

Специальный
выпуск



Школьная пора

Газета Муниципального казенного общеобразовательного учреждения основной общеобразовательной школы с. Татаурово. Выходит 1 раз в месяц. Выпуск № 4 (42) декабрь 2012

Спорт – альтернатива пагубным привычкам

СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- 1с. О проведении Всероссийской акции «Спорт – альтернатива пагубным привычкам»
- 2с. Познавательный час «Овощные культуры»
- Викторина «Полезные свойства овощей, ягод и фруктов»
- 3с. Сочиняем стихи «Спорт любить – здоровым, сильным быть!»
4. Коммунарский сбор «Мы – коллектив»
5. День Здоровой пищи
6. День спорта

Актуальность проблемы

Проблема наркомании давно вышла за пределы медицинской и силовой. Сегодня наркотики угрожают национальной безопасности России. Болезнь поражает молодых и работоспособных, лишает их, а значит, и общество – будущего. Что мы можем противопоставить этому?

Опыт показывает, что физкультура и спорт обладают универсальной способностью в комплексе решать проблемы повышения уровня здоровья населения, воспитания и образования подростков и молодёжи, формирования нравственных ценностей. Недаром говорить в здоровом теле – здоровый дух.

Лучшего лекарства и наркотика, кроме спорта, нет. Он должен присутствовать в нашей жизни, не важно, что это: теннис, баскетбол, бокс, волейбол, хоккей, шахматы. Спорт – это модно, полезно и всё, что угодно.

Из Положения о проведении акции



Дорогие читатели!

Спецвыпуск газеты «Школьная пора» посвящается **Декаде Здоровья**, которая прошла в нашей школе с 20 ноября по 30 ноября в рамках проведения **9-ой Всероссийской акции «Спорт – альтернатива пагубным привычкам»** в Нолинском районе. В этом номере мы расскажем о мероприятиях, проведённых в нашей школе.

Цель акции: популяризация здорового образа жизни среди учащихся, привлечение детей и подростков к систематическим занятиям физкультурой и спортом.

Руководство и организаторы: учитель биологии и ОБЖ Н.И. Носкова, учитель физкультуры А.Я. Федяев, учитель химии Н.П. Подшивалова, классные руководители 1-9 классов

Участники: учащиеся 1-9 классов, педагоги.



Открытие Декады Здоровья



Информационный стенд
«Полезные свойства
овощей, ягод и фруктов»

20 ноября

Открытие Декады здоровья Познавательный час «Овощные культуры»

В этот день Н.И. Носкова познакомила учащихся с планом проведения Декады Здоровья. Ребята убедились в том, что занятия спортом дарят человеку здоровье, способность активно участвовать в жизни общества, предотвращают влечение к вредным привычкам.

Далее на познавательном часе «Овощные культуры» учащиеся узнали о том, какая страна является родиной так знакомых каждому с детства овощей и фруктов. Для этого ведущая Н.В. Зубарева пригласила всех совершить незабываемое путешествие по разным

странам и континентам сначала на корабле, затем на слоне, и, конечно, на самолёте. Учитель показала на карте место рождения свёклы, чеснока, перца, моркови, баклажана, картофеля, томата. Ребята узнали интересные факты из истории их возделывания и об их полезных свойствах.

Оказывается, чеснок помог людям построить уникальные сооружения – египетские пирамиды. 10 тысяч человек строили одну пирамиду 20 лет. Случилось бы одному заболеть – началось бы бедствие. Но эти люди не заболели – они ели чеснок.

А ещё ребята разгадывали загадки, играли в игру «Вершки и корешки», определяя на ощупь овощи.

Популова Анна, 8 класс

Подумай-ка

ВИКТОРИНА

"ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА ОВОЩЕЙ, ЯГОД И ФРУКТОВ"

1. Зелень, хорошая профилактика инфаркта, улучшает водный баланс, благотворно влияет при малокровии, авитаминозе. (**Укроп**)
 2. Употребление этого овоща очень полезно для зрения и профилактики раковых заболеваний.

(Морковь)

3. Этот овощ является сильным антиаллергеном. (**Капуста**)
 4. Этот овощ улучшает работу кишечника, снижает давление.

(Свёкла)

5. Этот фрукт обладает укрепляющим действием. Хороши для почек, сердца, обмена веществ.

(Яблоко)

6. Ягода, которая обладает огромным количеством витамина С.

(Чёрная смородина)

7. Фрукт, оказывающий противосклеротическое действие, способствует выведению из организма воды и поваренной соли.

(Груша)

8. Плоды всех сортов рябины содержат много витамина С. Но варят целебное варенье и делают компоты именно из сортов этой рябины. Какой?

(Черноплодной рябины)

9. Кусты этой ягоды растут по всему земному шару и встречаются в лесах, на берегах рек и болот, в горах. Каждый уважающий себя дачник обязательно высаживает несколько сортов этих ягод, а хозяйки торопятся запастись полезным и вкусным вареньем или джемом.

(Чёрная смородина)

10. Эти резные листочки
 Лечат сердечко и почки.
 Улучшают аппетит,
 Боль прогонят, где болит.
 Быстро смывают веснушки,
 И лысины нет на макушке.

(Петрушка)

11. В бордовых корнеплодах
 Лекарство от запоров.
 Давление понижает,
 Салат – от ожиренья.
 А сок – от воспаления.

(Свёкла)

12. Этот плод – аптека наша,
 Из него полезна каша.

Семечки – деликатес,
 И глистам – противоядие.
 Диетическое блюдо –

От болезней всех, как чудо! (**Тыква**)**Объявляются победители викторины!**

I место – Питиримова Юлия, 5 класс

II место – Соболева Ульяна, 6 класс

III место – Мамаева София, 4 класс

Благодарность участникам:

- Мансуровой Екатерине, 5 класс

- Федурце Валерии, 4 класс

- Популовой Анне, 8 класс

- Ефремовой Анастасии, 5 класс



21 ноября

В заключение познавательного часа ребята участвовали в викторине «Полезные свойства овощей, ягод и фруктов». Мы публикуем вопросы викторины и ответы. А также поздравляем победителей и участников!

«Спорт любить – здоровым, сильным быть!»

Вы зарядкой занимаетесь
Ежедневно по утрам.

И, конечно, закаляйтесь –
Это так поможет вам!

Свежим воздухом дышите
По возможности всегда,

На прогулки в лес ходите,
Он вам силы даст, друзья!

Чтобы лучше жить на свете,
Занимайтесь спортом, дети!

Ешьте к завтраку котлету,
Но не стоит есть конфету.

Всем на свете улыбайтесь,
К спорту присоединяйтесь!

Федурица Валерия, 4 класс

Всем зарядку делать надо,
Много пользы от нее.

А здоровье – вот награда,
За усердие твое!

Чтобы день прошел в порядке,
Не забудьте о зарядке.

Утром, встав, почисти зубы,
Уши мой, глаза и губы!

Мамаева София, 4 класс

Чтобы всем нам не болеть,
Надо закаляться.

Прыгать, бегать и играть,
Спортом заниматься!

Сергеева Дарья, 4 класс

Ранним утречком вставайте,
Спортом занимайтесь!

Закаляйтесь, улыбайтесь,
Силы набирайтесь!

Про друга Костю

Есть друг Костя у меня.

Очень он спортивный.

Посмотрите на него,

Какой он активный.

Всех ребят он соберет

Спортом заниматься,

Прыгать, бегать, кувыраться,

Силы набираться.

И зимой не забывает

Костя закаляться.

С жаркой баньки

Прыг в снежок.

Там и кувыраться.

Улыбается всегда,

Не болеет никогда,

Потому что друг мой Костя

Спортом занимается.

Буйских Владислав, 4 класс

Сочиняем стихи!

Учащиеся начальной школы активно откликнулись на участие в творческом конкурсе, номинация «Литературные работы». Они сочинили стихотворения о здоровом образе жизни.



Чтобы избежать болезни,
Дам, друзья, совет полезный:

Спортом занимайтесь,
А также закаляйтесь!

Если хочешь прожить век –
Примени спортивный бег!

А для красивой пластики
поможет вам гимнастика.

Раз – прыжок! Два – прыжок!

Три наклона, кувырок.

Ну же, улыбайся!

И присоединяйся!

Будешь ты активный

И всегда спортивный!

Также, чтобы дольше жить,

Нужно не ездить, а ходить!

Здоровье – это сила!

Здоровым быть красиво!

Кальсина Валерия, 3 класс

Чтоб расти и закаляться,

Будем спортом заниматься!

Закаляйся, детвора!

В добрый час! Физкульт-ура!

Целищев Пётр, 3 класс

Если с детства ты спортивный,
То и в обществе активный.

Физкультурой занимайся

И характер закаляй!

Чаще встречным улыбайся

И других присоединяй.

Бегом занимайся

И ходьбу не забывай.

Это очень всё полезно,

Будешь век ты без болезней

Жить и доктора не знать!

Приходите все в спортзал –

Прыгать, кувыраться!

Нам даёт гимнастика

Пластику и грацию!

Чтобы тело было сильным,

Стройным и красивым!

Бородулина Дарья, 1 класс

Будем бегать и купаться,

Будем спортом заниматься.

И когда большими будем,

Чтобы жизни век прожить,

Здоровьем надо дорожить.

Ендальцев Илья, 3 класс

Коммунарский сбор «Мы – коллектив!»



Из отзыва

Счастливый день

Как только мы прибыли в Медведскую школу, нас зарегистрировали и разделили на команды (оранжевые, синие, красные, зеленые, желтые). Позавтракали и отправились в актовзый зал на торжественное открытие коммунарского сбора. Каждая делегация рассказывала о жизни своей школы.

После этого организаторы пригласили нас пройти «Тропу испытаний». В составе новых команд мы искали материки, выполняя разные задания: прыгали на скакалке, строили бумажную пальму, извивались гусеницей, изображали дракона. Задача – прибежать быстрее других на финиш.

После обеда нам предстояло посетить 5 мастер классов, каждый из которых шёл 25 минут. Нас учили оформлять социальную рекламу, создавать видеоролики, писать эссе.

Самым интересным моментом сбора стал «Флеш-моб», на котором мы разучивали танец. Мне понравилось такое движение: повернуться через плечо и подпрыгнуть, подняв руки вверх. А под музыку это здорово!

В личное время мы познакомились со школой. Наше внимание привлёк тренажерный зал, в котором размещены беговые дорожки, велосипеды, снаряды для укрепления мышц ног, рук. «Вот

23 - 24 ноября 2012 года на базе Медведской школы работники ДДТ г. Нолинска провели коммунарский сбор «Мы - коллектив», посвященный юбилею А.С.Макаренко. Участники – учащиеся детских организаций г. Нолинска, с. Шварихи, п. Медведок, п. Перевоз, с. Лудяны, п. Аркуль, с. Зыково, с. Татаурово. Это 58 человек: из них 43 девочки и 15 мальчиков. Нашу школу на этом сборе представляли: Соболева Ульяна (6 кл), Шихов Никита (7 кл), учащиеся 8 класса Популлова Анна, Шихова Екатерина, Булдаков Евгений и учителя Н.И. Носкова и А.Я. Федяев.



бы в нашу школу такой!» - подумал каждый из нас.

После ужина состоялись Олимпийские игры. Каждый участник сбора принял участие в двух состязаниях на личное первенство. Мы очень старались отличиться. Результат: **I место** заняла **Соболева Ульяна** по метанию дротиков! **II место** занял **Булдаков Евгений** по киданию в длину линейки!

Вечером нас ждала дискотека и игра «Форд Боярд». Представьте: во всей школе выключили свет. Команды путешествовали по школе в полной темноте. Правда, выдали фонарики. Нам нужно было найти спрятавшихся учителей и выполнить задание, которое они нам предложат. Если задание выполнялось успешно, нам дали бы ключ. Всего нужно было собрать 6 ключей. К сожалению, ни одной команде этого сделать не удалось.

На следующий день нам показали мастер-класс «Письмо маме».

Мне очень понравилось побывать в Медведке, я хорошо провела время и нашла новых друзей! Ребята, будьте активными, участвуйте в таких мероприятиях! Не пожалеете!

Шихова Екатерина, участница коммунарского сбора



27 ноября - день Здоровой пищи

«Русская каша – сила наша!»



27 ноября. Вторник.

С утра в школе только и разговоров, что о каше. Ещё бы! Сегодня – день **Здоровой пищи!** А проходит он под девизом **«Русская каша – сила наша»**. В школьной столовой три каши на выбор: манная, пшенная и рисовая. Приглашаем наших читателей на обед. Давайте подслушаем ребят, что же они говорят о русской каше.

Отгадай загадку:

- Что всегда поверх каши лежит?
- Не едят меня одну, и без меня ничего не едят.
- Жидкое, а не вода, белое, а не снег.
- Я бел, как снег, в чести у всех и нравлюсь вам во вред зубам.

Кашу маслом
не испортишь!



Нет щей, так
каши больше
лей!



Хороша кашка,
да мала чашка!



Заварил кашу, так
не желей ни
молока, ни масла!



Кашу есть –
зубов не надо!



Страницу подготовила Соболева Ульяна

Новости спорта

29 ноября двери школьного спортзала были открыты для всех любителей спорта. В этот день, в рамках 9-ой Всероссийской акции **«Спорт – альтернатива пагубным привычкам!»**, состоялся праздник День Спорта. Под руководством Носковой Н.И. и Федяева А.Я. ребята готовились к празднику заранее: репетировали выступление агитбригады, рисовали лозунг, а на уроках физкультуры и занятиях спортивных секций проходили тренировки.

Праздничное мероприятие открыли юные зожевцы – девушки 8-9 классов. Вика Емшанова, Катя Шихова, Настя Коршунова, Лена Шуркова, Аня Популлова активно пропагандировали здоровый образ жизни среди зрителей. А что может произойти с человеком, не соблюдающим режим дня и правила гигиены, страдающим вредными привычками, продемонстрировал Семен Кудрявцев, исполнив роль Лежебокина Карпуши. И если в начале агитбригады друзьями Карпуши были Грязь (Уля Соболева) и Сигарета (Женя Шабардин), то в завершении он говорит: «Приучу себя к порядку, буду делать я зарядку! Брошу я табак курить! Хочу здоровым тоже быть!»

Далее в программе праздника состоялись спортивные соревнования, в которых участвовали 4 команды. Судило выступление команд жюри в составе учителей Мальцевой Л.Н., Чайниковой В.В. и ученицы 9 класса Кати Емшановой.

Каковы же итоги спортивных состязаний?

Среди 7-9 кл. уверенную победу одержала команда Юрлова Алексея, опередив на два балла команду Емшанова Дмитрия. Упорно боролись за победу юные спортсмены 1-6 кл. В финальном конкурсе «Перетягивание каната» сильнее оказались игроки команды Куликова Ростислава. Они же стали победителями. Всего один балл им уступила команда Кропачева Данила.

День спорта (спортивные конкурсы и эстафеты среди команд 1-6 и 7-9 классов)



А вот призеры соревнований на личное первенство.

Турнир по дартсу

1-6 классы	7-9 классы
I место – Целищев Петр (28 очков)	I место – Ворсин Владимир (28 очков)
II место – Соболева Ульяна (20 очков)	II место – Шабардин Евгений (26 очков)
III место – Питиримова Юлия (18 очков)	III место – Шихов Никита, Редькин Павел (по 25 очков)

Метание линейки

1-6 классы	7-9 классы
I место – Кислицын Владислав (8,04 м)	I место – Емшанов Дмитрий (9,53 м)
II место – Буйских Владислав (7,62 м)	II место – Шабардин Евгений (8,51 м);
III место – Ефремова Анастасия (6,7 м)	III место – Ветошкин Константин (8,36 м)

Поздравляем победителей!

До новых спортивных встреч, дорогие друзья!

Созинова Анастасия, 8 класс

