

События предстоящей недели

26 - 30 апреля

Неделя профессии «Повар, кондитер»

27 апреля, вторник

15.00 - Классный час «Историческая память о ВОВ»

28 апреля, среда

15.00 - Экологический флешмоб

22 апреля, четверг

15.00 - Совет студентов

- Выпуск газеты «Профессиональный Ёж»

Апрель					
ПН	5	12	19	26	
ВТ	6	13	20	27	
СР	7	14	21	28	
ЧТ	1	8	15	22	29
ПТ	2	9	16	23	30
СБ	3	10	17	24	
ВС	4	11	18	25	



ОБРАЗОВАНИЕ

В номере

– стр. 1- 3

Профпробы-2021

РЕГИОНАЛЬНАЯ АКЦИЯ

«НЕДЕЛЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ПРОБ»

В очном режиме в рамках региональной акции «День открытых дверей» с 19 апреля по 23 апреля 2021 в Байкальском техникуме отраслевых технологий и сервиса прошли профессиональные пробы для школьников 8-9 классов. Они состоялись под чутким руководством мастеров производственного обучения.

В эту неделю на мастер-классах пробовали свои силы в профессиях около 100 школьников 10,11,12 школ г. Байкальска, а также приезжали в гости школьники школ №50 и №1 г. Слюдянка, воспитанники ОГКУСО «Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей Слюдянского района».



– стр. 4

Страница
здоровья



Специальность/ Профессия	Название	ФИО мастера
Мастер по ремонту и обслуживанию автомобилей	Регулировка зазора клапанов газораспределительного механизма двигателя внутреннего сгорания	Чистохин Александр Георгиевич, Таламанова Любовь Фёдоровна, Стафиевский Владимир Александрович
Повар, кондитер	Приготовление десерта правильного питания	Красильникова Татьяна Евгеньевна, Табанакова Ольга Николаевна, Батолина Евгения Сергеевна, Тихонова Марина Геннадьевна
Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки))	Выполнение изделия из жести	Носков Виктор Васильевич, Агеев Михаил Вадимович
Парикмахер	Прическа на каждый день за 5 минут	Егоренко Анастасия Сергеевна
Электромонтер по ремонту и обслуживанию электрооборудования (по отраслям)	Сборка электрической схемы "Включение ламп накаливания через выключатель"	Нетак Борис Григорьевич
Документационное обеспечение управления и архивоведение	Онлайн - способ подачи документов на обучение	Каулер Наталья Николаевна
Швея	Моделирование женского платья	Лезина Вера Алексеевна
Повар	Холодная закуска "Грибочки"	Суворова Нина Васильевна





Студенческое самоуправление ГАПОУ БТОТиС

Профилактика стресса

16 апреля в Байкальском техникуме отраслевых технологий и сервиса в группе № 8 был проведён тренинг «Профилактика стресса» в процессе которого студенты познакомились с понятием стресс, причинами и симптомами данного состояния, а также научились развивать навыки саморегуляции эмоционального состояния. Теоретическая часть тренингового занятия познакомила студентов с этиологией стрессовых состояний. Обучающиеся с большим интересом прослушали материал о видах стрессов, узнали, что у любого

стресса существует 3 фазы, научились распознавать признаки стресса и изучили стратегии поведения в стрессе. Но самым интересным, несомненно, была практическая часть занятия, когда под чутким руководством психолога студенты учились применять психологические способы снятия стресса. Дыхательная техника «4/7/8» для снятия напряжения и стресса очень понравилась обучающимся: они сказали, что обязательно будут пользоваться ей перед экзаменами и зачётами. Степанов Егор попытался опровергнуть периферическую

теорию Джеймса-Ланге, согласно которой от физического состояния зависит состояние сознания, и чтоб доказать это, улыбался 10 минут, но в конце концов согласился, что настроение улучшается даже если до этого улыбался не испытывая радости. Также студенты узнали, что такое аутогенные тренировки и визуализация и научились применять это на практике. Тренинг завершился 5-минутной медитацией, которая помогла всем снять напряжение и прийти в хорошее настроение.



Жак Людмила, студентка гр.№8

