

№ 51

По секрету всему свету

ноябрь

2013

Независимое издание муниципального
образовательного учреждения
средней общеобразовательной школы №1

В ЭТОМ ВЫПУСКЕ:

*Пусть тяга к куренью
навек умрет!*

Давайте всем миром здоро-
вье хранить.

стр. 1

Месячник борьбы с курени-
ем и алкоголем

стр. 2

Анонс новостей

стр. 3

Заботимся о жизни..

стр. 4

Пусть каждый запомнит: курение – яд!
И факты уже за себя говорят.
Болезни желудка и легких развал,
А печень курильщика?! Если б ты знал!
Ее ты разрушил, и голос хрипит.
Задором мальчишеским взгляд не блеснит.
И нет настроенья, и жизнь не мила.
Тебя сигарета к тому привела.
Ты слышишь, подросток и взрослый народ?
Пусть тяга к куренью навек умрет!
Ведь жизни не будет, где дым сигарет.
Одумайтесь, люди, и дайте ответ.

Займитесь-ка спортом зимой и весной!

И летом, и осенью – всякой порой!
На лыжи вставайте, идите в бассейн.
А летом на речку компанией всей.
В лесу погуляйте, идите в поход.
Куренья дурман очень скоро пройдет.

Читайте, учитесь, добрейте душой.

Друзья, объявите курению бой!

Тогда вы увидите в небе зарю.

И с радостью скажете: «Я НЕ
КУРЮ!»

Тогда вам откроется тайна одна,
Что жизнь без куренья успе-
ха полна!

**Мы все родились, чтоб здо-
ровыми быть.**

**Давайте всем миром здоро-
вье хранить!**



Курение и алкоголизм

Сейчас в мире стало модным курить и употреблять спиртные напитки. А задумывались вы о том, что будет с вами потом? Низкий жизненный уровень, плохая экология, некачественное питание, высокий уровень стрессов не способствуют нашему долголетию. Но все же основной ущерб мы наносим себе сами и, причем, добровольно. Зная всю правду о табаке и алкоголе, только психически нездоровый человек или самоубийца будет продолжать это постыдное дело. Вместо этого мы бы могли сделать лучше страну. Но в первую очередь, мы бы сделали лучше себе. Вместо курения и алкоголя можно найти дело получше. У каждого от рождения есть какие-то таланты или склонности. Нужно просто постараться и отыскать их. Я думаю, это намного лучше, чем наносить себе вред! Министерство здравоохранения РФ разработало стратегию по формированию здорового образа жизни россиян на период до 2020 года. По подсчетам авторов документа к этому времени употребление алкоголя в России сократится на 25%, а число курильщиков – на 28% среди взрослых и на 53% среди детей и подростков.

Круглова Ирина, 10А

Вреден ли алкоголь для мозга человека.

Как он влияет на мозг? Почему вред алкоголя проявляется у женщин сильнее, чем у мужчин? Что происходит с размером мозга у людей, регулярно употребляющих алкоголь? Разрушительное воздействие на мозг оказывает алкоголь, что подтверждается заплетающимися ногами, затуманенным зрением, замедленной реакцией, путаной речью и провалами в памяти. Воздействие алкоголя на мозг женщин протекают тяжелее, чем для мужчин. Исследования показали, что это происходит потому, что у женщин-алкоголиков мозг намного



быстрее, чем у мужчин-алкоголиков, развивается цирроз печени, ослабление сердечной мышцы под действием алкоголя регулярного употребления высоких доз. Для людей, которые регулярно принимают большие дозы алкоголя в течение длительного периода времени, существует большой риск получить вред алкоголя в виде нарушения деятельности головного мозга, а также серьезные заболевания печени. У 80% людей, страдающих алкоголизмом, отмечен недостаток тиамина в организме. В некоторых случаях вред алкоголя проявляется в том, что именно дефицит тиамина приводит к серьезному заболеванию мозга, которое характеризуется провалами в памяти и трудностями с запоминанием новой информации. Алкоголь помимо прямого вреда, наносит много мозгу, разрушает печень, которая в свою очередь, самостоятельно наносит вред мозгу.

Информация к размышлению

Курение является второй по значимости причиной смертности. По результатам учёных, Россия является самой курящей страной в мире. Ежегодно от курения у нас умирают 500 000 человек. На сегодняшний день весьма актуальна проблема курения среди подростков: курят более трёх миллионов. Уже не удивительно идти по улице и чувствовать, как в нос постоянно попадает этот зловонный запах. Люди совсем забыли о вреде этой привычки. Курение настолько поглотило



мир, что это уже стало культом. К многочисленной армии «поклонников» сигареты приходится приплюсовать и некурящих людей, которые находясь рядом с курильщиком, вынуждены вдыхать табачный дым, становясь пассивными курильщиками. Пассивное курение – вдыхание табачного дыма, в закрытых помещениях. Оно способствует развитию у некурящих заболеваний, свойственным курильщикам. Так, что пассивное курение вредит не меньше, чем обычное курение. Также переносит большой вред от курения приходится женщинам. В наше время вид курящей женщины ни у кого не вызывает удивления, хотя ещё лет десять назад это было странно и бросалось в глаза. Самое страшное, что возраст курильщиц всё молодеет. Девочки начинают пробовать эту заразу в 12-13 лет, совершенно не задумываясь о последствиях. Помимо подорванного здоровья: своего и будущих детей, а также кучи болячек, курение вредит и красоте женщины. Серая кожа, зубной налёт, ломкие ногти, огрубевший голос, тусклые волосы – всё это в самое ближайшее время ожидает любительниц покурить. Ну, разве стоит столь сиюминутное удовольствие от выкуривания сигареты потерянной навсегда женской красоты и здоровья? Решать, конечно же, вам. И помните: вред от курения огромен!

Кузнецова Анна



Анонс новостей

В нашей школе проводятся различные праздники. В начале ноября в 11 классе с целью определения мер социальной реабилитации, а также оказания педагогической и психологической помощи юношам и девушкам проводился классный час по теме «Алкоголизм. Профилактика». Школа приняла участие в акции: «За здоровый образ жизни». Были организованы спортивные мероприятия в рамках проекта «Спортивная суббота» (1-11 (в середине ноября). Ученики выполняли различные комплексы упражнений на время. Школа предоставила возможность добровольно пройти тестирование учащимся на предмет немедицинского потребления наркотических и психотропных средств (9-11 кл). На последней неделе ноября девушки 10 а класса организовали «Рок-вечеринку». Рок-музыка 70-90 звучала 29 ноября в стенах школы. В последнюю неделю ноября состоялся концерт, посвященный Дню матери. Ученики первой школы рассказывали стихи и пели песни по этому случаю. Уже скоро у нас будут проходить елки. У всех появляется новогоднее настроение. И в ожидании этого чудесного праздника некоторые классы начинают готовиться, обсуждая конкурсы и костюмы, украшают свои кабинеты.

Кузнецова Анна 10 а

*Улыбка мамы мир мне освещает!
Так дай ей Бог напастей, бед не
знать!
И пусть в глазах улыбка, смех
сияет
Я не устану это повторять!!*

А. Чуваткина



Суббота спорта

30 ноября в нашей школе прошла «Суббота спорта» среди 10-11 классов. От каждого класса участвовали по 5 девочек и 5 мальчиков. Это было очень интересно. Все по очереди стреляли из лазерного пистолета: каждый по 5 выстрелов. Руководил нами учитель ОБЖ Чижов Н.А. Главная задача участников со-



стояла в том, чтобы набрать как можно больше очков и опередить других. Все хотели попасть в «десяточку». По итогам девочки 10 класса обошли девочек из 11 класса, а мальчики 11 выиграла у мальчиков 10 класса. Думаю, мы надолго запомним эту субботу и будем ждать следующих состязаний!



Круглова Ирина 10А

Праздник День матери установлен в России в 1998 году, в последнее воскресенье ноября. Самый родной человек на свете для каждого из нас - мама. Именно мамы руки и материнские нежные глаза вспоминаем мы в трудную минуту, когда на сердце тоска, ведь именно мама дает то ощущение покоя, умиротворения, безмятежности, которое встретить, наверное, можно только в детстве, и которого нам так порой не хватает! И лишь материнская любовь наполняет нас поистине огромными

Мама

Мама занимает огромное место в жизни каждого человека. Ведь это тот человек, который знает тебя с момента рождения. Не просто знает, но и чувствует, когда ее ребенку хорошо, а когда плохо. Мама желает своей кровинушке всего самого лучшего. Она не будет завидовать и лгать нам. Мама скажет все от горячего сердца, от своей светлой души. Когда нам плохо, к кому мы идем? Конечно же, к маме. И она решает наши проблемы, даже если они дорого ей обходятся. Мне вспоминается «Легенда о матери», записанная Василием Александровичем Сухомлинским. Мать героя пожертвовала жизнью ради блага своего чада. Но нужны ли нам



такие жертвы? Да и что мы есть без мамы? Кому по-настоящему нужны в этой жизни? Только ей! И почему мы обращаемся к ней, когда нам плохо? И забываем о ней, когда хорошо! Сколько печали, разочарований мы ей приносим, а она все терпит и продолжает любить. Любовь матери безгранична. Почему мы, люди, не ценим то, что имеем? Так давайте относиться к ней так же, как и она к нам. Давайте дарить ей любовь и заботу. Ведь мама – самый главный человек в нашей жизни. И её любовь и нашу к ней никак нельзя отодвигать на задний план. Ей должно принадлежать исключительное место в нашей жизни.

Миронова Елизавета. 10 кл

*Мамины глаза –
Две путеводных звезды,
Мамины глаза
Отведут от беды.
Мамины глаза
Улыбнуться заставят,
Мамины глаза
Никогда не оставят*

Заботимся о жизни...

11 ноября учащиеся нашего класса Булкина Наталья, Сехно Ольга, Мнацаканян Самвел, Скердонов Илья и Макарук Дмитрий совместно с инспекторами ОГИБДД провели в микрорайоне школы акции "Дорога ошибок не прощает!" и "Пешеход! Иди на переход!". В рамках акции ребята напомнили водителям о соблюдении Правил дорожного движения в зимнее время года, призвали всех быть внимательными и осторожными на дорогах, вручили каждому памятку и предложили принять участие в анкетировании. Также ребята пообщались с пешеходами, напомнив им о необходимости переходить дорогу только в установленных местах.



25 ноября в районной библиотеке прошел час общения, посвященный окончанию года экологии. Библиотекари Глухова Л.Н. и Фадеева Л.А. провели экологическое ток-шоу "На нашей совести судьба планеты". Ребята 10 а приняли участие в экологической викторине



Обучающиеся 9а класса приняли участие в ток-шоу "Молодёжь, экология, будущее", которое состоялось там же.

Материал собирала Микаэлян Ангелина

Соблюдаем правила безопасности!!!!

Посмотри налево, посмотри направо!

У шоссе брат учит Славу:

«Взгляд налево, взгляд направо!

Если нет машин вблизи,

То иди, не тормози!

Если же машина близко,

Стой, как во поле редиска!»

Слава сразу загрустил:

«Долго тут еще расти?»

Руководитель проекта:

Кафидова В.В.

Шеф-редактор,

Системный администратор

Титова И.Ю.

Ответственный секретарь:

Семенова М.Н.

Редакционная коллегия: Круглова Ирина, Миронова Елизавета, Кузнецова Анна

Компьютерный набор: Семенова МН.

Адрес:

Ульяновская обл. г. Барыш,

Ул. Красноармейская д. 45в

Телефон:

21-6-57

Электронная почта:

barschool@mail.ru

Школьный сайт:

<http://schsite.ru/barish-sch1>

Учредитель:

Администрация

МОУ СОШ №1

