



# Школьная жизнь!!!

24 декабря 2015 г. Выпуск № 3

## В ЭТОМ ВЫПУСКЕ:

Гражданин! Моя малая Родина. Поработали над

1

Начинающие журналисты

2

Спорт—наша жизнь!

3

«Тимур и его команда».

4

Как важно питаться. Информация для родителей.

5

С НОВЫМ ГОДОМ!

6

В ноябре 2015 г. учащиеся 7 класса представляли школу на районном этапе конкурса «Гражданин. Моя малая родина», где учениками был разработан проект по строительству спортивной площадки.

Цель нашей работы заключалась в создании мероприятий, которые помогут построить на территории нашей школы спортивный комплекс, для всех детей нашего микрорайона.

Участники боролись как могли, чтобы пройти на городской этап, но увы... Нам нужно было немного доработать свой проект. Но мы не отчаиваемся и надеемся, что в следующий раз нас обязательно оценят.

Нельзя не сказать и о учителях, которые помогали в создании проекта — Блиновой В. А и Вавиловой А. К., под руководством директора образовательного учреждения Лаврушкина Олега Борисович также были и руководителями.

Немного об эмоциях: защищать свою точку зрения на большой сцене пред строгими членами жюри ученикам понравилось, также как и отвечать на их коварные вопросы. Пока судьи выносили свой вердикт, было время отдохнуть и снять напряжение. Многие пошли на сцену, чтоб



пофотографироваться и, конечно, мы тоже не упустили такой момент.

Теперь нам было все ни почем, нам понравилось выступать на публику и мы решили показать свой проект ученикам нашей школы. Все они были заинтересованы выступлением и с радостью согласились помочь нам дальше продвигать нашу позицию. Даже учителя слушали с восторгом и впечатлением.

Дарья Волчкова





Завершился областной творческий конкурс школьных самодеятельных изданий, организованный кафедрой журналистики ПГСГА совместно с Самарской областной организацией Союза журналистов России. Конкурс школьных самодеятельных изданий для юных журналистов стал не только испытанием творческого мастерства, но и школой профессиональных навыков. Дети посетили различные мастер-классы, которые проводили известные личности Самары. Команда 138 школы побывала на нескольких поучительных встречах на территории ПГСГА. Там мы получили советы по правильному редактированию фотографий, написанию статей.



Первый мастер-класс состоялся 18 ноября, где мы познакомились с Юрием Стрельцом – известным самарским фотографом, председателем Фотообъединения Самарского отделения Союза журналистов России, заведующим отделом фотоиллюстраций газеты «Самарские известия». Юрий Стрелец познакомил всех журналистов со своими работами, упомянув, что больше всего ему нравится фотографировать спорт, хотя в его работе встречается и экспрессивная серия «Рок на Волге», философская религиозная фотография, в которой мастер увидел повторение сюжета тайной вечери, портретные зарисовки творческих личностей, включая музыкантов и композиторов. Зрители внимательно и с интересом наблюдали за сменой кадров на экране проектора, где появлялись фотографии Парижа, Нью-Йорка, Москвы и других городов, в которых был фотограф.



Второй мастер-класс по теме «Фотошоп» состоялся 20 ноября с Валерием Афанасьевым, где фотограф рассказал о том, что он стал заниматься фотографией с 1985 по 1992 гг.. В 1990 году вступил в Союз Фотохудожников России. С 1991 года профессионально занимается рекламной фотографией. Сегодня Валерий Афанасьев автор и участник многочисленных выставок, заместитель председателя Фотообъединения Самарской областной организации Союза журналистов России. Фотохудожник представил ряд своих работ, отредактированных при помощи компьютерной техники.



Все мастер-классы были интересны и увлекательны, они помогли нам развиваться дальше.

Занятия физической культурой и спортом полезны и необходимы людям любого возраста. Из разнообразных видов физических упражнений можно выбрать такие, которые будут лучше всего подходить дошкольникам, школьникам, молодым и пожилым людям. И чем раньше начать заниматься физической культурой и спортом, тем больше пользы они принесут.

Физическому развитию должно помогать правильно проводимое и хорошо организованное физическое воспитание. Чередование умственного и физического труда, гимнастики, игр и других физкультурных мероприятий с занятиями в школе и приготовлением уроков, т. е. правильный распорядок дня, способствует высокопроизводительному труду.

День каждого советского человека — взрослого и ребенка — должен начинаться с утренней гигиенической гимнастики. Цель утренней гимнастики — приведение организма в бодрое состояние после сна, мобилизация его для предстоящей деятельности в течение дня (подробнее о гигиенической гимнастике).

Игры занимают большое место в воспитании детей всех возрастов. Игра — это подготовка ребенка к труду, и она постепенно заменяется трудом. Поэтому руководить игрой школьника так же необходимо, как и всей его жизнью. В школьном возрасте он уже многое понимает, еще больше познает, но не всегда может самостоятельно справиться с этим потоком знаний. Надо помочь школьнику распределить свое время так, чтобы и школьным занятиям, и общественно полезному труду, и отдыху — спорту, играм, развлечениям — отводилось определенное место в режиме дня.

Для детей 7—8 лет особенно полезны физические упражнения и подвижные игры, укрепляющие мышцы спины, живота и грудной клетки. Чрезвычайно важно, чтобы ребенок, упражняясь и играя, приучался дышать через нос. Очень полезны для маленьких школьников игры и упражнения с мячами, обручем, скакалкой, а также «салочки», игра в «классы», «прятки» и т. д.

Для детей 9—10 лет можно допускать силовые упражнения, но кратковременные — игры с различными перетягиваниями, «бой петухов» (для мальчиков) и т. п. Особенно можно рекомендовать лыжные прогулки со взрослыми.

У подростков 12—15 лет уже идет быстрый рост тела в длину. В это время, как правило, наблюдается ухудшение координации движений (угловатость и неловкость подростков). Занятия гимнастикой, спортом и играми помогут ослабить эти явления, сократить время этого периода. Особенно внимательным к реакции организма подростка надо быть при занятиях, связанных с длительным бегом, борьбой, гимнастикой (на снарядах) и в играх с большой физической нагрузкой (футбол, баскетбол).

Шаджанов Ровшен,  
7 класс



# «Тимур и его команда». Конкурс рисунков

Стр. 4



11 ноября 2015г. в МБОУ ООШ №138 г.о. Самара в целях патриотического воспитания состоялась читательская конференция по книге А. Гайдара «Тимур и его команда». Главными тимуровцами были ученики 4 класса: они познакомили ребят с жизнью и творчеством Аркадия Гайдара, историей написания знаменитой книги. Юные читатели узнали, что вначале книга писалась не как повесть, а как сценарий к кинофильму и называлась «Дункан и его команда». По повести было снято несколько киноверсий.

Ребята приняли активное участие в обсуждении книги, с удовольствием отвечали на вопросы по викторине, отгадывали кроссворд по произведению, читали наизусть стихи о А.П. Гайдаре и зачитывали отрывки из произведения. Обсуждались поступки героев, участники мероприятия высказывали свое мнение о положительных и отрицательных героях повести, их поведении.

Рассказ о книге сопровождался показом электронной презентации «Повесть А.П. Гайдара «Тимур и его команда» - юбилей 2015 года» и буктрейлера о книге. Ребята с 4 по 6 класс нарисовали замечательные рисунки. Школьная библиотека выдала всем желающим книги А.П. Гайдара. Также образовательное учреждение украшали объявления и афиша по книге А.П. Гайдара «Тимур и его команда».

В целях возрождения тимуровского движения учащиеся 3 и 7 классы организовали поход к ветерану Великой Отечественной войны (акция «Помощь ветерану»). Ребята возродили традицию школьников — тимуровцев — помощь старшему поколению. Мы всем рекомендуем прочитать эту книгу! Она еще никого не оставила равнодушным!

**Школьный библиотекарь**





Стр. 5



Чтобы вырастить здорового ребенка необходимо создать условия для его полноценного воспитания и развития. Одним из основных факторов, определяющих состояние здоровья ребенка, его физическое и умственное развитие – организация здорового питания обучающихся.

Организация питания в школе осуществляется в соответствии с законом РФ «Об образовании», Типовым положением о школе и другими законодательными и нормативными правовыми актами РФ.

Рациональное питание школьников - одно из условий создания здоровьесберегающей среды в общеобразовательных учреждениях, снижения отрицательных последствий функционирования системы образования. Неправильное питание отрицательно сказывается на физическом развитии, способствует проявлению обменных нарушений, обострению хронических патологий, заболеваний.

Вопросы организации школьного питания в последние годы вызывают повышенный интерес. Поэтому школы, всегда уделяющие большое внимание вопросам жизни и здоровья воспитанников, сейчас очень серьезно занимаются вопросом организации правильного питания учащихся. Питание должно быть сбалансированным, в течение дня ребенок должен получать необходимый для этого минимум пищевых и минеральных веществ.



Это нужно знать!!!

10  
ПРИЧИН  
ПИТЬ  
БОЛЬШЕ  
ВОДЫ



## ЧТО ВОДА ЗНАЧИТ ДЛЯ ТЕБЯ

1. Она составляет 75% твоего мозга
2. Она избавляет тебя от головной боли
3. Она сохраняет молодость твоей кожи
4. Она защищает твоё сердце
5. Она помогает сжигать жиры
6. Она предотвращает запоры
7. Она снижает усталость
8. Она несет кислород в клетки
9. Она выводит токсины
10. Она продлевает твою жизнь.

P.S. Не бойтесь отеков! Когда вы начнете пить воду регулярно, отеки уйдут, а с ними уйдут и болезни.

## СКОЛЬКО ТЕБЕ НУЖНО ВОДЫ?



Очень важно, чтобы именно школа стала началом распространения знаний и умений в организации здорового питания.

Столовая нашей школы оборудована всем необходимым технологическим и холодильным оборудованием. Имеется в достаточном количестве посуда, столовые приборы, стаканы для приема пищи. Чистоте школьной столовой уделяется повышенное внимание.

Один раз в год проводится анкетирование родителей и учащихся по вопросам качества, ассортименту и стоимости предлагаемых блюд. Результаты опросов и предложения выносятся на обсуждение на родительских собраниях, с ними знакомим работников столовой. На классных часах учителя проводят беседы с детьми о необходимости сбалансированного питания для растущего организма, о правильном поведении при приеме пищи, о культуре питания и ответственности за свое здоровье.





С Новым годом Вас, учитель,  
Поздравлять пришла пора.  
Пожелать Вам разрешите  
Счастья, радости, добра.

[http://  
samaraschool138.ru/](http://samaraschool138.ru/)

**ДЕВИЗ ШКОЛЫ:** Красна изба  
углами, а школа -  
выпускниками!

4433052,  
г. Самара, пр-т Кирова, 69.

Телефон: (846)955-24-77

Факс: (846)955-24-77

Эл. почта:

shkola138.samara@mail.ru

Газета «Школьная жизнь»

Главные редакторы:

В.А. Блинова,

А.К. Вавилова

Выпуск № 3

А ты поздравил  
свою  
учительницу?



Оставьте тетради, оставьте заботы,  
На следующий год еще хватит работы!

Мы в новом году вам хотим пожелать

Терпенья и сил, чтобы не уставать

От сложных диктантов, решений,  
задач,

От учеников, их удач, неудач,

От совещаний, оценок, журналов,

От всех теорем, аксиом, интегралов.

Здоровья и радости с легкой руки.

Ваши любимые ученики!

