

МОУ «ООШ с. Чернава» Ивантеевского района Саратовской области

№ 1
сентябрь
2017 г

ИСТОК



Газета школьной детской организации «Родничок»

1 сентября – День Знаний!

День знаний – это первые звонки и волнения, море цветов и белых бантов. Это самый долгожданный день для наших первоклассников.



В России День знаний по традиции отмечается 1 сентября. Всемирный День знаний – так история обозначила первое сентября. Всемирный, потому что именно школа собирает в этот день практически всё население планеты. Традиционно 1 сентября в нашей школе проводится торжественная линейка, посвящённая Дню Знаний. Все мы, отдохнувшие и загорелые, снова собрались на школьном дворе. Мы радовались встрече с одноклассниками, классными руководителями и любимыми учителями. Зазвучал гимн. Директор школы и гости поздравили нас с началом нового учебного года и пожелали успехов в учёбе. За время летних каникул в школе произошло много изменений... Светлые, свежеекрашенные стены, уютные кабинеты – школа принимает нас в полной готовности. После торжественной линейки мы разошлись по своим кабинетам, где классные руководители провели для нас классные часы. Праздник 1 сентября всегда остаётся незабываемым, радостным и в тоже время волнующим. Хочется пожелать ученикам и учителям, чтобы не только 1 сентября было радостным, но и все дни, проведённые в школе.

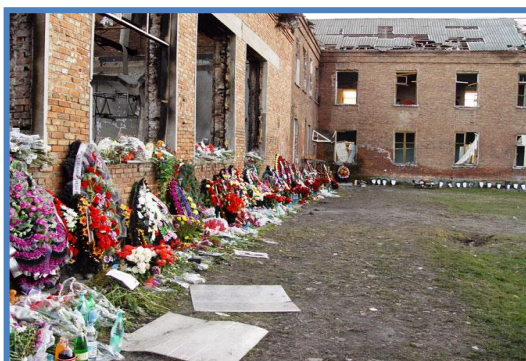
3 сентября День солидарности в борьбе с терроризмом

Эта памятная дата России связана с трагическими событиями в Беслане.

Страшная трагедия в г. Беслане стала новой точкой отсчета в 1000-летней истории России, которая не слышала ничего подобного. Ни Батый, ни поляки, ни Наполеон, ни даже фашисты не нападали специально и исключительно на детей. Во всей истории невозможно провести аналогию этой бессмысленной и страшной бойне, когда за один час было прекращено несколько сотен детских жизней. Единственная история, которая сопоставима с бесланской трагедией, – это история, которая произошла более двух тысяч лет назад в городке – Вифлееме: когда царь Ирод приказал уничтожить всех младенцев.



В результате террористического акта 1-3 сентября в г. Беслан погибли 334 человека, из них 186 детей, 15 учителей, более 900 человек получили ранения...



Мы не забудем трагедию в Беслане!

К ГОДОВЩИНЕ КУРСКОЙ БИТВЫ

22 сентября прошёл единый классный час, посвященный годовщине Курской битвы. Учащиеся 1-9 классов на классных часах ознакомились с героической страницей истории России, с коренным переломом в ходе Великой Отечественной войны - Курской битве. С замиранием сердца слушали ребята о тех далеких страшных днях, просматривали презентации, читали стихотворения.



ЗДОРОВЬЕ ШКОЛЬНИКОВ

Начался учебный год и это не только время нагрузок на организм школьника, но еще и осенне-зимнее время. Школьникам важно хорошее внимание, память, желание учиться, готовность организма к нагрузкам, хорошая работа иммунной системы, пищеварительной системы. Наш организм нуждается в поддержке, т.к. нагрузки большие, требования, дополнительные занятия, различные кружки.

Чтобы ребята не уставали, высыпались, были внимательны на уроке, чтобы были активны и не пропадало желание учиться, у них должно быть хорошее здоровье.

СОВЕТЫ:

Каждый день школьника должен начинаться с утренней гимнастики, которая недаром называется зарядкой, так как прогоняет остатки сонливости и как бы дает заряд бодрости на весь предстоящий день. Гимнастические упражнения следует проводить в хорошо проветренной комнате, в теплое время года — при открытом окне или на свежем воздухе. Гимнастические упражнения усиливают работу сердца и легких, улучшают обмен веществ, благотворно действуют на нервную систему.

1.Чаще давайте глазам отдых. 10–15 минут отдыха – это когда школьник бегают, прыгает, смотрит в окно, делает гимнастику для глаз.

2.За компьютером школьник может проводить не больше 15–20 минут в день. Если работу за это время не выполнить, ее надо разбить на части и через каждые 15 минут делать перерыв для глаз.

3.Закаляйтесь, чтобы как можно меньше болеть. занимайтесь спортом – бегайте, играйте теннис...

4.Ешьте полезные для глаз продукты. Творог, кефир, отварную рыбу, морковь и капусту, чернику, бруснику, клюкву. И обязательно зелень – петрушку, укроп...

5.Постоянно следить за тем, как сидите, стоите.

Встанете к стене, прикоснитесь к ней пятками, икрами, лопатками и головой. Позвоночник выпрямлен, плечи развернуты, лопатки сближены, живот втянут. Вот она – правильная поза! Тело должно ее запомнить.. А дальше держаться ровно войдет у вас в привычку.

6.Работать над осанкой никогда не поздно. Даже в 15–16 лет еще можно исправить спину. Но зачем ждать, когда спина станет кривой, не лучше ли начать заботиться о ней прямо сейчас?

7.Ложиться спать в такое время, чтобы утром просыпаться отдохнувшим, выспавшимся. 8.Все занятия и подготовку к урокам заканчивать за два с половиной часа до сна.

9.Оставшееся время перед сном проводить в спокойных играх (но не на компьютере!), в чтении книг (но не из школьной программы!) или гуляя. Эффект от прогулки перед сном равен эффекту от приема двух таблеток, улучшающих обмен веществ в головном мозге.

ЗДОРОВЬЯ ВАМ!



СПОРТИВНЫЕ ВЕСТИ



Учащиеся нашей школы приняли участие в районных соревнованиях по нормативам ГТО "Осенний кросс" и заняли III место в общекомандном зачёте.

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

ЖЕЛАЕМ УСПЕХОВ В СПОРТЕ!