

Управление образования администрации Вейделевского района

«ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ВЕЙДЕЛЕВСКОГО РАЙОНА»



08 октября 2020 года в ОГАОУ ДПО «Белгородский институт развития образования» состоялась торжественная церемония закрытия регионального этапа Всероссийского конкурса «Учитель года России – 2020» и «Директор года – 2020».

Абсолютным победителем регионального этапа Всероссийского конкурса «Директор года – 2020» стала директор Клименковской средней школы имени П.В. Таволжанского – Чумак Наилия Отельбариевна.

Так же в рамках церемонии закрытия были награждены призёры регионального этапа Всероссийского конкурса педагогических работников «Воспитать человека – 2020», в котором приняла участие и заняла призовое место заместитель директора Должанской средней школы им. Дементьева А.А. – Локтионова Алена Владимировна в номинации "Воспитание во внеучебной деятельности".

Поздравляем педагогов с достигнутыми результатами!

Желаем творческих успехов и не останавливаться на достигнутом!



Поздравляем!

Федеральный проект «Успех каждого ребенка»



«От того, как прошло детство, кто вёл ребёнка за руку в детские годы, что вошло в его разум и сердце из окружающего мира – от этого в решающей степени зависит, каким человеком станет сегодняшний ученик».

В.А. Сухомлинский

Эти слова необыкновенно актуальны, в том числе в современных реалиях. Национальный проект «Образование» выдвигает новые условия, новые возможности, обновление содержания образования, новые технологии.

В проекте «Успех каждого ребенка» определены те направления развития, которые соответствуют современным требованиям.

Это и развитие технического творчества, это и выявление и поддержка одарённых детей, это и профориентационная работа «Билет в будущее», это и «Сетевое взаимодействие», это и обеспечение доступности дополнительного образования всем обучающимся, в том числе и детям с ограниченными возможностями здоровья.

Данный проект должен дойти до каждого ребёнка независимо, где он живёт – в большом городе или селе, учится в лицее или в малокомплектной школе, - «Ребенок должен учиться на успехе!»

Современный педагог дополнительного образования должен хорошо знать каждого ребенка с кем работает его психическое, интеллектуальное, нравственное развитие. Прежде всего, надо помнить, что наглядность - это всеобщий принцип умственного труда школьников.

Эта закономерность требует, чтобы мышление ребенка развивалось среди современных материально-технических условий, природы, чтобы он одновременно видел, слышал, переживал и думал.

Учреждения дополнительного образования обязаны создавать условия для успеха детей через проектную деятельность, интеллектуальные конкурсы, волонтерское творчество, творческие мастерские и улучшение материально-технической базы.

Эти условия могут стать первым шагом к определению будущего пути ребёнка.

Передвижная выставка «Выше облаков»



В рамках реализации гранта Президента Российской Федерации, предоставленного Фондом президентских грантов сотрудники Вейделевского музея создали передвижную выставку, которая открыла для школьников района поистине героическую страницу войны.

Выставка рассказывает о важнейшем военном объекте времен Великой Отечественной войны – аэродроме «Викторополь», на ней представлены фотографии летчиков, архивные документы, изображения и описания самолетов, которые базировались на аэродроме Викторополь.

Выставка будет экспонировать для всех школ Вейделевского района.

Проект посвящен популяризации знаний об истории военного аэродрома "Викторополь" и подвигах военных летчиков. С 1941 по 1944 годы на территории Вейделевского района действовал военный аэродром "Викторополь" Юго-Западного фронта - главного военного объекта Вейделевского района.

Здесь в разное время базировались более 15 авиapolков, среди которых были легендарные "Ночные ведьмы", прославленный "полк асов", в котором воевало 24 Героя Советского Союза. Всего здесь несли службу более 10 000 человек. Полки базировавшиеся на аэродроме, принимали участие в Курской битве. Большой вклад в изучение истории аэродрома внес Вейделевский краеведческий музей, который в 2015 году реализовал проект "В небе над Викторополем", удостоенный гранта Губернатора Белгородской области.

Впервые было восстановлено 417 фамилий летчиков и издана книга об истории аэродрома. На месте расположения аэродрома открыт памятный знак.

В 2018 году на въезде в Вейделевку установлен самолёт Л- 39, посвященный лётчикам - вейделевцам всех поколений.



Всероссийский исторический диктант на тему событий Великой Отечественной Войны — «Диктант Победы»

3 сентября 2020 г. на региональной площадке ОГБОУ «Вейделевская СОШ» проведен Всероссийский исторический диктант на тему событий Великой Отечественной войны – «Диктант Победы». За 45 минут необходимо было ответить на 25 вопросов на тему событий Великой Отечественной войны.

В мероприятии приняли участие глава администрации Вейделевского района Тарасенко Анатолий Васильевич, представители Муниципального Совета, администрации Вейделевского района, обучающиеся ОГБОУ «Вейделевская СОШ», МОУ «Большелипяговская СОШ», МОУ «Викторопольская СОШ», МОУ «Закутчанская СОШ», МОУ «Зенинская СОШ», педагоги, родители. Всего в мероприятии участвовали 90 человек.

Акция «Диктант Победы» проводится с 2019 года. В этом году мероприятия состоялись по всему миру: во всех городах России и в 75 странах.



5 лет Российскому движению школьников



29 октября Российское движение школьников отмечает свой первый юбилей – 5-летие. В преддверии Дня рождения РДШ в школах района проводятся праздничные мероприятия.

Учащиеся Вейделевской школы приняли участие в региональном флэш-мобе «Песня РДШ», исполнив строки из песни «Мы – это ты, страна!». Старшие вожатые школ записали видеопоздравления активистам РДШ и педагогическим работникам, курирующим направления деятельности РДШ.

Под девизом «Подарки приятно не только получать, но и дарить!» проходит челлендж «Тайный подарок». Активисты Зенинской, Дегтяренской, Должанской, Кубраковской и

Викторопольской школ уже подготовили оригинальные подарки своими руками и поздравили активистов из Корочанского района. А активисты Малакеевской, Николаевской, Белоколодезской, Большелипяговской, Закутчанской и Клименковской школ стали участниками акции «Капсула времени РДШ31».

Ребята заложили капсулу времени с пожеланиями будущим активистам. Предполагаемая дата вскрытия – 2030 год, в рамках празднования 15-летия Общероссийской общественно-государственной детско-юношеской организации «Российское движение школьников». Все материалы, посвященные 5-летию со дня основания организации, публикуются в официальной группе РДШ Вейделевского района в социальной сети Вконтакте: <https://vk.com/public186677673>.

Урок цифры – всероссийский образовательный проект в сфере цифровой экономики.

«Урок цифры» — всероссийская образовательная акция, в рамках которой школьники с 1 по 11 класс смогут в игровой форме познакомиться с основами программирования и погрузиться в увлекательный мир цифровых технологий.

Первые «Урок цифры» провели в декабре 2018 года по инициативе Министерства просвещения РФ, Министерства цифрового развития, связи и массовых коммуникаций РФ и организации «Цифровая экономика» в партнерстве с ключевыми российскими компаниями сферы информационных технологий. В 2019-2020 учебном году было решено продолжить начатую инициативу году в целях развития у школьников компетенций цифровой экономики, а также их ранней профориентации в сфере информационных технологий.

Участие в мероприятиях Урока цифры дает возможность получить знания от ведущих технологических компаний: Яндекса, «Лаборатории Касперского», Фирмы «1С», Mail.ru Group и Благотворительного Фонда Сбербанка «Вклад в будущее».

Принять участие могут школьники разных классов. Учащимся 1-4 классов предлагают пройти «Уровень для начинающих испытателей», с 5 по 7 класс — «Уровень для опытных специалистов», а с 8 по 11 класс — «Уровень для закаленных профессионалов».

Для прохождения урока нужно заполнить анкету на сайте урокцифры.рф, после чего будет предложено пройти тест в игровой форме.

После прохождения тренажеров участник получает именной сертификат.

Список текущих уроков

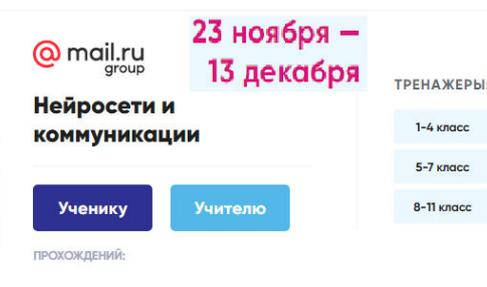
Искусственный интеллект и машинное обучение – сентябрь-октябрь 2020

Социальные сети – ноябрь-декабрь 2020

Кибербезопасность – февраль 2021

Беспилотный транспорт – март 2021

Цифровое производство – апрель 2021



Шаг к успеху!

В Доме детского творчества завершился районный этап традиционного V областного Фестиваля детского художественного творчества «Шаг к успеху» для детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья. Фестиваль проводится ежегодно с целью раскрытия творческого потенциала данной категории детей и призван способствовать их более полной социальной адаптации в современном мире. В этом году Фестиваль прошел в заочной форме. В нем приняли участие 14 обучающихся из Вейделевской, Викторопольской, Белоколодезской, Закутчанской, Солонцинской и Малакеевской средних школ. Ребята представили своё творчество в двух номинациях: «Изобразительное искусство» и «Художественное слово». По итогам районного этапа конкурса все участники отмечены призовыми местами. Желаем ребятам



Всероссийский Марафон открытий Центров образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста»



29 сентября 2020 года стартовал Всероссийский Марафон открытий Центров образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста». По всей стране открылся 2951 такой Центр. Благодаря национальному проекту «Образование» учащиеся сельских школ смогут заниматься с помощью нового современного оборудования. В Вейделевском районе открылись Центры «Точка роста» на базе 2 школ: в МОУ «Николаевская СОШ» и МОУ «Клименковская СОШ».

Основными целями деятельности Центров являются создание условий для новых методов обучения и воспитания, образовательных технологий, обеспечивающих освоение обучающимися основных и дополнительных общеобразовательных программ цифрового, естественно-научного, технического и гуманитарного профилей, обновление содержания и совершенствование методов обучения предметов «Технология», «Информатика», «ОБЖ».

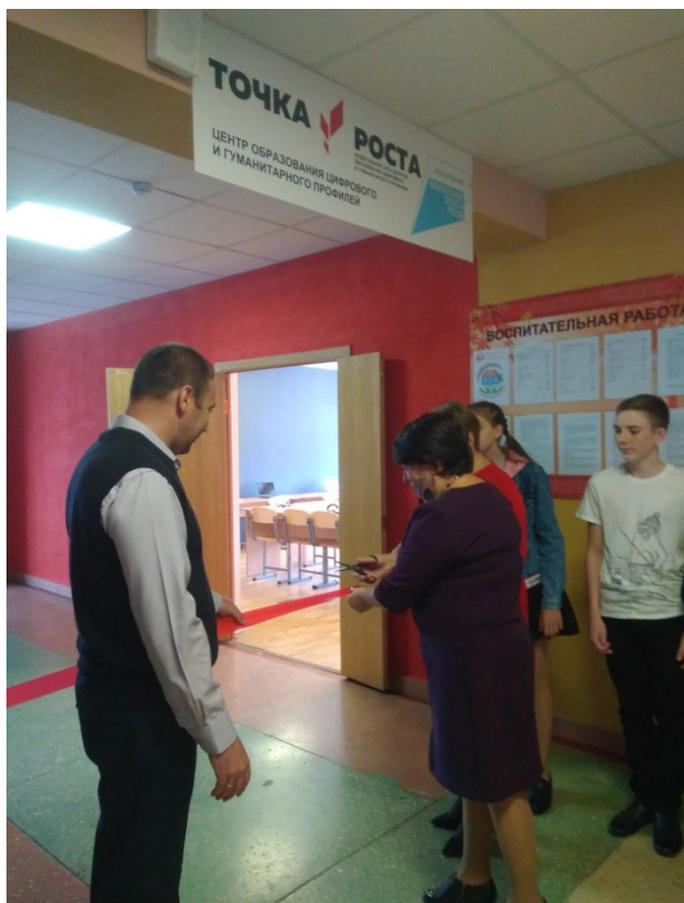
Одним из главных направлений деятельности стало освоение дополнительных общеобразовательных программ в формате проектной деятельности. Центры также дают ребятам возможность приобрести навыки работы в команде, подготовиться к участию в различных конкурсах.

Для работы в Центрах педагоги школ прошли обучение на платформе Цифрового образования «Элемент» по курсу "Гибкие компетенции проектной деятельности" от ФГАОУ «Фонд новых форм развития качества образования».

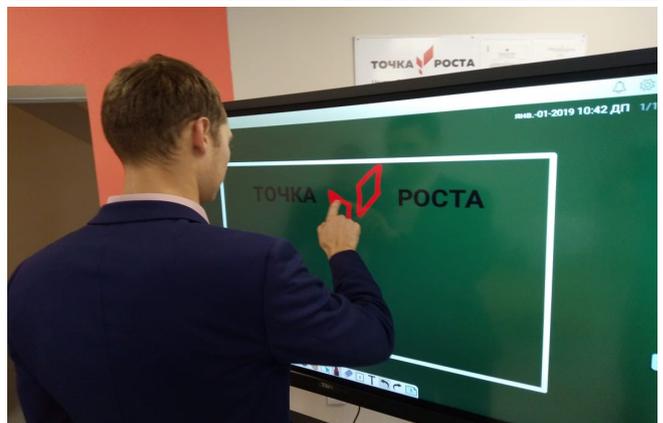
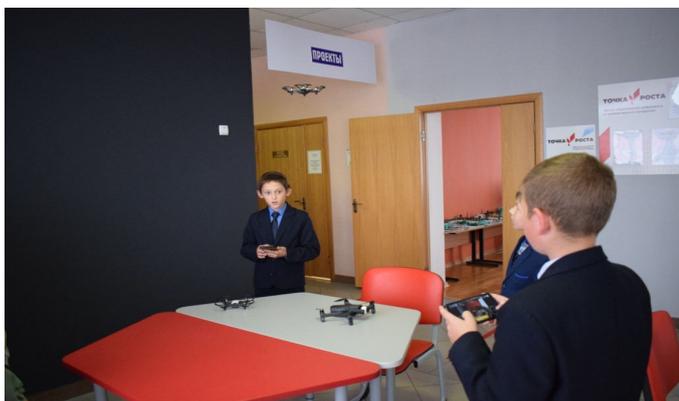
Инфраструктура Центров будет использоваться и как общественное пространство для развития цифровой грамотности, шахматного образования, проектной деятельности, творческой, социальной самореализации детей, педагогов, родительской общественности.

Центры гуманитарного и цифрового профилей «Точка роста» оснащены современным высокотехнологичным оборудованием и программным обеспечением: компьютерами, 3D-принтерами, квадрокоптерами, шлемами виртуальной реальности, роботами-конструкторами «ЛЕГО», тренажерами-манекенами, шахматами.

Желаем творческих успехов педагогам и учащимся!



Всероссийский Марафон открытых Центров образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста»



«Педагогическая лаборатория»



МДОУ детский сад «Непоседа» п. Вейделевка является ресурсной площадкой по реализации проекта «Формирование детствосберегающего пространства дошкольного образования («Дети в приоритете»)). В ходе реализации данного проекта ведется работа по направлению «Обновление содержания образования детей раннего возраста». В связи с этим возникает необходимость в новых инновационных формах и методах деятельности, которые решают задачи повышения профессиональной компетентности педагогов и родителей. С этой целью нами была разработана концепция педагогической лаборатории по развитию художественно-творческих способностей детей раннего возраста посредством нетрадиционных форм и методов работы, ознакомиться с материалами которой может любой желающий

на сайте МДОУ детского сада «Непоседа» п. Вейделевка.

Педагогическая лаборатория — это оптимальная эффективная и достаточно актуальная форма работы с педагогами и родителями, которая создает дополнительные условия для роста профессионального и творческого потенциала участников образовательного процесса. Целью нашей педагогической лаборатории является разработка теоретико-методологической базы, эмпирических результатов, практических материалов по теме развития художественно-творческих способностей детей раннего возраста посредством нетрадиционных форм и методов работы.

Структурно-содержательная модель педагогической лаборатории включает в себя следующие компоненты:

- «Скорая методическая помощь» (методический блок) - в этом разделе специалисты ДОУ и педагоги могут ознакомиться с различными методическими материалами: описанием нетрадиционных техник творческой деятельности, сценарными планами организованной образовательной деятельности, формами работы с детьми с ОВЗ, проектной работой по данному направлению.

- «Наши руки не для скуки» (практический блок) – данный блок включает в себя: презентации практических занятий, видео-занятия, раздаточный материал для занятий, расписание прямых эфиров занятий с детьми.

- «Шпаргалки для родителей» (блок взаимодействия с родителями)- блок взаимодействия с родителями, включающий: консультации, буклеты, мастер-классы, сценарные планы заседаний арт-студии «Акварелька», используя обратную связь с педагогами родители делятся впечатлениями и задают интересующие их вопросы по развитию художественно-творческих способностей детей.

- «Выставочный зал» (блок демонстрации результатов) - демонстрирует достижения и успехи, через демонстрацию творческих работ, фотоотчетов творческих мероприятий.

Данные блоки постоянно пополняются новыми, современными, актуальными, разноплановыми материалами, удовлетворяющими потребности потребителей и формирующиеся на основании их запросов.

Хотя мы находимся на начальной стадии создания педагогической лаборатории, но уже можем отметить первые результаты по сплочению педагогического коллектива и родительской общественности по средством совместной деятельности.



Воспитатель: Степанова И.С.
Педагог-психолог: Безземельная Н.А.

Проект «Дети в приоритете»

На основе национального проекта «Образование» и в соответствии с поручением губернатора Белгородской области Евгения Савченко в регионе принята Стратегия развития сферы образования области «Доброжелательная школа». Ключевыми проектами, направленными на обновление содержания дошкольного образования в рамках этой стратегии, является проект «Дети в приоритете». Проект «Дети в приоритете» по формированию модели детстваберегающего пространства реализуется всеми дошкольными учреждениями района. Ресурсными площадками являются 2 детских сада: детский сад «Непоседа» п. Вейделевка и «Центр развития ребенка- детский сад «Радуга».

В ходе реализации проекта в детском саду «Непоседа» в июле 2020 года прошёл муниципальный этап регионального фестиваля детской игры «4Д: дети, движение, дружба, двор». Фестиваль детской игры проходил в форме работы свободных игровых площадок и творческих мастерских. На протяжении всего мероприятия дети самостоятельно выбирали игровые зоны по интересам. В конце фестиваля дети были награждены – медалями участников «ИГРЫ 4Д». Чтобы улучшить психологический микроклимат в педагогическом и детском коллективах, педагоги района в рамках проекта разработали и внедрили в свою повседневную деятельность «Кодекс дружеского общения».

Также в ходе проекта в практику работы наших педагогов внедряются технологии развития эмоционального интеллекта детей, «Доброжелательные технологии» и групповые традиции («Рефлексивный круг», «Клубный час», «Утро радостных встреч», «Академия Монсиков»). Безусловно, проводится большая работа и по созданию «доброжелательного» пространства для обеспечения эмоционального комфорта детей (уголки уюта, уголки уединения, релаксационные зоны) и реализации ребёнком свободного выбора своей деятельности. Внедрение технологии «виртуального участия ребенка в детском саду» в ДОУ района позволило часто отсутствующим детям оставаться включенными в образовательный процесс, через дистанционное общение с педагогами и специалистами по средствам: Skype, Microsoft Teams, Zoom, Вайбер, использованием различных методических боксов «Помогатор»



и т.д. Для демонстрации детских успехов и достижений в родительских уголках оформлены тематические постеры личностных достижений детей - «Дерево успеха», «Радужные звездочки успеха», «Солнышко достижений». В направлении «Привлечение педагогического ресурса семьи и повышение родительской компетентности» дошкольными учреждениями района ведется работа с родителями через онлайн-взаимодействие (посредством современных информационно-коммуникационных технологий) и работа с родителями офлайн, в режиме живого общения (выездные и дистанционные формы, маршруты выходного дня, квест-игры, мастер-классы). В различных социальных сетях созданы и активно пополняются профессиональные страницы учреждения и отдельных педагогов. Внедрив в свою деятельность технологии, предусмотренные проектом «Дети в приоритете», дошкольные учреждения района реализовали главные задачи: привлечение педагогического ресурса семьи, активизации и развития творческой активности ребенка, самостоятельности в выборе способов действий в различных ситуациях.

Методист отдела мониторинга МУ «МЦОКО»
Стулова Г.Н.

Мини-музеи в чемодане



В начале ноября месяца в детском саду «Радуга» был реализован проект «Мини-музей в чемодане», в котором приняли самое активное участие воспитанники и их родители. Музейная среда в настоящее время становится площадкой для развития, воспитания и обучения ребенка. Важным направлением деятельности музея сегодня становится его образовательная деятельность. Формат «Музея в чемодане» – яркое и эффективное направление. Благодаря своей мобильности такой музей очень удобен для ведения музейной просветительской деятельности в любых образовательных учреждениях, доступен детям любого возраста. Мобильная музейная экспозиция дает возможность детям рассматривать экспонаты, ощупывать их. Идея заключается в умении быстро развернуть мобильную выставку, в которой можно манипулировать музейными предметами.



В старшей группе «Пчелка» появился музей в чемодане под названием «Мир динозавров». Первоначально в группе была небольшая коллекция динозавров, но дети приносили из дома своих динозавров разных видов и размеров для игр. В группе часто стали звучать вопросы: «Когда жили динозавры, а почему они не живут сейчас?» «Почему они вымерли?», «Что же такое произошло, что они исчезли?» Так появилась идея создания мини-музея динозавров. Силами педагогов и родителей группы «Пчелка» были собраны экспонаты для нашего музея: разные виды динозавров, макет территории, камни, деревья. Родители с удовольствием откликнулись на идею создания музея. В ходе проведенных мероприятий дети приобрели знания об эпохе динозавров, расширили представление о видах динозавров. Нашли ответ на вопрос «Куда исчезли динозавры?». Также

приобрели опыт совместной работы и реализации своих творческих потенциалов. Научились рисовать, лепить динозавриков. Расширили кругозор, познакомились с историей развития жизни на земле. Побывали в роли исследователей, юных палеонтологов и археологов.

В группе «Золотой ключик» совместными усилиями воспитателей, родителей и детей был организован Мини-музей «На дне моря». Здесь представлены различные экспонаты: морские ракушки, камни, фигурки рыб, акул, осьминогов.

Данный музей способствует ознакомлению детей с обитателями морей, их средой обитания, обогащает знания детей о подводном мире; расширяет словарный запас детей; воспитывает добрые чувства, любознательность, любопытство.

Идея создания музея часов в группе «Ягодка» возникла в результате проведения проекта «Удивительный предметный мир».

Вниманию воспитанников была представлена презентация «История возникновения часов».

Дошкольники познакомились с разными видами часов: настенные, ручные, настольные, песочные. Научились определять время.

В настоящее время Мини-музеи постоянно пополняются новыми экспонатами и являются одним из источников приобщения детей к сокровищам истории, культуры, искусства.

Педагоги МДОУ ЦРР-детский сад «Радуга»

Финал областного смотра-конкурса музеев образовательных организаций в режиме видеоконференции



18 ноября в режиме видеоконференции состоялся финал областного смотра-конкурса музеев образовательных организаций Белгородской области, в котором приняли участие 10 музеев, прошедших заочный этап. Наш район представлял школьный музей МОУ «Малакеевская СОШ» (руководитель Тимченко Елена Григорьевна). Для участия в конкурсе актив музея с руководителем оформили мини-выставку «У войны не женское лицо», посвященную юбилею Великой Победы, на примере которой необходимо было раскрыть все направления работы музея: поисково-собираТЕЛЬскую, исследовательскую, экспозиционно-выставочную и образовательную. По итогам двух туров музей единогласно признан победителем! Отраднo то, что школьные музеи Вейделевского района уже третий год подряд становятся победителями данного конкурса. Поздравляем коллектив Малакеевской школы, активистов музея и его руководителя Тимченко Елену Григорьевну с заслуженной победой и желаем ещё больших успехов!

Всероссийские открытые уроки



ВСЕРОССИЙСКИЙ ПРОЕКТ ОТКРЫТЫЕ УРОКИ

Всероссийские открытые уроки проводятся Минпросвещения России совместно с Институтом изучения детства, семьи и воспитания Российской академии образования в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» нацпроекта «Образование». Первый урок в этом учебном году провел Президент РФ **Владимир Путин**, он был посвящен теме «Помнить – значит знать!».

Открытые уроки— образовательный формат, нацеленный на формирование у старшеклассников навыков профессионального самоопределения.

Открытые уроки проходят в режиме онлайн на официальной странице Министерства просвещения Российской Федерации в социальной сети «ВКонтакте» в интерактивном формате посредством дискуссий и игровых практик от ведущих индустриальных экспертов и бизнес-лидеров.

Проведение в 2020 году открытых онлайн-уроков, реализуемых с учетом опыта цикла открытых уроков «ПроеКТория», направлены на раннюю профориентацию.

Что нужно знать о гриппе? И как защитить себя от гриппа?

Наступает холодное время года — время традиционного роста заболеваемости ОРЗ и ГРИППОМ.

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О ГРИППЕ?

С наступлением холодного времени года резко возрастает число острых респираторных вирусных инфекций (ОРВИ) и гриппа.

ГРИПП — это высококонтагиозная вирусная инфекция, распространенная повсеместно. Характерные клинические проявления гриппа: внезапное острое начало заболевания, сопровождающееся резким повышением температуры тела (выше 38°C), ознобом, головной болью, болью в мышцах, общей слабостью, кашлем. Болезнь может протекать легко, однако могут наблюдаться тяжелые формы течения, вплоть до смертельных исходов.

Возбудители ГРИППА — вирусы типов А и В, которые отличаются агрессивностью, исключительно высокой скоростью размножения. За считанные часы после заражения вирус гриппа приводит к глубоким поражениям слизистой оболочки дыхательных путей, открывая возможности для проникновения в нее бактерий. Это объясняет большее число бак-

териальных осложнений, возникающих при гриппе. Также важной особенностью вирусов гриппа является их способность видоизменяться; практически ежегодно появляются все новые варианты вирусов.

ЧЕМ ОПАСЕН ГРИПП?

ГРИПП крайне опасен своими осложнениями:

- легочные осложнения (пневмония, бронхит). Именно пневмония является причиной большинства смертельных исходов от гриппа;
- осложнения со стороны верхних дыхательных путей и ЛОР-органов (отит, синусит, ринит, трахеит);
- осложнения со стороны сердечно-сосудистой системы (миокардит, перикардит);
- осложнения со стороны нервной системы (менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгии, полирадикулоневриты).

ГРИПП часто сопровождается обострением имеющихся хронических заболеваний.

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ГРИППА?

Основной мерой специфической профилактики ГРИППА является вакцинация. Она осу-

ществляется эффективными противогриппозными вакцинами, содержащими актуальные штаммы вирусов гриппа, рекомендованные Всемирной организацией здравоохранения на предстоящий эпидсезон.

Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно показана контингентам из групп риска: детям начиная с 6 месяцев, людям преклонного возраста, страдающим хроническими заболеваниями, медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания и транспорта. Вакцинация проводится не позднее, чем за 2-3 недели до начала эпидемического подъема заболеваемости.

В период эпидемического подъема заболеваемости рекомендуется принимать меры неспецифической профилактики:

- избегать контактов с лицами, имеющими признаки заболевания;
- сократить время пребывания в местах массового скопления людей и в общественном транспорте;
- носить медицинскую маску (марлевую повязку);



Защитники организма от гриппа и простуды



Рекомендации по Covid-19



РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЬИЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ В ШКОЛЕ:

10 ШАГОВ К ЗДОРОВЬЮ ШКОЛЬНИКА

1 ПЕРЕД ВЫХОДОМ В ШКОЛУ ПРОВЕРЬ В ПОРТФЕЛЕ НАЛИЧИЕ АНТИСЕПТИЧЕСКИХ САЛФЕТОК

Антисептические салфетки используй для обработки рук по приходу в школу, а также по мере необходимости (после того как высморгал нос, покашлял или чихнул). Протирай антисептической салфеткой рабочее место перед началом уроков, если пользуешься компьютерной техникой, протирай мышку и клавиатуру.

2 ОБРАТИ ОСОБОЕ ВНИМАНИЕ НА ПОДБОР ОДЕЖДЫ

Помни про значимость комфортного теплоощущения, не перегревайся и не переохлаждайся. В школе надевай сменную обувь.

3 ЕЖЕДНЕВНО ИЗМЕРЯЙ ТЕМПЕРАТУРУ ТЕЛА

При входе в школу проходи через специально оборудованный фильтр, тебе измерят температуру тела. Не волнуйся при измерении температуры. Температуру измеряют взрослые с помощью бесконтактного термометра.

Если температура будет выше 37,0°C, тебе окажут медицинскую помощь.

4 ЗАНИМАЙСЯ В ОДНОМ КАБИНЕТЕ, ЗАКРЕПЛЕННЫМ ЗА КЛАССОМ

Помни, что в период пандемии все занятия, за исключением физики, химии, трудового обучения, физической культуры, иностранного языка и информатики, проходят в специально закрепленном за каждым классом кабинете, это одна из значимых мер профилактики – не забывай об этом.

5 ЧТО ДЕЛАТЬ НА ПЕРЕМЕНАХ?

На переменах выполни упражнения на расслабление мышц спины и шеи, гимнастику для глаз.

Выходи из класса организованно для похода в столовую (в регламентированное для питания класса время) и перехода в специальные кабинеты (физика, химия, трудовое обучение, физическая культура и иностранный язык), неорганизованно – в туалет, медицинский кабинет.

6 УЧИСЬ ПРАВИЛЬНО ПРИКРЫВАТЬ НОС ПРИ ЧИХАНИИ

При чихании, кашле прикрывай нос и рот одноразовыми салфетками или локтевым сгибом руки. Береги здоровье окружающих людей.

7 РЕГУЛЯРНО ПРОВЕТРИВАЙ ПОМЕЩЕНИЯ

Организуй в классе сквозное проветривание во время отсутствия детей в кабинете – на переменах, предназначенных для организованного питания, а также во время уроков, которые проходят в иных кабинетах и помещениях (физика, химия, трудовое обучение, физическая культура и иностранный язык). Помни, что недостаток кислорода во вдыхаемом воздухе ухудшает самочувствие и снижает устойчивость организма к вирусам и бактериям.

8 НЕ ЗАБЫВАЙ ДЕЛАТЬ ФИЗИКУЛЬМИНУТКИ ВО ВРЕМЯ УРОКА

Делай физкультминутки - на 25-30 минуте урока разминай мышцы рук, плечевого пояса, туловища, делай упражнения на дыхание,

гимнастику для глаз, улыбайся друг другу. Это поможет тебе чувствовать себя лучше, поднимет настроение, сохранит высокую работоспособность, а значит и успешность в освоении знаний.

9 ПИТАЙСЯ ПРАВИЛЬНО

Помни, что горючее и здоровое питание в школе – залог хорошего самочувствия, гармоничного роста и развития, стойкого иммунитета и отличного настроения. Перед едой не забывай мыть руки. Съедай все, не оставляй в тарелке столь нужные для организма витамины и микроэлементы.

10 ПРАВИЛЬНО И РЕГУЛЯРНО МОЙ РУКИ

Руки мыль и мой под теплой проточной водой - ладони, пальцы, межпальцевые промежутки, тыльные поверхности кистей. Ополаскивай руки. Суммарно время мытья рук должно составлять не менее 30 секунд. Руки мой после каждого посещения туалета, перед и после еды, после занятий физкультурой.



Подробнее на www.rosпотребнадзор.ru

СТОП COVID-19

КОГДА И ЗАЧЕМ НОСИТЬ МАСКИ?

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЬИЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

