

Arūnas Dainis, S16

Vairavimo ypatingomis sąlygomis pamokos

Apsaugos darbuotojų grupės mokiniams (S 16 gr.) Panevėžio darbo rinkos mokymo centre vyko vairavimo pamokos ant slidžių dangų. Modernioje transporto sektoriaus darbuotojų praktinio mokymo bazėje įrengtos dvi slidžios dirbtinės dangos trasos. Jose gali mokytis ne tik lengvųjų, bet ir krovinių automobilių bei autobusų vairuotojai. Čia taip pat praktikuojasi ir mūsų mokyklos tarptautinių vežimų vairuotojo ekspeditoriaus specialybės mokiniai. Užsiėmimo metu mokėmės valdyti automobilius sudėtingose situacijose.

Mokymas susidėjo iš: vairavimo vingiais (*slalomo*), stabdymo važiuojant skirtingais greičiais ant slidžios dangos; vandens kliūčių apvažiavimo, judant skirtingais greičiais; stabdymo ant slidžios dangos, apvažiaujant kliūtį (*fontaną*); automobilio valdymo atsiradus šoniniam slydimui; vairavimo ir stabdymo važiuojant slidžia nuokalne su „U“ formos posūkiu nuokalnės pabaigoje.

Važiavome asmeniniais automobiliais. Kai kuriuose iš jų buvo ABS (stabdžių antiblokavimo sistema), geros padangos, todėl galėjome matyti ir įvertinti jų pranašumą važiuojant slidžia danga. Atlikom visus programoje numatytus pratimus. Neturko geros nuotaikos, azarto ir aštrių potyrių. Instruktorius negailėjo naudingų patarimų, suteikė daug reikalingos informacijos, todėl galėjome mokytis iš savo klaidų ir stengėmės kuo geriau atlikti pratimą. Tikimės, kad ši patirtis padės ateityje atsiderus sudėtingose situacijose, kurios gali būti neišvengiamos ne tik apsaugininko darbe, bet ir kasdiniame gyvenime.

Mokinius lydėjo profesijos mokytojas ir grupės auklėtojas Artūras Ramoška.



Aistė Stalnionytė, V16

Prevenčinis renginys

„Apie sveiką gyvenimą“



Nors sveikata šiandieniniame pasaulyje yra laikoma viena iš didžiausių vertybių, tačiau vertybe tampa tada, kai jos netenkama.

Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas Domas Jaskūnas vedė prevenčinį renginį, kurio metu apie kalbėjo apie fizinę, dvasinę ir socialinę žmogaus gerovę. Medikas akcentavo,

kad didžiausia mūsų sveikatos dalis priklauso nuo mūsų pačių. Sudėtinės sveikos gyvenimo dalys nėra tai, ką mokslininkai būtų atradę visai neseniai ir tai būtų apvertę pasaulį. Jau antikinėje Graikijoje ir Romoje buvo žinoma ir propaguojama sveikos gyvenimo elementai, tai liudija ir iš tų laikų mus pasiekę posakiai, tokie kaip: „Sveikame kūne sveika siela“, „Sveikata dar ne viskas, tačiau be sveikatos viskas - niekas“ (Sokratas)

D. Jaskūnas akcentavo, kad reikia pradėti rūpintis sveikata nuo elementarių dalykų: dienos režimo, asmeninės higienos užtikrinimo, teisingos mitybos, mankštos bei judėjimo, gero miego, taip pat skirti dėmesio emocijų ir streso valdymui. Taip pat labai svarbūs yra įpročiai. NAUDINGI įpročiai padeda žmogui tobulėti, būti kūrybiškam, sveikam, prailgina gyvenimą.

ŽALINGI įpročiai kliudo tobulėti, žaloja sveikatą, trumpina amžių, trikdo darbinę bei kūrybinę veiklą.

Renginio metu medikas atsakė į klausimus, o pabaigoje palinkėjo visiems būti sąmoningiems kiekviename savo poelgyje ir sveikiems.

A u k s i n ė s mokytojų mintys



- Galva - nuo žodžio galvoti. (*Lietuvių kalba*)
- Aš nepykstu, bet rašau du! (*Matematika*)
- Fizika - mokslas apie meilę, kuris nepripažįsta mažumų: minusas tik su plusu, plusas tik su minusu. (*Fizika*)
- Iš akių matau, kad šiandien norit parašyti kontrolinį. (*Anglų kalba*)
- Tik pabandyk galvą pasukt, tai iškart pusę pažymio nušniosiu! (*Kūno kultūra*)
- Dabar pažiūrėkit į pingviną knygoje. Ai, ne, į gėlę, ne taip pažiūrėjau. (*Geografija*)
- Kas ten šypsosi? Kaip tai niekas? Aš juk girdžiu... (*Lietuvių kalba*)
- Man patinka mokinės, kurios gausiai naudoja kosmetiką, nes gavusios blogą pažymį, jos nepradeda žliumbti. (*Teisės pagrindai*)
- Dabar tokiais klausimais operuosiu. Numeriai keturioliktas, penkioliktas ir šešioliktas pasipurtys šiandien. (*Kūno kultūra*)
- Kiekvienas savaip iš proto eina, jei tu pradėtum mokytis - visi šunys Anykščiuose išdvestų. (*Istorija*)
- Pamačiusi jūsų bandomojo egzamino rezultatus praradau norą mokytojauti. (*Biologija*)
- Prie merginos sėdi ir dar drįsti šnekėt apie kažkokį šaltį?! (*Lietuvių kalba*)

Parengė Linas A., S16

„Ažupietį“ išleido: Vilma Dilytė, Greta Vaidakavičiūtė, Lina Ginietytė, Rokas Skopas, Arūnas Dainis, Aistė Stalnionytė, Dovilė Lapūnaitė, Linas Adomonis ir Dijana Černiauskienė

http: www.anyksciu.lt