

КОШКА 2

октябрь
№1/31
2020 год

«некоммерческое издание клубного объединения МБУДО ЦДОД в Кодинской СОШ №2»

*А листья тонут в бесконечных лужах,
Их больше ветер никуда не унесёт,
А дождь с худого неба льёт и льёт,
Он надоел, он никому не нужен.*

*Повисло небо серым покрывалом,
И давит и снижается как пресс.
За городом чернеет мокрый лес,
Идёт октябрь и холодов начало.*

Идёт

октябрь



Галина Натисотских

Сегодня в номере:

Коронавтуск 2020	стр 2
Какое лето у спортсменов?	стр 6
Цените тех, кто даёт нам бесценные знания	стр 7
Чтение – залог нашей речи	стр 8
Торопясь, быстрее опоздаешь	стр 9
Мать Тереза или Международный день благотворительности	стр 10
Сегодня – свобода, завтра – карантин или как семье пережить самоизоляцию	стр 12
Международный день борьбы с терроризмом	стр 13
День школьного рюкзака	стр 14
У кого есть бабушка и дед, тот не ведает бед	стр 16



Коронавыпуск 2020

Пандемия коронавирусной инфекции существенно повлияла на жизнь большей части населения нашей планеты. К сожалению, она не обошла стороной и наше государство, и количество позитивных тестов с выявлением этого заболевания в Российской Федерации действительно внушительное. Именно по причине борьбы с коронавирусом отечественные чиновники начали вводить ограничительные меры, которые коснулись быта не только взрослых россиян, но и школьников. В этом году, неожиданно для всех, все школы страны перешли на новый способ обучения - дистанционное обучение... Все нюансы этого обучения мы уже рассматривали в нашей газете, в одном из предыдущих номеров. Но никто из нас, даже предположить не мог, что это обучение затянется на такой длительный промежуток времени и кардинально внесет свои коррективы во все наши планы!

Особенно неприятно данная пандемия ударила по планам выпускников, ведь и в этом году им придется совершенно по-другому ощущать все моменты экзаменов, прощания со школой, поступление... Но как же пережили этот период, это обучение выпускники нашей школы? Те, которые находились последние дни в стенах школы, которые возлагали надежды на подготовку с учителями-предметниками к вступительным экзаменам, предвкушали такие традиционные праздники выпускников, как день профессий, день детства, последний звонок, выпускной... Коронавирус никого не жалел...

И выпускники 2020 корона-выпуска решили с вами поделиться своими переживаниями и сказать вам напутственные слова...



Выпускники 2020. фото Т. Чукмасовой

Татьяна Чукмасова

- Привет, уже слышал, нас на дистанционку выводят?

- Что? НЕТ!!! Только не это... *тихие всхлипывающие звуки, плач* (реакция ученика, который УЧИТСЯ)

Да, да, именно такие эмоции чаще всего вызывают слова «дистанционное обучение». Говорю чаще всего, потому как у этой медали есть две стороны. Поговорим об этом подробней.

Итак, что же такое дистанционное обучение, в народе - дистант? Дистанционное обучение - это форма обучения, позволяющая давать и изучать материал не выходя из дома, так сказать обучение в режиме онлайн. То есть, учителя отправляют нам [ученикам] электронное письмо с заданиями, мы [ученики] выполняем эти задания, фотографируем их (если задание письменно в тетради) и уже выполненное отправляем учителям на их электронные почтовые адреса, каждый учитель проверяет и вы-

ставляет соответствующие оценки в журнал. Во многом такая форма обучения неудобна: домашняя обстановка расслабляет, темы и параграфы остаются на самоизучение, что не есть хорошо, приходится выполнять две работы сразу - классную и домашнюю, не обходим стороной тот факт, что в нашем городке не всегда стабильное соединение с интернетом. Тем не менее, здесь есть и плюсы: не приходится рано вставать и идти в школу, не нужно носить школьную форму и сидеть по 45 минут за партой, можно пойти и покушать в любой момент.)

Как я уже говорила, дистант вызывает разные эмоции, и эти эмоции будут зависеть от того, какой вы ученик. Сейчас объясню. Я уже говорила, что дистант это не совсем удобно, так вот, ученики, которые действительно учатся и стремятся к знаниям, конечно же, будут огорчены данным форматом. А дети, которым достаточно сделать заданным минимум, чтоб дома не ругали и учителя не тревожили, будут очень даже обрадованы, так как появившееся время можно просидеть в телефоне/компьютере, играя в игры. Уловили разницу?

А как же ЕГЭ? А вот экзамены от нас нигде не денутся, как и мы от них! Я выпускалась и сдавала экзамены в 2020 году, когда только начиналась вся эта заварушка, вы сами знаете с чем;) Вторая половина учебного года в 11 классе вышла достаточно сложной - в нашей жизни появилось дистанционное обучение. Поначалу все обрадовались, думая, что мы две недельки

(начало, продолжение на стр. 3-5)



(продолжение, начало на стр. 2)

позанимаемся дома, а потом вернёмся в школу и всё будет как прежде, но не тут то было... Позже мы уже поняли, что сильно ошиблись, когда были рады данной вестью. Заниматься дома было довольно таки сложно, а ещё ведь подготовка к экзаменам! Могу сказать, что дистанционка нас сильно расслабила, в этом и был её главный минус и наш промах. Экзамены переносили 2 раза, даже говорили, что их вообще отменяют, как это сделали для 9ых классов, но не тут то было. «ЕГЭ быть!» - сказала наше правительство, и установило даты начала сдачи экзаменов на начало июля! Не передать словами, как неудобна была эта дата. Представьте: лето, июнь, жара, все школьники (помимо 11ых классов) гуляют, развлекаются, а ты всё сидишь дома, готовишься к экзаменам, переживаешь о своем поступлении! Надеюсь вы хоть на секундочку ощутили эту обиду и печаль о пропавшем июне. Пришло время экзаменов. Они проходили в привычном формате, но главным условием была защитная медицинская маска. Каждый экзаменуемый был обязан находиться с маской на лице, дабы не заразить друг друга. Так же соблюдалась социальная дистанция: ученики были рассажены через парту друг от друга.

Теперь я хочу отойти от темы пандемии и дистанционного обучения и обратиться к нынешним выпускникам 11ых классов, выпускникам 2021 года! Хочу сказать, что в школах нас сильно запугивают экзаменами. Поверьте мне, как сдававшему человеку ЕГЭ, поводов для переживания нет, если в школе вы именно учились! ЕГЭ действительно под силу сдать каждому. Поведаю вам свою историю того, как экзамены, а точнее переживания о них, повлияли на моё здоровье. В начале 11го класса мой вес составлял

55кг – вполне нормальный параметр для девочки такого роста (169см) и возраста. Чувствовала я себя отлично, никаких недомоганий не было. Спустя 2-3 месяца школы, то есть первую четверть, я всё чаще стала слышать: «Таня, ты чего такая худая? Дома не кормят?». Сначала я не придавала этому значение, но вскоре сама начала замечать, что я действительно выгляжу тощей, но при этом мой рацион питания никак не менялся, на диетах я не сидела. Спустя ещё 2 месяца меня начали мучить головные боли, частые головокружения, нередко снилась школа, экзамены, ФИЗИКА, которую я решила сдавать!!! Честно говоря, я не обращала на это внимание, думала, что это всего лишь переутомление от нагрузки и легкий недосып. Мой вес начал составлять 47 кг. 47! Представляете? Куда же подевались целых 8 кг? До сих пор остаётся загадкой. После Нового года, то есть после первого полугодия, началось самое страшное: я начала падать в обмороки. Это было два раза, все эти разы были в школе, но этого мне хватило, чтобы убедиться, что со мной не всё в порядке. Головокружение и головная боль стали для меня нормой. Вес уменьшился до 43 кг. Тогда мы с мамой приняли решение обратиться в Красноярскую поликлинику. Там я прошла различные обследования. Показатели были в норме!!! Врач вынес такой вердикт: «Ваша дочь слишком сильно переживает из-за экзаменов, много стрессует.» Когда я это услышала, я была полностью не согласна, так как я не сказала бы, что я сильно беспокоилась о ЕГЭ. Да, конечно, я думала о экзаменах, но чтоб они были в моей голове 24\7 – нет! Тогда врач мне объяснил, что я могу сама того не замечать, это всё происходит на подсознательном уровне. И ведь правда, мои сны о школе стали тому подтверждением. И

какой итог? Да, я сдала экзамены и поступила на бюджетную основу, но при этом потеряла 13 кг своего веса. Сейчас мой вес 41-42 кг, это не выглядит красиво, это выглядит нездорово. И что самое интересное, когда я приходила вставать на учет в поликлинику моего ВУЗа, врач-терапевт мне сказала, что таких случаев, как у меня, большое множество! Представляете сколько ещё ребят испытали такой стресс? Ещё раз повторюсь и подытожу: нас сильно запугивают экзаменами, но поверьте, ни один экзамен не стоит дороже вашего здоровья!

Я всех вас искренне поздравляю с окончанием школы и хочу пожелать отличной сдачи экзаменов, пусть вам попадётся самый удачный КИМ!

Алина Залесова

Как и все выпускники, я предвкушала все интересности 11 класса, но все было не так, как хотелось бы... Поначалу я обрадовалась, что весенние каникулы будут больше, чем обычно, но после каждого увеличения карантинных дней, становилось грустно. Начала потихоньку осознавать, что в школу мы больше не вернёмся, дня детства, дня профессий не будет, и что даже, возможно, не будет последнего звонка и выпускного. От этих мыслей и не понимания как будет проходить ЕГЭ, наворачивались слёзы. Понимала только одно, что нужно готовиться к ЕГЭ.

Так и провела половину своего лета: готовилась к экзаменам и смотрела прямые эфиры от СФУ на тему поступления. Из эфиров я узнала, что в этом году документы подаются только онлайн, а также подать документы можно без результатов ЕГЭ. Я так и сделала, сначала подала документы в уни-

(продолжение на стр. 4-5)



(продолжение, начало на стр. 2)

верстает, а уже потом сдавала экзамены.

ЕГЭ в этом году прошло тоже не обычно. Каждой школе, было выделено определенное время для прохода на экзамен. В этом есть плюс, так как в фойе не было толпы, которая нагнетала волнение. При входе измеряли температуру, руки обрабатывали антисептиком, а в аудиторию провожали по несколько человек, с соблюдением дистанции. В аудитории рассаживали через парту. Ну а все остальное было без изменений, все волновались и переживали, ведь это один из самых важных экзаменов в жизни, который определяет твой дальнейший путь.

После получения результатов ЕГЭ наступил самый трепетный момент, я каждый день смотрела рейтинги и с каждым днём я была дальше и дальше от заветных 13 бюджетных мест, но где-то в глубине души я верила, что у меня есть шансы. Выпускники прошлых годов рассказывали, что половина людей отсеется на другие специальности и в другие университеты.

22 и 23 августа, я не выпускала телефон из рук, постоянно обновляла рейтинги абитуриентов, ведь это были последние дни попадания в первую волну. В 23:00 на против моей фамилии появилась надпись «рекомендован к зачислению 24 августа», а на следующий день вышел приказ о моем зачислении на специальность «стандартизация и метрология» в Сибирский Федеральный Университет. Я думаю не нужно говорить, что я прыгала до потолка, когда узнала, что поступила, да ещё и на бюджет!

Сейчас хочу пожелать всем выпускникам удачи на экзаменах, не переживайте у вас все получится. А ещё поменьше смотрите в рей-

тинги абитуриентов при поступлении, ведь и правда многие перед вами уйдут на других специальностях.

Анастасия Кочнова

Когда только начался карантин мы все были в недоумении, как дальше мы будем учиться и как сдавать экзамены. Было много сложностей. Трудно было собрать весь класс на консультациях и заставить всех делать домашние задания вовремя.

Как раз во время карантина у нас должны были проходить пробные экзамены, и когда все отменили, стало немного страшно как же мы напишем экзамен, при том, что мне нужно было ещё сдать два вступительных экзамена в свой ВУЗ. Готовиться к ним с преподавателями тоже пропала возможность и я готовилась самостоятельно с самого начала карантина.

Как у нас проходили экзамены? Я очень волновалась за некоторые предметы, но как входила в ППЭ волнение пропадало, сразу на входе нам обрабатывали руки, проверяли температуру. Потом, в группах по несколько человек, провожали в аудиторию. Преподаватели были добрыми и вежливыми, не было давления на учеников. В аудитории мы сидели в шахматном порядке через парту, было удобно, что в аудитории находилось мало человек.

Ну вот и прошли основные экзамены, оставалось только ждать результатов. Но меня ждало ещё одно испытание - вступительные экзамены в мой ВУЗ. Они тоже очень интересно проходили в онлайн режиме. На каждом экзамене абитуриент сидел в своей комнате включив камеру и микрофон, за каждым следили проверяющие.

Сдавать экзамены в таком формате было интересно и удобно, никуда не нужно ездить, сидишь в своей комнате с чайком и шоколадкой и 4 часа рисуешь. А потом пересылаешь свою работу на почту ВУЗа.

Когда нам сказали что выпускного не будет, девочки нашего класса были вне себя, потому что большинство уже купили платья, что бы показать себя в центре города на общегородском празднике. Но хочу сказать огромное спасибо родителям что все таки дали нам возможность покрасоваться в своих дорогих нарядах. Благодаря стараниям родителей у нас был самый лучший выпускной. Ещё ни в одной школе так ярко не отмечали этот праздник весь город увидел как едут выпускники второй школы!



Кочнова с флагом на выпускном cortege фото Н. И. Кочновой

И если подвести итоги карантина, то я могу выделить несколько плюсов и несколько минусов, лично для меня. К плюсам относится то, что я стала более ответственной. Нужно было часто искать информацию в интернете самостоятельно. Я начала рассчитывать только на себя, стала сильнее о себе заботиться, о своем здоровье. А про минусы сейчас уже сложно говорить, когда удачно поступила и хорошо сдала экзамены. Но, конечно, обидно, что у нас не было выпуск-

(начало стр. 2, продолжение на стр. 5)



(продолжение, начало на стр. 2)



Выпускники 2020. фото А. Кочновой

те свои силы, готовьтесь к поступлению заранее и много занимайтесь самостоятельно!

Н. И. Кочнова

Так вышло, что 2020 год был для нашей семьи знаменательным. Оба моих ребенка были выпускниками КСОШ №2. Андрей выпускник 9 класса, Анастасия выпускница 11. Никто не думал и не предполагал, что ситуация с коронавирусом COVID-19 во многом может изменить все планы. Мы всё-таки надеялись, что для наших детей прозвонит последний звонок, им торжественно вручат аттестаты и будет яркий и запоминающийся выпускной вечер.

Подготовка к экзаменам проходила дистанционно. Могу сказать по данному поводу одно, что ничего на свете не заменит личного общения учителя и ученика.

Но вот прошли экзамены, и оставалось только ждать результатов. В то же самое время дистанционно подавали документы в выбранные вузы и готовились к сдаче творческих экзаменов.

Решение о выпускном было принято быстро. Выпускной проходил практически в полевых условиях. До сих пор удивляюсь, на сколько всё оперативно было организовано и сделано. Все родители и дети были как единая крепкая школьная семья. Конечно, самой шикарной изюминкой был кортеж выпускников. По всему городу проехали украшенные машины с развивающимися флагами, на которых был запечатлен каждый выпускник нашей школы 2020 года.

Наконец-то пришли долгожданные результаты экзаменов, и снова начались переживания и волнения, а поступим ли мы туда, куда хотели поступить с 6-летнего возраста. И вот оно случилось! Вся наша се-

мья и близкие родственники были безмерно счастливы, когда мне по телефону сообщили, что ваша дочь зачислена в СФУ на бюджет. Я помню, что мне во время ожидания результатов поступления, дочь сказала: «Мама если бы я знала, что это так сложно, я бы старалась учиться лучше»

Хочется сказать огромное спасибо нашим педагогам и пожелать здоровья, позитивной энергии и вдохновения для дальнейших побед, успехов и достижений.

Хотела бы пожелать и дать совет будущим выпускникам 9, 11 классов: стремитесь к своей цели и добивайтесь её; чем больше вы получите знаний и положительных оценок, тем лучше будет результат, а значит, больше будет шансов поступить в учебное заведение. Успехов вам, ребята, дерзайте! Пусть ваши мечты сбываются!

От себя хочу добавить и пожелать всем выпускникам настоящим и будущим: «Что ждет вас во взрослой жизни, теперь зависит только от вас! Мы научили вас быть ответственными, отзывчивыми. Научили дружить, отстаивать свое мнение, любить науку, бережно относиться к знаниям, то есть дали основу того, без чего невозможно стать настоящим Человеком с большой буквы! Пожелаем вам не растерять всё это, а приумножить, воспитывать в себе лучшие качества. Желаем, чтобы ваши мечты исполнились. Удачи вам, везения, новых достижений, счастья и успехов в дальнейшей жизни! Необходимо полагаться только на себя, на свои силы... Всегда идти к своей мечте!»

Е. Г. Осипова

ного в центре города, где наш класс при всех бы наградили за победу в «самый классный класс». Ещё из минусов хочу отметить, что как бы не было полезно заниматься самостоятельно, но с преподавателем всегда эффективнее и быстрее. Сложно было сидеть дома всё время, боясь выйти на улицу из-за наложенного карантина. Да и все летние планы пришлось отменить из-за поздних экзаменов.

Когда ждала результаты я сильно переживала. Переживала о том, как сдала вступительные экзамены, потому что знала, что многие готовились к поступлению с пятого класса, а не как я за пять месяцев. Когда пришли результаты по первому экзамену, я была очень рада, набрала больше баллов, чем рассчитывала. А вот второй предмет немного подвел. Оставалось только ждать и следить за списками на поступление. Конкурс в этом году был очень высоким для моей специальности, мы уже хотели заполнять документы на платное обучение. И вот, 26 августа, мне позвонила мама и сказала, что я в списке на поступление на бюджет!!!! Я сразу позвонила и написала всем кому только могла, я была безумно счастлива и хотела что б все знали, что я поступила.

И напоследок хочу сказать напутственные слова: Надейтесь только на себя и не переоценивай-



Какое лето у спортсменов?

Лето! Какое прекрасное время года... Лучшая пора для отдыха, путешествий, улучшения собственного самочувствия, зарядить себя положительными эмоциями на весь год. Пока большинство людей гуляют с друзьями, отдыхают, проводят время со своими близкими, что же делают спортсмены? Давайте же узнаем, чем занимаются наши спортсмены на летних каникулах.

Евгения Золотарева, г.Кодинск, школа № 2

Всем привет! Я хожу на тренировки отделения лыжных гонок уже пятый год и поэтому хочу рассказать о том, как я провела лето 2020. Лето я начала с месяца тренировок. Так как летнее время нет лыжной трассы, мы выполняем равномерные тренировки на пешеходной дорожке за школой, катаюсь на роллерах. Помимо этого на новой площадке рядом с лыжной базой у нас проходили силовые тренировки, они способствуют росту мышечной массы и силы мышц. А по выходным мы с тренером и другими ребятами бегали длительные кроссы.

Весь июнь провела в городе, никуда не уезжала, а в июле я поехала в гости к бабушке и провела там весь месяц, было очень приятно снова увидеть своих родственников. А в августе я вернулась домой и продолжила тренировки.

Илья Смирнов, г.Ачинск, школа № 8

Лето прошло довольно обычно, днём стояла жара, все сидели дома, а под вечер город оживал, все выходили из своих четырёх стен.

День у меня начинался с того, что я вставал часов в 9, собирался и шёл на тренировку, так как был карантин, тренировки у нас были в роще, рощей мы называем гору с деревьями. После тренировки я ехал в трамвае через большую часть города, смотря на всё уставшими глазами. Заходил в квартиру, ложился на кровать и проводил время в телефоне. После хорошего отдыха, обедал и шёл дышать не очень свежим воздухом. Почему не очень свежим? Потому что у нас стоит АГК (Ачинский глинозёмный комбинат), который без остановки молотит глинозём, от которого на весь город идут выбросы, и каждый этим

дышит, что не очень сказывается на здоровье людей. А если закрыть завод, то Ачинск перестанет существовать... Вот такие дела!

Так прошла большая часть моего лета. Летняя суета начинает появляться лишь под конец лета, и это было не исключением. Спросите почему? Люди начинают думать о том, что скоро лето закончится и надо что-то делать, чтобы отдохнуть, набраться сил на весь год и запомнить его.

Также можно сказать, что я проживал больше на даче, нежели в городе. Там спокойно, рядом есть водоем, в котором можно искупаться, нет раздражающих машин и свежий воздух. Собирались с друзьями: жарили шашлыки, слушали музыку, купались - это было здорово! Самые лучшие моменты происходили в кругу друзей.

Собственно, так я и провёл лето. Летом были определенные трудности на тренировках в +25 градусов тепла, но это мелочи. Воспоминания остались только теплые от прошедшего лета!

Павел Штерман, г.Кодинск, школа № 4

Лето на карантине проводилось довольно тяжело, улицы были пустые, повсюду полиция с громкоговорителем. Но это не мешало мне заниматься моим любимым делом - футболом. День у меня начинался в 10 часов, далее утренняя пробежка, завтрак. Днём до обеда я занимался общими физическими упражнениями, например жим лёжа, отжимания, пресс. После легкой тренировки я отдыхал, играя на компьютере. Ближе к вечеру мы с моей командой шли играть на футбольное поле четвёртой школы. Но иногда, счастье было не долгим, так как в дни карантина нас пытались поймать полицейские. Очень жаль, что карантин отнял у нас много возможностей, но нужно идти вперёд и не расстраиваться.

Так же как и мои товарищи-друзья и все лето занималась на тренировках. Первый месяц моего лета я провела в Кодинске. Каждый день усердно тренировалась, тем самым, готовилась к дальнейшим спортивным соревнованиям. Тренировки были самыми

(начало, продолжение на стр. 7)



(продолжение, начало на стр. 6)

разными, были интервальные работы, скоростные тренировки, восстановительные кроссы. Мы играли в равные спортивные игры: футбол, баскетбол, лапту. Иногда было очень тяжело так как на улице было очень жарко и могло быть по три тренировки в день. В июле я уезжала в Красноярск со своей семьёй и мне пришлось временно прекратить тренировочный процесс. Но уже в августе я вновь вернулась к тренировкам. В общем и целом на это лето я возлагала боль-

шие надежды, но из-за карантина некоторые планы пришлось отменить, например поездку в спортивный лагерь со своими друзьями.

Напоследок хочу пожелать вам высоких достижений и побед в спорте! А также поблагодарить наших тренеров, которые преодолевают все трудности вместе с нами.

Елизавета Скорнякова

Цените тех, кто даёт нам бесценные знания

Каждый год 5 октября отмечается всемирный День Учителя. Во время праздника учителя на короткое время могут отвлечься от своих учебных дел и расслабиться. В этот день всё внимание уделяется тем, кто дарит нам драгоценные знания, а мы дарим им цветы, хороший настрой и уйму положительных эмоций. Для учителей также организуются концерты, а в школах их заменяют старшеклассники-дублёры. В нашей школе тоже прошёл этот праздник, и старшеклассники взяли на себя роль учителей. В этом году директором-дублёром стал Сардор Рахимжонов, он ответственно подошёл к этому мероприятию. За несколько недель были распределены роли учителей, были привлечены не только все одиннадцатиклассники, но и все десятиклассники, чтобы провести первоклассные уроки.

Все ученики заранее подготовили материалы к своим урокам, для них это было очень волнительно, не каждый день удаётся побыть в роли учителя! А ведь это очень трудно! В этом я убедился сам, так как мне тоже выпала честь стать

дублёром учителя по литературе – это очень увлекательный процесс. На уроке нужно было себя хорошо зарекомендовать, быть не только добрым и понимающим с учениками, но и держать дисциплину, иначе весь урок будет напрасным, а ученики уйдут «с пустой головой». Мне пришлось искать общий язык с пятиклассниками. Я вмиг по-учительски полюбил их, а они меня. Незабываемые ощущения! В начале статьи я не просто так упомянул директора-дублёра, всё дело в том, что мне удалось задать ему пару интересующих меня вопросов:

- Сардор, почему ты решил стать директором-дублёром во время Дня Учителя?

- Я решил им стать, потому что не боюсь этой ответственности, и мне нравилась идея руководить этим процессом, следить за порядком и ходом всех событий.

- А чем ты вообще занимался, во время того, как был дублёром?

- Я ходил по классам, следил за дисциплиной, тех, кто её не соблюдал мы предупреждали. Следил за

тем, чтобы все ученики-дублёры проводили уроки качественно, а не «тяп-ляп»

- С какими трудностями ты столкнулся?

- Никаких трудностей не было, большинство ребят вели себя более чем достойно, единственно, что надоедало, так это бесконечные «прогулки» от класса к классу

- Как ты подготавливался к своей роли?

- Всё было просто: я узнал то, чем будут заниматься учителя, и в каких кабинетах будут проводиться уроки, далее – импровизация. А для наших учителей я заранее подготовил поздравительную речь, после которой мы вручили учителям подарочные сертификаты.

В заключении хотелось бы сказать, что работа учителя очень трудна, и мы должны ценить тех, кто дают нам бесценные знания, растрачивают свои нервы и не спят ночами. От всего сердца желаем вам самого наилучшего!

Андрей Боляринов



Чтение – залог нашей речи

Прочитай и задумайся! С самого раннего возраста книги занимали часть нашей жизни. Поначалу нам их читают родители, в основном – это были небольшие поучительные сказки и рассказы. Но со временем мы открываем для себя более серьезные произведения, в которых отражаются актуальные темы и проблемы.

Несомненно, что книги необходимы для нашей культуры и развития. Но так ли много людей их читают? Чтобы разобраться в этом вопросе, я обратилась к библиотекарю нашей школы, Ирине Владимировне Малютиной и задала ей несколько вопросов:

- Расскажите, как часто ученики берут книги из библиотеки, которые не включены в школьную программу?

- К сожалению, у нас такие книги берут в основном учащиеся начальной школы. Среднее и старшее звено крайне редко интересуются книгами. Но после проведения мной библиотечного урока находятся заинтересованные ученики, которые все-таки берут то или иное произведение.

- Какая бывает причина, по-вашему мнению, не интереса учащихся к дополнительной литературе?

- Я считаю, что ученики слишком много пользуются гаджетами, поэтому интерес к литературе отпадает на задний план. Чтобы вызвать хоть какую-то заинтересованность, я провожу библиотечные уроки, на которых рассказываю учащимся о том или ином авторе и его произведениях.

- Вы считаете это проблемой в современном мире?

- Я считаю, что это и вправду проблема. Мало читающие дети плохо знают русский язык и правописание. Это уже всем известный факт – дети, читающие литературу, более грамотны, умеют правильно изла-

гать все свои мысли и им легче воспринимать информацию, которую им дают.

- В наше время появились электронные и аудиокниги. Как вы к ним относитесь, к их появлению, к тому, что они относительно популярны?

- Они популярны больше всего у детей с ограниченными возможностями. Таким ребятишкам куда проще взять и прослушать аудиозапись, потому что это более удобнее для них. Раньше такого не было, и, действительно, таким детям было достаточно тяжело адаптироваться в обществе.

- Какие книги, по-вашему мнению, лучше: печатные или электронные и аудио?

- Я считаю, что печатное издание воспринимается гораздо лучше, потому что, как уже было сказано, отсюда вся человеческая грамотность и правильная речь.

Узнав мнение педагога-библиотекаря, я решила узнать у учеников причину того, почему же дети не читают книги?

Начала я с пятых классов. На мои вопросы в основном были однотипные и короткие ответы. Большая часть учеников не читает дополнительную литературу, обосновав это нехваткой времени, отсутствием интереса и обычной ленью. Но на вопрос читают ли они программные произведения – ответы были положительными. Также я задала им вопрос про электронные и аудио книги. Но даже этими более доступными ресурсами в нашем современном мире они не пользуется, что очень печально.

(начало, продолжение на стр. 5)





(продолжение, начало на стр. 4)

Дабы сравнить разные поколения учащихся, следующими, с кем я проводила беседу, были ученики 8 и 9 классов. Ответы так же были однотипные и простые. Большая часть также не читают дополнительных произведений. Конкретной причины мне так и не удалось узнать, потому что ответы были такими: «Не знаю», «Не интересно» и так далее. Нашлись и те, кто все-таки что-то читает, но на все мои вопросы не было достаточно информативного ответа. Спросив про программную литературу, ученики 8 и 9 классов, в отличие от 5, сказали, что она их внимание не привлекает. А электронные и аудио книги используются ими крайне редко, хоть это и является сейчас самым доступным средством.

Подводя итоги, хотелось бы поделиться своим собственным мнением и опытом. Беседуя с учениками, я чувствовала недостаток чтения у них: их речь была простой и малонасыщенной словами. Было такое ощу-

щение, что я разговариваю сама с собой... Это действительно большая проблема в современном мире. Как и сказала Ирина Владимировна.

Чем больше ребенок читает, тем лучше он излагает свои мысли. Но к сожалению, ученики иллюстрируют обратный пример. Я бы хотела пожелать учащимся побольше уделять времени литературным произведениям, хотя бы небольшим.



Валерия Васькина

Торопясь, быстрее опоздаешь

Что же такое опоздание? Это приход после установленного срока. После такого прихода могут быть неприятности. Но почему же люди опаздывают? Чаще всего из-за того, что люди не ответственные или просто будильник не дал о себе знать, но есть и уйма других причин. Например: не собрался с вечера, не рассчитали время для сбора, появились какие-то проблемы и многое другое.

Люди так часто опаздывают, что это уже входит в привычку, но ведь это неправильно, из-за опозданий не только у человека возникают проблемы, но и окружающих его людей. Наверное, из-за этого и выделили целый день. Этим днем яв-

ляется 5 сентября. В этот день можно спокойно опоздать в школу, на работу или в другие места, только если это опоздание не повлечет за собой плохие последствия.

День, в который можно опоздать, это конечно хорошо, но нельзя же опаздывать каждый день. Теперь появляется вопрос, как же избежать этого? Скорее всего просто восстановить режим дня и собираться заранее. Но причины опозданий могут быть уважительные и неуважительные. Я считаю, что надо беречь и уважать не только свое время, но и чужое. В наше время пунктуальность главный принцип в обществе.

Валерия Пфунд

История праздника

Считается, что День опозданий был создан Клубом прокрастинаторов Америки вскоре после его основания в 1956 году, как способ позволить людям отдохнуть от их напряженного повседневного графика. День был создан не для того, чтобы люди могли опаздывать ради опоздания, а для того, чтобы они использовали это время, чтобы расслабиться и посмотреть вокруг.



Мать Тереза или Международный день благотворительности

Знали ли вы, что в России ежегодно проводится Международный день благотворительности?

Данное мероприятие проводится 5 сентября, такое решение было принято в декабре 2012 года. И вот уже на протяжении 8 лет этот день является особенным. Данная дата была выбрана не случайно. Если сказать кратко, то 5 сентября 1997 года скончалась Тереза Калькуттская или же мать Тереза. Эта женщина на протяжении 45-ти лет помогала нуждающимся, из-за чего она и получила Нобелевскую премию мира 1979 года «за деятельность в помощь страждущему человеку».

Для чего же нужна благотворительность? Прежде всего благотворительность нужна для того, чтобы помочь людям, которые оказались в затруднительной ситуации, будь она материальной или духовной. Благотворительность помогает поверить людям в добро, в то, что они не одни на земле. Легче говоря, благотворительность – это благое безвозмездное дело, которое направлено на помощь людям, попавшим в беду.

Сейчас ведётся рейтинг благотворительности стран, на первом месте которого находится США, на втором – Мьянма, на третьем – Новая Зеландия, на четвёртом – Ав-

стралия. Россия же в данном списке находится на 117 месте, что считается очень печальным. Данные результаты были записаны в 2019 году. Всего за год Россия потеряла 7 позиций.

У нас в городе так же проводится благотворительность для населения района. КГБУ социального обслуживания «КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ «КЕЖЕМСКИЙ», на протяжении нескольких лет директором которого является Буданова Елена Александровна. К ней то мы и обратились с вопросом о работе центра.

Помощь ближнему – это потребность человека.

Комплексный центр социального обслуживания населения «Кежемский» организован на территории нашего района для социальной помощи пожилым и престарелым людям, инвалидам, семьям с детьми, находящимся в трудной жизненной ситуации.

Конечно же, для этих людей, государство выделяет средства, тем не менее, признаком цивилизованного общества является гуманность, благотворительность и меценатство. Задачей Центра является не только организация и проведение благотворительных акций, но и постепенное привлечение жителей нашего района к участию в благотворительности. И

это совсем не сумма денежных средств, как думают многие. Зачастую это элементарное внимание к проблемам людей.

В этом году, не смотря на всемирную пандемию, в нашем центре проведены следующие акции.

В феврале ко Дню спонтанного проявления доброты была проведена Акция «Доброе дело от чистого сердца» по сбору продуктов питания и вещей для людей, находящихся в трудной жизненной ситуации. Всего в Акции приняло участие 4 благотворителя и 9 благополучателей. Акция «Добролай» предусматривала привлечение детей с ограниченными возможностями к помощи в приюте для животных. Ребята почистили собачьи клетки и унесли корм для животных. Также ко дню народного праздника «Масленица» магазины «Феникс», «Сибирь» и «Байкал» даровали 60 блинов для получателей социальных услуг учреждения.

В марте проведена городская Акция «Дарите женщинам цветы», посвященная международному женскому Дню и призванная улучшить настроение прекрасной половине человечества в канун праздника. Всего было вручено 20 цветов, благотворителем Акции стал магазин Цветочный дворик.

В начале пандемии Центром была объявлена районная благотворительность (начало, продолжение на стр. 11)



(продолжение начало на стр. 10)

ригельная Акция «Оставайся дома береги себя!». В три четыре благотворителя - ИП Марченко, ИП Галета и Чугунова Е. А. предоставили 12 наборов товаров первой необходимости и личной гигиены и 17 наборов продуктов питания, а волонтер Сергей предоставил авто для развоза данных наборов.

Ко дню Победы в Комплексный центр социального обслуживания обратился директор муниципального унитарного предприятия Санитарная служба Кежемского района Румынин Владимир, который предоставил памятные подарки ко Дню Победы для людей, имеющих статус «житель блокадного Ленинграда» и «узники концлагерей». Комплексный центр социального обслуживания населения благодарит Румынина В. А. за сохранения традиций и внимание к заслуженным людям нашего района.

С 15 августа в Кежемском районе, проводилась ежегодная межведомственная акция «Помоги пойти учиться». Ее цель – оказать помощь семьям с детьми, находящимся в трудной жизненной ситуации, для

организации учебного процесса в общеобразовательных учреждениях района.

В ходе акции помощь получили 67 детей, из них 22 школьника из многодетных семей. В последние годы благотворители предпочитают так называемую адресную помощь – помогают «снарядить» в школу детей из определенной семьи. В этом году четыре благотворителя, таким образом, оказали помощь

11 детям. Остальные 56 школьников получили наборы школьно-письменных принадлежностей.

Отдельно хочется отметить помощь в рамках акции «Помоги пойти учиться» учащихся Ирбинской общеобразовательной школы. Канцелярские наборы, с которыми хочется учиться на 5+, получили 16 детей.

19 августа во Всемирный день гуманитарной помощи состоялась благотворительная акция «Корзина добра». В продовольственных магазинах «Дельта», «Стелс», «Феникс» и «Волна» были организованы корзины для сбора продуктов питания первой необходимости. Покупатели, желающие принять участие в акции, покупали продукты и складывали в «Корзину добра». В завершении акции были сформированы 10 продуктовых наборов и переданы нуждающимся гражданам.

В сентябре проводилась традиционная Акция «Дары осени» по сбору овощей и домашних заготовок для одиноких пожилых людей, у которых нет своих приусадебных участков. В итоге 17 нуждающихся людей получили помощь в виде свежих овощей и ягод, из которых социальные работники и приготовили домашнюю здоровую пищу.

10 октября День хостисной и паллиативной помощи. В рамках проведения Всемирного дня хостисной и паллиативной помощи, 12 октября специалисты Краевого государственного бюджетного учреждения социального обслуживания «КЦСОН «Кежемский» совместно

с индивидуальными предпринимателями аптеки «Витаминка» и «Ромашка» передали сотрудникам Кежемской районной больницы предметы личной гигиены, средства по уходу за пролежнями, витамины для людей, нуждающихся в паллиативной помощи.

Перечисленные Акции являются основными в нашем плане работы, но не единственными. Благотворительность как говорится «идет красной ниткой» во всей сфере социального обслуживания. Мы надеемся, что люди, живущие рядом с нуждающимися и страждущими, ни когда не останутся в стороне просто потому, что помогать ближнему это потребность именно человека.

Жаль, что большинство людей считают благотворительность глупым делом, делом, нестоящего внимания. А ведь благотворительность требует совсем немного времени, по сравнению с какими-либо другими занятиями. Ты всего ишь потратил час, а уже помог нескольким людям. Тебе это стоило час, а им, возможно, и жизни. Конечно, благотворительность – дело каждого. Ты сам решаешь помочь человеку или же проигнорировать это, но как хорошо было бы, если бы в нашем мире было побольше людей, которые помогают другим, таких людей как Мать Тереза, сестра Эммануэль, Абдул Саттар Эдхи, Билл Гейтс и другие. Ведь, как мы знаем, бедность существует и по сей день, а это значит, что людям до сих пор нужна помощь.

Алла Мерлица,
Е. Г. Осипова



Сегодня – свобода, завтра – карантин или как семье пережить самоизоляцию

Начнем с азов. С большей вероятностью многие знают о принципе построения взаимоотношений в кругу близких. Напомню о нескольких из них: взаимопонимание, уважение, любовь и прочие замечательные вещи. Но так ли просто следовать этим принципам, если неожиданно все члены семьи стали заперты в четырех стенах своей квартиры, как в клетке?..

Постоянное нахождение дома, конечно, не очень позитивно сказывается на настроении, психике в общем (разве что заядлые домоседы оценили ситуацию с самоизоляцией). И, казалось бы, ладно – посидим дома месяц – другой, но не забываем, что мы не одни – у нас есть семья. И все эти люди имеют свой уникальный характер, порой не совсем сладкий, так что конфликты могут стать в нашей уютной и безопасной квартире частым и неприятным явлением. Карантин – настоящее испытание семейных отношений, сравнимо с решением сделать ремонт вместе, только еще страшнее.

Постоянное нахождение дома, конечно, не очень позитивно сказывается на настроении, психике в общем (разве что заядлые домоседы оценили ситуацию с самоизоляцией). И, казалось бы, ладно – посидим дома месяц – другой, но не забываем, что мы не одни – у нас есть семья. И все эти люди имеют свой уникальный характер, порой не совсем сладкий, так что конфликты могут стать в нашей уютной и безопасной квартире частым и неприятным явлением. Карантин – настоящее испытание семейных отношений, сравнимо с решением сделать ремонт вместе, только еще страшнее...

Но не будем углубляться в негатив! Лучше рассмотрим положительные стороны. Коронавирус вынудил нас остаться наедине с нашими родными и близкими. А ведь это был отличный шанс узнать их получше! По мнению психолога, психоаналитика Александра Скуртула: «Среднестатистический житель современного города проводит на работе большую часть жизни и

это очень много. Для качественного взаимодействия с членами семьи остается меньшая часть, которую также хочется потратить на отдых, хобби и бытовые дела. Карантин является поводом для полноценного погружения в психологический мир членов семьи». То, чем раньше пренебрегали, может напомнить о себе когда не ждешь, не правда ли? Удели внимание своим родным, спроси как у них дела, или как приготовить тот самый вкусный супчик, пирог – всё, чего не успел. Но не нужно сильно приставать – они тоже люди, а в противном случае – пойдешь туда, куда они тебя отправят, только не забудь взять с собой маску! Опасно же...

В настоящий момент мысль о нежелании повторения весны этого года занимает головы многих людей. Ты можешь помочь, нося средства индивидуальной защиты, чтобы предупредить распространение вируса. И помни – только вместе мы сможем преодолеть это испытание!

*Не поддавайтесь панике,
Как будто на «Титанике».
Дама спокойно посидите,
Телевизор посмотрите,
С родными в игры поиграйте,
Развивайтесь, не хворайте.
Книжечек большие почитайте,
Главное – не унывайте.*

Александра Ильина



МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ С ТЕРРОРИЗМОМ

...Позже меня найдут родные, отвезут во владикавказскую больницу, где я буду лежать в одной операционной с моей мамой. Потом я буду читать СМС сестры и случайно прочту соболезнования о маме. Потом мне скажут, что больше нет Дзерочки, погиб Арсен, не стало Аланки, Сабину похоронили в закрытом гробу... Самые благородные и сильные умерли, сгорели, истекли кровью... На каждом медицинском документе у меня стоит печать «заложник». Спустя годы я привыкла к своим шрамам, привыкла не замечать их и не стесняться. Они стали частью меня. Без них я не могу себя представить. Но кроме шрамов и рубцов у меня есть и другие «интересные штучки». Например, мой металл! Один в голове, один — в легком, множество других раскидано по телу. Не то чтобы я с ними ужиться не могу, но ощущения крайне дискомфортные, особенно головные боли и неразгибание «свадебного» пальца на правой руке.

А еще я очень закрыта. Иногда кажется, что легче застрелиться, чем рассказать обо всем этом другому человеку, даже очень близкому...

Многое было сказано за эти годы. Но многое забылось... Стоит еще раз вспомнить, как это было. Вспомнить те события глазами Агунды Ватаевой, которая 1 сентября 2004 года оказалась среди 1200 заложников бесланской школы.

Теракт в Беслане не оставил равнодушным никого, кто о нём знал. Трагедия объединила страну общим горем. Памятная дата стала символом солидарности государства и общества в борьбе с терроризмом. 3 сентября мы вспоминаем жертв всех террористических актов, случившихся в нашей стране, и отдаём дань уважения сотрудникам силовых структур, погибшим при предотвращении терактов и спасении заложников. В годовщину этого скорбного события по всей стране проходят траурные митинги, минуты молчания, концерты-реквиемы, в память о погибших зажигают свечи и запускают в небо 334 белых шара...

Сегодня государство применяет различные меры, направленные на борьбу с терроризмом: это меры по предотвращению, борьбе и ликвидации последствий террористических актов. Государственная организация, ответственная за предотвращение терактов в нашей стране, — Национальный антитеррористический комитет. Его деятельность приносит свои плоды: за один только 2017 год предотвращено 68 планируемых преступлений, а с 2010 года общее количество терактов в России сократилось в 10 раз.

Также благодаря ежегодным классным часам, посвящённым борьбе с терроризмом, все мы знаем, что:

1. Если вы обнаружили подозрительный безхозный предмет (сумка, какой-либо боеприпас и т.п.), то его ни в коем случае нельзя трогать и передвигать с места, нужно сразу же сообщать об этом взрослым, либо самостоятельно вызвать специальные службы.

2. Если вы стали заложником, то не стоит разговаривать с террористом, не стоит выяснять, кто он такой и зачем он это делает, это может обострить ситуацию. Если есть возможность позвонить близким, то сделайте это, не привлекая внимание, сообщите о том, что вы попали в беду и объясните, где находитесь.

3. Если случился взрыв в помещении, то нужно незамедлительно укрыться в месте с наиболее надёжными стенами, а если на улице, то нужно незамедлительно лечь на землю и прикрыть голову руками. Если рядом есть пострадавшие, окажите первую помощь.

Соблюдая эти простые правила, мы сможем избежать, либо уменьшить количество жертв терактов. К террористическому акту невозможно подготовиться заранее, поэтому следует всегда быть настороже.

(начало, продолжение на стр. 14)



(продолжение, начало на стр. 13)



9 мая 2002 года — террористический акт в Каспийске (Дагестан). Взрывное устройство сработало при прохождении праздничной колонны войск. Погибли 45 человек, в том числе 12 детей, более 170 ранены.

23 октября — 26 октября 2002 года — теракт на Дубровке. Здание, где шло представление популярного мюзикла "Норд-Ост", ворвалась вооруженная группа из 40 террористов и взяла в заложники 912 человек, в том числе женщин и детей. Спустя почти трое суток произошел штурм здания, в результате

Самые крупные теракты в России:

которого террористы были уничтожены, а оставшиеся в живых заложники освобождены. Жертвами теракта стали 130 заложников.

6 февраля 2004 года на Замоскворецкой линии Московского метрополитена на перегоне между станциями "Автозаводская" и "Павелецкая" в вагоне поезда произошел взрыв. В тоннеле возник сильный пожар. В результате теракта погиб 41 человек, более 130 ранены.

24 августа 2004 года практически одновременно разбились два пассажирских самолёта. Оба вылетели из Московского аэропорта Домодедово: Ту-154 авиакомпании «Сибирь» направлялся в Сочи, Ту-134 авиакомпании «Волга-Авиаэкспресс» — в Волгоград. Взрывы на бортах лайнеров произошли с разницей в минуту в 22:54 и 22:55. Взрывные устройства привели в действие террористки-смертницы. Все пассажиры и члены экипажа в обоих самолётах погибли. Число жертв — 89 человек.

1 сентября 2004 года. В результате захвата террористами бесланской школы № 1 в заложниках оказались более 1200 человек. Погибли и позднее скончались от ранений 334 человека, 186 из них - дети. Инвалидами стали 126 бывших заложников, 70 из которых - дети.

29 марта 2010 года на Сокольнической линии Московского метрополитена в утренний час пик на станциях "Лубянка" и "Парк культуры" две террористки-смертницы привели в действие безоболочные взрывные устройства. В результате терактов 40 человек погибли, более 140 получили ранения различной степени тяжести.

24 января 2011 года в Московском аэропорту Домодедово в зале международных прилётов террорист-смертник привёл в действие взрывное устройство. Взрыв прогремел в толпе встречающих. Погибли 38 человек, пострадали 116.

Евгения Золоторева

День школьного рюкзака

Подготовка к школе - это можно сказать небольшое испытание, так как нужно купить всё необходимое для школы: тетради, канцтовары, одежду ну и, конечно, же рюкзак. При выборе многие родители обращают внимание в основном на материал и цену. Иногда еще учитывается дизайн, чтобы он нравился ребенку. Но более важными являются другие качества: вес, форма, ляжки. Ведь рюкзак носится каждый день. От него зависит настроение, осанка ребенка, а также его желание учиться. От того, в чем он будет носить учебники, зависит его настроение и состояние здоровья.

Ученые отмечают, что с каждым годом вес школьной сумки становится все больше, возрастает нагрузка на спину детей. Родителям нужно знать, какой выбрать ранец, чтобы он обеспечил сохранение осанки, был удобным и вместил все необходимое.

По действующим нормативам вес рюкзака вместе с наполнением должен быть не более 10% от веса ребенка. В нем носят учебники, тетради, пенал, часто еду и сменную обувь. Поэтому, чем меньше бу-

дет вес пустого ранца, тем лучше. Рекомендуется, чтобы для школьников младших классов он весил не более 1-1,2 кг. Некоторые модели есть даже по 700-800 г. Масса пустого рюкзака для средней школы должна составлять 1,5-2 кг.

Среди всех младших школьников преобладающим типом портфеля является ранец. Его носят 72 % учащихся. Я считаю, что это правильный выбор типа школьного портфеля, так как ношение книг и прочих учебных принадлежностей в ранце на спине способствует равномерному распределению нагрузки и снижает риск испортить осанку ребёнка. Однако, у большинства младших школьников - 60 % - масса полного портфеля не соответствует норме. К сожалению, только 40% учеников 1 класса нашей школы носят портфели массой не более 10% от своего веса. Однако стоит отметить, что самое большое давление школьного портфеля испытывают ученики, имеющие сумки с узкими ляжками.

(начало, продолжение на стр. 15)



(продолжение, начало на стр. 14)

Проведя параллели учеников 1-го класса с учениками 5-х и 10-х классов, хотелось бы обратить внимание на следующие результаты:

Преобладающим типом портфеля у учащихся 5-х и 10-х классов является рюкзак - 67%, у всех остальных – ранец и сумка - 33%. В 5-ом классе масса пустого портфеля превышает норму у 50 % школьников, а в 10-ом -22%.

При опросе учащихся я выяснила, что они носят в портфеле лишние предметы. У учащихся 1 класса в портфеле лежат игрушки, краски, фломастеры, пластилин, которые можно оставлять в классе в своих папках. Забыли сдать библиотечные книги. Носят учебники не по расписанию.

Я заметила, что родители начальной школы выбирают правильные рюкзаки для своих детей, ведь они должны распределять тяжесть равномерно на всю спину.

Но почему же потом, мы пренебрегаем нашим здоровьем и перестаём носить правильные рюкзаки и сумки?

Мы старшеклассники начинаем носить сумки, потому что они легче, чем тяжёлый огромный портфель. Также они менее вместительны, чем и пользуются старшеклассники «чем меньше места в сумке, тем меньше учебников я возьму». И мы не задумываемся о том, что неправильная носка рюкзаков и сумок ведёт к искривлению позвоночника, к таким заболеваниям как лордоз и кифоз.

Вес ребенка, кг	Рекомендуемый вес ранца (с наполнением), кг	Максимальный вес ранца (с наполнением), кг
20	2	3
25	2,5	3,75
30	3	4,5
35	3,5	5,25
40	4	6
45	4,5	6,75
50	5	7,5

Вот несколько важных рекомендаций:

1. Самые тяжелые и большие книги следует размещать ближе к спине.
2. Ранец следует носить, используя обе (!) лямки, и ни в коем случае не носить его в руке или на одном

плече, чтобы не появился риск развития бокового сколиоза.

3. Затягивать лямки на ранце надо так, чтобы он плотно прилегал к спине.

4. Не рекомендуется приобретать ранцы, которые весят более 15% веса школьника.

Но я думаю, никто и не задумывался о том когда и кем был создан рюкзак, ведь они так давно пользуются популярностью среди всех людей.

В 1991 году в Тирольских Альпах на леднике Симмлаун было обнаружено вмёрзшее в лед тело древнего человека, жившего, как выяснилось, примерно 5300 лет назад. Вместе с ним нашли рюкзак каркасной конструкции — самый древний из дошедших до наших дней. Это мешок из кожи, укрепленный на U-образной раме из прута орешника и двух досок лиственницы.

Приблизить рюкзак к современному виду помогла новая застежка. В 1938 году Джеральд Каннингем, ветеран американской горной дивизии, придумал использовать застежки-молнии. Это позволило изменить форму рюкзака.

Позже так же было много внутренних и внешних изменений. Теперь этот день в России празднуется 16 сентября. А какие вообще сейчас есть рюкзаки? Давайте посмотрим:

- 1.треккинговые и экспедиционные рюкзаки - предназначены для походов и экспедиций
- 2.спортивные рюкзаки - предназначены для спорта и повседневной жизни
- 3.детские рюкзаки -сейчас большинство рюкзаков с ортопедическими вставками, это сделано для заботы о спине ребёнка
- 4.тактические рюкзаки -предназначены для военных
- 5.и так далее

Видов рюкзаков очень много, покупай какой хочешь! Главное, всегда помни о своем здоровье! Ведь Сохраненное здоровье в молодости, залог счастливой старости...

День рюкзака очень необычный праздник и не все знают о его существовании. Но теперь я думаю вы знаете немного больше о рюкзаке и его появлении.

Елизавета Мараса

У кого есть бабушка и дед, тот не ведает бед...

Про бабушку и дедушку
Опять те же самые мысли,
И как они там не устали?
Они в голове зависли:
Когда-нибудь буду старым...

А как это? Неприятно?
Мне страшно и непонятно...
А дедушка с бабушкой наши?
Наверно им тоже страшно?

Но дедушка с бабушкой добрые,
И ходят, всегда улыбаются,
И ходят – всё время бодрые,
Ремонтом вовсю занимаются:

И окна, и пол покрашены,
И новая дверь в прихожей...
Значит, быть старым не страшно!
Значит, быть старым можно!
(О. Бундур)



Быть бабушкой и дедушкой не такая лёгкая задача: Они вечно переживают за своих детей и внуков. Чтобы у них было всё хорошо, чтобы они ни в чём не нуждались и чтобы у внуков было хорошее воспитание. К сожалению не все обращают должного внимания на людей старшего поколения. Мы больше озабочены своими проблемами, чем наших бабушек и дедушек, а ведь они очень нуждаются в нашей поддержке и помощи.

Не все знают, что 1 октября в нашей стране отмечается Международный День бабушек и дедушек. А в Польше отведено целых 2 дня празднованию: 21 января празднуют День бабушек, а 22 января — День дедушек. На Кавказе каждая семья через 7 колена помнит и уважает своих предков.

На кануне праздника мы взяли интервью у жительницы нашего города — Татьяны Леонидовны. У неё очень интересная и красочная история жизни.

- Кем были ваши родители? Участвовали ли они в войне?

- Мой папа был Артиллерист - разведчик, он прошёл всю войну. У него была контузия, и в первый день он получил ранение. Закончил войну в Будапеште, и у него есть награды за взятие Будапешта. Во время войны моей маме было всего 15 лет. Ей пришлось уехать со своей семьёй на Урал. Там она работала на мясокомбинате. После войны она вернулась домой — в Киев.

- Расскажите немного о своём детстве. Каким оно было?

- Детство у меня было прекрасным. Как сейчас помню: либо я была на велосипеде, либо я купаюсь в речке, и ещё как я плаваю на лодке. Всё лето туда, сюда. Друзей было много — соседские девчонки и мальчишки. У нас были скакалки и мячи, резиночки и самодельные игрушки, различные уличные игры. Так что было очень весело. У нас было счастливое детство с живым общением с друзьями...

- Как вы познакомились со своим мужем?

- Мы познакомились в Киеве. Он учился в Пед.институте, а я училась в институте Лёгкой промышленности. Моя сестра тоже училась в Пед.институте, и там познакомилась с его братом, и позже они поженились. И вот так я начала общаться со своим будущим мужем. По началу, мы где-то год просто общались, но потом, когда я поехала со своими подругами отдыхать в Алушту, я его случайно там встретила. И когда мы обратно вернулись с отдыха, он уехал в другой город и я уехала тоже в другой город. Мы поддерживали связь по почте. Потом мы снова случайно встретились в Киеве и он сделал мне предложение. После свадьбы мы переехали в посёлок Бердичев.

- Кем вы работали в молодости?

- После института я работала 3 года по направлению в обувной фабрике — мастером по изготовлению обуви. Потом, через 3 года я перешла в лабораторию, она называлась «Проблемная лаборатория». Когда я вышла замуж и переехала жить в другой город, я снова устроилась в обувную фабрику — модельером-конструктором.



(продолжение, начало на стр. 15)

- Мы кормились за счёт огорода, который мы сами выращивали. У меня было двое детей. Я всё, что могла перешивала на своих детей из того, что я носила, но одеты они были всегда хорошо и красиво.

- Чем вы сейчас занимаетесь?

- Я занимаюсь домашними делами. Шью, вяжу, с внуками общаюсь. Внуков наставляю, учу уму-разуму, только меня особо никто не слушает, ну что поделывать если время такое, что они как сами по себе сейчас, но я их очень люблю, не взирая на все наши разногласия, недопонимания и противоречия...

Дорогие наши, любимые, уважаемые. Мы очень ценим ваши заслуги и достижения, мы очень благодарны вам, за ваши седины и опыт. Желаем вам здоровья и сил. Живете счастливо и неизмеримо долго. Пускай вся наша любовь и почет к вам, украсят и продлят ваши дни. С Днем пожилого человека!



Не забывайте своих бабушек и дедушек. Старайтесь видаться с ними чаще, ведь для них это очень важно! Не бойтесь у них просить совета — они не глупые, многое поведали!

Есть у каждого ребенка

Бабушки и дедушки,

Любят внуков они очень,

Мажут маслом хлебушек.

Принесут они подарки,

Будут целый день играть,

А потом и сказку на ночь

Согласятся почитать.

Их сердечно поздравляем.

Мы здоровья им желаем,

Чтобы силы всегда были,

Чтоб внучата вас любили!

Любите и помните их, на всегда!

Для внуков дедушка — ум,

а бабушка — душа

София Матвеева

Дорогие учащиеся школы!

Если Вам не безразлична школьная жизнь и хотите рассказать о каком то событии, Вы можете написать об этом нам в школьную газету!

Нашу газету можно читать на школьном сайте в разделе «Наша газета»

http://kodschool2.ucoz.ru/index/nasha_gazeta/0-177

или в ВК в сообществе «КОШка 2»

<https://vk.com/public191641598>

Руководитель школьной студии: Осипова Евгения Геннадьевна

Над выпуском работали:

Бояринов Андрей

Мараева Елизавета

Скорнякова Елизавета

Веськина Валерия

Матвеева София

Сутормина Алиса

Золоторёва Евгения

Мерлица Алла

Сутормина Василиса

Ильина Александра

Мохнаткина Ангелина

Леготина Софья

Пфунд Валерия