

Школьная тетрадка



№ 99

20.03.2024 г.

АНОНС

Самый лучший
весенний праздник
Стр. 2

Масленица
Стр. 3

Подарки дорогим и
близким
Стр. 4

Лыжные
соревнования
Стр. 5

Весенний
авитаминоз Стр. 6

Осторожно гололёд!
Стр. 7

Поздравляем с 8
марта!
Стр. 8



Самый лучший праздник весны

*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!*

Самый лучший весенний праздник

И вот наступило одно из самых долгожданных времён года—Весна. Нет ни одного человека, зверя или птицы, которые не рады её наступлению. Закончились холодные, серые дни морозной матушки зимы. И как бы она не старалась всё равно весна входит в свои права.

Но весна это не только вестник первых тёплых дней, а это ещё и время, когда весь мир отмечает Международный женский день, который ежегодно отмечается 8 марта.



Это замечательный весенний праздник, позволяющий выразить восхищение всеми женщинами, девушками и девочками, в честь которых этот праздник. В наши дни уже мало кто вспомнит, что когда-то представительницы прекрасной половины в этот день напоминали о своих равных правах с мужчинами, добивались тех же условий труда. Сейчас это день безусловного почитания и уважения, который наполнен улыбками, комплиментами и теплом, что согревает душу в любую погоду.

Как оживает наша страна в преддверии весеннего женского праздника, улицы, дома, учреждения, всё в движении.

Как в городах, так и в сёлах в магазинах идёт бойкая торговля. То там, то здесь слышны актуальные предложения, что можно подарить женщинам и девушкам в этот знаменательный день.

Независимо от стоимости и объёма подарка, каждой женщине приятно его принимать. Особенно актуальны в этот день «живые» цветы:



хризантемы, розы, тюльпаны.



Так же трепетно женская половина принимает и цветы, которые в горшках. Здесь предпочтения отдаётся гортензиям, орхидеям и антуриумам.

К живым цветам, как обычно мужчины добавляют и сладости, выбирая иногда замысловатые, подарочные сладкие наборы в виде зверюшек, птиц и разных фантастических персонажей



Но какой бы ни был подарок, нам девушкам и женщинам приятно внимание сильной половины, которого мы удостоены в такой прекрасный праздник.

Масленица

Весна это не только тёплое время и международный женский день, но это ещё и время, когда по древнему обычаю русичей наступает долгожданный праздник Масленица.

Уже несколько веков подряд это один из самых долгожданных праздников. Который проходит ежегодно в разные даты, так как считается «Плавающим» праздником и его наступление зависит от Святой Пасхи.

Но в какое бы время не проходил этот праздник, он всегда проводится ярко, интересно и с задором.

Масленица — один из старинных славянских праздников. Ещё в народе имеет второе название — Сырная неделя. Этот праздник является границей между зимой и весной и длится одну календарную неделю, которая начинается с понедельника и заканчивается воскресеньем.

В 2024 году он прошёл с 11 марта и по 17 марта.



В этой статье я хочу ещё раз напомнить любителям этого праздника и тем, кто ещё не очень близко с ним знаком, а таковы есть названия каждого из дней, традиции каждого из дней.

Но все таки откуда же появилось это название — Масленица? Название пошло от слова масло, которое будет под запретом через семь дней, ведь после завершения последнего дня начинается семинедельный великий пост, а семидневка перед ним получила название «Масленица».

Сырная неделя

Понедельник «Встреча»: В этот день хозяйки пекут блины, у всех разные рецепты и предпочтения. В гости на блинчики в этот день приглашают родных и близких друзей.

Вторник «Заигрыш»: С утра по обычаю славян, парни приглашали девушек кататься с горы, в это время приглядывая себе будущую суженную.

Среда «Лакомка»: По традиции третий день масленицы отведен теще. Теща печет блины и угощает зятя.

Четверг «Разгуляй»: В это день, парням было разрешено выпустить гнев накопленный за год. Обычно они встречались «стенка на стенку», что бы намять друг другу бока. В другое время драться было запрещено.

Пятница «Тещины посиделки»: В этот день зять едет к теще на блины.

Суббота «Золовкины посиделки»: В этот день невестке нужно было пригласить в гости золовку и всю другую родню мужа.

Воскресенье «Прощенный день»:

Этот день — самый важный в Масленичную неделю. Все родные и близкие просят друг у друга прощения. А так же сжигают чучело. Всех с масленицей!

Подарки дорогим и близким

П р и б л и ж а ю т с я с а м ы е долгожданные теплые весенние деньки после трех месяцев холодной, морозной зимы. А с ними приходит один из главных праздников марта—Международный женский день.

Сколько суеты в преддверии праздника наших мам и бабушек. В магазинах и бутиках покупателей сильной половины втрое больше, чем женщин. Идет активный выбор подарков для своих дорогих и любимых.

Но если мужчина, у которого есть средства для покупки подарка, то как быть тем, кто еще не зарабатывает? Мы имеем ввиду школьников, которые тоже мечтают подарить своей маме или бабушке какой-нибудь презент, тем самым показывая свою любовь и уважение. В данной статье мы разберем те моменты, когда подарок можно сделать своими руками из подручных материалов. И может быть ваш подарок будет намного ценнее, чем купленный в бутике.

Например, можно сделать душистое мыло, без которого жизнь человека не может быть чистой.



Подарок при этом будет выглядеть просто роскошно — особенно, если подобрать интересные красители или формочки.

Какой же праздник без сладкого? Ведь для многих это предмет истинного наслаждения. Поэтому можно сделать такой сладкий подарок своими руками. Главный секрет домашних сладостей — хороший шоколад и начинка. Форма необязательно должна быть правильной: её неровность подчеркнёт «рукотворность» происхождения.



Еще один подарок, который можно создать своими руками это—созданная из подручных материалов картина. Она может добавить необычных красок и уюта. Тема может быть выбрана на ваш вкус и быть не связанной с весенним праздником.



Это только неполный перечень подарков, сделанные своими руками и с любовью подаренные своим дорогим и близким.

Лыжные соревнования

Завершение зимнего периода не только знаменуется годовым календарём, но и по традиции в школах Левобережья нашего района проходят соревнования по лыжным гонкам. И по традиции они проходят в одной из среднеобразовательных школ.



Этот год не стал исключением, 29 февраля команда спортсменов нашей школы, под руководством учителя физической культуры Жукова Евгения Викторовича выехала на очередное спортивное мероприятие.



Данное направление одно из основных и наиболее массовых видов спорта. В тренировках и соревнованиях развиваются физические качества - выносливость, сила, ловкость, быстрота, координация движений, воспитываются смелость.

До запланированной поездки ребята ежедневно тренировались, оттачивали свои умения и навыки в скоростной езде по снежным неровностям и заносам. Чтобы в будущем показать хороший спортивный результат.

Как уже сообщила выше, что мероприятие прошло 29 февраля на базе МКОУ



«Новогоренская СОШ». Наша команда состояла из разновозрастного состава, ребят из 5, 8, 9, 10 и 11 класса.

Приехав на место, быстро переодевшись в спортивную форму ребята не тратя времени сразу пошли знакомиться с трассой. Особенно хотелось участникам увидеть на каких этапах трассы есть «коварные» участки, на которых можно потерять драгоценное время. Проверив трассу все участники получили номера и готовились к забегу, который начался ровно по запланированному организаторами времени. Под свист главного судьи болельщики заняли свои места, а участники двинулись покорять снежную трассу.

По прошествии соревновательного времени наши команды юношей и девушек каждая заняли 2 место. А в эстафете, в общем зачёте ребята стали призёрами, заняв 3 место.

Поздравляем участников соревнований и желаем дальнейших спортивных успехов!

Весенний авитаминоз

Весной, в пору расцвета природы у некоторых ребят ухудшается самочувствие, объясняется нехваткой витаминов, которые содержатся в еще



отсутствующих свежих овощах и фруктах, и получившее название «весенний авитаминоз». Он означает, что человек длительное время недополучает достаточного количества витаминов. Это очень серьезная проблема, поскольку нехватка витаминов способна привести к весьма неприятным

последствиям. Нехватка витаминов весной ежегодно ощущают практически все.

Чтобы справиться с недостатком витаминов в весенний период, важно с умом подойти к питанию. Ваш рацион должен быть сбалансированным, это необходимо для организма. В него должно входить: рыбий жир, мясо, куриные яйца, морковь, орехи, свежие овощи, зеленый чай и другие полезные продукты.



Симптомы весеннего авитаминоза включают: сонливость, повышенную раздражительность, недомогание и апатию, обострение хронических заболеваний. Кроме этого имеются и внешние проявления витаминного дефицита, например: бледность кожи, шелушение и сухость кожи, выпадение и ломкость волос, хрупкость ногтей.

Чтобы преодолеть весенний авитаминоз, важно правильно сбалансировать рацион питания ребенка. Весной он должен быть обогащен продуктами, которые в большом количестве содержат витамины, избегать переохлаждений, стрессов, малоподвижного образа



жизни. Весной полезно ходить на прогулки и посещать спортивную секцию.

Чугункова О., 10 кл.

Осторожно, гололёд!

Зима практически уступила место весне, погода стоит абсолютно не стабильная: утором шёл снег, в обед засветило солнце и закали сосульки, образовав небольшие лужицы на дорогах и тропинках, а ночью снова заморозок. И не только лужи, но и снег. Идет весна, снег под солнечными лучами становится талым. И лёд на реке кажется нам крепким. Но это лишь на первый взгляд. Лёд на реке тоже почувствовал весну. Приближается время весеннего периода. Лёд на реках становится рыхлым, он «съедается» лучами солнца, талой водой, а снизу подтачивается течением воды. Очень опасно по нему ходить: ведь он в любой момент может резко треснуть, и вы провалитесь под хрупкий, тонкий слой льда. Наибольшую опасность в весеннее время наступает для детей. Оставаясь без присмотра старших, не зная мер безопасности, так как чувство опасности у ребёнка отсутствует, дети могут играть на кромке берега или на льду. А некоторые индивидуумы пытаются ловить рыбу на тонком льду, кататься на коньках, или вовсе купаться. Такая беспечность порой кончается трагедией. Весной нужно особенно усилить контроль за детьми, ведь в этот период ребятам не следует ходить на водоёмы.



Чтобы ваши каникулы, выходные, рабочие дни прошли стабильно, нужно соблюдать технику безопасности, о которой мы сейчас напомним:

1. Ходить лучше стоит по тротуару, но если он отсутствуют, идти по левому краю дороги, при этом чтобы не поскользнуться.
2. Не устраивать игры на проезжей части.



3. Не ходить вдоль зданий, поскольку возможно падение сосулек и снега с крыш.
4. Не надо ходить на водоёмы в период весеннего времени.



5. Смотреть внимательно под ноги, что бы не поскользнуться.

Поздравляем с 8 марта!



С 8 Марта, с днем весенним!
Пусть исполнятся мечты,
Чтобы было настроенье,
И улыбки, и цветы!

Чтобы повод был смеяться,
Наряжаться, быть звездой,
В комплиментах искупаться,
Просто жить и быть собой!



УЧРЕДИТЕЛЬ: МБОУ "Инкинская СОШ"

Главный редактор **Е.В. Медведева**

Мнение редакции не всегда совпадает с мнением авторов.

Колесник Р. — заместитель главного редактора,
Соснин М. — компьютерная верстка,
Верёвкина Д., Королёв К. — фотокорреспонденты
Ашуркова А., Белозерцева Я, Чугункова О. — корреспонденты.