

СЕВЕРОМОРСКИЕ ВЕСТИ

20 мая
2016 г.

№ 20

s-vesti.ru



Газета выходит
с 1972 года.

ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГОРОДСКАЯ ГАЗЕТА

2 ОТЧЕТ ГЛАВЫ
АДМИНИСТРАЦИИ

8 ТЕТЯ СВЕТА
ПРИЕХАЛА

20 НАГРАДЫ
ЖУРНАЛИСТАМ



К Международному дню семьи североморцы Светлана и Михаил Делевы были награждены благодарственным письмом от Мурманской областной думы. Родители - отличный пример любви и уважения друг к другу для детей Даниила, Екатерины и Ангелины.

Материалы к празднику на стр.20.

Знамя Победы

13 мая в пресс-центре Агентства РИА «Новости» состоялась торжественная церемония передачи делегации ЗАТО г.Североморск самой большой в мире копии Знамени Победы.

Выступая на церемонии, глава ЗАТО г.Североморск сделал презентацию флотской столицы, выразил признательность Организационному комитету Программы «Держава XXI век» и организаторам Всероссийского культурно-патриотического проекта «Знамя Победы 2015-2020» за решение передать копию самого большого в мире Знамени Победы городу Североморску и пообещал быть достойными оказанной чести.

Знамя перевезено на аэродром Аста-

фьево, откуда спецбортом морской авиации Северного флота будет доставлено в Североморск.

Острые вопросы

Прямую линию с начальником ФГКУ «Северрегионжилье» Юрием Будко намерена провести редакция газеты «На страже Заполярья» 25 мая с 15.00 до 17.00.

Юрий Валентинович ответит на вопросы, связанные с предоставлением жилья военнослужащим, проходящим службу по контракту, увольняемым и уволенным в запас, по телефонам: 6-12-15, 6-20-52, 6-20-06. Вопросы также можно задать заранее по телефону информационного отдела редакции 6-21-43 или отправить письмом на адрес редакции (ул.Сгибнева, 9).

Дмитрий АЛЬТОВ.

Поздравляем!

За долгие годы добросовестный труд, профессионализм, компетентность и в связи с 55-летним юбилеем **благодарственным письмом главы ЗАТО город Североморск награжден: Валерий Николаевич Карпеко** – главный врач ГОБУЗ «ЦРБ ЗАТО г.Североморск».

Предварительное голосование

22 мая состоится предварительное голосование по выборам кандидатов в Государственную думу РФ и Мурманскую областную думу от партии «Единая Россия».

Участки для голосования сформированы в СШ №12, 1, 8 и гимназии. О том, на каком участке вы внесены в списки голосующих

в соответствии с пропиской, читайте на стр.3. Время работы участков с 08.00 до 20.00. Не забудьте взять с собой паспорт. Принять участие в голосовании могут и те, кому пока еще не исполнилось 18 лет, но на 18 сентября 2016 года правового совершеннолетия они уже достигнут.

Наталья СТОЛЯРОВА.

26 мая 2016 года ведет прием депутат, член фракции партии «Единая Россия» в Совете депутатов **Каменев Александр Викторович**.

Место приема: Общественная приемная партии «Единая Россия» (ул.Сафонова, 13).

Время приема: с 18.00 до 19.00.
Предварительная запись по телефону: 4-93-26.

Служить буду, как хотел

В общей сложности 1600 новобранцев должны пополнить состав Северного флота за время начавшейся полтора месяца назад весенней призывной кампании. Очередная группа призывников смогла узнать место будущей службы на этой неделе.

47 мурманчан, 12 призывников из Воронежской области и четверо из

Ярославской в выходные прибыли в расположение пункта приема и рас-

пределения военнотружущих в Северноморске. Приехали ребята уже полностью укомплектованными, ведь теперь призывников экипируют на сборных пунктах их городов. Кажется, хоть иди и сразу приступай к выполнению своих обязанностей, но для начала новобранцам предстояло получить рас-

пределение.

В понедельник, с утра пораньше, они направились на приемно-техническую комиссию, где их повторно осмотрели восемь врачей, с каждым призывником были проведены индивидуальные беседы и психологические тесты. Все - чтобы исключить возможность ошибки. И если учесть, какие заболевания сейчас на первом месте среди тех, что выявляются на этапе проведения военно-врачебной комиссии, то цена этой ошибки может быть очень высока.

- Говорить о данных нынешнего призыва еще рано, а вот что касается призыва осеннего, то тогда из Вооруженных сил после прохождения ВВК были уволены 63 человека. Причина данного решения комиссии для большинства из таких призывников - наличие психиатрических расстройств. На втором месте самых распространенных заболеваний новобранцев - язва желудка, - рассказал председатель военно-врачебной комиссии майор медицинской службы Фахраддин Садыхов. - Но при этом важно отметить, что за последние годы количество годных к воинской службе (особенно в плавсостав кораблей и морскую пехоту) возросло почти на треть. В молодежной среде сейчас



Не успел расстаться с шевелюрой вовремя - не беда, но у здешнего парикмахера модель стрижки одна - уставная.

можно вести здоровый образ жизни.

Руслан Бестильный из Мурманска с гордостью поделился, что здоровье ему позволяет не переживать в ходе очередного прохождения медкомиссии:

- Я хотел бы в разведку, в отдельную мотострелковую бригаду Северного флота. У меня папа срочную службу проходил в морской пехоте. Хочется тоже оказаться в элитных войсках. Ну а в процессе службы приму окончательное решение, оставаться на контракт или нет.

А Кирилл Стародубов честно признался, что пошел служить из-за проблем в МГТУ, связанных с лишением государственной аккредитации ряда специальностей:

- Но я в любом случае собирался служить. Сейчас взял академический отпуск. Отслужу - и потом доучусь. Подумаешь, слегка поменял порядок. Главное, мне выдали синюю форму, а это значит - служить буду в войсках, связанных с небом, как и хотел.

Анна ВИХРОВА.
Фото Льва ФЕДОСЕЕВА.



Повторная медкомиссия перед отправлением к месту службы - обязательное требование.

Пять дней молодого бойца

Основы радиационной и химической защиты, тактическая, военно-медицинская и огневая подготовка - не самые обычные для школы дисциплины, но в течение этой рабочей недели более трехсот северноморских десятиклассников изучали именно их.

С понедельника на базе центра связи Северного флота для старшекласников северноморских школ начались занятия по начальной военной подготовке. Эти сборы ежегодно организуют управление образования, северноморский отдел военного комис-

сариата и командование СФ. И именно за пять дней сборов ребята впервые получают возможность увидеть, понять и почувствовать, что такое армейская служба.

Оказывается, в ней много тяжелее, чем может показаться на первый взгляд.

В первый день стало ясно, что даже воинское приветствие и строевой шаг пока оставляют желать лучшего. Впрочем, если бы все было идеально, ребятам ни к чему было бы участвовать в сборах.

Практика показала, что 35 академических часов - по 7 в день - хватает для курса молодого бойца, и ребята по его окончании получают необходимые будущему защитнику Отчества навыки и знания.

Не все из них хотят связать свою жизнь со службой в Вооруженных силах, но и

юноши из семей потомственных военных, и те, кто в дальнейшем собирается заниматься творчеством или наукой, признались, что этот опыт для них полезен. Да и простое мальчишеское любопытство не позволило никому остаться равнодушным к шансу хоть ненадолго окунуться в армейскую жизнь.

- Мы не только даем ребятам возможность понять, что такое воинские будни, но и рассказываем о военных училищах, академиях, институтах, - отметил заместитель начальника центра связи по

работе с личным составом капитан 2 ранга Олег Назаренко. - Я надеюсь, что сборы повлияют на выбор профессии ребят в дальнейшем. Ведь одна из наших задач за эти пять дней - не только закрепить у будущих призывников знания и навыки, приобретенные ими на занятиях по основам безопасности жизнедеятельности, но и дать положительный настрой, чтобы они отправлялись служить с желанием. Нам важно показать ребятам: если современная армия и меняется, то меняется только в лучшую сторону.

За время сборов десятиклассники первым делом ознакомились с техникой безопасности, ну а затем узнавали особенности работы связистов, осваивали азы строевой подготовки, изучали устав, на практике отработывали оказание первой помощи и, конечно же, стреляли.

Сегодня, 20 мая, представители командования флота должны назвать и награждать школьников, добившихся наилучших результатов.

Наталья МОРОЗОВА.
Фото Льва ФЕДОСЕЕВА.



Смелость и отвага важны, но без изучения техники безопасности они принесут немного пользы.



Вальняжную походку ребята оставили за КПП, и даже на экскурсию по воинской части направились строевым шагом.

Сказано – сделано

Шестой год город-герой Мурманск уверенно движется вперед, меняясь на глазах. Главный девиз городской власти: «Сказано - сделано». Всего два слова, сотни добрых дел.



После 25 лет застоя по личной инициативе мэра Мурманска Алексея Веллера началось строительство социального жилья. Ветхие дома уходят в прошлое. Почти 2000 человек получили новые квартиры совершенно бесплатно. Сейчас Мурманск строится кварталами. Детские и спортивные площадки, парковки, благоустроенные дворы. Все для удобства новоселов, которые так долго этого ждали.

Возводится муниципальный 14-этажный жилой комплекс на Кольском проспекте с бассейном и спортивным залом.

Мурманск – единственный город, где муниципалитет оплачивает пятую часть стоимости жилья по программе ипотеки для молодых и многодетных семей.

Всего за время реализации программы новый дом обрели почти 1000 семей, в которых родились более 170 малышей.



Благодаря грамотным управленческим решениям удалось возродить один из символов Мурманска – гостиницу «Арктика». В прошлом остались грустные шутки горожан про «самый большой в мире рекламный баннер». Сегодня «Арктика» - современный отель и деловой и культурный центр.



После реконструкции в кинотеатре «Мурманск» появился самый большой и мультимедийный экраны за полярным кругом. Возродился и кинотеатр «Северное сияние». Теперь это одни из самых современных и технологичных кинокомплексов не только на Северо-Западе, но и в России.

Построены современные, отвечающие всем мировым стандартам торгово-развлекательные комплексы «Форум», «Северное Нагорное», «Мурманск Молл», которые так полюбили и жителям Мурманской области. Открылось 4 ресторана быстрого питания «Макдональдс», причем один из них – «Мак Авто».



Общественный транспорт полностью под контролем города. Автобусы и троллейбусы ходят строго по расписанию.

Все для удобства мурманчан! Закуплены новые троллейбусы и автобусы в зимнем исполнении: с двойными стеклами и теплым полом.

В общественном транспорте действует бесплатный интернет и продуманная система оплаты проезда.

На остановках устанавливают электронные информационные табло – все для комфорта пассажиров.



Мурманск - город чистоты. Так называется программа, которая реализуется по инициативе мэра. Власти навели порядок на улицах и дорогах Мурманска. Строго контролируется работа управляющих компаний. Рейды по проверке деятельности коммунальщиков проводятся регулярно в каждом районе.

В Мурманске создано и успешно работает муниципальное предприятие, которое бесплатно помогает



жильцам отстаивать свои права на качественные коммунальные услуги.

Только в 2015 году руководители управляющих компаний заплатили почти 18 миллионов рублей штрафов, причем из своего кармана. Тот, кто попытался оплатить эти штрафы за счет коммунальных платежей жильцов, понес наказание по всей строгости Уголовного кодекса.

Из мурманских улиц и дворов вывезено на утилизацию около 3000 брошенных машин. Вместо автохлама появляются новые спортивные площадки.

Полсотни спортивных площадок появилось в Мурманске только за три года. Безопасное тартановое покрытие, спортивные снаряды, современные уличные тренажеры, освещение – все это доступно для всех желающих круглый год и совершенно бесплатно.

Новая, но уже полюбившаяся традиция – дворовые спортивные праздники. По инициативе городских властей они проходят по выходным на новых площадках. Рекорды ставят и стар и млад.



Новые скверы, парки, аллеи стали настоящей визитной карточкой Мурманска. Мурманчане вложили немало сил в эту красоту. За 3 года горожане посадили более 25 тысяч деревьев и кустарников, почти 500 тысяч цветов. Акция «Зеленый рекорд» стала всенародной.

Народные инициативы – это и уникальные памятники в новых скверах, и медали новорожденным, и новые памятные даты. А акция «Городские дороги: твое решение» стала частью ежегодного плана ремонта.

Только в прошлом году в Мурманске отремонтировано более 200 тысяч квадратных метров дорожного полотна. Впервые за последние десятилетия в областном центре построена абсолютно новая дорога, соединившая Кольский проспект и проезд Ледакольный.

К 100-летию столицы Кольского края будет окончена реконструкция «ленинградки». Восточная объездная дорога станет современной четырехполосной скоростной и безопасной магистралью с тремя транспортными развязками. Не просто подарок к юбилею, но и оценка федеральным центром перспектив развития Мурманска!

Николай ГЕРАСИМОВ.
Фото Евгения КОЗЛОВА.



По весенним морям

Если весеннее солнце сменили тучки и дождик – не беда! Меня в такую погоду всегда тянет отправиться в плавание... Только я немного подзабыл, как подходящий для путешествия по ручейкам и лужам корабль строить. Давайте вспоминать и учиться вместе.

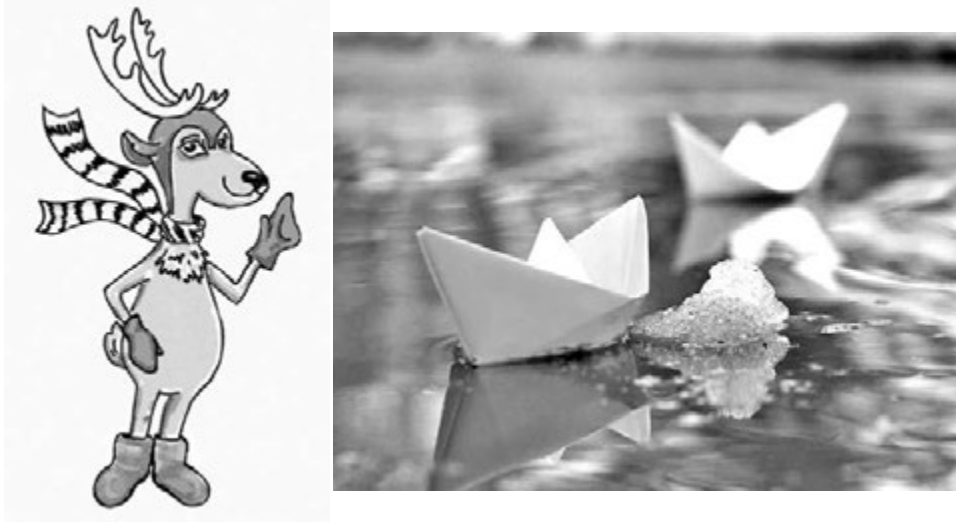
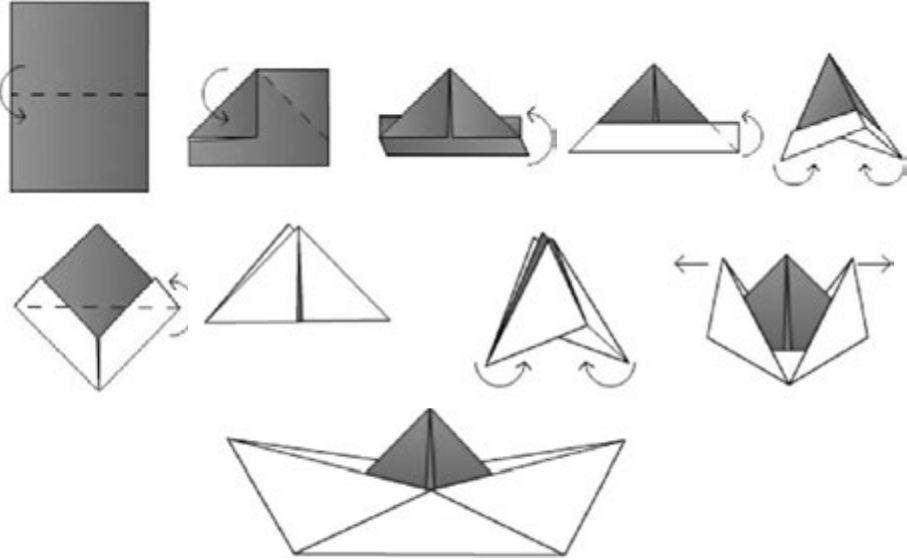


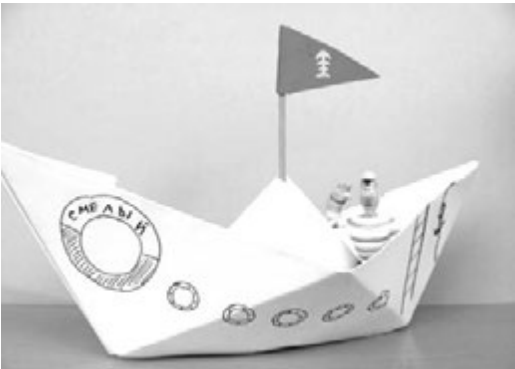
Схема самого популярного бумажного кораблика проста. Выполняем пошагово действия, изображённые на инструкции, – и вот он, наш первый корабль, готов.

Точнее, почти готов: нужно обязательно придумать ему красивое имя. Свой я назову «Смелый». Ещё нужен флаг и, конечно, капитан.



Еще один превосходный материал для весенних корабликов – это пенопласт, который встречается в коробках от бытовых приборов.

Из него можно вырезать корпус и капитанскую рубку, скрепить детали клеем, установить мачту из деревянной шпажки и приладить яркий бумажный парус и флаг. А можно и целую гирлянду из флажков нанизать на нитку и прикрепить к бортам. Кстати, для корпуса корабля вполне может сгодиться пенопластовый или пластиковый поддон из-под продуктов. Из него и плот можно смастерить.



А теперь – в плавание! Только не забудьте потом забрать свой корабль, даже если он размок и стал непригоден для путешествий. Загрязнять весенние моря совершенно ни к чему.

Ваш Лапоша.

Как появились корабли?

Кто построил первый корабль, сказать сложно. Уже с очень древних времён люди сооружали лодки, плоты и другие плавательные средства, связывая вместе отдельные брёвна.

А когда появились всевозможные инструменты, древние люди стали выдалбливать из дерева узкие лодки – пироги и каяки. Их обтягивали звериными шкурами.

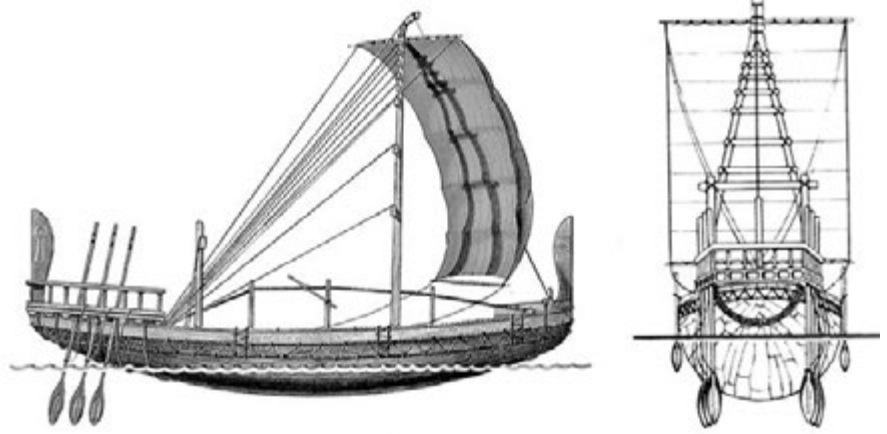
Постепенно размеры плавательных средств увеличивались, и появился водоизмещающий корпус, который и стал основной чертой кораблей. Изначально такие корпуса были небольшими, но уже содержали в себе все элементы современных кораблей.

Вскоре появились первые мореходные корабли. Судостроение было развито в Древнем Египте, в Финикии, Древнем Китае. В историю строительства первых кораблей внесла свой ощутимый вклад каждая из стран Древнего мира. Любопытно, что родиной современного кораблестроения стал Древний Египет – страна, практически лишённая лесов.

В Средние века суда строились в Византии, в государствах Средиземноморья и Северной Евро-



пы, в Древней Руси. Чуть позже суда строили в Португалии и Испании, позднее и в Англии, в Нидерландах, Франции и других странах.



Стихариум

Дима Кашицын – североморский пятиклассник, ученик гимназии №1. Недавно он стал одним из победителей поэтического конкурса «Пера творенья», проходившего в городе Новосибирске. Если вы так же, как Дима, пишете стихи или сочиняете истории – приносите к нам в редакцию, и, возможно, ваши произведения тоже появятся на страницах газеты.

Мой северный город

Мой северный город у моря стоит,
Мой северный город на сопки глядит.
Нас видно всегда, с любой точки земли,
Ведь светят, как звезды, огни-корабли.
Здесь лето прохладным сияет огнём,
А солнышко светит и ночью, и днём.
Брусника, черника и клюква растут,
И чудо-морoshку ты встретишь

Озёра повсюду недвижно стоят,
Зеркальной водою на небо глядят.
В любую погоду, во все времена,
Всегда я хочу возвращаться сюда.
Мы так далеко! На краю! И пускай!
Ведь нет тебя лучше, наш северный край!
Здесь гордость России, здесь
Северный флот,
Здесь наша защита, надёжный оплот!

лишь тут.



Головоломка

Разгадай ребус!



Table with 7 columns: Наименование показателя, Вид, Рес., Цел., Расх., Утверждено, Выполнено. Contains financial data for various departments and programs.

Table with 7 columns: Наименование показателя, Вид, Рес., Цел., Расх., Утверждено, Выполнено. Contains financial data for various departments and programs.

Table with 7 columns: Наименование показателя, Вид, Рес., Цел., Расх., Утверждено, Выполнено. Contains financial data for various departments and programs.

Table with columns: Наименование, Вид, Разд., Цет., Рель, Утверждено, Остаток. It lists various budget items and their financial details.

СОВЕТ ДЕПУТАТОВ ЗАТО город СЕВЕРОМОРСК пятого созыва РЕШЕНИЕ от 17.05.2016г. №111

«О внесении изменений и дополнений в Решение Совета депутатов ЗАТО г.Североморск от 29.12.2015 №48 «О бюджете муниципального образования ЗАТО г.Североморск на 2016 год»

В соответствии с Бюджетным кодексом Российской Федерации, Федеральным законом от 06.10.2003 №131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации» (с последующими изменениями и дополнениями), Законом Российской Федерации от 14.07.1992 №3297-1 «О закрытом административно-территориальном образовании» (с последующими изменениями и дополнениями), Уставом муниципального образования ЗАТО г.Североморск, Решением Совета депутатов муниципального образования ЗАТО г.Североморск от 21.06.2011 №158 «Об утверждении Положения «О бюджетном процессе в муниципальном образовании ЗАТО г.Североморск» (с последующими изменениями и дополнениями),

Совет депутатов РЕШИЛ:

1. Внести в Решение Совета депутатов от 29.12.2015 №48 «О бюджете муниципального образования ЗАТО г.Североморск на 2016 год» сле-

дующие изменения и дополнения:

1.1. Пункт 5 Решения дополнить абзацем следующего содержания: «Установить, что средства в объеме остатков субсидий, предоставленных в 2015 году муниципальным бюджетным и автономным учреждениям на финансовое обеспечение выполнения муниципальных заданий на оказание муниципальных услуг (выполнение работ), образовавшихся в связи с недостижением установленных муниципальных заданий показателей, характеризующих объем муниципальных услуг (объем), подлежат в установленном Администрацией ЗАТО г.Североморск порядке возврату в бюджет ЗАТО г.Североморск.».

1.2. Приложения №8, 9, 10, 11, 12 изложить в новой редакции (прилагать).

2. Решение вступает в силу со дня его опубликования и распространяется на правоотношения, возникающие с 01 января 2016 года.

3. Опубликовать решение в газете «Североморские вести».

А.П.АБРАМОВ, глава ЗАТО Североморск.

Приложение № 6 к Решению Совета депутатов «О бюджете муниципального образования ЗАТО г.Североморск на 2016 год»

Распределение бюджетных ассигнований по разделам, подразделам, целевым статьям (функциональным классам), группам видов расходов (классификация расходов бюджета на 2016 год)

Table with columns: Наименование, Ресурс, Подраздел, Целевая статья, Вид расхода, Сумма, и еще по 3-м столбцам. It details budget allocations across various categories.

Table with columns: Расходы на обеспечение функций органов государственной власти, Вид, Разд., Цет., Рель, Утверждено, Остаток. It lists various budget items and their financial details.

Table with 6 columns: Description of activities, Code, Amount 1, Amount 2, Amount 3, Amount 4. Rows include funding for various educational and cultural programs.

Table with 6 columns: Description of activities, Code, Amount 1, Amount 2, Amount 3, Amount 4. Rows include funding for various educational and cultural programs.

Table with 6 columns: Description of activities, Code, Amount 1, Amount 2, Amount 3, Amount 4. Rows include funding for various educational and cultural programs.

Table with 6 columns: Description of activities, Budget code, Budget amount, etc. Includes rows for 'Выплата стипендий и проезд студентам', 'Предоставление субсидий бюджетным учреждениям', and 'Муниципальная программа 3. Развитие образования'.

Table with 6 columns: Description of activities, Budget code, Budget amount, etc. Includes rows for 'Муниципальная программа 3. Развитие образования', 'Подпрограмма 1. Развитие дошкольного образования', and 'Муниципальная программа 3. Развитие образования'.

Table with 10 columns: Description of activities, Code, Date, Amount, etc. Includes rows for 'Муниципальная программа 3. Развитие образования', 'Подпрограмма 1. Развитие дошкольного образования', and 'Муниципальная программа 3. Развитие образования'.

Приложение №9 к разделу Сметы бюджета "О бюджетных учреждениях образования ЗАТО г. Североморск на 2016 год"

Table with 5 columns: description, organization, amount, date, etc. Contains financial data for various entities and programs.

Table with 5 columns: description, organization, amount, date, etc. Contains financial data for various entities and programs.

Table with 5 columns: description, organization, amount, date, etc. Contains financial data for various entities and programs.

Table with 5 columns: Description, Code, Amount, etc. Rows include 'Муниципальная программа 1. Развитие культуры в Калининском районе Калининградской области' and 'Муниципальная программа 2. Развитие культуры в Калининском районе Калининградской области'.

Table with 5 columns: Description, Code, Amount, etc. Rows include 'Муниципальная программа 1. Развитие культуры в Калининском районе Калининградской области' and 'Муниципальная программа 2. Развитие культуры в Калининском районе Калининградской области'.

Table with 5 columns: Description, Code, Amount, etc. Rows include 'Муниципальная программа 1. Развитие культуры в Калининском районе Калининградской области' and 'Муниципальная программа 2. Развитие культуры в Калининском районе Калининградской области'.

Приложение № 10 к решению Совета депутатов Калининградской области от 20.05.2016 г. "Об утверждении областного бюджета Калининградской области на 2016 год"

Выполнение бюджетной ассигновки по разделу средств (подпрограмме) программ ЗАТО "Свердловск" в виде расходов на содержание учреждений культуры в Калининском районе Калининградской области на 2016 год

Summary table with 7 columns: Description, Code, Amount, etc. Rows include 'Муниципальная программа 1. Развитие культуры в Калининском районе Калининградской области' and 'Муниципальная программа 2. Развитие культуры в Калининском районе Калининградской области'.

Summary table with 7 columns: Description, Code, Amount, etc. Rows include 'Муниципальная программа 1. Развитие культуры в Калининском районе Калининградской области' and 'Муниципальная программа 2. Развитие культуры в Калининском районе Калининградской области'.

Summary table with 7 columns: Description, Code, Amount, etc. Rows include 'Муниципальная программа 1. Развитие культуры в Калининском районе Калининградской области' and 'Муниципальная программа 2. Развитие культуры в Калининском районе Калининградской области'.

Table with multiple columns: Organization Name, Address, Phone, Website, etc. Includes various educational institutions like 'Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Детский сад №10'.

Table with multiple columns: Organization Name, Address, Phone, Website, etc. Includes various educational institutions like 'Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Детский сад №10'.

Table with multiple columns: Organization Name, Address, Phone, Website, etc. Includes various educational institutions like 'Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Детский сад №10'.



Приглашение

Уважаемые жители ЗАТО г. Североморск!
Приглашаю вас принять участие в предварительном голосовании по выдвижению кандидатов в Мурманскую областную думу, которое состоится

22 мая 2016г.

Прошу вас поддержать мою кандидатуру и очень надеюсь на вашу поддержку.

С уважением, начальник Североморской автошколы ДОСААФ России, депутат Совета депутатов

Захар Кочнев ✓



УЧАСТКИ ДЛЯ ГОЛОСОВАНИЯ:

Школа №1 ул. Кирова, д.19

ул. Восточная
ул. Гаджиева
(дома 8, 10, 12, 14)
ул. Кирова
ул. Корабельная
ул. Морская
ул. Пикуля
ул. Северная Застава

Школа №12 ул. Душенова, д.19а

ул. Авиаторов
ул. Амирала Сизова
(дома 1 - 8)
ул. Гаджиева
(дома 1 - 7, 9, 11)
ул. Гвардейская
ул. Головки

Гимназия №1 ул. Полярная, д.11

ул. Амирала Сизова
(дома 9 - 22)
ул. Инженерная
ул. Колышкина
ул. Комсомольская
ул. Падорина

ул. Пионерская
ул. Северная
ул. Советская
ул. Флотских строителей
ул. Фулика
ул. Чабаненко

На правах рекламы.

Дышите глубже

ГАПОУ МО «СЕВЕРНЫЙ КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»
Осуществляет прием на 2016/2017 учебный год по специальностям:

44.02.01 "Дошкольное образование"
Квалификация: **"ВОСПИТАТЕЛЬ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА".**
Заочное отделение на базе среднего общего образования (11 классов), срок обучения - 3 г. 10 мес. Бюджетная, платная форма обучения. Вступительные экзамены не проводятся.

49.02.01 "Физическая культура"
Квалификация: **"ПЕДАГОГ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ".**
Очное отделение на базе основного общего образования (9 классов), срок обучения - 3 г. 10 мес. Бюджетная, платная форма обучения.
На базе среднего общего образования (11 классов), срок обучения - 2 г. 10 мес. Бюджетная, платная форма обучения.
Заочное отделение на базе среднего общего образования (11 классов), срок обучения - 3 г. 10 мес. Платная форма обучения. Проводятся вступительные экзамены по ОФП.

- Выпускники колледжа реализуют себя в должности педагога, тренера, методиста по организации физкультурной и спортивной деятельности, инструктора по физической культуре, воспитателя детей дошкольного возраста.
- В колледже организован Отдел содействия занятости студентов и трудоустройства выпускников колледжа.
- В 2014 году колледж награжден дипломом и занял II место как лучшая аккредитованная профессиональная организация России, осуществляющая подготовку кадров в области физической культуры и спорта.
- Иногородним студентам предоставляется общежитие.

Наш адрес: 184505, Мурманская обл., г. Мончегорск, просп. Кирова, 7.
Факс 8 (81536) 7-23-75. E-mail: nord_sport@com.mels.ru
Приёмная комиссия: 8 (81536) 7-61-79. Сайт: www.skfkis.ucoz.ru

Экзамены и подготовка к ним – всегда волнительная пора, сопровождающаяся стрессом и психологическим напряжением. Избежать этих неприятностей полностью вряд ли получится, а вот смягчить их действие вполне реально. Мы подобрали советы психологов, которые могут оказаться полезными как школьникам, так и родителям.

Стресс в экзаменационный период – абсолютно нормальная реакция организма. Если он не переходит в панику. Поэтому важно формирование адекватного отношения к ситуации. Оно поможет выпускникам разумно распределить силы для подготовки и сдачи экзамена, а родителям – оказать своему ребенку правильную помощь.

Чтобы не усиливать волнение и психологическое напряжение, не придавайте событию слишком большую важность. Однако возьмите за правило заранее ставить перед собой цели, которые вам по силам. Посоветуйте подростку составлять план работы на бумаге, чертить схемы ответов. По ним будет легче пройти по материалу накануне экзамена.

С правилами и процедурой экзамена необходимо ознакомиться заблаговременно: это, как минимум, снимет эффект неожиданности, что уже немало.

Подготовка к экзамену не должна занимать абсолютно все время, поскольку внимание и концентрация постепенно ослабевают. Меняйте местную деятельность на двигательную. Обязательно после 40-50 минут занятий делайте 10-15 минутные перерывы. В это время больше двигайтесь, переключайтесь на что-то, далекое от учебы.

Помните, что для активной работы головного мозга требуется много жидкости и сбалансированное питание, богатое витаминами. Такие продукты, как творог, курага, орехи, рыба, стимулируют работу головного мозга. Обратите серьезное внимание и на соблюдение режима сна и отдыха. Спать – не менее 8 часов.

Повторять учебный материал, помимо обычного времени, полезно за 15-30 минут до сна и утром, на свежую голову. Перед работой нужно сосредоточиться, расслабиться и успокоиться.

Взрослому человеку надо обязательно держать себя в руках, чтобы своим спокойствием придавать дополнительную уверенность сыну или дочери. Ни в коем случае не запугивайте ребенка. Такой подход не повышает мотивацию, наоборот, создает лишнее эмоциональное напряжение. Поймите своего ребенка и поверьте ему. Он сам знает, какие вопросы и темы даются ему легко, а какие придется подучить. Сам знает, как ему удобнее: сидеть за столом или на полу, при большом свете или при настольной лампе.

Постарайтесь создать ребенку комфортные условия работы. Вовремя приготовьте завтрак, обед и ужин, погладьте ему рубашку, не шумите и не приставайте с посторонними разговорами. Спросите только, не нужна ли ему ваша помощь: не исключено, что подростку просто не придет в голову вас о чем-то попросить. Помогите ему с заданиями, если надо, и проследите, чтобы он не засиживался допоздна. Накануне экзамена ребенок должен отдохнуть и как следует выспаться.

И самое главное – дайте подростку понять, что вы верите в его успех. Словом, в период подготовки к экзаменам проявите по отношению к ребенку свои лучшие родительские качества. Без сомнения, ваша поддержка не будет лишней.

Подготовила Елена ЗАХАРОВА.
Фото из интернета.



УЧРЕДИТЕЛЬ -
АДМИНИСТРАЦИЯ
ЗАТО г.СЕВЕРОМОРСК

Газета основана
1 января 1972 г.

Газета зарегистрирована Управлением
Федеральной службы по надзору в сфере связи,
информационных технологий и массовых
коммуникаций по Мурманской области.
Регистрационный номер ПИ № ТУ51-00293.

Редакция не всегда разделяет взгляды авторов публикаций.
Ответственность за достоверность рекламы и объявлений
несут рекламодатели. Письма, рукописи, фотографии
и рисунки не рецензируются и не возвращаются.

СЕВЕРОМОРСКИЕ
ВЕСТИ

При перепечатке материалов ссылка
на «Североморские вести» обязательна.

В розницу цена свободная.

Индексы 31493.

Газета отпечатана в ООО «Север.ГП»,
183034, г. Мурманск, ул. Транспортная, 7А.
Выходит по пятницам.

Тираж 1515 экз. Заказ 502.

Время подписания в печать:
по графику - 16.00, фактически - 16.00

Главный редактор Грабаровская М.М.

Адрес редакции (издателя):
184600, г. Североморск,
ул. Сафонова, 13.
Телефоны: 4-84-06 (приемная),
5-04-01 (корреспондентская),
4-68-79 (реклама, объявления).
s-vesti.ru; mail@s-vesti.ru

12+