



# ШКОЛЬНАЯ ГАЗЕТА

ЧОУ «Международная школа АЛЛА ПРИМА» г.Ростов-на-Дону

Сентябрь 2023 г. Выпуск 45

## НЕДАВНИЕ СОБЫТИЯ



1 сентября - День знаний

8 сентября - День здоровья

29 сентября - Выборы школьного президента

**Эвелина Касперавичус**, ученица 2 класса, стала бронзовым призером турнира по художественной гимнастике «Я люблю Россию» в г.Сочи.

**Алиса Козыренко**, ученица 2 класса, заняла 2 место в областных соревнованиях по художественной гимнастике. Кубок Ростовской области.



## В ЭТОМ ВЫПУСКЕ

Знаете ли Вы, что?	2
Выпускной вечер	3
Гость номера	4
День знаний	6
Наши выпускники	8
Давайте познакомимся	10
День здоровья	13
Наше здоровье	15
Наше творчество	16
Дни рождения	18





# ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО?..

*Читать о книгах так же интересно, как и читать сами произведения. Часто одна деталь может изменить восприятие оригинального текста. Предлагаем несколько фактов о книгах, которых вы могли не знать.*

Первые книги, судя по археологическим находкам, появились более двух тысяч лет назад. Они были изготовлены из дерева и воска.

Тем не менее, существует ещё более древняя книга — рукопись Присса, которой около пяти с половиной тысяч лет. Она написана на папирусе. Всего на Земле около 130 миллионов книг. Имеется в виду количество произведений всех видов, а не экземпляров самих книг.

Самая таинственная книга — рукопись Войнича. Этот средневековый манускрипт, судя по всему, описывающий какие-то растения, до сих пор не расшифрован. Он написан на несуществующем языке, и растений таких на Земле тоже, кстати, нет. До сих пор кипят споры о происхождении книги, и версии выдвигаются самые разные.

«Лестерский кодекс» за авторством Леонардо да Винчи — одна из самых дорогих в мире книг. Она была продана Биллу Гейтсу на аукционе за фантастическую сумму в 24 млн долларов. Любопытен тот факт, что книга написана зеркально, то есть необходимо вооружиться зеркалом, чтобы её прочесть.

Многие знают «Сказки тысячи и одной ночи», но мало кто в курсе, что в первоначальной версии этих сказок Аладдин был не арабом, а китайцем.

Книга Л. Кэрролла «Алиса в стране чудес» запрещена в Китае из-за наличия в ней говорящих животных.

В библиотеке знаменитого Гарварда имеется четыре книги, написанные на пергаменте из

человеческой кожи.

В «Путешествии Гулливера» некоторые законы небесной механики, в частности, размеры спутников Марса и особенности их вращения вокруг материнской планеты были описаны за добрую сотню лет до того, как то же самое заявили астрономы. Вот такой вот таинственный факт.

В книгах Шекспира слово «любовь» встречается почти ровно в десять раз чаще, чем слово «ненависть».

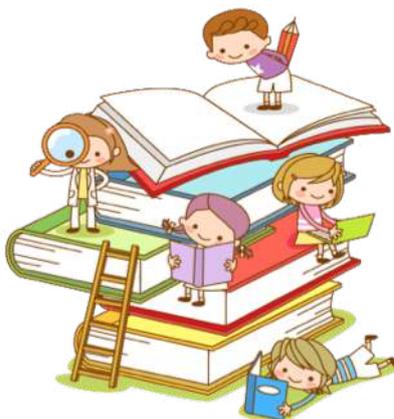
У «Робинзона Крузо» есть продолжение. В нём описано приключение того же главного героя, который терпит очередное кораблекрушение, в результате чего оказывается вынужден долгие месяцы добираться домой по суше, в частности, по территории России.

За всё время существования печатного дела во всём мире было издано около двух миллиардов книг.

Первым литературным романом считается японская «Повесть о Гэндзи», написанная более тысячи лет назад.

Самая популярная книга в мире — Библия. Вторая по популярности — сборник цитат Мао Цзедунa (благодаря популярности в Китае), а третья — Властелин Колец.

Самый плодовитый в мире автор — Барбара Картленд, публиковавшая в среднем по два новых романа в месяц.





# ВЫПУСКНОЙ ВЕЧЕР



Выпускной вечер - это самый трогательный, самый незабываемый из всех праздников. Это расставание, грусть, добрые напутствия педагогов и родителей. Это трогательные моменты, от которых на глаза наворачиваются слезы.

27 июня состоялся праздник окончания школы и начала новой взрослой жизненной поры - выпускной вечер 9 и 11 классов. Зал был наполнен яркими красками праздничных нарядов, фейерверком незабываемых эмоций, когда зашли выпускники, которых с нетерпением ждали родители и приглашенные гости. В праздничной атмосфере прошла церемония вручения грамот и аттестатов выпускникам за отличные успехи в учебе.

Напутственные слова в адрес выпускников сказала директор школы Ольга Васильева Гонтарева.

Классные руководители пожелали успехов, удачи, оставаться честными, жизнерадостными и двигаться только вперед.

Немало добрых, искренних слов прозвучало от родителей выпускников. Они благодарили учителей за энергию, преданность делу, самоотверженный труд, желали всему коллективу школы успехов и процветания.

Повзрослевшие, красивые, нарядные, немного грустные и счастливые одновременно, юноши и девушки говорили в этот вечер слова благодарности своим наставникам — учителям, родителям.

Прозвучало много стихотворений и песен.

Ребята, которые ещё недавно сидели за школьными партами, теперь готовы сделать первый шаг навстречу новым возможностям. Одиннадцать лет ребята шли к этому дню: теперь в руках у каждого из них аттестат. Выпускники на пороге новой главы в книге под название «Жизнь». Насколько она будет интересна и глубока, зависит от них самих. Пожелаем им удачи и новых свершений на жизненном пути!





ГОСТЬ

# НОМЕРА

*Сегодня мы поговорим с ученицей 8 класса Марченко Ксенией. Ксюша является старостой в своем классе и очень активно участвует в жизни школы.*



— Ксюша, здравствуй! Расскажи немного о себе и о своей семье.

— Здравствуйте! Меня зовут Ксюша, я ученица 8 класса. У меня большая и дружная семья! У меня есть старший брат Тимофей и младшая сестра Женя.

— «Школьные годы чудесны?»

— Я считаю, что школьные годы чудесны, но бывают сложные моменты. «Тяжелые времена рождают сильных людей», и за 8 лет обучения я стала именно такой.

— Какие три слова характеризуют тебя максимально точно?

— Я думаю, меня характеризуют как отзывчивую, общительную и добрую.

— Тебе нравится ходить в школу и почему?

— Да, мне нравится, потому что я вижу себя со своими друзьями, но бывает, забываю про учебу.

— У тебя есть любимые предметы?

— Да, есть: французский язык и литература.

— Ты уже определилась, кем хочешь стать? И согласны ли с твоим выбором родители?

— Я планирую стать графическим дизайнером. Но это еще не точно, так как у меня есть время подумать.

— Можешь ли ты рассказать о главных своих победах?

— Я занималась в модельном бизнесе и участвовала в показах многих дизайнеров.

— Как ты воспринимаешь критику в свой адрес?

— Очень хорошо, ведь так можно узнать мнение других людей о себе.

— Что ты думаешь о своих недостатках и что необходимо развивать?

— Если честно, мне не хочется об этом говорить.

— Какой был самый лучший, самый значимый подарок в твоей жизни?

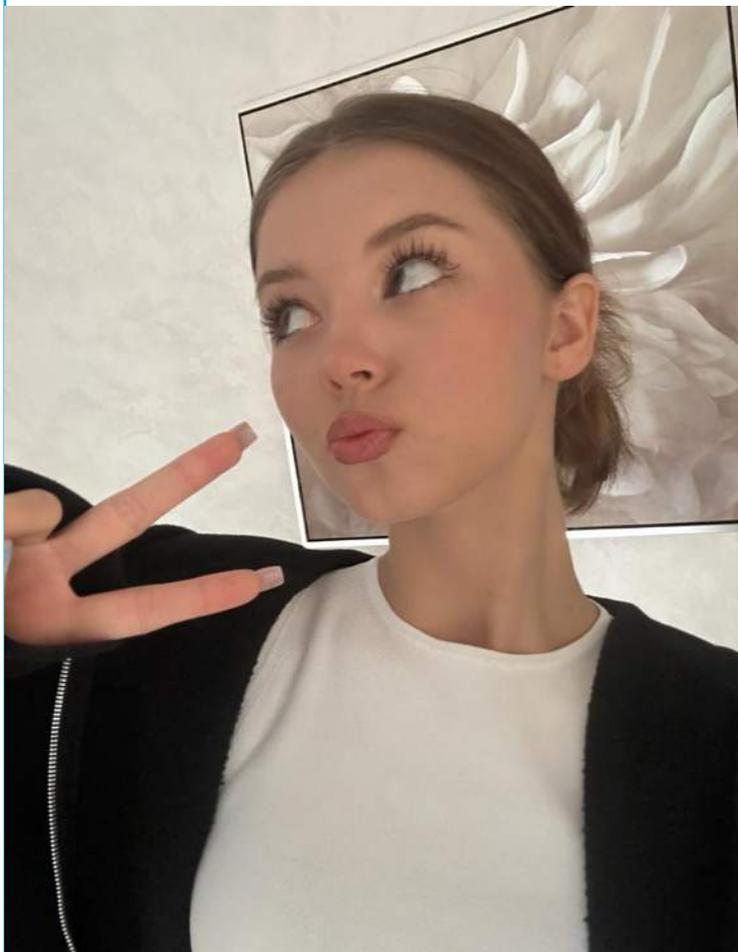
— Таких на самом деле много, поэтому я не могу сказать точно.

— Какое у тебя жизненное кредо? Миссия?

— Стать независимой материально от родителей.

— Твои родители, безусловно, гордятся тобой.





через 10 лет?

- Не могу сказать точно, но хочется жить где-нибудь в Италии.
- Если бы ты могла приобрести способность супергероя, что бы выбрала и как использовала бы?
- Невидимость, пригодится везде.
- Если бы у тебя была волшебная палочка, какие бы ты загадала 3 желания?
- Кошелек с бесконечными деньгами и счастья близким, а последнее отдала бы маме.
- Какие три вещи ты бы взяла с собой на необитаемый остров?
- Нож, зажигалку и бомбу.
- Какими качествами, ты считаешь, должен обладать каждый Человек с большой буквы?
- Доброжелательностью и умом.
- Легко ли ты увлекаешься новым делом?
- Вполне, но не факт, что это продлится долго.
- Если бы ты была учителем, то учителем какого бы предмета ты стала и почему?
- Думаю, литературы, просто такое желание.
- И напоследок, твое пожелание тем, кто только начинает обучение в школе.
- Желаю вам терпения и не зацикливаться на проблемах.

А ты испытываешь подобное чувство по отношению к самой себе?

- Безусловно, я горжусь тем что дохожу до своих целей.
- Что для тебя является самым сложным в обучении?
- Наука, так как я по большей части гуманитарий.
- Помимо учёбы, чем ты серьёзно увлекаешься?
- Я обожаю читать классику и современную литературу.
- Как ты проводишь свободное время?
- Общаюсь с друзьями, но чаще остаюсь сама с собой, чтобы спокойно провести время.
- Книга, фильм, песня с которыми должен быть знаком каждый?
- Отличная книга - это «Гордость и предубеждение», которую написала Джейн Остин. А также шикарные книги Ремарка.
- Какие исторические личности наиболее интересны тебе и почему?
- Екатерина вторая, причины нет.
- Каким ты представляешь своё будущее





# ДЕНЬ ЗНАНИЙ

*В пятницу, 1 сентября наша школа распахнула свои двери для учащихся. На торжественной линейке собрались ученики, их родные и педагоги. В этот день в каждой школе района прозвучал традиционный первый звонок, ознаменовав начало нового учебного года.*



1 сентября - День знаний! Праздник книг, цветов, друзей, улыбок, света! Двери нашей школы вновь распахнулись, чтобы дать старт новому учебному году! Все ребята, отдохнувшие и загорелые, снова собрались на школьном дворе. Они радовались встрече с одноклассниками, классными руководителями и любимыми учителями.

Традиционная линейка, посвящённая Международному дню знаний, и в этом году была торжественной и красочной. Звучали



стихи, песни и музыка. О начале нового учебного года возвестил долгожданный школьный звонок.

Нарядные ученики и ученицы с пестрыми букетами цветов, учителя и родители заполнили школьную площадку. По традиции первыми представили первоклассников. Директор школы Ольга Васильевна поздравила учащихся школы с новым учебным годом, отметив, что учение - нелегкий, но радостный и увлекательный труд. С ответным словом выступила группа



первоклассников, которые с выражением прочли выученные стихи. Эстафету подхватили старшеклассники. Наступило время первого школьного звонка в этом учебном году. День знаний продолжился классными часами.

Мы поздравляем всех с этим замечательным днём.

Пусть новый учебный год станет для всех ярким и плодотворным, пусть будет наполнен творчеством, интересным и полезным общением.

Доброго пути вам, дорогие школьники!





# БЕЗОПАСНОСТЬ НА ДОРОГАХ



25 сентября 2023 года в целях повышения у учащихся знаний и снижения аварийности на дорогах, сотрудником ГИБДД Прохоровой Викторией Игоревной и главным специалистом по делам несовершеннолетних и защите их прав Кировского района Богатищевой Кристиной Игоревной со школьниками начальных классов в нашей школе прошел открытый урок по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма. Задачей урока было формирование у школьников младших классов культуры поведения на дорогах, гражданской ответственности и правового самосознания.

В начале мероприятия сотрудник ГИБДД лейтенант Прохорова В.И. напомнила школьникам о правилах перехода через дорогу, о сигналах светофора и дорожной разметке, о том, что при переходе проезжей части всегда нужно быть внимательным, а также всегда пристегиваться в автомобиле.

Для учащихся провели обучающее занятие, в ходе которого рассказали ребятам о важности взаимодействия пешехода и водителя на дороге, познакомили со сводом правил, регулирующих

обязанности участников дорожного движения, а также с используемой терминологией и понятиями в сфере безопасности дорожного движения.

Сотрудники ГИБДД объяснили ребятам, как влияет на безопасность пешеходов использование светоотражающих элементов в темное время суток. Ученики с удовольствием слушали сотрудника ГИБДД, участвовали в беседе и решали различные дорожные задачи.

Учащихся заинтересовала тема безопасности дорожного движения, и в завершение мероприятия ребята задали инспектору много вопросов по данной тематике, а также по некоторым из них, состоялось совместное обсуждение.

Проведение подобных мероприятий служит фундаментом для подготовки ребенка к дальнейшей жизни, обеспечивает самостоятельность и культуру безопасного поведения на улицах, делает их более дисциплинированными и законопослушными участниками дорожного движения.





# НАШИ ВЫПУСКНИКИ

*Сегодня у нас в гостях Яновская Маргарита, выпускница 2021-2022 учебного года. Рита закончила нашу школу с золотой медалью и успешно поступила в университет. Давайте узнаем, как складывается ее дальнейшая жизнь.*



**– Расскажи о себе, чем ты сейчас занимаешься?**

– Думаю, многие из школы меня знают, но представлюсь. Меня зовут Маргарита, сейчас мне 19 лет и я являюсь креативным директором и тим-лидом медиапроектов.

**– Что повлияло на выбор университета? По каким критериям ты его выбирала?**

– До 11 класса я была убеждена, что поступаю в

медицинский институт, но за год всё кардинально поменялось. Я поняла, что мне нужно выдавать весь свой потенциал и заниматься творчеством, поэтому сейчас я учусь в ДГТУ на бюджете на факультете «Медиакоммуникации и мультимедийные технологии» на направлении «Нейромедиа», которое реализуется совместно с Высшей Школой Экономики, следовательно, по окончании я получу 2 диплома.

**– Оправдались ли ожидания от учёбы в университете? Какие самые интересные моменты были во время учёбы?**

– Наша учеба целиком состоит из веселых моментов. Печатали ли вы картонного ректора вашего университета, встречали ли делегацию с Сейшел, ездили ли вожатыми в лагерь? Если нет, но хотите, тогда мой факультет ждет вас.

**– Расскажи, какие ощущения ты испытывала, когда пришла впервые на лекции в университет?**

– Благодаря коммуникациям и широкому кругу общения, я уже заранее знала, чего ждать от ВУЗа, поэтому особо не загадывала.

**– Каким ты представляешь своё будущее?**

– Не хочу загадывать, кем точно буду работать, сколько зарабатывать, но точно знаю, что я есть и буду хорошим человеком.

**– Кем ты хочешь стать?**

– На данный момент я возглавляю медиапроекты, как коммерческие, так и просто творческие, например, мы ведем официальный тг-канал моего факультета. Из коммерческих заказов - являюсь смм-специалистом крупной фирмы по издательству книг «Феникс» и ювелирной компании.

– Чем учёба в университете отличается от учёбы в школе?

– Учеба в университете - полностью твоя ответственность. Если вы не умеете себя самодисциплинировать, то это очень плохо скажется в ВУЗе.

– Если бы тебя вернули снова в первый класс, что бы ты изменила в жизни?

– Ничего глобального я бы не меняла, не считаю это нужным.

– Скучаешь ли ты по школе?

– Я скучаю не по самой школе, а по некоторым людям, которые окружали меня в тот период. Но в век технологий эта проблема не кажется такой глобальной.

– Поддерживаешь ли ты отношения со своими одноклассниками?

– Да, с некоторыми одноклассниками периодически списываюсь, а с некоторыми даже учусь на одном факультете.

– Что из школьной жизни запомнилось больше всего?

– У меня слишком плохая память, чтобы ответить на этот вопрос, но пускай 11 класс и подготовка к выпускному будет самым ярким воспоминанием.

– Что в школьной жизни давалось тебе с большим трудом?

– Открою секрет, но такого не было. Я всегда находила какие-то запасные ходы и уловки, что мне, опять же, очень пригодилось во взрослой, самостоятельной жизни. Вывод один: учитесь, дети, иногда хитрить, но не перебарщивать.

– Чему тебя научила школа?

– Школа меня научила правильно подбирать способы и пути коммуникаций с разными людьми. Это тоже очень полезный навык вам в копилку.

– Какая самая мудрая мысль, которая посетила тебя в школьные годы?

– Даже не буду стараться, ведь еврейские мудрости не переплюнешь.

– Во что ты верила в детстве? Не в плане супергероев и деда Мороза, а что тебе давало силы и вдохновляло?

– Раньше я верила в людей, но с возрастом стала верить в себя и свое будущее.

– Какие мечты детства ты воплотила в жизнь?

– Даже если у меня и были мечты в детстве, то я их, к сожалению, забыла.

– Как ты думаешь, надо ли учить иностранные языки? И имеет ли сейчас иностранный язык какое-то место в твоей жизни?

– Конечно надо! Открою секрет, на втором курсе у нас будет дисциплина от Высшей Школы Экономики - нейроэкономика, которая будет идти полностью на английском языке. Поэтому, учите, дети, языки.

– Какой фактор внес основной вклад в твои успехи к настоящему моменту?

– Очевидно, что моя ответственность. Это действительно, очень важный поинт во взрослой жизни.

– Твой девиз, внутренний гимн. Есть ли он у тебя?

– «У меня есть «Я» и это главное».

– Если бы твоя жизнь была кинофильмом, то какое название фильму ты бы дала?

– «Неуловимая Марго», «Жизнь прекрасна», «1000 и 1 вещь, которую я забыла».

– Если бы ты могла вернуться в свое прошлое на 5 минут, то какой бы совет ты бы себе дала?

– Твое окружение формирует тебя саму.

– Что бы ты пожелала детям, которые только начинают учебу в школе?

– Самое главное - ваша внутренняя ответственность и комфортное состояние. Оценки - вообще не показатель и не решающий момент в вашей жизни. Кайфуйте, развивайтесь и прислушивайтесь к себе. Никто кроме вас так хорошо вас не знает, как вы сами!





# ДАВАЙТЕ ПОЗНАКОМИМСЯ

*Сегодня мы познакомимся с новым учителем испанского языка Вершининой Анастасией Викторовной, которая расскажет нам о себе, о своих хобби и о том, почему она решила выбрать профессию педагога.*



— Здравствуйте, хотелось бы начать с такого вопроса: почему Вы выбрали путь учителя? Профессия эта нелегкая. Немало смелости нужно, для того чтобы решиться стать педагогом. Может, кто-то повлиял на Ваш выбор?

— Я выбрала путь учителя, потому что хотела

помогать другим приобретать знания и развиваться. Меня вдохновляют моменты, когда ученики осваивают новые знания.

На мое решение стать педагогом никто не влиял. Это был мой осознанный выбор.

— А почему именно учитель испанского языка? Почему, например, не химии или, скажем, истории?

— Испанский язык увлек меня своей красотой и культурным богатством. Я верю, что знание языка открывает двери к пониманию других культур. Поэтому я решила быть учителем испанского языка.

— А кто или что вдохновляет Вас на урок?

— Меня вдохновляют мои ученики, их интерес к изучению языка.

— Вы много путешествуете? Помогает ли это Вам при работе с учениками?

— Да, я много путешествую. Путешествия помогают мне лучше понимать иностранные языки и культуру страны, что в последствии я могу передать ученикам на уроке.

— Что является самым сложным в Вашей работе?

— Самое сложное в моей работе - поддерживать мотивацию учеников и находить индивидуальный подход к каждому.

— Кем мечтали стать в детстве? Если мечта не сбылась, жалеете ли об этом?

— В детстве я мечтала стать министром спорта, но не жалею сейчас о своем выборе стать учителем.

— Довольны ли Вы, что выбрали когда-то эту профессию?

— Да, я довольна выбором этой профессии, она дарит мне много эмоций.

— С какими трудностями сталкиваетесь в работе?

— Управление дисциплиной в классе и поиск новых методов обучения.

— Нужны ли какие-то особые качества человеку, который решил стать специалистом в этой области?

— Да, особые качества включают терпимость, эмпатию и стремление к постоянному обучению.

— Есть ли в вашей работе место творчеству? Когда и как можно проявить творческие способности?

— Да, в моей работе есть место творчеству, особенно при создании интересных уроков.

— Самое яркое воспоминание, связанное с работой в школе

— Надеюсь, что самые яркие впечатления у меня еще впереди.

— Каким, по-вашему, должен быть идеальный ученик? И встречался ли он в Вашей практике?

— Идеальный ученик - это тот, кто активен, целеустремлен и готов учиться.

— Чем Вы любите заниматься в свободное от работы время?

— В свободное время я люблю читать, путешествовать и заниматься алмазной мозаикой.

— Ваша любимая книга?

— Моя любимая книга «Мастер и Маргарита».

— Ваше отношение к спорту? Расскажите поподробнее о своей спортивной карьере.

— Спорт всегда был огромной частью моей жизни. В три года я впервые попала в спортивный зал и с этого момента началась моя спортивная карьера. 13 лет я занималась художественной гимнастикой. В этом виде спорта я получила звание Кандидата в мастера спорта. Была чемпионкой первенства области и многократным победителем Всероссийских соревнований. После художественной гимнастики я перешла в другой вид спорта: эстетическую гимнастику. С 2017 по 2019 год я являлась членом сборной России по эстетической гимнастике. Добилась звания Мастера Спорта России, а также стала чемпионкой Первенства Мира, чемпионкой множества Международных турниров, серебряным призёром Кубка и Первенства России, чемпионкой ЮФО и Ростовской

области. В 18 лет я закончила свою спортивную карьеру.

— А вот если бы у Вас была машина времени, и Вы могли бы переместиться в любую эпоху и в любую страну, то какое время Вы бы выбрали?

— Я бы хотела остаться в своем времени, потому что мы вершители будущей истории.

— Хотелось ли когда-нибудь бросить всё и проявить себя в совершенно другой сфере деятельности?

— Никогда не думала бросать свою профессию.

— Есть ли у Вас любимые ученики?

— Я люблю всех своих учеников, каждый из них особенный.

— Как вы думаете, будут ли специалисты вашей профессии востребованы в будущем?

— Да, специалисты в области образования всегда будут востребованы.

— С какой бы просьбой при возможности Вы обратились к президенту страны?

— Если бы мне предоставили такую возможность, я бы обратилась с просьбой поддержать образование и культурный обмен с испаноязычными странами.

— Если бы Вам была предоставлена



возможность сыграть любую роль в кино, какую бы вы выбрали?

— Я очень люблю детективы, поэтому я бы выбрала роль следователя.

— Если бы у вас было три месяца свободного времени и никаких финансовых ограничений, чем бы вы занялись?

— Если бы у меня было три месяца свободного времени и никаких финансовых ограничений, я бы занималась благотворительностью и путешествовала.

— Сейчас Вам будет предложено на выбор два понятия. Ваша задача выбрать одно из них, то, которое ближе.

— Чай или кофе?

— Чай

— Россия или за граница?

— Россия

— Река или океан?

— Океан

— Луна или Солнце?

— Луна

— Полезное или вкусное?

— Вкусное

— Поэзия или проза?



— Проза

— Классика или современность?

— Современность

— Юность или зрелость?

— Юность

— Синица в руке или журавль в небе?

— Синица в руке

— Учить или учиться?

— Учиться

— Планирование или интуиция?

— Планирование

— Создавать или критиковать?

— Создавать

— Разум или чувства?

— Разум

— Ведущий или ведомый?

— Ведущий

— Яркость или скромность?

— Яркость

— Напоследок Ваши пожелания или слова благодарности коллегам и ученикам.

— Спасибо всем моим коллегам и ученикам за вдохновение и совместную работу. Желаю всем ярких и успешных будущих достижений!



# ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ



Активная жизнь, движение — залог хорошего здоровья. Школьники очень ждут этот день, самочувствия. Здоровье человека, его физическое, душевное состояние на 50% зависит от того, как человек живет. Поэтому формирование правильного отношения к здоровью необходимо с детских лет. Если школьник научится ценить свое здоровье, понимать важность активного способа жизни, то у него есть большие шансы сберечь свое здоровье и во взрослой жизни. Чтобы учить школьников верно расставлять приоритеты, правильно относиться к здоровью в учебных заведениях проводятся дни здоровья.

День здоровья в школе – это весёлый праздник хорошего настроения, спорта и

чтобы поучаствовать в спортивных играх, порезвиться и подышать свежим воздухом.

Ежегодное проведение Дня Здоровья стало традицией. Он проводится для того, чтобы ученики и учителя могли понять, как много значит здоровье в их жизни.

8 сентября никто не остался в стенах школы - каждый выбрал развлечение по душе.

Подготовительный класс посетил развлекательный центр «Балу», где ребята весело провели время, окунувшись в атмосферу лабиринтов, батутов и бассейнов с шариками.

1 класс посетил кинотеатр.





Интересно и активно провел 2 класс День здоровья! Вещечный парк собрал второклассников, родителей, даже братьев и сестёр. Все маршруты преодолели, хотя порой было нелегко. С интересом наблюдали за белками в парке. Дети решили, что милые животные играют в чехарду, и у них свой День здоровья!



А после физической активности на свежем воздухе все захотели перекусить и устроили настоящий пикник.



Этот день подарил всем заряд бодрости, хорошее настроение и оставил яркие впечатления!

Мы надеемся, что эта замечательная традиция будет продолжаться еще долгие годы и радовать наших учеников, заряжать положительными эмоциями, мотивировать на спортивные достижения и дарить гармонию в душе.



Учащиеся и родители 3 класса пошли в боулинг и очень весело провели там время.

А 4 класс провел свой День здоровья в зоопарке.

Учащиеся средней и старшей школы отправились в поход на левый берег Дона. Ребята вместе с учителями занимались спортом, играли в подвижные игры.





# НАШЕ ЗДОРОВЬЕ

Во многом здоровье детей зависит от родителей и соблюдения простых, но действенных правил.

☀️ Важно соблюдать режим дня. Желательно приучить ребенка просыпаться и засыпать, есть, играть, гулять, трудиться в одно и то же время. Уделять особое внимание полноценному сну (своевременное засыпание — не позднее 21.00-22.00, минимальная длительность сна — 8-10 часов). Ограничивать время у телевизора, компьютера, гаджета (не более 40 минут — 1 часа в день).

☀️ Особое внимание на регуляцию нагрузок детей.

⚡ физических;

⚡ эмоциональных;

⚡ интеллектуальных.

«Делу — время, потехе час!». Внимательно следите за поведением ребенка. При этом необходимо ориентироваться на его состояние — потеря внимания, капризы, истерики, отказ от деятельности, заторможенность являются сигналом перегрузок. При первых признаках этих проявлений следует прекратить или снизить интенсивность деятельности или общения.

☀️ Проветривайте помещение. Кислород просто необходим развивающемуся детскому мозгу — его недостаток приводит к значительному снижению деятельности. Для хорошего самочувствия и успешной деятельности ребенку требуется пребывание на открытом свежем воздухе и в проветренном помещении: обязательно во время сна;

☀️ Не забывайте о прогулках. Двигательная активность ребенка на свежем воздухе — минимум 2 часа в день. Лучшее место для этого — детская площадка, парк — она сочетает два важных условия для двигательной активности —

пространство и свежий воздух. Не забудьте про систематические занятия физкультурой.

☀️ Создайте благоприятную атмосферу дома. Очень важен психологический климат в семье, обстановка, в которой воспитывается ребенок. В комфортной ситуации развитие ребенка идет быстрее и гармоничнее. Он «впитывает» в себя все позитивное, что его окружает, и это делает его сильным, счастливым и уверенным в себе человеком. Никогда не отказывайте ребенку в общении!

☀️ Развивайте творческое начало своего ребенка. В творчестве он может выразить себя: свои мысли, чувства и эмоции. Может создать свой мир по своим законам, почувствовать радость и удовлетворение; может проявить негативные чувства и переживания и освободиться от них. Через творчество ребенок постигает прекрасное, гармонию мира. Взрослым необходимо только создать условия для творческой активности детей

☀️ Уделяйте особое внимание рациональному питанию. Постарайтесь придерживаться простых, но очень важных правил:

⚡ включайте в рацион ребенка богатые витаминами и минеральными веществами продукты, особенно в весенний период;

⚡ важно, чтобы питание было хорошо сбалансировано: в пище должно быть достаточное количество белков, жиров и углеводов;

⚡ ежедневно на столе должны быть фрукты и овощи — не менее 400гр;

⚡ аппетит ребенка зачастую зависит от внешнего вида еды. Малыш будет есть с большим удовольствием, если вы творчески оформите блюдо, создавая из продуктов какие-либо узнаваемые им фигурки.





# НАШЕ ТВОРЧЕСТВО

*Все наши ученики, без исключения, очень талантливы. И, к большому сожалению, у нас нет возможности публиковать в газете все их работы. Поэтому подписывайтесь на наш Telegram - канал и наслаждайтесь творчеством ваших детей.*

[t.me/schoolallaprima](https://t.me/schoolallaprima)



Шевцова Софья. 7 класс



Дудченко Данелия, 2 класс



Крючкин Александр. 2 класс



Гергедава Эля. 4 класс



Покотилова Николь. 1 класс



Шевцова Софья. 7 класс



Леонова Мирослава. 2 класс



Соловьева Юля. 2 класс



Ганюсина Диана. 4 класс



## ПОЗДРАВЛЯЕМ УЧЕНИКОВ

Шевцова Софья	01 октября
Покотилова Николь	04 октября
Сосницкая Елизавета	06 октября
Федосеенко Ярослав	07 октября
Буц Евгений	11 октября
Шпак Влада	12 октября
Соловьева Юлия	12 октября
Мишина Эвелина	12 октября
Кидалинская Ксения	13 октября
Шпак Роман	14 октября
Котова Полина	14 октября
Кушнарев Тимофей	19 октября
Леонова Мирослава	21 октября
Гизатова Амира	22 октября
Дегтярева Виолетта	22 октября
Цыганкова Дарья	22 октября
Альмухаметов Артур	23 октября
Тарасов Алексей	27 октября
Дудченко Данелия	27 октября
Проценко Анна	28 октября
Флек Оливия	29 октября
Никитин Василий	31 октября



## ПОЗДРАВЛЯЕМ УЧИТЕЛЕЙ

Олифирова Наталья Николаевна	11 октября
Щербакова Эльмира Салеймановна	15 октября
Сасина Екатерина Георгиевна	16 октября
Гонтарев Валерий Викторович	21 октября