



# Студенческий Вестник

октябрь 2012 года

Выпуск №13

## Листья желтые над городом кружатся!

### ВНИМАНИЕ:

- > «Очей очарованье»
- > В редакцию газеты требуются фотокорреспонденты, журналисты и просто активные люди, желающие заявить о себе
- > 16 ноября проводится Международный день студента. По всем вопросам обращаться в оргкомитет мероприятия. (Ответственные: гр. Бух-И-7, кл. руководитель Третьякова Т.В.)

### В ЭТОМ ВЫПУСКЕ:

- Чего ждать осенью? 1
- Интервью:
  - \* Школа безопасно- 2
  - \* Студенческое самоуправление
- НА НЕДЕЛЕ:
  - \* Встреча с сотрудниками полиции 3
  - \* Поездка в Кострому
  - \* Паралимпийские уроки
- СОВЕТЫ:
  - \* Как не заболеть 4
  - под осенним дождем
- Тест
  - о здоровье 4



*Листья желтые над городом кружатся,  
тихим шорохом нам под ноги ложатся.  
И от осени не спрятаться не скрываются...*

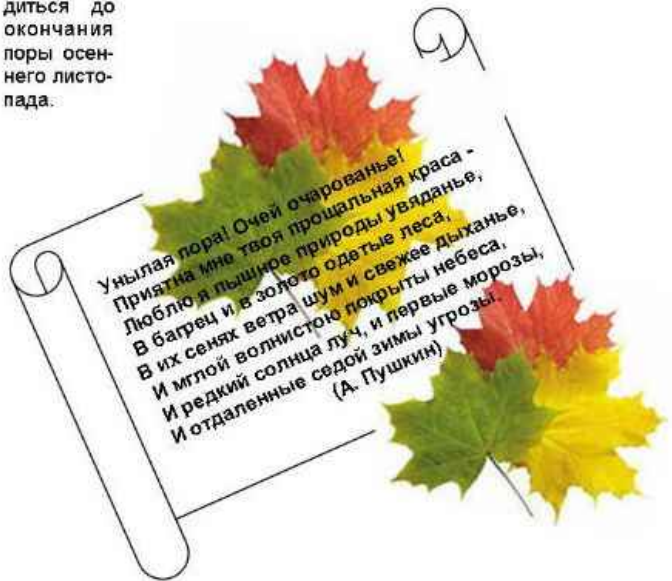
И вновь пришла осень! Внезапно и как-то очень быстро пожелтели листья на деревьях, превратив улицы города в один сплошной шуршащий поток. Город преобразуется на глазах. Еще вчера в парке, в сквере, стоял запах сочной скошенной травы, а под роскошными ветвями, усыпанными зелеными листьями, мы прятались от жары. А сегодня весь парк, газоны устланы желтым ковром, который матушка-природа расстелила повсюду.

Уже стало традицией, что каждой осенью выходят на улицы родного города котовчане. Не остаются в стороне и студенты нашего техникума. Выходят с благой целью - навести порядок во дворе родного техникума перед наступлением зимней стужи, помочь очистить от опавшей осенней листвы газоны и места массового отдыха горожан: сквер Воинской Славы и парк.



Силами студентов продолжается уборка территории от осенней листвы. Почти каждый день все новые и новые силы выходят на борьбу с листопадом. На фотографии видно, как с задором и энтузиазмом очищают техникумовскую территорию. Эта работа будет проводиться до окончания поры осеннего листопада.

Чего ждать осенью?



*Унылая пора! Очей очарованье!  
Приятна мне твоя прощальная краса -  
Люблю я пышное природы увяданье,  
В багряц и в золото одаты леса,  
И мглою волнистую покрыты небеса,  
И редкий солнца луч, и первые морозы,  
И отдаленные седой зимы угрозы.  
(А. Пушкин)*

## Школа безопасности

Безопасность жизнедеятельности – это состояние деятельности, при котором с определенной вероятностью исключаются потенциальные опасности, влияющие на здоровье человека. Безопасность следует принимать как комплексную систему мер по защите человека и среды его обитания от опасностей.

Обеспечение безопасности жизнедеятельности студентов, преподавателей и персонала является одним из определяющих факторов успешного функционирования любого образовательного учреждения.

Проблемы охраны здоровья и жизни студентов, профилактики травматизма и создания безопасных условий труда и учебы находят место в повседневной деятельности администрации техникума.

В КИТ разработана и действует нормативная документация, осуществляется систематический общественно-административный контроль соблюдения работниками и студентами законодательных актов, выполнения санитарно-гигиенических правил с целью предупреждения травматизма и других несчастных случаев. Оказывается методическая помощь классным руководителям, преподавателям, руководителям походов, экскурсий: организованы их инструктажи по вопросам безопасности. Вопросы состояния организации безо-



пасных условий жизнедеятельности регулярно рассматриваются на совещаниях у директора, изучаются на классных часах и собраниях.

Подготовка студентов осуществляется мастерами производственного обучения и преподавателями по видам деятельности: при трудовой и профессиональной подготовке, проведении экскурсий, спортивных, кружковых занятий. Для регистрации инструктажей при проведении внеклассных мероприятий заведен общетехникумовский журнал, в котором классными руководителями в основном отражена работа по обеспечению безопасности студентов. Каждому практическому занятию, внеклассному мероприятию предшествует инструктаж с обязательной регистрацией в журнале установленного образца. По итогам организационных к началу учебного года мероприятий составляются акты-

разрешения на проведение занятий в учебных кабинетах, спортзале и мастерских. В техникуме оформлены уголки безопасности, где размещены производственные инструкции по технике безопасности.

Со всеми поступившими на работу, а также со студентами в начале учебного года проводятся вводные инструктажи по охране труда. Студенты допускаются к самостоятельной работе только после предварительной проверки усвоения правил техники безопасности. Осуществляются меры по поддержанию противопожарного состояния на должном уровне. Разработаны и вывешены на стенах коридоров техника схемы эвакуации, определен и изучен порядок действий в случае возникновения пожара. Кабинеты и коридоры оснащены необходимым минимумом первичных средств пожаротушения. Налажено тесное взаимодействие с командным составом пожарной части г. Котовска. Регулярно проходят тактические учения по эвакуации из всех корпусов техникума и из общежития. Вместе с тем, несмотря на большую работу, проводимую в техникуме по этим вопросам, уровень подготовки некоторых студентов по нормам БЖ остается невысоким. В связи с этим в техникуме разработан ряд мероприятий и рекомендаций преподавателям по конкретной работе со студентами в области безопасности жизнедеятельности.

Титков В.А.,

инженер по технике безопасности

## Студенческое самоуправление

Студенческое самоуправление – добровольное участие студентов в разработке и решении задач, касающихся организации обучения, научной работы, досуга, быта студента. Студенческое самоуправление является составной частью демократического управления техникумом. Каждый год в техникум приходит 6 новых групп, где работа по организации самоуправления начинается с выбора актива группы и распределения обязанностей по комиссиям, работающим в группе. В каждой группе работает 8 комиссий: учебная, трудовая, организации досуга, спортивно-оздоровительной работы, информационная, жилищно-бытовая, научно-технического творчества студентов, историко-патриотической работы. Активно работает студенческое самоуправление и в общежитии.

Студенческий совет - это то место,

где из рядового студента можно сформировать достойного гражданина России с чувством ответственности за судьбу Родины, способного на практике реализовать демократические ценности. В техникуме работает первичная организация Российского Союза молодежи. Это школа воспитания лидерских качеств студентов. В КИТе работают клубы по интересам: «Клуб любителей физики», «ИНФОклуб», «Этюдо», «Собеседник», «Танцующий город», «Кружок любителей английского языка», «Кружок технического творчества», Фотовидео кружок, «Театральная студия», «Туристический клуб», «Музыкальная студия», «Спортивные секции», «Группа здоровья», «Стрелковая секция».



Кроме того, студенческое

самоуправление, это: анализ студенческих проблем; уча-



Полина Родионова –  
председатель Студсовета

стие в решении социально-правовых проблем студенческой молодежи; выражение интересов студентов; разработка и реализация собственных социально-значимых проектов и поддержка студенческих инициатив. В данный момент Студсовет готовится к участию в городской игре «Коридоры власти».

Пальчикова Е.В., зам директора по воспитательной работе.

## Новости КИТ

### Профилактика правонарушений

В рамках реализации «Программы по профилактике безнадзорности, правонарушений и употребления ПАВ» со студентами Котовского индустриального техникума проведен классный час, направленный на профилактику правонарушений среди подрост-



ков. Целями и задачами классного часа были: соблюдение законности, профилактика краж чужого имущества, правила поведения в общественных местах и массовых мероприятиях, правила поведения на улице, ответственность несовершеннолетних за распитие спиртных напитков, употребление наркотиков и психоактивных веществ.

Сотрудник полиции Д. А. Лосев затронул проблему экстремистских действий и группировок среди подростков. Беседа проходила очень живо и с большим вниманием и интересом со стороны ребят.

Инспектор ПДН Е. В. Умрихина рассказывала не только о законах, но и приводила примеры о том, какие последствия наступают за совершенные правонарушения. Беседа получилась не только познавательной, но и очень полезной для студентов и обучающихся. Не оставлена без внимания такая актуальная проблема как безопасность детей на дорогах. Сотрудники ГИБДД отмечают, что значительно возросло число дорожных происшествий с участием

подростков на скутерах. Студентам и обучающимся техникума объяснили, где можно ездить на скутере, какие правила безопасности следует соблюдать. Даны самые общие советы для тех, кто все-таки выезжает на проезжую часть.

### Лучше один раз увидеть

Туристический клуб продолжил свою работу. Группа студентов и сотрудников техникума в очередной раз побывала на маршруте «Золотое кольцо России», который проходит по древним русским городам, хранящим уникальные, особой ценности памятники русской культуры и истории. Первая остановка-Палех, центр лаковой миниатюры. Участники путешествия совершили обзорную экскурсию по историческому центру поселка, осмотрели экспозицию Государственного музея палехского искусства. Из всех городов особый интерес представил Плес - старинный город на Волге, с которым связаны имена многих русских художников, и в первую очередь, И.И.Левитана. Главным туристическим объектом Костромы является стоящий на берегу Волги



Ипатьевский монастырь, основанный в XIII в. На его территории сохранились Троицкий собор, Звонница, палаты Романовых.

Экскурсанты посетили исторический музей, расположенный в монастыре, архитектурный ансамбль Богоявленского монастыря. Торговые ряды.

### Спорт особого назначения

Крепость духа - вот что главное в любом спорте. Даже имея проблемы со слухом, зрением и опорно-двигательной системой, они остаются быстрыми и выносливыми, меткими и сильными. На прошедшей олимпиаде в Лондоне зрители с восторгом наблюдали за Оскаром Писториусом - южноафриканским легкоатлетом-инвалидом. Наш тому ответ - Ольга Комбарова, Валерий Переславцев,



Надежда Полещук и другие ребята, неоднократно добившиеся побед в самых разных видах спорта. Методист «Службы «Доверия» Валерия Анатольевна Фомина и психолог Светлана Владимировна провели для студентов техникума информационный классный час о параолимпийских играх. Рассказали о их возникновении, познакомили с видами спорта, в которых могут участвовать инвалиды. Студентам был показан фильм о жительнице г. Котовска, выпускнице техникума Надежде Полищук. 10 лет назад, сразу после аварии и страшного приговора врачей, молодой девушке вовсе не хотелось жить. Спасибо волонтерам и друзьям из Ассоциации молодых инвалидов «Аппарель». Спустя пару лет Надежда стала показывать высокие результаты в скоростных заездах на колясках и увлеклась новым направлением - спортивными танцами на колясках. Она участница многих Всероссийских соревнований.

## Как не заболеть под осенним дождем

Хотя осень и зовётся «очей очарованней», межсезонье требует особого внимания к собственному здоровью. Ведь согласитесь, есть разница между тем, что бы лечиться, и тем чтобы оставаться здоровым. И если вы не хотите болеть, то эта статья для вас. Если вы хотите оставаться здоровым, то приведу несколько полезных советов о том, как это можно сделать.

### Всегда мойте руки

Большинство вирусов гриппа и простуды передаются прямым контактом. Инфицированный вирусом гриппа человек чихает на руку, а затем прикасаются к трубке телефона, клавиатуре и т.д. Если нет возможности вымыть руки, то протирайте их влажными салфетками на спирту.



### Пейте много жидкости.

Жидкость омывает ваш организм, выводит токсины. Здоровый взрослый человек должен выпивать в сутки около 2 литра жидкости.

### Дышите свежим воздухом.

Регулярное проветривание помещения является очень важным, ведь при центральном отоплении слизистые оболочки становятся более сухими, а вследствие этого организм более уязвим для вирусов простуды и гриппа.

Употребляйте богатую витаминами пищу.

## Туберкулёз—это коварная болезнь

**ТУБЕРКУЛЁЗ** – инфекционное заболевание, которое может поражать любой орган, но чаще поражает лёгкие, вызывая лёгочный туберкулёз. Источником туберкулёза являются только больные люди и животные. Распространяется туберкулёз от больного человека к здоровому воздушно-капельным путём при тесном контакте: разговоре, кашле, чихании.

Лечение туберкулёза – долгий процесс. Начатое лечение нельзя самостоятельно прерывать, иначе это может привести к развитию устойчивой к антибиотикам форме заболевания, которую очень сложно, а порою даже невозможно, излечить.

### Признаки инфекции и заболевания туберкулёзом.

Сама по себе инфекция никак не проявляется. Бактерии находятся в пассивном, «спящем» состоянии. Когда инфекция переходит в активную форму болезни, бактерии «просыпаются» и начинают усиленно размножаться. При этом у больного появляются следующие симптомы:

длительный кашель, кровохарканье, боли в груди, общее недомогание, слабость, повышение температуры тела, ночная потливость, снижение веса

**Помните!** Больной человек становится переносчиком болезни и представляет опасность для окружающих.

### Как следует лечиться от туберкулёза.

Туберкулёз излечим, но только при прохождении полного курса лечения специальными противотуберкулёзными препаратами.

Курс лечения длится не менее 6 месяцев, при тяжёлой форме – до 9 месяцев. Как только больной начинает лечиться, вероятность того, что он заразит окружающих, значительно уменьшается.

### При лечении следует неукоснительно выполнять все предписания врача.

### Нельзя самостоятельно прерывать начатое лечение!

Бактерии туберкулёза очень живучи и могут длительное время сохраняться в организме, поэтому, даже если их перестали обнаруживать в отделяемой мокроте, а самочувствие больного значительно улучшилось, болезнь ещё не излечена.

**Если больной прерывает лечение, туберкулёз вспыхивает вновь, но с большей силой. При этом бактерии могут приобрести устойчивость к противотуберкулёзным препаратам, развиваясь лекарственно-устойчивый туберкулёз, полностью излечить который трудно.**



Употребляйте в пищу как можно больше темно-зеленых, красных и желтых овощей и фруктов. Раскрасьте свою жизнь осенью этими красками!

### Ешьте йогурт.

Исследователи считают, что полезные бактерии йогурта могут стимулировать выработку иммунной системой веществ, которые побеждают болезнь. Это ещё и очень вкусно!

Ещё один очень важный совет: никогда не впадать в панику если рядом с вами кто-то чихнул или кашлянул. Психологической настрой играет главную роль: если вы думали, что сейчас заболеете, то обязательно так и случится. Поэтому думайте о том, что ваш сильный и здоровый организм ни за что не поддастся болезням – тогда все инфекции обойдут вас стороной! Берегите себя и оставайтесь здоровыми!

Ваша А. Д.

## Определение состояния своего здоровья.

(шуточный тест)

В современном мире людей больше волнует финансовый достаток, наличие дорогих вещей, компьютеры и машины. А ведь здоровье – это самое дорогое, чем обладает человек. Существует множество методик определения состояния своего здоровья. Вот одна из простых.

### Вопросы:

- \*Зарядка – это источник бодрости и здоровья.
  - \*Жвачка сохраняет зубы.
  - \*Кактусы снимают излучение от компьютера.
  - \*От курения ежегодно погибает более 10 тысяч человек.
  - \*Бананы поднимают настроение.
  - \*Морковь замедляет процесс старения организма.
  - \*Есть безвредные наркотики.
  - \*Отказаться от курения легко.
  - \*Молоко полезнее йогурта.
  - \*Взрослые чаще, чем дети, ломают ногти на руках.
  - \*Недостаток солнца вызывает депрессию.
  - \*Летом можно запастись витаминами на целый год.
  - \*Ежедневно надо выпивать два стакана молока.
  - \*Детям до 15 лет нельзя заниматься тяжелой атлетикой.
  - \*Ребенку достаточно спать ночью 8 часов.
- Результаты: Если вы ответили 8 раз ДА – отличный результат. Остальные, не набравшие нужное количество правильных ответов не расстраивайтесь, у вас все впереди.

ГАЗЕТА ДЛЯ СТУДЕНТОВ  
И ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ

Редакция Библиотека КИТ, тел. 4-25-28

Вулвул подготовили: Мамонтова Т.Н.,

Шербакова Н., Назарова М.М.