

ВРЕМЯ ПЕРЕМЕН

Сегодня в номере:

1. Школьные новости
2. Рубрика «Край, в котором я живу»
3. Что такое весенняя депрессия?
4. «Вы знаете, что...»
5. Знаменательные даты апреля.

ШКОЛЬНЫЕ НОВОСТИ

7 марта в школе был проведен День самоуправления. Его организатором выступил Совет обучающихся. Учащимися 10-11 класса были распределены учебные предметы. Заранее были подготовлены планы уроков и конспекты. Утром седьмого марта новоиспеченные учителя под звуки школьного вальса встречали своих наставников с яркими шариками. Пять уроков пролетели незаметно. Назначенный на должность директора ученица 10Б класса весь учебный процесс следила за дисциплиной и порядком на уроках. Учебные занятия закончились педагогическим советом, на котором присутствовали действующий директор школы и заместитель директора по воспитательной работе. Старшеклассники высказывали свои мнения о проведенных уроках. Делились впечатлениями об учениках.

Были отмечены как положительные, так и отрицательные стороны этого учебного дня. Некоторые ребята изъявили желание поступать в педагогические вузы. Это было приятно услышать.



«Дружат на планете, взрослые и дети». Под таким девизом прошло спортивное мероприятие с участием учащихся старших классов и учителей школы. Под веселую песню три команды вышли в спортивный зал. Их приветствовали болельщики из числа учащихся и педагогов. Сначала приветствие команд, затем начались спортивные конкурсы. Бегали с мячами, ездили на одной лыже, прыгали с мячами и обручами, даже побывали в роли Змея Горыныча. Дружными «кричалками», их поддерживали болельщики. Паузы между конкурсами были заполнены музыкальными номерами, подготовленными детьми. С небольшим отрывом выиграла команда педагогов. Мероприятие понравилось и учащимся и взрослым.



10 марта прошла школьная научно исследовательская конференция. В ней приняли участие 5-11 классы. Были представлены работы по разным направлениям: биология, математика, экология, литература, иностранный язык, краеведение. Всего 11 работ. По итогам выступлений на городскую научно исследовательскую конференцию были отобраны 9 работ. 16 марта ребята защищали свои работы на городе. По итогам выступления в школьную копилку было добавились: одна победа и два призовых места.



«Береги природу». Под таким название в школе 17 марта прошло мероприятие экологической направленности. В нем приняли участие учащиеся 7-8 классов. От каждого класса выступила команда из пяти человек. Ребятам предстояло перелистать девять страниц книги «Планета наш общий дом». «Экологическая разминка», «Экознайка», «Эконевидадь», «Красная Книга», «В мире птиц», «Негромкая музыка цветов», «Мудрые мысли», «Чудо- дерево», «Будущее планеты в наших руках», «Обращение от имени природы». Все эти страницы помогли ребятам окунуться глубже в прекрасный мир нашей природы. Ребята активно отвечали на вопросы викторины, грамотно объясняли правила поведения человека в разных ситуациях на природе. Каждая команда оригинально оформила, а затем и представила коллаж «Береги природу». Очень четко выразили мысль учащиеся в обращениях от имени природы к : предпринимателям, военным, ученым, учащимся школы. Такие мероприятия заставляют учащихся сильнее задуматься о том, как хрупка наша планета. Что мы сегодня должны приложить максимум усилий, чтобы сбереечь ее для будущих поколений



23 марта 2017 года в нашей области состоялась онлайн конференция «Имею право знать», посвященная вопросам профилактики распространения наркомании и связанных с ней правонарушений. В видеоконференции приняли участие учащиеся 8х классов . Им была предоставлена возможность задать в чате вопрос по обозначенной тематике представителям правоохранительных органов, психологам и медицинским работникам. Ребят интересовали вопросы: Бывают ли безвредные наркотики? Наркомания это болезнь или распущенность? В чём опасность курительных смесей? Как наказывают людей, которые распространяют информацию о наркотиках и предлагают их купить? Особое внимание было уделено пагубному влиянию наркомании на личность и общество. Многие проявления были проиллюстрированы реальными историями, звучащими из уст специалистов - медиков.



Рубрика «Край, в котором я живу»

Архитектурный комплекс на улице Победы в г. Жигулёвске.

Комплекс включает в себя : площадь Победы с монументом Воину-Освободителю, здание городской школы искусств, с левой стороны жилые дома № 2, 4, 8 и 10, здание НГДУ и портики. Строительство осуществлялось по проекту ленинградских архитекторов с 1954-1957 год.

Жилые дома расположены симметрично относительно здания НГДУ. Портики украшают и придают законченность всему комплексу. Назначение этих малых архитектурных форм менялось со временем : от места отдыха , до частных мастерских по ремонту обуви и часов. Жилые здания по фасаду оформлены колоннами.

Совершенно уникально здание детской школы искусств. Карниз имеет фигурную лепнину, колонны перед парадным входом венчают капители. Третий этаж выделен над парадным входом открытой галереей.

На площади, перед входом в городской парк был устроен фонтан в виде двухъярусной чаши с богатым лепным узором в основании. Сейчас на этом месте установлен монумент Воину-Освободителю.





Что такое весенняя депрессия?

Интересный парадокс: весной, когда природа пробуждается после холодной зимы, люди часто после первых дней эйфории, наоборот, впадают в состояние уныния. Психологи утверждают, что это защитная реакция организма на смену сезона и внешнего вида природы. Тяжело после чистой, белой зимы в течение марта-апреля видеть серые, грязные улицы с жухлой прошлогодней травой, а частые дожди и утренние туманы также не радуют глаз и душу. К тому же, немаловажную роль играет и весенний авитаминоз.

На душе тоска, отсутствует интерес к происходящему вокруг, лень вставать с кровати, да и просто нет душевных и физических сил что-либо делать, грустно и нередко даже хочется плакать... Все это признаки весенней депрессии. Чтобы совсем не впасть в тоскливое состояние и печаль, предлагаю вашему вниманию несколько советов психологов о том, как бороться с этой напастью.

Совет №1. Самый простой и вкусный. Ешьте побольше шоколада. Всем известно, что вещества, содержащиеся в нем, поднимают настроение.

Совет №2. Двигайтесь. Если нет сил и желания заниматься спортом, просто сходите на прогулку или в магазин. Во время движения организм мобилизуется и приходит в норму.

Совет №3. Купите себе подарок. Необязательно покупать, что-то очень дорогое. Даже маленький пробник духов отвлечет вас от грустных мыслей.

Совет №4. Окутайте себя приятными ароматами. Приятные запахи, как известно, поднимают настроение. При депрессии хорошо помогают сладкие запахи ванили и кокоса.

Совет №5. Послушайте музыку. У каждого человека есть любимая мелодия. Возможно это нежная грустная песня о любви, во время прослушивания которой у вас слезы текут ручьем. Психологи призывают слушать любимые песни и плакать под них, ведь так вы выпускаете из себя отрицательную энергию и душевную тоску, накопившуюся в вас. А самое главное, вы плачете не по какому-то личному поводу, а лишь из-за того, что на вас так влияет мелодия. В одном из штатов Америки проводилось исследование, после которого 98 % девушек ответили, что после слез во время прослушивания грустной мелодии, у них сразу поднималось настроение.

Совет №6. Улыбнитесь себе. Просто напрягите мышцы лица, и мозг моментально вспомнит это выражение, и ваше настроение автоматически поднимется. Человек улыбается только тогда, когда ему хорошо и радостно.

Совет №7. Займитесь творчеством. Многие великие шедевры были созданы под влиянием депрессии. Может быть, и ваше плохое настроение принесет вам хорошие плоды.

Совет №8. Не переживайте. Как напомунал всегда себе царь Соломон, все проходит, и это тоже пройдет.



Вы знаете, что 1 апреля –



День пробуждения домового от зимней спячки?! Дело вот в чем. Наши предки, славяне, верили, что на зиму, он, подобно многим животным и духам, впадал в спячку и просыпался лишь изредка, чтобы сделать необходимую работу по дому. Спал домовый ровно до того времени, когда уже весна полно-стью вступит в свои права. А она приходила совсем не в марте, а в апреле. Точнее сказать, приход весны ознаменовался днем весен-него равноденствия 22 марта и все последующие дни вплоть до 1-го апреля были днями встречи весны. Первого же числа, весна приходи-ла окончательно и бесповоротно, и главный дух-хранитель очага должен был проснуться, чтобы на-вести порядок в доме. Как известно, когда мы долго спим, а потом просыпаемся по зову нашего будильника, то часто бываем недовольны этим. Мы зеваем и ворчим, почему нас разбудили так рано. Малые дети вообще начинают капризничать. А наш домовый имеет иногда повадки ребенка, и после долгой спячки просыпается тоже не очень радостный. И тут же начинает шалить, а порой и хулиганить. То остатки муки из мешков высыпет, то гривы лошадям запутает, коров перепугает, белье перепачкает. Конечно, славяне пытались умаслить недовольного домового кашкой, молочком и хлебом, но как известно, к хлебу обязательно должны прилагаться и зрелища. Такими зрелищами для проснувшегося духа становились повсеместные гуляния, шутки, смех людей в доме, которые разыгрывали друг друга весь день. К тому же, чтобы было веселее домовому, да и всем окружающим, обитатели дома надевали одежду наизнанку, подобно самому духу пращуру, который, как известно, носит свою меховую жилетку швами наружу; на ногах должны были непременно красоваться разные носки или обувь, а в разговоре все старались обмануть друг друга или пошутить, чтобы хозяин-батюшка домовый забыл, что он недавно проснулся. Со временем, про встречу весны и умасливание домового первого апреля забыли, но традиция шутить, разыгрывать и обманывать в этот день, оста-лась. Как осталась поговорка - первого апреля никому не верят.

- 1 апреля - Всемирный день птиц
- 2 апреля - единение народов Белоруссии и России
- 2 апреля - Международный день детской книги
- 4 апреля - День Святого Исидора Севильского (покровитель Интернета и компьютеров)
- 7 апреля - Всемирный (международный) день здоровья
- 11 апреля - День ПВО (День войск противовоздушной обороны)
- 12 апреля - Всемирный день авиации и космонавтики
- 18 апреля - Ледовое побоище (Александр Невская битва) -

Дни воинской славы России

- 22 апреля - День защиты окружающей среды = Всемирный День Земли
- 28 апреля - День охраны труда
- 29 апреля - Международный день танца
- 30 апреля - День пожарной охраны (День пожарного)

Номер подготовлен Министерством информации и печати государства «Седьмой континент».