрамбованный до твердого состояния, который образует скользкую поверхность. Гололедица возникает там, где перед заморозками стояла вода, или там, где вследствие движения транспорта либо большого количества пешеходов выпавший снег уплотняется. Чаще всего это происходит на проезжей части дорог и тротуарах.

Гололед и гололедица являются причинами чрезвычайных ситуаций. Чрезвычайными они могут быть не только для пешеходов, но и для транспорта.

При гололеде значительно увеличивается количество уличных травм: ушибы, вывихи и переломы. По данным медиков, в такие дни количество пострадавших увеличивается в 2 раза. Чтобы не попасть в число пострадавших, надо выполнять следующие правила:

Обратите внимание на свою обувь: выберите нескользящую обувь с подошвой на микропористой основе. Модницам рекомендовано отказаться от высоких каблучков.

Смотрите себе под ноги, старайтесь обходить опасные места. Если ледяную «лужу» обойти невозможно, то передвигайтесь по ней, как лыжник, небольшими скользящими шажками.

Будьте предельно внимательным на проезжей

Внимание: гололед!!!



части дороге: не торопитесь, и тем более не бегите. Старайтесь обходить все места с наклонной поверхностью.

Наступать следует на всю подошву, ноги слегка расслабить в коленях.

Руки по возможности должны быть свободны, старайтесь не носить тяжелые сумки, не держите руки в карманах — это увеличивает вероятность падения.

Если Вы поскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения. В момент падения постарайтесь сгруппироваться, и, перекатившись, смягчить удар о землю.

Не пытайтесь спасти вещи, которые несёте в руках. Не торопитесь подняться, осмотрите себя, нет ли травм, попросите прохожих людей помочь тебе. Помните: особенно опасны падения на спину, вверх лицом, так как можно получить сотрясение мозга. При получении травмы обязательно обратитесь к врачу за оказанием медицинской помощи.

Руководитель отряда «ЮИД» Санникова М.А.

Редактор: Околелова Н.В., 7 "Г" класс
Корректор: Кривенцов Л.А.
Верстка и печать: Кривенцов Л.А.
ОТПЕЧАТАНО школьной минитипографией, Тираж: 50 экз.

Адрес: 636840, Томская область, г. Асино, ул. И. Буева, 38

НОМЕР ВЫПУСКА: № 91/2
Дата выхода в свет: 28.02.2022 г.
Телефон: 8 (38-241)2-12-94
E-mail: school-04@asino.gov70.ru
shk4.tomschool.ru

Газета распространяется БЕСПЛАТНО