

ВРЕМЯ ПЕРЕМЕН

Сегодня в номере:

1. Школьные новости
2. Рубрика «Азбука права»
3. Рубрика «Край, в котором мы живем»
4. Рубрика «Твое здоровье в твоих руках»
5. Памятка по ПДД

Школьные новости

Стало традицией в первые весенние дни поздравлять учителей –ветеранов и работающих учителей с праздником 8 –марта. В этом году ребята подготовили театрализованный концерт. Вели его учащиеся 7 «А» и 8 «А» классов. Сценки ,стихи, песни и танцевальные номера чередовались шутками Оле-Лукойе. С хорошим весенним настроением все ушли на праздничные выходные.

13 марта в школе прошел конкурс экологического плаката « В природе важен каждый». В конкурсе приняли участие 5-11 классы. Лучшими плакатами признаны:5 «А»,6 «Б»,10 классы.

18 марта для всей страны особой день. День когда каждый сознательный человек должен выполнить свой гражданский долг- сделать выбор ,проголосовав за одного из кандидатов в президенты нашей страны. Учащиеся нашей школы и их родители активно откликнулись на это мероприятие. В школе была подготовлена и представлена выставка детского творчества и проведены четыре концерта с участием детей СПДС « Дружные ребята» и учеников школы. Много добрых слов в адрес детей и преподавателей услышали мы от посетителей выставки и концерта.

23 марта в «Многофункциональном культурном центре» прошла презентация проектов для участия во Всероссийском конкурсе в сфере создания комфортной среды в малых городах и исторических поселениях. В мероприятии приняли участие 9 школ округа. От нашей школы выступила команда учащихся 9-10 классов. Они подготовили проект благоустройства парка «40 лет ВЛКСМ». Эскизы, творческое представление - итог ребята стали победителями. В подарок каждый получил по два билета в к\т «Аэрохол».

29 марта команда нашей школы из учащихся 11 «Б» класса приняла участие в очном этапе восьмого областного конкурса социальных проектов «Будущее за нами». Ребята защищали свой проект « Подари праздник детям». Пять минут выступления, затем ответы

на вопросы жюри. Результат – второе место. Молодцы ребята! Вместе с участниками в город Самара ездила группа поддержки из учеников 8-10 классов. Теперь они смело могут следовать своим предшественникам.



Рубрика «Азбука права».

Прокуратура г. Жигулевска разъясняет: «Профилактика мошенничеств, в том числе совершаемых с использованием средств сотовой связи».

Комментирует старший помощник прокурора города Ломакина М.С.

На территории г.о. Жигулевск продолжается увеличиваться число зарегистрированных мошенничеств, совершенных в том числе с использованием сотовой связи. Самые распространенные виды мошенничества: «Ваш родственник попал в беду», «Вы выиграли приз», «Приобретение автомобиля через средства Интернет», «Ваша карта заблокирована».

Чтобы не стать жертвой злоумышленников необходимо соблюдать простые правила безопасного поведения и обязательно довести их до пожилых родственников:

- никогда не доверяйте звонкам и сообщениям, что ваш родственник или знакомый попал в аварию, больницу, за решетку и теперь за него нужно внести залог (штраф, взятку);

- не отвечайте, если на ваш телефон поступают звонки или смс-сообщения с неизвестных номеров с просьбой положить на счет деньги, чтобы помочь детям или получить якобы выигранный приз;

- не сообщать данные о банковской карте;

- не использовать СИМ-карты, привязанные к сервису «Мобильный банк» на современных смартфонах на базе операционных систем IOS (Apple- iphone), Android и Windows phone.

Уголовная ответственность за мошенничество предусмотрена ст. 159 УК РФ. В зависимости от квалифицирующих признаков наказание за хищение чужого имущества или приобретение права на чужое имущество путем обмана или злоупотребления доверием назначается в виде штрафа, обязательных, исправительных работ, ограничения свободы, лишения свободы на срок от 2 до 10 лет.

Если же вы стали жертвой мошенничества незамедлительно просим обращаться в О МВД России по г. Жигулевску по адресу: г. Жигулевск, ул. Декабристов, д. 4 или в прокуратуру города по адресу: г. Жигулевск, ул. Пионерская, д. 3а. При отсутствии такой возможности звонить по телефону 02, 2-23-90.

Рубрика «Край, в котором мы ЖИВЕМ»

Каменная чаша (Самарская область).

На Волге есть полуостров, образованным большим изгибом реки. Он носит название Самарская Лука. Здесь, в Жигулёвских горах, находится Каменная чаша – углубление в виде котла, созданное пятью оврагами и склонами гор. Это природное образование является достопримечательностью государственного заповедника. Урочище «Каменная чаша» в Самарской области стало популярным среди местных жителей благодаря роднику, который считается одним из старейших источников Жигулёвских гор. Начало родник берёт в лесном овраге. Вокруг него большое количество вывороченных каменных глыб. Небольшая струя воды пробивается из-под каменного гребня, попадая на каменную плиту, стекает по промытому водой желобку и образует небольшой, диаметром полметра, водоём. Вода, накапливаясь, стекает вниз по желобу. Второй раз родник появляется примерно через сто метров. Он вытекает из-под каменных глыб левого угла пещеры. Струя его более многоводная и стекает в подставленный жёлоб. Дальше по горе появляется стена, имеющая множество щелей, из которых появляется вода. Здесь есть два входа в пещеру, в полу которых из расщелин вытекают два ручейка, соединяющихся в один. Стекая по каменным уступам, они попадают в деревянный желоб. Вся вода этого источника, пробивающегося через скалы, собирается по желобам.

Как говорилось выше, Каменная чаша в Самарской Луке образовалась в результате слияния нескольких оврагов, образованных в Жигулёвских горах. С южной стороны в разных оврагах есть ещё два родника, которые находятся в зарослях леса. Склоны их крутые, поэтому путь к ним достаточно труден. Вытекая из скалистых расщелин, они стекают в овраг со странным названием Колоды. Как полагают учёные, водоносные и водоупорные слои, из которых вытекают родники, были образованы древними морями: Акчагыльским и менее солёным Хвалынским. Это отражается и на составе воды в родниках. В одних источниках вода с большим содержанием хлоридов, в других - меньший состав карбонатов и хлоридов. Название «Каменная чаша» Совершая поход в Каменную чашу в Самарской области, многие хотят узнать, откуда взялось название этого урочища. Существуют две версии его появления. Согласно одной из них, такое наименование урочищу дало котлообразное горное образование, появившееся в результате слияния оврагов. Согласно другой версии, такое название произошло в результате трансформации тюркского слова «чашма», что в переводе обозначает "родник", "источник". Правдоподобными кажутся обе версии.



Рубрика «Твое здоровье в твоих руках»

Рекомендации по составлению распорядка дня школьника:

- Начните день с утренней зарядки, продолжительность которой в зависимости от возраста – от 10 до 30 минут.
- После утренней зарядки переходите к водным процедурам – утреннее умывание, ежедневный душ.
- Обязательно завтракайте, причем завтрак должен быть горячим и довольно плотным, составляя четверть от суточной потребности ребенка.
- Вернувшись из школы, Вы должны пообедать и обязательно отдохнуть. Послеобеденный отдых – 1-1,5 часа, без чтения книг и просмотра телевизора.
- Оптимальным временем для приготовления уроков служит период с 16 до 18 часов, соответствующий физиологическому ритму наилучшего усвоения информации. Начинать выполнение домашнего задания рекомендуется с наименее тяжелых предметов, переходя к более сложным. Максимальная продолжительность периода работоспособности составляет 30-40 минут, после чего следует проводить 15-минутные перерывы.
- Уроки готовьте в тишине, исключите шум, разговоры, музыку. Из-за шума значительно быстрее наступает утомляемость, возникает добавочная нагрузка на мозг.
- 1,5-2 часа свободного времени используйте для занятий по интересам. Оптимальная длительность просмотра телепередач – не более 1,5 часов 2-3 раза в неделю.
- Находитесь на свежем воздухе достаточное количество времени. Лучшими считаются подвижные игры и занятия спортом. Особенно важно пребывание на улице вечером перед сном.
- Спите не менее 9-10,5 часов. Важно всегда ложиться и вставать в одно и то же время, тогда будет обеспечено и быстрое засыпание и легкое пробуждение.
- Перед сном обязательно следует умыться, почистить зубы, помыть ноги и хорошо проветрить комнату.
- Если Вы занимаетесь во вторую смену, делать уроки вечером не следует, домашнее задание нужно готовить через 30 минут после завтрака.
- В период подготовки к экзаменам не меняйте режим дня. Не занимайтесь до глубокой ночи. Подготовку к экзаменам лучше проводить в утренние и дневные часы.

Памятка по ПДД

Твой друг — велосипед. Памятка велосипедисту.

Вы вернулись после каникул в город. Для обеспечения безопасности движения, предупреждения несчастных случаев каждый, кто пользуется велосипедом, должен знать и соблюдать следующие правила движения:

1. Ездить на велосипедах по улицам и дорогам разрешается с 14 лет. Такое правило введено не случайно. Дети младшего возраста, выезжая на улицу, подвергают свою жизнь опасности не только потому, что не знают Правила дорожного движения, но и потому, что они — дети. Попав в поток транспорта или проезжая перекрёсток, они могут растеряться, потерять управление и попасть под колёса идущей рядом машины. К сожалению, такие случаи ещё происходят на улицах наших городов и посёлков.
2. Водитель велосипеда должен иметь при себе документ, подтверждающий знание Правил дорожного движения.

Не разрешается ездить на велосипеде:

- без номерного знака, звонка, с ненадёжными тормозами и рулевым управлением, а в тёмное время суток, кроме того, без зажжённого фонаря (фары) белого цвета спереди и красного фонаря (или светоотражателя) сзади;
- по тротуарам и пешеходным дорожкам садов, парков и бульваров;
- на расстоянии более одного метра от тротуара или обочины;
- не держась за руль руками, вперегонки, цепляясь за движущиеся транспортные средства или за другого велосипедиста;
- в непосредственной близости к идущему впереди транспортному средству;
- по улицам и дорогам, обучая и обучаясь езде на велосипеде.

Запрещается перевозить на велосипеде:

- предметы, которые могут помешать управлению им, или выступающие более чем на полметра по длине и ширине за габариты велосипеда;
- пассажиров на раме или багажнике. Для перевозки ребёнка велосипед должен быть оборудован дополнительным сиденьем и подножками.

Велосипедист не должен поворачивать налево и разворачиваться на дорогах, имеющих более одной полосы для движения в данном направлении.

Запрещается буксировка велосипедов и велосипедистами.

Напоминая о Правилах движения, просим запомнить, что Ваша безопасность на дороге зависит от того, насколько точно Вы эти правила соблюдаете.

