

ГИМНАЗИЧЕСКИЙ ЭКСПРЕСС

№ 3 (101) , ноябрь, 2021 г.

Издаётся с августа 2010 года. Выходит 1 раз в месяц.



Учащиеся 7а класса совместно с классным руководителем Мариной Александровной и руководителем по военно-патриотическому воспитанию Виталием Леонидовичем посетили старинный белорусский город Туров. Поездка была очень интересной и познавательной

Туров - город в Республике Беларусь, чья многовековая история знала как взлеты, так и падения, он прошел период своего расцвета, был центром Туровского княжества.

Ребята увлеченно слушали экскурсовода, поднялись на Замковую гору, где в былые времена располагался княжеский дворец и каменный Борисоглебский собор. От этого былого великолепия теперь

остались только летописные воспоминания и археологические находки. Учащиеся увидели фундамент храма, который был на этом месте много столетий тому назад, миниатюрную реконструкцию древнего Турова под стеклом, а также памятник Кириллу Туровскому, установленный на вершине Замковой горы.

Ребята посетили Борисоглебское кладбище, на котором находятся чудотворные растущие каменные кресты. Экскурсовод рассказал много интересных легенд об этом месте.

От поездки у всех остались только приятные впечатления. Нельзя даже и подумать, что у нас можно найти столько интересных и святых мест.

Сегодня агрогородок Лясковичи - это центр экологического туризма, который находится на территории национального парка "Припятский". Нетронутая природа и водные просторы поймы реки Припять—их по праву можно считать национальным достоянием. Поэтому 6 ноября в рамках шестого школьного дня, учащиеся Лельчицкой районной гимназии решили посетить музей под открытым небом, чтобы прикоснуться к миру дикой природы, узнать об особенностях быта наших предков. Кроме того учащиеся посетили Музей Природы, который считается крупнейшим музеем подобного рода в Республике. Здесь гимназисты познакомились с флорой и фауной региона, с уникальными полесскими ландшафтами и традициями жителей Полесья.



БЕЗОПАСНЫЕ КАНИКУЛЫ

С началом каникул в Лельчицком районном отделе по ЧС стало традицией приглашать к себе в гости детские пришкольные лагеря, цель которых сделать отдых учащихся полезным, увлекательным, а главное безопасным!



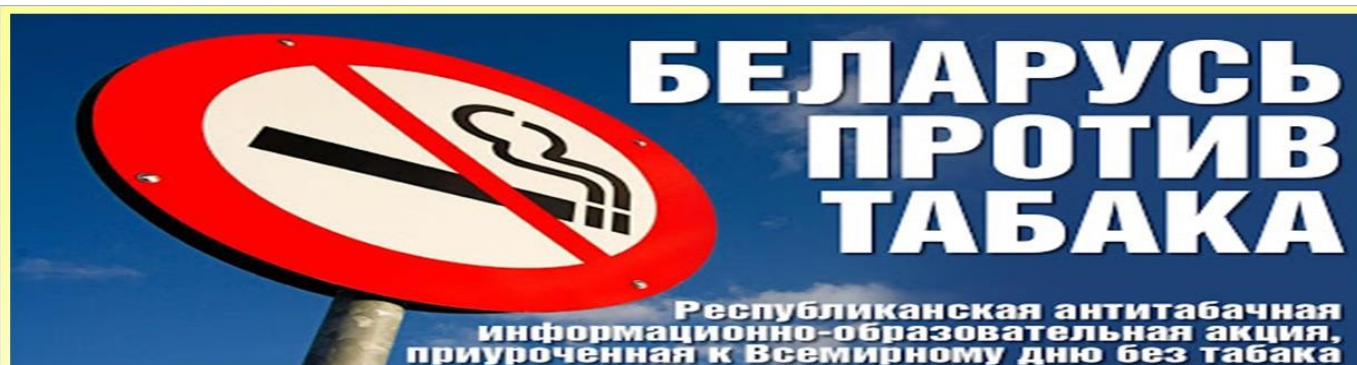
В рамках недели экономии и бережливости в 4"А" классе прошел тематический классный час "Всё об энергосбережении". Ребята познакомились с основными ис-

точниками энергии на земле, узнали, как важно каждому научиться экономить и беречь природные ресурсы.



Правовое просвещение

С 8 по 12 ноября 2021 года
с целью предупреждения детского
дорожно-транспортного травматизма,
в рамках проекта
«Школа правового просвещения»
будет организована встреча учащихся с
председателем Лельчицкой РОС
ДОСААФ Манжосом Константином
Семеновичем и инспектором дорожно-
патрульной службы.



**План мероприятий гимназии
в рамках республиканской информационно-образовательной акции
по профилактике табакокурения как фактора риска
развития онкологических заболеваний
18.11.2021 – 25.11.2021**

№ п/п	Дата	Мероприятие	Участники	Ответственные
1	18.11.2021	Акция «Некурящее поколение: мы за жизнь без табачного дыма»	IX-XI классы	Лисицкая Т.Л., педагог-организатор
3	18.11.2021	Час информирования «18 ноября 2021 года – Международный день отказа от курения»	I-XI классы	Классные руководители I-XI классов
4	18.11.2021-25.11.2021	Тематические классные часы по профилактике табакокурения: - «Школа здоровья «О вреде курения».	I-IV классы	Классные руководители I-XI классов
		- «Еще раз про... курение. Вредные привычки: как с ними бороться».	V-VIII классы	
		- «Мифы и реальность о курении».	IX-XI кл.	
5	23.11.2021 14.00	Ток-шоу «Минздрав предупреждает...» (по проблемам подростковых зависимостей) с участием врача-психиатра Лельчицкой ЦРБ	VII-IX классы	Дашкевич И.А., ЗДВР Специалисты СППС
7	18.11.2021-25.11.2021	Конкурс на лучший слоган против курения «Кто курит табак, тот сам себе враг»	III классы	Хомутовская Т.Н., библиотекарь
8	18.11.2021-25.11.2021	Спортивные мероприятия под девизом «Курение – вчерашний день! Сегодняшний – здоровье!»		Лин В.Л., руков. по военно-патриотич. воспитанию, учителя физич. культуры и здоровья
9	18.11.2021-25.11.2021	Конкурс «Класс, свободный от курения» (соц. опрос)	V-XI классы	Шишкова И.В., педагог социальный
10	18.11.2021-25.11.2021	Турнир по надуванию воздушных шаров «Подари себе чистые легкие»	I-IV классы	Лисицкая Т.Л., педагог-организатор
11	18.11.2021-25.11.2021	Консультирование «Бросить курить... Как?» (по запросу)	По запросу	Перережко О.И., педагог-психолог

Заместитель директора по воспитательной работе

И.А.Дашкевич

Вейпы, электронные сигареты – все это сегодня становится популярным среди молодежи и даже несовершеннолетних. Правда, мало кто задумывается о том, насколько это вредно. Сторонники электронного курения утверждают: основная задача устройства – заменить обычный табак на его безвредную альтернативу. И все же, хоть и электронная, но – сигарета.

«Употребление курительных смесей, то есть смесей для вейпов является особо опасным для молодежи и подростков. Неприятный запах продуктов горения маскируется различными ароматическими добавками. Однако, это на первый взгляд удачная комбинация курительной смеси, вызывающая зависимость и привыкание содержит ядовитые вещества, включая и никотин, и в своем элементном составе железо стронций и другие тяжелые металлы, тем самым курение вейпа наносит непоправимый вред здоровью курильщика, разрушая нервные клетки, вызывая болезни органов дыхания».

ПОМНИТЕ!!!

Статья 19.9. Курение (потребление) табачных изделий в запрещенных местах
Курение (потребление) табачных изделий, использование **электронных систем курения**, систем для потребления табака в местах, где они в соответствии с законодательными актами запрещены, – *влечет наложение штрафа в размере до 4 базовых величин.*

ЭЛЕКТРОННЫЕ СИГАРЕТЫ

ОПАСНЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ



ВЫЗЫВАЮТ РАК 
Электронные сигареты вызывают никотиновую зависимость и рак

ОПАСНО ДЛЯ ОКРУЖАЮЩИХ 
Пары электронных сигарет опасны для здоровья окружающих

УСИЛИВАЮТ ЗАВИСИМОСТЬ 
Электронные сигареты усиливают зависимость от обычных сигарет

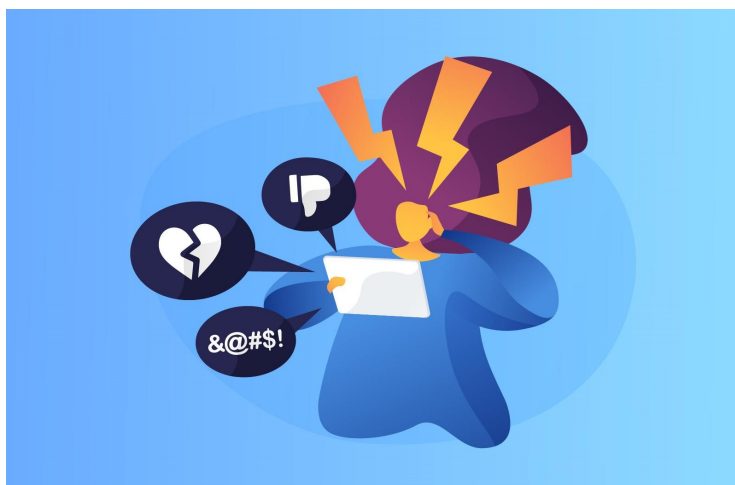
ВРЕД КАК ОТ ОБЫЧНЫХ СИГАРЕТ 
Вред здоровью от электронных сигарет приравнен к вреду от курения обычных сигарет

БЕЗВРЕДНОСТЬ - МИФ 
Миф о безвредности электронных сигарет поддерживается только их производителями

ОСТОРОЖНО! КИБЕРБУЛЛИНГ!

- Подумай, прежде чем что-либо размещать в Интернете: фотографии, видео и др. материалы могут стать общедоступными и быть использованы против вас. Хочешь ли ты, чтобы твое фото, видео о тебе увидели через 10 лет? Помни о своей репутации.
 - Остерегайся сообщать привлекательную для мошенников информацию о своей семье: данные о родителях и близких, сведения о финансах, материальных ценностях, паролях, номерах банковских счетов и т.п.
 - Если ты не будешь делать что-то в реальной жизни, не стоит это делать в онлайне. Когда ты грубишь, сплетничаешь, угрожаешь в Интернете, ты провоцируешь других на такое же поведение. Попробуй оставаться вежливым или просто промолчать. Тебе станет приятнее. Негативные эмоции проговори с близкими тебе людьми или другим безопасным способом, кроме интернета.
 - Помни о том, что не все говорят о себе правду в интернете. Критически относись к информации, распознавай попытки злоупотребления неопытностью и доверчивостью, попытки вовлечения в сомнительную деятельность.
 - Веб-камеру включай только при общении с теми, кого ты хорошо знаешь: нечестные люди могут использовать увиденное в своих целях.
 - Ограничь доступ к своему компьютеру и другим средствами интернет-связи: от твоего имени смогут действовать недоброжелатели.

 - Сообщи родителям о любых угрозах или тревогах, связанных с интернетом.
 - Сохраняй подтверждение ситуаций нападений, травли, агрессивных воздействий в твой адрес.
 - Блокируй агрессоров.
- Никогда не встречайся лично и в одиночку с незнакомцами из сети





**Опасно выходить
на лед в одиночку!**



Внимание!
В таких местах под снегом
могут быть глубокие трещины
и разломы.



Если под вами затрещал лед
и появились трещины не пугайтесь
и не бегите от опасности!
Плавно ложитесь на лед и перека-
тывайтесь в безопасное место!

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ЛЬДУ

ЧТО ДЕЛАТЬ, если провалились под лед



не поддавайтесь
панике



раскиньте руки
и наползайте на
лед грудью



зовите на помощь



забросьте на лед
ногу и откатитесь
от полыньи



старайтесь
не погружаться
в воду с головой



выбравшись из воды,
не спешите вставать
(чтобы не провалиться
снова), ползите к берегу
по своим следам



повернитесь
в сторону, откуда
пришли

ЗАПРЕЩАЕТСЯ



выходить на лед
в периоды его
замерзания
или таяния



проверять
прочность льда
ударом ноги

ВАЖНО!

Не разрешайте выходить
на лед детям



20 НОЯБРЯ 2021 СОСТОЯЛСЯ ТОВАРИЩЕСКИЙ МАТЧ ПО МИНИ-ФУТБОЛУ СРЕДИ СБОРНЫХ КОМАНД ГУО "ЛЕЛЬЧИЦКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА 1" И ГУО "ЛЕЛЬЧИЦКАЯ РАЙОННАЯ ГИМНАЗИЯ", ПРИУРОЧЕННЫЙ К ЕДИНОМУ ДНЮ ЗДОРОВЬЯ "ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ НЕКУРЕНИЯ. ПРОФИЛАКТИКА ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ."

Торжественный старт мероприятию дали тренер по футболу Андрей Владимирович Стасенко, руководители по военно-патриотическому воспитанию Виктор Александрович Гриб (ГУО "Лельчицкая средняя школа 1") и Виталий Леонидович Лин (ГУО "Лельчицкая районная гимназия").

В этих состязаниях каждому юному футболисту, естественно, предстояло проверить свою физическую и техническую готовность, тактическую смекалку, определить, над чем в дальнейшем предстоит еще поработать на тренировках. Безусловно, все это важно для совершенствования спортивного мастерства. И все же смысл соревнований по мини-футболу не только в этом. Каждая игра всегда приносит ее участникам массу ярких впечатлений.

Разве не приятно красиво обвести сопер-

ника и создать голевую ситуацию? А как здорово в смелом броске «укротить» мяч, сильно посланный нападающим в ворота! Но больше всего радости и восторга приносит гол, забитый в сетку ворот противника. И таких впечатляющих моментов в наших состязаниях было немало. И это естественно. Малый футбол, как и его «старший брат», немислим без борьбы и голов, украшающих игру.

В яркой борьбе сильнейшей стала сборная команда ГУО "Лельчицкая районная гимназия".

Завершилась игра церемонией награждения.

Такие товарищеские встречи популяризуют среди школьников здоровый образ жизни, формируют у них волевой характер, учат преодолевать трудности, улучшают физическую подготовку.



ноябрь 2021 года

Издатель ГУО «Лельчицкая районная гимназия»

Адрес: 247841, Гомельская обл., г.п.Лельчицы, ул.Победы, 33; тел.80235653512

Координатор пресс-центра Козаченко И.Г., учитель белорусского языка и литературы

Главный редактор Кондик Елена, 11«Б» класс Ответственный за выпуск Рожкова Анна, 9«Б» класс