

Module

СОШ №1

ОКТАБРЬ 2016 года

Модуль —
величина неотрицательная



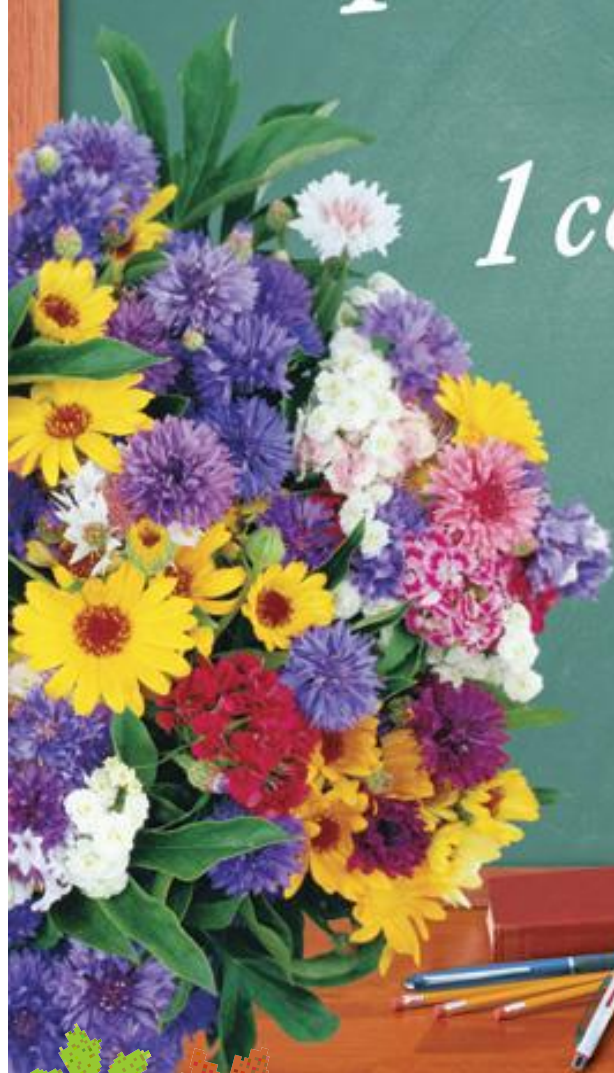
Октябрь 2016 г.

№1

Основана
в 2005 г.

Здравствуй, школа!

1 сентября — День знаний



**сегодня
в
номере:**

Летние каникулы —	стр. 2
«День Знаний» —	стр. 3
Школа безопасности —	стр. 4
Осенний калейдоскоп —	стр. 5
Рекомендации специалиста —	стр. 6-7
Примите поздравления! —	стр. 8



В нашей школе стало уже традицией организовывать деятельность подростков в форме трудовых бригад. Все три месяца ребята трудились в трудовых объединениях. Такая работа возможна благодаря сотрудничеству с Центром занятости населения. Юноши и девушки с большим желанием работают в составе трудовой бригады, так как здесь они получают возможность заработать, закрепить профессионально-трудовые навыки, которые пригодятся в будущем, принести пользу обществу, общаться, дружить и вместе нести ответственность за полученный результат.



Первое сентября

Сентябрь ладошкою
кленовой,
В багряной росписи
стучит.
Мы снова встретимся со
школой,
Звонок впервые прозвенит.
За парты сядут первоклаш-
ки,
Войдут в мир знаний в
новый класс.
Причёски, белые рубашки...
Нарядней нет, ребята, вас!
За лето стали все взрослее,
С волнением смотрят в новый год.
Что ж, в добрый путь, друзья, смелее!
Вас высший балл с надеждой ждёт! (Е. Кравченко)



Но тот, кто уже знаком, и не в первый раз после продолжительных счастливых летних каникул возвращается в родные и привычные школьные стены, снова погружается в глубину знаний, кутерьму общения и дружбы.



Этот год весьма знаменателен для нас. В 2016-2017 учебном году школа празднует юбилей – **50 лет.**



"День Знаний!"

– главный праздник осени. Сколько добрых воспоминаний, а у кого-то еще ожиданий ассоциируются с этим днем!

Новые лица, новые ученики, первоклассники вступают в новый этап своей жизни – этап школьной жизни. Они еще только знакомятся с нашей школой, своими первыми учителями.



Снова возродилась старая добрая традиция – линейка. 1 сентября все классы собирались на торжественное мероприятие и под гимн страны вступали снова или вступали впервые в учебный процесс.

За порогом школы лето подождет.
Прощаться с ним пришлось почти на год.
Ждут портфели тяжеленные... звонки,
Но ведь скрасят дни друзья-ученики!
Постарайся на уроках не уснуть,
Много знаний и умений почерпнуть.
Пусть учеба тебе только впрок пойдет,
Отбывай, дружище, свой учебный год!

Материал подготовил Николай Т., 8г



Акция «Внимание, дети!»

Ежегодно в нашей стране жертвами дорожно-транспортных происшествий становятся дети. Каждый день вы выходите на улицу и становитесь участниками дорожного движения. Очень часто ребята нарушают правила дорожного движения или вовсе их не знают.

Основные правила безопасности поведения на дороге

♦ Никогда не выбегайте на дорогу перед приближающимся автомобилем. Это опасно, потому что водитель не может остановить машину сразу.



- ♦ Дорогу необходимо переходить в специально установленных местах по пешеходному переходу.
- ♦ На проезжую часть выходите только после того, как убедитесь в отсутствии приближающегося транспорта слева и справа.

♦ Выйдя из автобуса, не выбегайте на дорогу. Подождите, пока автобус отъедет, и только потом, убедившись в отсутствии машин, переходите дорогу.



- ♦ Опасно выезжать на проезжую часть на скейтах и роликовых коньках.
- ♦ Не выбегайте на дорогу вне зоны пешеходного перехода, в этом месте водитель не ожидает пешеходов и не сможет мгновенно остановить автомобиль.
- ♦ Опасно играть в мяч и другие игры рядом с проезжей частью, лучше это делать во дворе или на детской площадке.

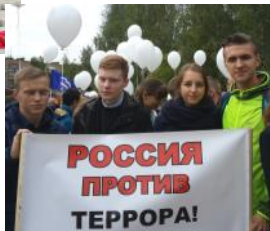


- ♦ Умейте пользоваться светофором.

Помните! Только строгое соблюдение Правил дорожного движения защищает всех вас от опасностей на дороге.



3 СЕНТЯБРЯ 2016 года учащиеся нашей школы принимали участие в митинге посвященном памяти жертв погибших в Беслане в 2004 году.



22 СЕНТЯБРЯ 2016 года в стенах МАОУ «СОШ № 43» проходил «Слет отличников». МАОУ «СОШ №1» представили учащиеся 11 «в» класса: Васькина Лидия, Лапунькова Валерия, Ренжина Вероника, Ровенская Александра, Шупилова Алина, Захарова Арина.



30 СЕНТЯБРЯ 2016 года для учащихся школы организована зарядка «В здоровом теле - здоровый дух» в рамках всемирного Дня сердца.



1 ОКТАБРЯ 2016 года учащиеся школы поздравляли учителей с профессиональным праздником.



В ОКТАБРЕ 2016 года подведены итоги фотоконкурса «Север - край неповторимый», посвященного 95-летию Республики Коми. Гран При - Петр Романов, 5в



1 место - Сложеникина О., 11в
2 место - Петрин С., 1д
3 место - Родион М., Кораблева А., 1в



Приз зрительских симпатий:

Кондратьева А. В., Колцун В., 8д, Габибова Э., 7в, Емужева С., 3а.

Приз организаторов конкурса: Дриневский Д., 2б.

ПОЗДРАВЛЯЕМ ПОБЕДИТЕЛЕЙ!



с целью пропаганды здорового образа жизни.

13 ОКТАБРЯ 2016 года - в школе проведен «День профилактики»



НАШЕ ЗДОРОВЬЕ И БОЛЕЗНИ



Надо понять, что такое человек, что такое жизнь, что такое здоровье, и как равновесие, согласие стихий его поддерживает, а их раздор его разрушает и губит».

(Леонардо да Винчи)

Начнем наш разговор о здоровье человека с вопроса:
Какое определение человеку вы дадите?

Ответы:

- человек - это разумное существо, умеющее совершать действия, умеющее дружить и испытывать различные чувства (Даниил Е., 5г);
- человек - это живое, биосоциальное существо. Человек способен общаться, даже нуждается в общении (Николай Т., 8г);
- человек - это самое прекрасное существо на планете. Без него мир был бы пуст. (Елизавета Д., 11в);

Драгоценное произведение природы под названием «здоровый человек» мы встречаем в наши дни не так часто. **Что же такое - наше здоровье?**

Ответы:

- это способность защищаться от посторонних самостоятельных и несамостоятельных тел (Вадим К., 5г);
- это наша жизнь. Её надо беречь, делая зарядку по утрам (Леонид К., 5г);
- это способность противостоять различным вирусам и бактериям, здоровье можно укреплять интенсивными физическими нагрузками (Даниил Е., 5г);
- это устойчивость к болезням, наша красота, наш нормальный вид, нормальная работа организма, приспособленность к внешним условиям (Николай Т., 8г);
- это жизнь. Если нет крепкого здоровья, то нет и счастливой жизни. Очень важно, чтобы именно здоровье у человека находилось на 1-м месте. Важно заботиться о здоровье и уделять ему должное внимание. Здоровье - залог успеха! (Елизавета Д., 11в);
- это настрой каждого человека... (Никита О., 11в);
- это естественное состояние организма. Здоровье является основой благополучия человека... (Арина З., 11в).



Сохранение здоровья должно стать целью человека. Но часто этого не происходит. И ведь людей умных, понимающих, осознающих важность проблемы достаточно много. Казалось бы, все понимаешь, осознаешь, так и занимайся серьезно вопросами своего здоровья.

Мы нередко жалуемся на то, что нашему здоровью вредят всевозможные неблагоприятные воздействия, плохая экология. Однако все чаще приходим к справедливому выводу о том, что неразумное поведение самого человека становится более распространенной причиной его недугов. Сюда можно отнести: нежелание вести подвижный образ жизни, лень, недостаточную заботу о гигиене, свежем воздухе, правильном питании, чистой воде, режиме труда и отдыха, вредные привычки и т. д.

«Радость, делая человека все чувствительнее к каждому биению жизни, укрепляет тело», - писал И. П. Павлов.

Бодрое и веселое настроение - лучшее лекарство от всех болезней. Иногда оно заменяет даже



отдых. *Ведь человек, душевно здоровый, жизнелюбивый и с чувством юмора «... в состоянии перенести и гнев, и горе, и радость, и остальные чувства».*

(Эпиктет, римский философ)



(Эпиктет, римский философ)

Умейте находить в жизни приятное и смешное. Относитесь с чувством юмора к мелочам, не затрагивающим серьезно ваши жизненные планы или ваше здоровье. И вы будете счастливы.

А тот, кто счастлив, убеждал В. Г. Белинский, «тот добрый человек».

Доброе человеческое отношение, участие спасло многих людей и от болезней, помогло некоторым из нас избавиться от вредных привычек (а значит, и не разрушить свое здоровье).

Теплота человеческого сердца, его чудесное излучение действительно многим помогают жить и сохранить здоровье. Американский философ и писатель Р. Эмерсон сказал: *«Сколько в человеке доброты, столько в нем и жизни».* А сколько всего этого в нас самих?

Тест «Добры ли Вы?»

1. У вас появились деньги. Могли бы вы истратить все, что у вас есть, на подарок друзьям?
2. Товарищ рассказывает вам о своих невзгодах, которые вас мало волнуют. Скажете ли вы ему, что вам это неинтересно?
3. Если ваш партнер хуже вас играет в шахматы или другую игру, будете ли вы ему иногда поддаваться, чтобы сделать приятное?
4. Часто ли вы говорите приятное людям, просто чтобы поднять им настроение?
5. Любите ли вы злые шуточки?
6. Вы злопамятны?
7. Сможете ли вы терпеливо выслушать даже то, что вас совершенно не интересует?
8. Бросаете ли вы игру, если начинаете проигрывать?
9. Если вы уверены в своей правоте, отказываетесь ли вы слушать аргументы оппонента?
10. Вы охотно выполняете просьбы?
11. Станете ли вы подтрунивать над кем-то, чтобы развеселить окружающих?



А теперь вы можете зачитать себе одно очко за ответ «ДА» на вопросы 1,3,4,7,10 и за ответ «НЕТ» на вопросы 2,5,6,8,9,10,11.

Вы набрали больше 7 очков.

Вы любознательны, нравитесь окружающим, умеете общаться с людьми. У вас, наверное, много друзей. Одно предостережение: никогда не пытайтесь иметь хорошие отношения со всеми - всем не угодишь, да и на пользу вам это не пойдет.

Вы набрали от 4 до 7 очков.

Ну, что же, ваша доброта - вопрос случая. Добры вы далеко не со всеми. Для одних вы можете пойти на все, но общение с вами более чем неприятно для тех, кто вам не нравится. Это не так уж плохо. Но, наверное, надо стараться быть равными со всеми, чтобы люди не обижались.

Вы набрали меньше 4 очков.

Общение с вами, надо признаться, бывает порой просто мукой даже для самых близких вам людей. Не забывайте, человеческие отношения требуют доброты.

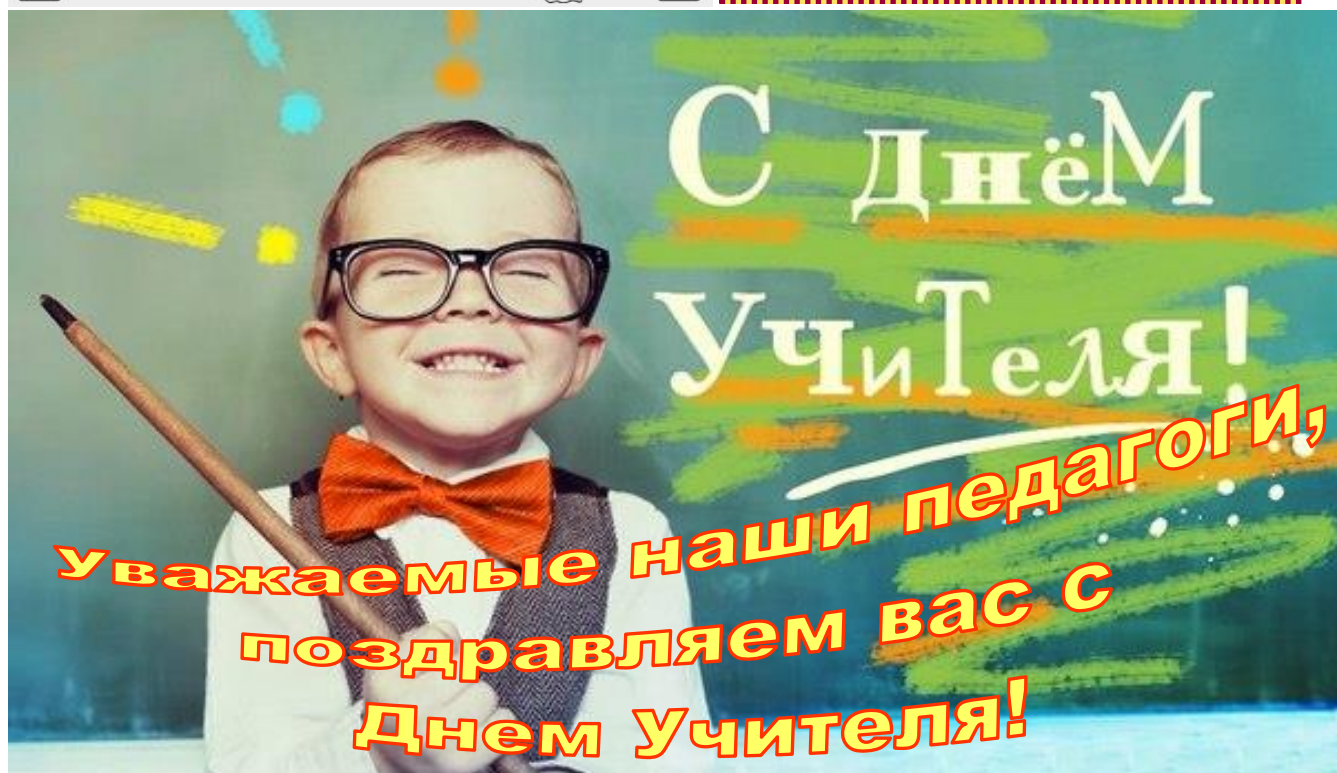
Для тех, кто хочет взять себя в руки, быть, что называется, «самому себе доктором», американские специалисты разработали ряд полезных советов.

1. Необходимо выделить для себя главные жизненные цели. Осознать, что наиболее важно для вас, что необходимо сделать в первую очередь. Даже самые скромные достижения на вашем пути к цели повысят вашу уверенность в себе, а значит, и улучшат ваше душевное состояние.
2. Не оставайтесь один на один со своими проблемами. Появившееся чувство одиночества пройдет, если пообщаться с друзьями и близкими.
3. Если причина стресса - конфликт, постарайтесь наладить отношения, помириться.
4. Забудьте хоть на некоторое время о предстоящих заботах и волнениях. Не надо представлять себе заранее различные неприятности и переживать из-за них. Решайте проблему тогда, когда она реально возникнет.
5. Большое влияние на наш душевный комфорт оказывает оформление помещения, в котором мы находимся (живем, работаем, учимся). Лучше выбирать пастельные тона зелено-голубой гаммы, они производят успокоительное действие.
6. Дома не играйте «в молчанку», обсудите свои проблемы с близкими. Помните, что, обсуждая проблему, вы уже начали решать ее.
7. Собеседники, особенно близкие вам люди, могут высказывать свое видение проблемы, свой взгляд на ее решение. Не надо быть самоуверенными - сразу все отвергать. Помните, что близкие желают вам добра. А не выслушав их и не поняв, вы рискуете умножить ваши конфликты (а значит, и ухудшить здоровье).
8. Продумайте более рациональный подход к организации своей жизни, распределению времени. Возможно, утром АВМ не хватает 15-20 минут, чтобы все пошло нормальным чередом. Так не проще ли встать пораньше?
9. Смех и юмор должны стать вашими помощниками.
10. Слушайте любимую музыку почаще, выбирайте в зависимости от настроения ту, которая вас успокаивает или, наоборот, бодрит.
11. Стресс хорошо снимается физическими нагрузками. Запишитесь в спортивную секцию. Один канадский психолог утверждает, что стресс возникает как следствие из-за несовпадения реальных условий жизни человека с его мечтами и идеалами. Помните об этом, старайтесь радоваться тому, что вы имеете.

Учиться решать свои проблемы - значит учиться искусству жить.

У молодых, начинающих свой жизненный путь, есть силы и возможности решать все жизненные проблемы, в том числе и проблемы здоровья.

Следовать здоровому образу жизни как одной из своих главных жизненных целей.



В этом 2016 - 2017 учебном году в нашу школу пришли пять новых учителей. Представляем их вашему вниманию.



*Учитель начальных классов
Миронова Елена Юрьевна*



*Учитель начальных классов
Курда Надежда Евгеньевна*



*Учитель физики
Елфимов Сергей Александрович*



*Учитель математики
Мальцева Елена Владимировна*

Адрес редакции
газеты «Модуль»:
167000, г. Сыктывкар,
ул. Чернова, 12.
МАОУ «СОШ № 1»,
т. 243501, факс: (8212),
243501



*Учитель биологии
Вежова Ирина Игоревна*

Фото Анастасии К., 8г; Дегтяревой Е., 11в