

TERVISENÄDALA KOKKUVÕTE

Lada Fomicheva, huvijuht

14. – 18. Novembril toimus Sillamäe Gümnaasiumis traditsiooniline Tervisenädal. Selle kasuliku ja meeleoluka ürituse eesmärk oli mitmekesistada karmid argipäevad ning suurendada õpilaste teadlikkust tervislikust eluviisist.

Iga päev pakkus midagi uut ja head.

Esmaspäeval, suurel vahetunnil fuajees toimunud kaugushüppe võistluse võitjaks sai Denis Juško (10R)

Teisipäev oli doonoripäev. Sellele väarikale üritusele võisid oma panust – verd - anda kõik vähemalt 18 aastased noored, kellel oli piisav hemoglobiinitase. Alla 18 aastased kasutasid seda päeva oma veregrupi ja hemoglobiinitaseme teada määramiseks.

Lisaks sellele toimusid ka mitmed võistlused, kus õpilased näitasid oma jõudu ja osavust. Käitekõverduse võistluse võitjaks sai Angela Mandel (11A) ja Kirill Titov (12A), hübitsaga hüplemises jäi alistamata Valentin Kordas (12B) ja Polina Troeperstova (11A), sangpommi tõstmise jai esimeseksi Vlad Tverdov (11A)

Kolmapäeval oli vaikusepäev. Igas klassis määrati vastutav õpilane, kelle ülesandeks oli vaikuse mõõtmine erinevate programmide ja vahendite abil nii õppetunni kui ka vahetunni ajal. 12A klassi noored viisid läbi “vaiksete” mänduge seeria, milles olid kõige nutikamad 11A õpilased.

Vaikusepäeva vaiksemaks klassiks krooniti 10R klass. Soovime õnne! Lisaks selgus, et vaikuse tase gümnaasiumi ruumides on normide piirides.

Sel päeval korraldati õpetajate jaoks seminar “Uimastiennetus ja uimastitega seotud juhumine lahendamine koolis”.

Neljapäeval, bioloogia tundides värskendasid paljude klasside õpilased oma teadmisi esmaabi osas.

Reedel said võitjad oma magusad auhinnad!

Täname kõiki kes olid suureks abiks Tervisenädala korraldamisel ja läbiviimises, eelkõige Õpilasesinduse noori.

Ootame teie mõtteid, soove ja ideeid järgmise Tervisenädala läbiviimiseks!

Tervisenädala ürituste ajakava:

14.november

- Võimlemine. Võistkondade kaugushüpe.

15.november

- 11.00 – 13.00 - Doonoripäev. Verd võivad anda noored alates 18. eluaastast. Samuti võib teada saada oma veregruppi ja hemoglobiinitaset.
- Võistlused: Hüppenöör, sangpommi tõstmine, kätekõverdused.

16.november

- Vaikuse päev. Vaikuse mõõtmine klassides.
- Õpetajatele seminar „Uimastiennetus koolis“

17.november

- 10H, 12B, 11/12 kl. – kooli medõe loengud „Esmaabi andmine“

- Töörarjupäev