

БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА



<http://raigorod.volgogradschool.ru>

**ВЫПУСК 3 (15)
2021-2022 уч.год**

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«РАЙГОРОДСКАЯ средняя школа»
Светлоярского муниципального района Волгоградской области

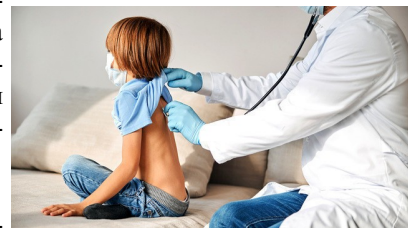
Защити своего ребенка

18 января состоялось общешкольное родительское собрание 6-11 классов по вопросу вакцинации коронавирусной инфекции Covid. Мед работник Райгородского ФАПА Устинова Н.С. провела профилактическую беседу с родителями обучающихся по теме: «Вакцинация от Covid». Во время беседы были разъяснены: основные понятия о вакцинации, порядок, общие требования к вакцинации, показания и противопоказания, условия проведения вакцинации. Встреча проходила с соблюдением всех санитарных норм и правил, связанных с профилактикой распространения коронавирусной инфекции.



Спутник М (Sputnik M) — первая детская вакцина от коронавируса в России. Вакцина Спутник М создана на платформе вакцины Гам-Ковид-Вак (Sputnik V). Новая вакцина от коронавируса для детей Спутник М прошла исследования по изучению безопасности и эффективности и прошла государственную регистрацию в соответствии с действующим законодательством.

Sputnik M зарегистрирован Министерством здравоохранения России 24 ноября 2021 года.



В этом выпуске:

Защити своего ребенка 1

Важно знать! 2

Преодолеем экстремизм вместе 3

Безопасность на зимних дорогах 3

О пользе мороженого 4

Шаги к укреплению здоровья 4

ВАЖНО ЗНАТЬ!

Вакцинация детей 12-17 лет от Covid-19

Еще в июне 2021 года Всемирная организация здравоохранения рекомендовала проводить вакцинацию несовершеннолетних. Подросткам делают прививки более чем в 40 странах мира. К такой необходимости пришли в силу разных причин. Дети и подростки являются активными переносчиками инфекции и с появлением новых штаммов коронавируса стали заметно чаще болеть COVID-19.

Минздрав РФ в ноябре зарегистрировал вакцину от коронавируса «Спутник М» для подростков. Ее можно применять для профилактики коронавирусной инфекции у лиц в возрасте от 12 до 17 лет включительно. «Спутник М» полностью повторяет взрослую вакцину «Спутник-V», только дозировка уменьшена в 5 раз.

Приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 6 декабря 2021 года №1122н вакцинация против Ковид-инфекции внесена в Национальный календарь профилактических прививок.

Безопасность

Клинические исследования показали, что у 93,2% обследованных добровольцев образовались антитела, защищающие от заражения коронавирусом, а также длительный Т-клеточный иммунный ответ. При этом неприятные поствакцинальные симптомы были легкими: отмечалась реакция в месте укола - гипертермия, боль, отек, зуд, астения. В редких случаях проявилась: заложенность носа, головная боль и нарушения со стороны ЖКТ.

Преимущества и недостатки

Преимущества вакцинации детей от COVID-19:

- Прививки против нового коронавируса защитят не только детей, но и взрослых, с которыми они контактируют. Это главная особенность вакцинации детей, которая принесет пользу не только детям, но и их близким. Особенно это касается семей, где с детьми часто контактируют бабушки и дедушки;
- Вакцинация снижает риск тяжелого течения болезни. Главным образом это касается детей с хроническими заболеваниями и пороками развития. Для таких пациентов риск тяжелого течения COVID-19 несоизмеримо выше, чем вероятность побочных реакций от вакцинации. Поэтому во всех странах, где прививают несовершеннолетних, таким детям настоятельно рекомендуют пройти вакцинацию.

Что касается недостатков, то в данном случае и врачам, и родителям нужно оценивать риски. В медицине положительное решение принимается тогда, когда польза от той или иной манипуляции или препарата существенно превышает вероятный ущерб для здоровья.

Противопоказания

В инструкции к вакцине «Спутник М» указано:

- Гиперчувствительность к какому-либо компоненту вакцины или вакцине, содержащей аналогичные компоненты;
- Тяжелые аллергические реакции в анамнезе;
- Острые инфекционные и неинфекционные заболевания, обострение хронических заболеваний - вакцинацию проводят через 2-4 недели после выздоровления или наступления ремиссии;
- При нетяжелых ОРВИ, острых инфекционных заболеваниях ЖКТ прививку проводят после нормализации температуры;
- Возраст до 12 лет (младшеклассники в испытаниях не участвовали);

Если тяжелая аллергическая реакция развивается после введения первого компонента, вторая прививка не делается.

С осторожностью применяют вакцину при хронических заболеваниях печени и почек, выраженных нарушениях функции щитовидной железы и сахарном диабете в стадии декомпенсации, тяжелых заболеваниях системы кровообращения, эпилепсии и других заболеваниях ЦНС, остром коронарном синдроме и остром нарушении мозгового кровообращения, миокардитах, эндокардитах, перикардитах.

Коллективное научное мнение таково, что вакцинация подростков может усилить иммунную прослойку. Если часть населения, в данном случае подростки, будет привита, они сами не будут тяжело болеть и не будут значимыми источниками инфекции. Вирусу будет тяжелее распространяться в популяции и ход вспышек инфекции замедлится, уменьшится вероятность мутаций. Что касается постковидных проявлений, то их отмечают у 7-8% всех переболевших детей.



Преодолеем экстремизм вместе

Ежегодно в нашей школе проводится профилактическая работа среди учащихся по разъяснению норм законодательства в сфере противодействия экстремизму и терроризму и ответственности за их нарушение». 14.01.2022 в 1-11-х классах проведены беседы на тему «Что такое терроризм». Были затронуты темы, касающиеся новых рисков и факторов безопасности практического опыта профилактики и преодоления экстремизма, терроризма. Все классные руководители в своих выступлениях опирались на презентации, показывая наглядно и объясняя детям в доступной форме о том, что представляет собой понятие - «Терроризм».



Безопасность на зимних дорогах



С 17 по 21 января учащиеся 1-4 классов МКОУ «Райгородская школа» приняли участие в выставке «Зима прекрасна, когда безопасна». Целью которой являлось ещё раз напомнить детям о безопасном поведении на улицах в зимний период.

Правила дорожного движения нужно соблюдать неукоснительно в любое время года, но зимой есть некоторые особенности, летом не столь заметные.

Например, снегопад – это не только снеговики, горки и снежки, но и большие проблемы для всех участников дорожного движения!

В снегопад ухудшается видимость. В это появляются заносы, ограничивается и затрудняется движение пешеходов и транспорта. Снег залепляет глаза пешеходам и мешает обзору дороги. Для водителя видимость на дороге тоже ухудшается. Снег налипаёт

Основные 10 правил для пешеходов:

- Правило 1.** Рекомендуется всем пешеходам одеваться в одежду ярких цветов и обязательно носить световозвращатели.
- Правило 2.** Переходить дорогу нужно только по пешеходному переходу и только на зелёный сигнал светофора. В теплой зимней одежде двигаться сложнее, и, если поскользнёшься, то можно потерять равновесие и упасть.
- Правило 3.** Одежда с капюшоном ухудшает боковой обзор дороги и увеличивает время реакции на оценку дорожной ситуации.
- Правило 4.** Будьте внимательны в местах остановки маршрутных транспортных средств, т.к. плохой обзор из-за сугробов.
- Правило 5.** Обратите внимание на обувь: низкие температуры, гололёд, снегопад, скользкая обувь доставляют затруднение в движении.
- Правило 6.** Детям и взрослым обязательно носить на одежде, рюкзаках, сумках светоотражатели (фликеры), т.к. наблюдается снижение видимости окружающей обстановки во время снегопада, сильных ветров, метелей.
- Правило 7.** В гололедицу появляться перед близко идущим транспортом очень опасно: на скользкой дороге машину остановить трудно. Поэтому будьте особенно осторожны. Не спешите, т. к. можно неожиданно упасть и оказаться под колёсами.
- Правило 8.** В солнечную погоду солнце, как ни странно, тоже помеха. Яркое солнце и белый снег создают эффект бликов, человека как бы «ослепляет». Поэтому нужно быть крайне внимательным.
- Правило 9.** Избегать несанкционированные снежные горки вблизи от проезжей части улиц. Катание на таких горках может привести к ДТП.
- Правило 10.** В оттепель под лужами скрывается лёд. Дорога становится очень скользкой! Поэтому при переходе через проезжую часть лучше подождать, пока не будет проезжающих машин. Ни в коем случае не бежать через проезжую часть, даже на переходе! Переходить только шагом и быть ВНИМАТЕЛЬНЫМ.

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ!!!



О пользе мороженого

В 3 классе в рамках ЗОЖ был проведен мастер-класс «Любимое лакомство». Школьники узнали о пользе мороженого для здоровья человека.

Мороженое - десерт, который легко усваивается человеческим организмом.

Натуральное мороженое содержит витамины и минералы, необходимые для здоровья. Кальций, входящий в состав молочных продуктов, из которых готовится любимое лакомство, является незаменимым строительным материалом, укрепляющим зубы, ногти, волосы, кости. Сочетание кальция и молочного жира в мороженом способствует хорошему усвоению первого, что очень важно для детей, для беременных, для женщин и мужчин любого возраста.

Натуральное мороженое, изготовленное по ГОСТу, из качественных ингредиентов *повышает иммунитет, улучшает обмен веществ, снижает артериальное давление*. Фруктовое мороженое, замороженный лед обеспечивает организм всеми витаминами, входящими в состав фруктов и ягод.

Мороженое — хороший безвредный антидепрессант. Оно вкусное, приятное, изысканное, способствует выработке серотонина, гормона радости. Он улучшает настроение, прогоняет мрачные мысли, настраивает на позитивное восприятие окружающего мира.

Врачи согласны с тем, что холодный десерт укрепляет местный иммунитет горла и гортани, благотворно влияет на печень, благодаря входящему в состав витамину В13.

В последнее время появилось специальное лечебное мороженое. Оно может содержать:

1. *каротин — для улучшения зрения и состояния кожи;*
2. *лактозу — для нормализации работы кишечника, повышения иммунитета;*
3. *ацидофилин — для хорошей работы ЖКТ;*
4. *калий, магний — улучшает работу сердца и сосудов.*

После презентации учащиеся своими руками «изготовили» любимое лакомство.



Шаги к укреплению здоровья

Квест-бойрд "Будь здоров"

Мероприятие направлено на укрепление здоровья и физической подготовленности уч-ся. Ребята разделились на команды, получили маршрут с указанием площадок. Команды перемещались по школе, выполняя тематические, практические и интеллектуальные задания.

