

В КУРСЕ ДЕЛА

Выпуск №2(2012)

Через тернии – к знаниям.



**Шамрикова
Ирина
Борисовна,**
завуч по учебно-
воспитательной
работе.

Закончилась первая четверть. Подведены итоги нашей работы за два месяца 2012-2013 учебного года. Для кого -то они радостны, для кого-то - не очень. Они показали, кто хорошо отдохнул летом и с желанием включился в работу по добыванию знаний, а кто еще не отошел от летних каникул и продолжает отдыхать, сидя за школьной партой. Сегодня в нашей школе насчитывается 862 ученика.

На «отлично» закончили I четверть:

1. Губина Дарья – 2в
2. Гизатуллина Диляра -3б
3. Дорофеева Роза -5а
4. Ермолаева Ксения – 5а
5. Назипова Динара- 5а
6. Газируллина Даша – 6а
7. Харланова Влада- 7а

Жаль, что не все отличники прошлого года удержали эту планку на нужном уровне (было 35). Отличникам пожелаем - так держать! А тем кто потерялся на дороге знаний, поскорей вернуться на прежние рельсы.

На «4» и «5» закончили **266 человек.**

К сожалению, **качество** на сегодняшний день составляет только **34%** против 46% по итогам прошлого года. Это значит, что всем необходимо хорошо потрудиться и закончить учебный год не хуже, чем прошлый.

Ребят, которые имеют всего **одну троечку по итогам четверти**, у нас насчитывается **71 человек** – это очень много. Желаем им «подтянуться» и закончить учебный год на «4» и «5».

Больше всего, конечно, повезло первоклашкам. Им отметки не ставят!

Пожурить хочется тех, кто ленился больше, чем надо, и подвел себя и свой класс тех, кто не выполнял домашние задания, не работал на уроках и в итоге **заработал только «2»**. Их у нас **6 человек**. Ребята! Догоняйте нас, не становитесь второгодниками!

Молодцы те классные коллективы, где качество знаний более 50% (то есть половина класса учится на «4» и «5») – **2б, 2г,3а,3б,3в, 3г, 4а, 4г, 5а, 6а, 6б, 7а, 8а**

Еще хочется похвалить те классные коллективы, где ребята учатся стабильно, сохранив качество и успешность обучения на уровне прошлого года – **3б,4а,5г,6а,6б,6г,7а,8а,8в,9а, 9в.**

Если говорить в отдельности по предметам, то более успешны наши ученики по таким предметам, как физкультура, ОБЖ, география, биология, химия, литература. Сложнее всего даются точные науки - математика, физика. **Всем ребятам желаю успехов на весь учебный год.**

В этом номере:

- Через тернии - к знаниям - итоги 1 четверти.
- «Самое главное - оставаться человеком...»
- Интервью с библиотекарем.
- Вести Школьной Думы.
- Экомарафон
- «Все, как один, макулатуру сдадим»
- Музейный урок
- Теперь мы - настоящие школьники!
- «Кругосветка - 2012»
- Хэллоуин
- Спортивные новости
- Советы психолога
- Проба пера

ПОЗДРАВЛЯЕМ

«Самое главное – оставаться ЧЕЛОВЕКОМ...»



Винокурова Светлана Михайловна, учитель русского и удмуртского языков, краеведения.

Иванова Ирина, ученица 10а класса:

Светлана Михайловна, в этом году Вы были удостоены высочайшей чести – участия в приоритетном

национальном проекте «Образование», стали победителем конкурса лучших учителей Удмуртской республики. Какие чувства Вы испытывали в момент награждения? Ожидали ли Вы услышать свое имя?

Винокурова С.М.: Наверное, никто на свете не можете сказать, как повернется колесо фортуны, поэтому подобные события в нашей жизни - это всегда неожиданность. Чувства? Ну, конечно, в первые минуты – удивление, а потом радость, но не столько за себя, сколько за своих учеников, которые помогли мне добиться таких высот.

И: *Как Вы добились таких успехов? В чем Ваш секрет?*

С.М.: Как я уже говорила ранее, мой успех – это во многом заслуга моих учеников, которые изучают удмуртский язык, занимаются в кружках «Юный музеевед», «Юный краевед». Я считаю, что только взаимодействие, поддержка и понимание учителя и ученика могут привести к таким результатам.

И: *Тяжело ли учить современных школьников, у которых, как утверждают многие, головы забиты интернетом, играми...?*

С.М.: Неважно, в какое время мы живем - ученики, по моему мнению, никогда не меняются. Пусть у них немного другие увлечения, но, как и прежде, каждый из них – личность. Главная же задача учителя – увидеть и раскрыть способности, таланты каждого ребенка .

И: *Как Вы относитесь к современным стандартам образования? Что бы Вы хотели изменить, если бы могли?*

С.М.: Сложный вопрос. Конечно, во многом мне хотелось бы видеть такое же образование, как в Советском Союзе, хотелось бы больше практики и меньше ненужной информации.

И: *Что бы Вы хотели пожелать нашим читателям?*

С.М.: Самое главное – оставаться ЧЕЛОВЕКОМ, иметь свое мнение и внутренний «стержень», всегда идти к поставленной цели, не перешагивая через головы других людей. Тогда вы много добьетесь в жизни.

Желаем Светлане Михайловне дальнейших творческих успехов!

**Иванова Ирина,
ученица 10а класс**

Познакомимся поближе



Мимидиминова Зульфия Индусовна, библиотекарь МБОУ СОШ №17.

Зульфия Индусовна работает в нашей школе библиотекарем первый год. По гороскопу она Весы (22 октября). У нее есть сын, ему 20 лет.

Он недавно вернулся из армии. Мы решили узнать о Зульфии Индусовне побольше, взяв у нее интервью.

Даша Газизуллина, ученица 6а класса: *До того, как Вы пришли в нашу школу, Вы тоже работали в библиотеке?*

Зульфия Индусовна: Нет, я работала руководителем творческого центра в Санкт-Петербурге, а в Ижевске - режиссером-педагогом в Детском центре «Слон» (ижевское детское телевидение).

Д.Г.: *Какая работа Вам больше нравилась?*

З.И.: В каждой работе есть свои интересные моменты, но во всех один положительный - это работа с людьми.

Д.Г.: *Что Вам нравится в работе библиотекаря?*

З.И.: Возможность общения с детьми и молодежью.

Д.Г.: *Вы библиотекарь. Много ли Вы читаете? Каких авторов и какие жанры предпочитаете?*

З.И.: Я читаю много, но не потому, что я библиотекарь, а просто полюбила это занятие с детства. Читаю разную литературу, особенно мне нравятся мемуары и классика, причем поэзия и проза в равной степени.

Д.Г.: *Есть ли у Вас хобби?*

З.И.: Я очень люблю природу, мне нравится путешествовать. Как я уже сказала, я люблю читать, а также в свободное время вышиваю бисером.

Д.Г.: *Есть ли у Вас дома животные?*

З.И.: У меня есть кошка породы шотландская вислоухая. Ее зовут Маргоша. Она очень забавная и сообразительная и, конечно, она красавица.

Д.Г.: *Что бы Вы хотели пожелать ребятам?*

З.И.: Мне хочется пожелать ребятам, чтобы в этом году каждый из них мог найти для себя в библиотеке что-то новое и интересное, чтобы почаще обращались ко мне за советом, помощью, просто забегали пообщаться.

**Газизуллина Дарья,
ученица 6а класса**

«Учитесь видеть красоту...»

Чем дольше живешь на свете, тем более удивляешься народной мудрости. Не учености, нет, а именно мудрости. Веками копилась народная мысль и нашла свое отображение в произведениях устного народного творчества, в фольклоре. Особенно лаконичны пословицы и поговорки. И именно поэтому они так емки. Взять, например, поговорку «Пути господни неисповедимы». Каждый человек может найти в ней свой смысл и толкование. Будучи ученицей обычной советской школы, я не видела в этой поговорке ничего, кроме некоего «цер-

ковного» подтекста; мне казалось, что она несет в себе отпечаток неизбежности, обреченности перед судьбой. В силу своего возраста, жизненного опыта и воспитания я так ее понимала. А ведь эта поговорка, как и многие другие, несет в себе не только глубокий смысл, но еще перекликается и с другими поговорками. Современный человек сказал бы «Никогда не говори «никогда»».

Жизнь любого человека интересна. Иной раз она преподносит много сюрпризов. Когда я окончила школу в 1987 году, мне было 16 лет, будущее представлялось очень долгим и туманным. Но у меня, как и у многих моих ровесников, была мечта. Сидя на уроках литературы, читая великие произведения Пушкина, я полюбила Петербург, Царское село, Михайловское. Прочитав «Петра Первого» А.Толстого, мне захотелось окунуться в атмосферу «петровского» Петербурга и посмотреть на него глазами героев Достоевского. Увидеть мне было мало. Возникло желание жить в этом городе. Не буду говорить здесь о своей другой мечте, которая тоже сбылась, - это немного другая тема. Но мне хочется сказать - никогда не говорите себе «никогда». Все исполнится, нужно только захотеть. Жизнь прекрасна, нужно только видеть это прекрасное. Его можно найти во всем, что нас окружает, даже в самом что ни на есть обыденном.

Работая в библиотеке, я каждый день наблюдаю, как ребята выбирают книгу для чтения. Есть такие ребята, которых привлекает яркая, красочная обложка, а есть и такие, кто за старой, неказистой обложкой умеет разглядеть целое сокровище. Ведь не всегда то золото, что блестит.

Хочется пожелать ребятам, чтобы они учились видеть красоту не только на поверхности (как в сказках «Щелкунчик» или «Гадкий утенок»), чтобы они обязательно шли к своей мечте. Может быть, им посчастливится встретить на своем жизненном пути много интересных и светлых людей, как посчастливилось и мне. Причем «светлый» - это со

САМОУПРАВЛЕНИЕ

всем не обязательно известный и успешный. Хороший человек осветит все вокруг себя, к чему бы он ни прикоснулся. И все сделает интересным, независимо от того, чем он занимается: печет ли хлеб, сажает ли деревья, преподает ли в школе, пишет ли стихи... Просто такой человек умеет во всем видеть прекрасное, умеет увлечь других.

Вот и я никогда не думала, что буду работать в школьной библиотеке, но я понимаю, как мне повезло, потому что у меня появилось много друзей. Именно среди ребят. Общение с ними помогает мне по-новому смотреть на многие вещи, которые мы, взрослые, привыкли не замечать. Со своей стороны, мне хотелось бы надеяться, что и у меня получится сделать чей-то день чуточку светлее и радостнее. В этом мне будут помогать не только книги, но и мероприятия, которые я планирую провести. Приятно, когда в библиотеку приходят не только ученики, но и преподаватели.

Сейчас в нашей библиотеке установлены два компьютера, скоро будут запущены программы и подключен интернет на втором компьютере. И ребята, и учителя смогут пользоваться не только теми книгами и методической литературой, которая есть в «бумажном варианте», но и прочитать издания, которые раньше можно было найти только в крупных библиотеках - благодаря развитию ИКТ – технологий.

Мимидиминова Зульфия Индусовна

Вести Школьной Думы

Несмотря на то, что Школьная Дума в школе №17 существует не так давно, она уже во многом достигла своей цели – объединить активных школьников в один сплоченный коллектив.



Конечно, все еще не совсем совершенно, но основы уже сформированы. Есть установленная структура, в соответствии с которой производится разделение на комитеты, распределяется работа между ними, есть ответственные люди, готовые помогать школе и своим товарищам. Определено время собраний, на которых рассматриваются разного рода вопросы, в основном, связанные с организацией праздников и мероприятий.

Таким образом, участие в Школьной Думе направлено на подготовку учащихся к взрослой жизни, учит их ответственности, а также развивает творческое начало, так как большая часть работы так или иначе требует проявления творческих навыков и образа мыслей.

*Иванова Ирина,
ученица 10а класса.*

Дискотека

30 октября в школе прошла дискотека. На входе нас ожидал строгий **face**-контроль в лице нашего педагога-организатора Фаины Аркадьевны. Все, кто принёс с собой хорошее настроение и желание танцевать, проходили эту строгую проверку и попадали в танцзал. Признаться, я не ожидала такого размаха! На стенах актового зала были установлены цветные прожекторы, освещающие середину танцплощадки. На сцене находилось место ди-джея.

Поначалу все стеснялись и ютились у стен, танцевали одни только девчонки 8-х классов. Глядя на их энтузиазм, на танцпол вышли все от мала до велика. Через некоторые промежутки времени ди-джеи интересовались настроением гостей, расшевеливая публику. Тех, кто тихонько сидел в одиночестве у стен, они поднимали и уводили на середину танцпола. Наш педагог-организатор приходила несколько раз и показывала мастер-класс на сцене.



Сверкали вспышки фотоаппаратов. Перестав стесняться, ребята стали показывать, на что они способны. Кто-то неуклюже танцевал, кто-то отдал соседу ногу, но всем было весело – а это главное.

Сейчас все ждут следующей дискотеки, которая, как мы надеемся, состоится на Новый год!

**Аксенова Алина,
ученица 8а класса**

Концерт

Уже стало традицией для учащихся нашей школы и их родителей в день выборов показывать концерт, подготовленный силами самих школьников

И в этот раз наши юные дарования не остались в стороне. Они подарили зрителям заряд бодрости на несколько дней.

Открывала концерт **Аня Полкова** с песней «Рождается новый день». Лирическую ат-

мосферу в зале создал ансамбль скрипачей музыкальной школы №6 под руководством **Л. И. Русских**.

Очень порадовали джазовые песни в исполнении **Алины Аглиевой**. Ее сильный чистый голос заставит каждого заслушаться. Сколько эмоций, экспрессии в ее голосе! Да, она могла бы на равных посоревноваться с афро-американскими исполнителями!

А как танцует **Руслан Ибрагимов**... Так каждый сможет. Мы, затаив дыхание, наблюдали за каждым его сложным танцевальным трюком. Четкость и отработанность движений заставила нас сидеть с открытыми ртами.

Девочки 9-х классов под руководством **Кати Пономаревой** и **Ольги Прокошевой** выступили замечательно. Яркую ноту в их танец внес и **Валентин Красноперов**, исполнив сложные акробатические трюки. Танец получился живым, ритмичным и очень красивым.

Голос **Саше Паркачевой** очаровал всех - не каждый сможет так передать чувства через песню.

За музыкальное оформление отвечали ребята из 8в класса – **Руслан Никифоров** и **Сергей Гомонов**.

Организатором этого замечательного концерта стала педагог – организатор нашей школы **Фаина Аркадьевна**.

Впереди еще много разных мероприятий. Ребята, принимайте активное участие в школьной жизни – это очень увлекательно!

**Сташенко Настя,
Исмагилова Лейсания,
Аксенова Алина,
ученицы 8а класса**



Двое первоклашек. Один говорит:

- Уж и не знаю, верить ли нашей учительнице... Вчера она сказала, что $5 + 5 = 10$, а сегодня, что $8 + 2$ тоже $= 10$...

Кругосветка Удмуртии – 2012



7 октября проходила традиционная уже «Кругосветка Удмуртии-2012», целями которой были привлечение людей к активным видам спорта и пропаганда здорового образа жизни. В ней могли принять участие все желающие независимо от возраста. Команда для «Кругосветки» набиралась из учащихся 9-х классов – всего 10 человек. Никакой дополнительной подготовки не требовалось. Мы выбрали 6А6 маршрут в 5 км, но прошли 10 – так всем понравилось! Вся команда получила заряд бодрости и здоровья.

Команда «Кругосветки»

Теперь мы – настоящие школьники!



Совсем недавно мы пришли в 1 класс. Нас встретила наша учительница - **Максимова Надежда Семеновна**. На уроках

мы учились читать, считать, писать. Время летело незаметно. И вот закончилась 1 четверть, впереди – самые первые наши каникулы. А перед каникулами – праздник «**Посвящение в первоклассники**». Вместе со всеми ребятами первых классов мы поднялись в красивый актовый зал. Праздник начинался с выступлений ребят. Каждый класс подготовил интересный номер.

Мы показали сценку по правилам дорожного движения «**Цирк дорожных знаков**». Перед выступлением все очень волновались, страшно было выходить на сцену в первый раз. Наша учительница нас подбодрила и успокоила. Номера, приготовленные другими классами, нам тоже очень понравились, особенно сценка «**Портфель**» 1г класса. В конце праздника нас посвятили в первоклассники. Впереди будет еще много праздников, но этот, первый, запомнится надолго.

1Б класс.

Музейный урок.

В октябре для учащихся 3-6 классов прошел музейный урок «Отечественная война 1812 года».



Учащиеся узнали о событиях Отечественной войны 1812 года и ее героях. По-знакомились с удивительной судьбой 6Авалерист – девицы Надежды Дуровой и вкладом Ижевского оружейного завода в повышение обороноспособности страны. Ребята не только узнали много нового, но и смогли примерить гусарскую форму, увидели макеты оружия начала 19 века.

Зянкина Венера Гарифовна

Хэллоуин

Хэллоуин-это день всех святых, который празднуется 31 октября.



Вот уже 2 года в этот день в нашем классе проводится Хэллоуин. Сначала мы создаем нужную атмосферу: красимся, надеваем маски – превращаемся в монстров, ведьм и подобную нечисть... Некоторых после такого переодевания не то что учителя, родная мама не узнает. Такие все страшные!!! Потом мы сморим фильм (конечно, тоже страшный, тот, который одному и посмотреть-то бывает жутко), после проводим конкурсы.

В этом году у нас на празднике было весело! Фильм выбрали не очень страшный, а вот конкурсы - наоборот. Конкурсы были страшные, весёлые и интересные. Мне самой очень понравился конкурс с конфетами. В этом конкурсе участвуют от

двух до пяти человек . Каждый человек начинает рассказывать страшную историю, беря при этом в рот три конфеты, потом ещё две...Представляете, какой «страшный» рассказ получился!..

Ещё один конкурс назывался «Накорми другого». В этом конкурсе участвуют два человека, им завязывают глаза, они вытягивают руку вперёд. Им в руку выдают взбитые сливки (естественно, купленные заранее), каждый по очереди должен накормить другого. Сливки, конечно, вкусные, но надо было видеть наши лица, вымазанные ими (не забывайте при этом, что кто-то был еще и в гриме!)

На этом празднике мы отдохнули, отвлеклись от учебы, и на каникулы ушли в прекрасном настроении!

**Самойлова Алина,
ученица 7а класса.**



Комментарий школьного психолога Вахрушевой Лидии Анатольевны:

Потребность в страшных историях у детей не случайна. Это своеобразная терапия страхов. Переживая

страшную историю, у человека вырабатывается иммунитет. Особенно такая потребность появляется у подростков, поскольку в переходный период у человека возрастает уровень тревожности, агрессивности. Когда подросток смотрит «ужастик», он может поставить себя на место и жертвы, и деспота, переживая те чувства и ощущения, в которых у него есть потребность. Проиграв в воображении ту или иную роль, в жизни у него, скорее всего, не возникнет такой потребности.

ЭКОМАРАФОН

Акция «Экомилосердие»

С октября по апрель традиционно в нашей школе проходит районная акция «Экомилосердие». Собаки и кошки приюта для бездомных животных ждут от нас помощи. Всех неравнодушных к чужой беде ждем с гуманитарной помощью в кабинете №105. Животным нужен корм, старые чистые вещи, одеяла, коврики.



4 октября – Всемирный день защиты животных. Ученики 1 г класса нарисовали своих домашних питомцев и рассказали о том, как они о них заботятся.

Турова Ольга Николаевна

Все, как один, макулатуру сдадим!



23 октября в нашей школе прошла экологическая акция «Все, как один, макулатуру сдадим»

Макулатуру сдавали учащиеся нашей школы - с 1-го по 11 классы.

Своим участием мы помогли улучшить окружающую среду, и если не предотвратить, то хотя бы уменьшить вырубку леса. Известно, что 1 тонна макулатуры заменяет около 4 кубических метров древесины, то есть 100 кг макулатуры спасает одно дерево. Мы вместе собрали 1900 кг. Бумаги. Это почти 2 тонны! Мы спасли 19 деревьев!

Хочется поблагодарить классы, которые принесли больше всех макулатуры:

младшее звено среднее звено старшее звено

4г – 297кг. 6в – 152кг. 11 – 24кг.

3а – 284 кг. 5а -114кг. 9б -13кг.

3г -223 кг 6а – 92кг 8а – 12 кг.

Выражаем искреннюю благодарность ребятам, которые помогли загрузить 2 тонны макулатуры в огромный грузовик.

Акция «Подари дуб городу»



У многих народов дуб считался самым красивым деревом, к нему относились с почитель-

ностью и любовью. Наши предки, славяне, считали дуб священным деревом, посвященным богу грома и молнии- Перуну. Дубы ассоциируются с силой, здоровьем и мощью. В дубовом лесу очень легко дышится, так как деревья выделяют много кислорода.



В акции «Подари дуб городу» приняли участие ученики 1 б и 1 г классов нашей школы. Было посажено около 100 желудей на пришкольной территории. Методист Центра Детского Творчества Ле-

нинского района Орлова Т.Н. провела с первоклассниками беседу о красоте и пользе дубов, об охране зеленых насаждений. На классном часе дети рассказали о своих впечатлениях и нарисовали рисунки на тему «Как я сажу дубки».

Турова Ольга Николаевна

Сохрани им жизнь



Районная передвижная выставка

с фотографиями и рисунками о природе на тему «Сохрани им жизнь» про-

шла в школе в октябре. Яркие рисунки и фотографии притягивали взгляд проходивших мимо детей, учителей и родителей.

Итоги городского конкурса поделок из природного материала «Тайны сказочного леса».



Федотова Вика, ученица 2 «а» класса, получила диплом победителя за оригинальное исполнение поделки. Все поделки, предоставленные на районный этап конкурса, были выставлены еще и на обозрение в зоопарке. Выставка была размещена в павильоне «Планета обезьян» и привлекала внимание посетителей. Администрация зоопарка и спонсоры выставки «Осенняя зоокаладовая» пригласили детей на награждение и вручили каждому грамоту участника и подарок. Потом дети с родителями посмотрели шоу моржей и тюленей, бесплатно прогулялись по территории зоопарка. Все остались довольны!

Учись учиться

Как улучшить память, все успевать и лучше учиться советует школьный психолог Вахрушева Лидия Анатольевна.

1. Учись беречь свое время.

«Сфотографируй» один свой обычный день: на листке бумаги слева запиши каждое даже самое маленькое дело, а справа – поставь потраченное на него время. Вечером же просмотри записи и определи, где и когда было потрачено время зря. Такая «фотография» поможет научиться дорожить временем и разработать рациональный режим дня, но лучше, учитывая неравномерность твоей нагрузки по дням недели, составить его на неделю, чтобы сделать эту нагрузку более равномерной.

2. Укладывайся в отведенное для выполнения домашних заданий время.

Строго запланируй время начала и окончания приготовления домашних заданий – это поможет тебе не отвлекаться во время их выполнения.

3. Лучшее время для выполнения домашних заданий в первой половине дня между 10 и 12 часами, во второй половине – в период с 15 до 18 часов.

4. До начала выполнения домашних заданий:

- 1) плотный обед должен быть не позднее, чем за 2-2,5 часа до их начала, легкий прием пищи может быть и за 1-1,5 часа; но не приступай к работе голодным;
- 2) выполнение высоких физических нагрузок допустимо не позднее, чем за 2-2,5 часа до выполнения умственной работы;
- 3) хорошо проветри рабочее помещение;
- 4) подготовь рабочее место:

- на столе обычного размера левый и правый дальние углы практически не используются, поэтому здесь лучше располагать предметы, которыми приходится пользоваться редко;

- книги, тетради, ручки, карандаши должны иметь свое постоянное место;

- по мере выполнения заданий, все, с чем работать уже не придется (исписанные листы, черновики, тетради и пособия по уже сделанным урокам), можно складывать справа от себя или вообще убрать со стола;

СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА

- необходимое в настоящий момент (книгу, тетрадь, письменные принадлежности и др.) удобнее положить перед собой, а то, что еще потребуется (линейка, карандаш, чистая бумага и пр.), лучше класть слева от себя.

5. В каком порядке следует делать уроки – зависит от твоих особенностей:

- если тыходишь в работу легко и в начале работаешь с подъемом, более продуктивно, чем к концу занятий, но относительно быстро утомляешься, то начинай приготовление домашних заданий с наиболее трудного предмета;

- если ты втягиваешься в работу медленно, много времени тратишь на «раскачку», продуктивность работы нарастает постепенно, а усталость появляется не так скоро, то следует начинать со средних по трудности заданий и постепенно переходить к более сложным;

- если ты вообще с трудом приступаешь к домашним заданиям, если тебя нервирует любая неудача в их выполнении, то лучше начинать с самых простых, успех в которых приносит тебе удовлетворение;

- если тебе не удастся решить трудную задачу, отложи ее «на потом», иначе может не хватить времени на приготовление других заданий.

6. Отдых при выполнении домашних заданий.

При признаках наступающего утомления необходимо планировать заранее. Признаками утомления могут быть: чувствуешь, что стало неудобно сидеть, возникает ощущение покалывания в ногах; глаза повторно возвращаются к одной и той же строке; вдруг начинаешь обращать внимание на посторонние раздражители, которые до этого проходили мимо внимания (звуки, чувство голода и др.)

7. Чтобы восстановить умственную работоспособность, предупредить развитие резкого утомления необходимо:

- Через каждые 40-45 мин занятий устраивать заранее запланированные перерывы на 10-15 мин.

- В первые 5-7 мин перерыва необходима двигательная активность, которая может включать, например, выполнение домашних заданий по физкультуре или для девочек -

танцы под ритмичную музыку, прыжки со скакалкой; для мальчиков - силовые упражнения и т.д.

- Но нельзя применять такие нагрузки, которые могут привести к физическому утомлению.

- В остальное время отдыха можно свободно походить или выполнить какие-либо домашние дела.

- Двигательную активность во время перерывов при приготовлении домашних заданий можно использовать и для устранения последствий неблагоприятного влияния длительных занятий на здоровье.

8. Правильно и эффективно используй возможности своей памяти.

Проследи и сделай вывод о преобладающем у тебя типе памяти, которая может быть:

- моторной (если ты непроизвольно сопровождаешь запоминание информации различными двигательными действиями – записываешь ее, чертишь график или даже просто ходишь),

- зрительной (ты должен обязательно информацию увидеть – в учебнике, на плакате, в облике предмета, лица и т.д.),

- слуховой (через речь, музыку, определенные сигналы), логической (строится на осознании новой информации),

- ассоциативной (ты сравниваешь новую информацию с уже имеющейся и находишь между ними сходства и различия),

- эмоциональной (новая информация вызывает у тебя определенные – положительные или отрицательные – переживания) и т.д.

Определив у себя преобладающий при различных обстоятельствах тип памяти, попытайся создавать для успешного запоминания соответствующие условия.

Для успешного запоминания важно, чтобы ты нашел взаимосвязь нового материала с освоенной ранее информацией или связал его значение с практической значимостью (где и как ты сможешь его использовать).

После освоения информации во время приготовления домашних заданий повтори ее за 30-40 мин перед отходом ко сну (но не учи перед сном, а именно повтори выученный днем материал).

Вахрушева Лидия Анатольевна

V Всероссийские юношеские игры боевых искусств.



Ганиев Ильшат Рузильевич, тренер-преподаватель по КОБУДО и КАРАТЕ, кандидат в мастера спорта ВБЕ (восточное боевое единоборство -дисциплина КОБУДО), многократный призер чемпионата мира по карате, призер Приволжского Федерального округа по дисциплине ВБЕ (кобудо), многократный чемпион России и Удмуртской Республики по карате и кобудо, член сборной УР и России по карате и кобудо.

Еще в сентябре в г. Анапа проходили V Всероссийские юношеские игры боевых искусств. Из нашей школы в состав сборной вошли 3 человека: Шамшурин Владислав (7а класс), Стукалов Николай (3а класс) и Тынный Анатолий (6г класс). В дороге, конечно, ребята устали : еще бы, путь неблизкий - в поезде почти трое суток. В играх участвовали команды всех регионов России. Самые многочисленные – команды Удмуртии, Москвы и Московской области, Оренбургской области, Краснодарского края.



Распорядок дня был достаточно жестким: вставали в 8 часов, умывались – и сразу разминка. Через час – завтрак. С 10 часов и примерно до 18 – соревнования. Потом ужинали, ходили на море, отдыхали. Правда, погода нас не баловала: было холодно, дул сильный ветер. Вода в

море было холодное, но это не мешало ребятам и покататься, и позагорать.

Соревнования проходили по нескольким видам спорта. «БУДО-Лицей» участвовал в нескольких дисциплинах – «Комбат – самооборона», «Карате-фудокан», «Карате-сетокан», «ВБЕ(восточное боевое единоборство)-кобудо». Во всех дисциплинах сборная Удмуртии заняла призовые места (общекомандные). Шамшурин Владислав завоевал 2 бронзовые медали, Стукалов Коля – 1 серебряную и 1 бронзовую, Тынный Толя – золотую медаль.

Отборочные соревнования к первенству и чемпионату России.



В середине октября в Нижнем Новгороде состоялись отборочные соревнования к первенству и чемпионату России. Ездили 48 человек на автобусе. Часть ребят(вместе с родителями) - на поезде, т.к. мест в автобусе не хватило. Участников сборной Удмуртии было немало – 68, из них 20 человек – из нашей школы.

В Нижнем Новгороде мы разместились в общежитии. Условия, конечно, были не очень хорошие, но никто не жаловался. Весь следующий день мы провели на соревнованиях, не было времени даже город посмотреть . Поздно вечером , поужинав, отправились в обратный путь. Сборная Удмуртии завоевала 20 золотых, 7 серебряных, 4 бронзовых медалей (по разным дисциплинам, в разных возрастных категориях). Федерация КОБУДО УР заняла первое общекомандное место.

Всем ребятам желаю дальнейших успехов в спортивной жизни!

**Ганиев Ильшат Рузильевич
Ганиев Ильшат Рузильевич.**

ПРОБА ПЕРА

Уже нет крыльев...

Уже нет крыльев у моей души,
Уже все чувства обратились в пыль.
Теперь совсем одна сижу в тиши,
Мечтаю сказку превратить я в быль...

Над головой моей плывет луна,
Она бездушна, так же холодна...
И только звездный свет блестит в глазах,
В которых огонь жизни не играл.

Но может быть, еще когда-нибудь
Надежда озарит мой темный путь,
Усталый разум Вера прояснит,
Твоя Любовь все чувства возродит...

**Иванова Ирина,
ученица 10а класса.**

Дорогие ребята!

Если вы пишете стихи или рассказы, если у вас в классе прошло интересное мероприятие и вы хотите рассказать о нем, у вас есть возможность напечатать свои материалы в школьной газете (обращаться в 304 кабинет)

Редактор газеты Ахметшина Г.В.

**Редколлегия: Иванова Ирина (10а класс),
Газизуллина Дарья (6а класс),
Моторина Полина (7а класс),
Харланова Влада (7а класс),
Богатырев Никита (6а класс),
Кочуров Илья (7а класс).**

Тираж 70экз.

Боюсь.

Я не боюсь дождя и ветра,
Я не боюсь жестоких слов.
Пусть говорят, что всё нелепо,-
Я не боюсь и этих слов

Пусть говорят, что я плохая.
Я выдержу хоть сто обид!
Но знаю, я же не такая,
Как, может, кажется на вид...

В душе моей так много чувств...
Но я боюсь их описать.
Я не боюсь знать, что нужна,
Но я боюсь ненужной стать...

**Иванова Настя,
ученица 7а класса.**



Отец отчитывает сына за плохие оценки в школе:

- Почему у тебя по всем предметам тройки и двойки, куда ты поступишь с таким аттестатом?
- У меня по географии пять, - с обидой в голосе отвечает сын.
- И что, будешь на заводе глобусы делать!



Из школьного сочинения: "Мой дед рассказывал мне, как он жил, когда был маленьким, как я. Он ходили в лес за грибами и ягодами, играл с друзьями на улице в футбол, купался в речке и ловил рыбу в пруду - а все потому, что у него, несчастного, не было ни телевизора, ни компьютера, ни мобилки".