

Школьная тетрадка



№ 49

22.09.2015 г.

АНОНС



Летние трудовые
хлопоты
Стр. 2

Отдых в
загородном лагере
Стр. 3

Как быстро вклю-
читься в учебный
процесс?
Стр. 4

Подготовка к ново-
му учебному году
Стр.5

Поздравляем!
стр. 6

Лето – это самая классная пора!

Школьная газета — обзор всех новостей.

Конкурсы, загадки увидите вы в ней,

А также мы покажем Вам свои умения,

И даже не забудем поздравить с днем Рождения.

"Школьная тетрадка" - название дано ей.

Участвуй в жизни школы, и будет все О Кей!

Летние трудовые хлопоты

Незаметно пролетел учебный год и наступило долгожданное лето. В летние месяцы жизнь в школе продолжается.

В первые дни июня вышли на субботник учителя и работники школы. Уже не первый год коллектив школы своим примером настраивает нас, школьников, на позитивное рабо-



чее настроение.

Во время прохождения летней трудовой практики все ребята добросовестно выполняли поставленные им



задачи. Девочки ухаживали за цветами: пропалывали, рыхлили, поливали их в жаркую погоду.

Мальчики следили за тем, чтобы территория нашей школы не зарастала бурьяном. Вовремя убирали скошенную рабочим школы траву.



На школьном огороде тоже кипела работа. Девушки из трудовой бригады сеяли семена овощей: капусты, моркови, свеклы, укропа, салата. Чтобы в новом учебном году нас кормили витаминными салатами.



А юноши трудовой бригады, под руководством Ивана Фёдоровича, облагораживали территорию школы. Вкапывали взамен покосившихся новые столбы, отремонтировали крышу на



складе и обновили забор около школы.

Кульmeneва Елизавета, 9 класс.

Отдых в загородном лагере.

Лагерь - это отличный способ найти новых друзей, узнать что-то новое для себя, переступить через какие-то свои страхи.

Этим летом я с Барышевой Мариной, Юрковой Лизой и Матвеевой Леной отдыхала в НУ ДООЛ «Космонавт» на третьей смене. Нам очень повезло, так как нынче лагерь «Космонавт» праздновал свой юбилей - 65 лет, поэтому атмосфера была наполнена особенно праздничным настроением.

Санаторий «Космонавт» занимает очень большую площадь. На всей территории расположено много памятников, фонтанов, беседок, так же есть стадион и площадка для баскетбола, а еще много скамеек, где можно сесть и наслаждаться природой вокруг и понаблюдать за белками, которых там очень много.

Тематика смены была связана с фильмом «Голодные игры», и, по аналогии, наша смена была названа «Юбилейные игры». Наш 5 отряд назывался «Ягода Морник». Жили мы в одноэтажном здании около леса. В отряде было 23 человека.



В лагере мы рисовали песком, пели песни под гитару, играли в разные игры, пили кислородные коктейли, ставили танцы и учили песни. Да, мы уставали, но это того стоило, мы стали самым лучшим отрядом смены - заняли первое место. Также выезжали в город на прогулку на теплоходе. Каждый день проводились концерты, по-



священные чему-либо: родительскому дню, мисс и мистеру Космонавта, хеллуину и т.д. А также был и спортивный день, где ребята могли показать свои спортивные навыки в прыжках в длину, подтягиванию, по футболу, пионерболу.

Самый последний день мы зарабатывали космобаксы (деньги), открывая салоны, парикмахерские, изготавливая продукцию, например браслеты из резиночек. К концу дня нас ждал аукцион, где вожатые выставляли свои лоты, а мы могли их выкупить за космобаксы. Это было очень увлекательно и интересно.

Я довольна нашей поездкой в лагерь «Космонавт», новыми друзьями, впечатлениями, воспоминаниями.

Барышева Маргарита, 9 класс.

Как быстро включиться в учебный процесс после каникул?

После долгих, солнечных и весёлых каникул многие школьники сталкиваются с проблемой адаптации к новому распорядку, который коренным образом меняется с началом учёбы. Для того, чтобы восстановить активность после каникул и влиться в учебный процесс, нужно придерживаться следующих правил:

Первое, самое главное правило – *восстановление режима дня*. Человек – часть природы, и все органы и системы организма работают согласованно, последовательно и в соответствии с природными ритмами. Поэтому для восстановления организма правильный режим просто необходим. Ученику ещё до начала учебного года следует просыпаться утром в соответствии с часами учебных занятий, чтобы школьник впоследствии не засыпал на уроках.

Второе правило, тесно прилегающее к первому – *правильное рациональное питание*, то есть 4-5 раз в день в определенное время. Следует употреблять множество витаминов, которые в огромном количестве содержатся в овощах, фруктах и ягодах. Правильное питание отражается на физическом, интеллектуальном и психическом развитии ребенка.

Неотъемлемой составляющей активности ребёнка является сон. Требуется 10 часов сна в проветриваемом помещении. Хороший сон необходим растущему организму, так как у детей при его отсутствии быстро может развиваться хроническое недосыпание, что может привести к неврозам, раздражительности, агрессии и невнимательности.

В свою очередь, при отсутствии должного внимания к данному правилу, у ребёнка появятся проблемы с усвоением школьных предметов, что отразится на уровне образованности ученика.

Нужно уметь отдыхать с пользой! Ребёнку необходимо в сутки *находиться на свежем воздухе* минимум 5 часов. Для сохранения активности и жизненного тонуса школьник должен пройти не менее 7 километров в день! А чтобы он стал еще и ловким, сильным, нужно заниматься такими видами спорта, как: плавание, бег, лазанье. И самое главное: ребенок должен за время прогулок получать как можно больше положительных эмоций, оптимизма, тогда и учебные нагрузки будут переноситься проще.



Таким образом, следуя этим простым правилам, школьник будет расти здоровым и активным, тем самым будет спокойно справляться со школьной нагрузкой и радовать своих близких положительными оценками. Удачного учебного года!

Амосова Надежда, 11 класс.

Подготовка к новому учебному году

А у нас ремонт

17 августа в школу были приглашены родители на общешкольное родительское собрание. Повестка: «Образовательный процесс во время ремонта школы».



Перед родителями выступила директор школы Алёна Анатольевна Яковлева. Она рассказала родителям о том, что выделены средства на строительство детского сада в здании школы. И о том что образовательный процесс во время ремонта будет прохо-



дить в МБУ СКДЦ.

После выступления Алёны Анатольевны перед родителями выступила и Глава поселения Галина Николаевна Вариводова, она ответила на интересующие родителей вопросы и пожелала всем родителям терпения в связи с предстоящим ремонтом.

Покупаем школьную форму

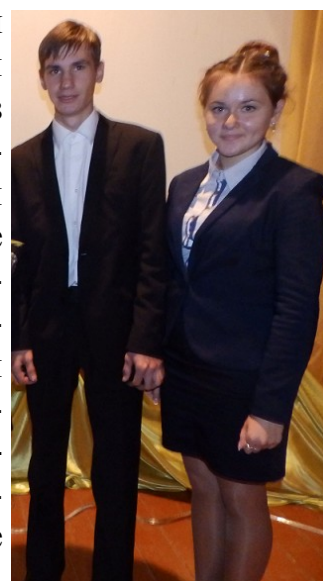
В период подготовки детей к новому учебному году, остро встаёт вопрос правильного выбора школьной формы.



Жестких требований со стороны Минобрнауки к цвету и комплектации школьной одежды не предъявляется. Однако, особо подчеркивается то, что внешний вид и одежда школьников должны соответствовать принятым в обществе правилам делового стиля и носить светский характер.

Современная школьная форма должна отвечать всем гигиеническим требованиям, но при этом быть - удобной, стильной, разнообразной. От того, насколько комфортно ребенок чувствует себя в форме, во многом зависит и его успеваемость.

Комфортная и удобная школьная одежда, сшитая из безопасных материалов, удобная ребенку в статике и динамике, является одним из условий сохранения здоровья учащихся, а также гарантирует психологически спокойное состояние.



*Медведева Е.В.,
заместитель директора по ВР.*

Поздравляем!



Июнь

Белозерцева Богдана,
Лебедеву Нелли,
Сопыряева Максима,
Белозерцева Вадима,
Куимову Анну,
Верёвкину Ирину,
Смирнову Анну.

Июль

Савичеву Елизавету,
Помыткина Назара,
Галактионова Виктора,
Гербер Артура,
Матвееву Елену,
Яковлева Алексея,
Помыткина Никиту.

Июнь

Галактионову Елену Викторовну

Август

Барышеву Галину Алексеевну,

Август

Колесник Ренату,
Полянскую Викторию,
Штырёва Дениса,
Пухову Марину,
Кульменёву Елизавету.

УЧРЕДИТЕЛЬ: МБОУ "Инкинская СОШ"

Главный редактор **Е.В. Медведева**

Мнение редакции не всегда совпадает с мнением авторов.

Хахина Наталья—заместитель главного редактора,

Чехоцкий Павел – компьютерная верстка,

Барышева Марина—фотокорреспондент,

Белозерцева Полина Титова Нина, Амосова, Надежда –
корреспонденты.