

Газета МОУ Лесная СОШ с. Лесное

На школьной волне



Сентябрь 2016 г

Дерзай, расти, твори и развивайся!

Первый день осенний в солнечных лучах,
Мальчики – в костюмах, девочки – в цветах.
Радостью искрится нынче всё вокруг,
И пестрят букеты в сотнях детских рук.
Пусть улыбки светят ярче всех огней,
Пусть подарит школа много светлых дней!
Каждый день проходит пусть у вас не зря!
С праздником, ребята! С 1 сентября!



Сентябрь! Прекрасная пора! Опять оживает школа! Снова в классах и коридорах зазвучит ребячий смех. Будут и радости, и победы! Сегодня в мир знаний в первый раз открылась дверь для ребят, которые еще совсем недавно ходили в детский сад. Сегодня наша любимая школа приветливо принимает 44

первоклассника. Давайте пожелаем им доброго пути по Дороге Знаний!

Сегодня в номере:



- Почему учебный год начинается 1 сентября?
- Осенний кросс
- Быть здоровым – значит быть успешным!

Почему учебный год начинается 1 сентября.

В России никогда не было единой даты начала учебного года. В деревнях к учебе могли приступить поздней осенью, после окончания сельхозработ, а гимназисты - в середине августа. Только в 1935 году Совнарком принял постановление: первым учебным днем стало 1 сентября. Была установлена продолжительность учебного года и введены фиксированные каникулы.



Дата 1 сентября выбрана не случайно.

На Руси встречали в этот день Новый год. Петр Первый повелел перенести новогодние праздники на 1 января. Не последнюю роль в этом вопросе сыграла церковь. Большинство школ в те времена были при церквях, которые не спешили менять привычный календарь.

1 Сентября в советских школах.

В советских школах 1 Сентября было торжественным днем. Главные атрибуты первого учебного дня - праздничная линейка, во время которой чествовали первоклассников, впервые переступающих порог школы. Официально праздника в календаре не было, но в народе его называли «Первый звонок» или просто — 1 Сентября. Ученики всегда приходили в этот день с букетами, дарили их учителям.

Как правило, учебный год начинали классным часом, во время которого сообщали расписание уроков, знакомили с новыми учителями и сообщали важную информацию.



День знаний — от привычной даты к празднику.

В 1980 году Указом Президиума Верховного Совета СССР был учрежден День знаний. Но на протяжении нескольких лет этот день продолжал оставаться учебным. В новом формате его впервые отметили только в 1984 году.



В школах вместо классного часа первым уроком начали проводить Урок мира, целью которого стало воспитание патриотизма, гордости за Родину и гражданственности. Постепенно в учебных заведениях отказались от привычных уроков: День знаний перестал быть учебным, его наполняли различными увеселительными мероприятиями и развлечениями.

День знаний в современной России.

В новой России 1 Сентября не является учебным днем. По многолетней традиции утро начинается с торжественной линейки и Первого звонка. Ученики приходят в школы нарядными, с цветами и шарами. Как всегда, главные виновники праздника — первоклассники.

«А ну-ка, взрослые и дети!»



15 сентября в рамках празднования юбилея нашей школы у нас прошёл спортивный праздник «А ну-ка, взрослые и дети!». Две команды (ученики начальных классов и родители) пробовали свои силы в различных конкурсах. Мероприятие

прошло на позитивной ноте, оставило массу приятных впечатлений и положительных эмоций. Традиционно дружеская встреча завершилась вничью, участники получили грамоты и ценные подарки. И в итоге – общее фото на память!



Нас не догонят!



С целью привлечения учеников к спорту и пропаганды здорового образа жизни в нашей школе ежегодно проводится осенний легкоатлетический кросс. Этот год также не стал исключением. В пятницу 9 сентября на старт вышли 250 учеников нашей школы. Погода не подвела и предоставила спортсменам все условия для достижения высоких результатов. Участники кросса приложили немало усилий, чтобы

добежать до финиша. И не зря! Они получили заряд бодрости и хорошего настроения на целый день! Несомненно, осенний кросс показал массовость и активность учащейся школы и хорошую спортивную подготовку наших спортсменов. Самым лучшим и



быстрым спортсменам было предложено отстоять честь школы и района во Всероссийском дне бега г. Твери. 25 сентября 20 юных легкоатлетов отправились в областную столицу. Кто-то был там в первый раз, ну а кто-то уже неоднократно пробовал свои силы в Кроссе наций г. Твери. На такого рода соревнованиях участники бегут себе в радость, они чувствуют



объединение младшего и старшего поколений и становятся чуть ближе друг к другу. На вопрос: «Нужно ли заниматься спортом?» - все участники забега ответили: «Да!». Мы понимаем, что ученики нашей школы выступают за здоровый образ жизни! Так держать, ребята!



Здоровье школьников



Начался учебный год, и это не только время нагрузок на организм школьника, но еще и осенне-зимнее время. Школьникам важно хорошее внимание, память, желание учиться, готовность организма к нагрузкам, хорошая работа иммунной системы, пищеварительной системы и т.д. Наш организм нуждается в поддержке, т.к. нагрузки большие, высокие требования, дополнительные занятия, различные кружки и т.д. Чтобы ребята не уставали, высыпались, были внимательны и активны на уроке, чтобы не пропадало желание учиться, у детей должно быть хорошее здоровье.

Советы:

Каждый день школьника должен начинаться с утренней гимнастики, которая недаром называется зарядкой, так как прогоняет остатки сонливости и дает заряд бодрости на весь предстоящий день. Гимнастические упражнения следует проводить в хорошо проветренной комнате, в теплое время года — при открытом окне или на свежем воздухе. Гимнастические упражнения усиливают работу сердца и легких, улучшают обмен веществ, благотворно действуют на нервную систему.

- ✓ Почаще давайте глазам отдых. 10–15 минут отдыха: школьник бегаёт, прыгает, смотрит в окно, делает гимнастику для глаз.
- ✓ За компьютером школьник может проводить не больше 15–20 минут в день. Если работу за это время не выполнить, ее надо разбить на части и через каждые 15 минут делать перерыв для глаз.
- ✓ Закаляйтесь, чтобы как можно меньше болеть, занимайтесь спортом – бегайте, играйте в теннис, футбол...
- ✓ Ешьте полезные для глаз продукты: творог, кефир, отварную рыбу, морковь и капусту, чернику, бруснику, клюкву. И обязательно зелень: петрушку, укроп...
- ✓ Постоянно следите за тем, как сидите, стоите. Встаньте к стене, прикоснитесь к ней пятками, икрами, лопатками и головой. Позвоночник выпрямлен, плечи развернуты, лопатки сближены, живот втянут. Вот она – правильная поза! Тело должно ее запомнить. А дальше держаться ровно войдет у вас в привычку.
- ✓ Работать над осанкой никогда не поздно. Даже в 15–16 лет еще можно исправить спину. Но зачем ждать, когда спина станет кривой, не лучше ли начать заботиться о ней прямо сейчас?
- ✓ Ложиться спать в такое время, чтобы утром просыпаться отдохнувшим, выспавшимся.
- ✓ Все занятия и подготовку к урокам заканчивать за два с половиной часа до сна.
- ✓ Оставшееся время перед сном проводить в спокойных играх (но не на компьютере!), в чтении книг (но не из школьной программы!) или гуляя. Эффект от прогулки перед сном равен эффекту от приема двух таблеток, улучшающих обмен веществ в головном мозге.

Цветкова Л.П.

Над номером работали: Поспелова Е.Н., Смирнова Е.В., Соколова Т.А.

Наш адрес: Тверская обл, с.Лесное, Дзержинского, 20А