

Выпуск №10  
январь-март  
2018 г



# ШКОЛЬНОЕ Время

23  
февраля



С Днем защитника  
Отечества!

*Дорогие женщины!  
С праздником  
8 Марта!*

## Содержание:

Рождество, Колядки.....стр.2  
Нормы ГТО, «Лыжня России».....стр.3  
Зарница, 23 февраля.....стр.4  
«Вкусняшка».....стр.5  
«Безопасность».....стр.6



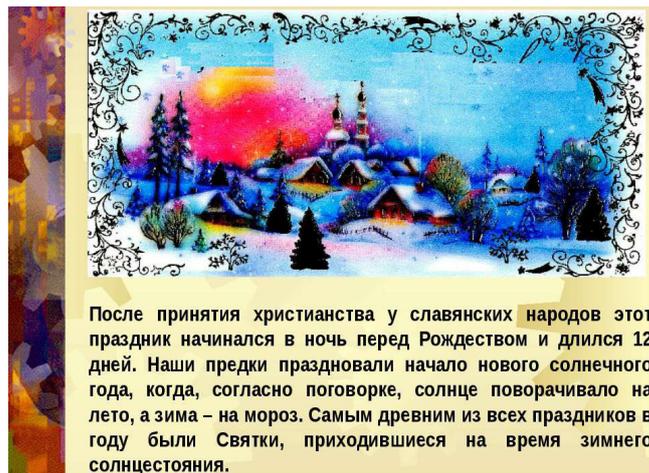


## Колядки

Раньше игры и веселья сопровождали все праздники как у детей, так и у взрослых. Наиболее насыщены играми были рождественские и новогодние праздники. Ведь начиная с Рождества начинается самое веселое время - святки.

В этом году ребята 1-4 классов и отец Дмитрий с Иляевой Марией Евгеньевной отмечали с детьми святочные дни. Смотрели мультфильм о рождестве, обычаях, традициях колядок. Что же значит - колядовать? Колядовать — это значит ходить от дома к дому и петь особые, обрядовые песни. А хозяева за это дарят детям вкусное лакомство (пряники, конфеты, орехи). В конце мероприятия дети пили вкусный чай с угощениями.

Начинаем торжество-  
Заходи к нам Рождество!  
Мы по улице пойдём,  
Песню о Христе споем.  
Все нам дружно подпеют  
И на праздник позовут.  
Нас хозяин и хозяйка  
Будут угощать.  
Ну а мы за их дары -  
Добрым словом поминать!



После принятия христианства у славянских народов этот праздник начинался в ночь перед Рождеством и длился 12 дней. Наши предки праздновали начало нового солнечного года, когда, согласно поговорке, солнце поворачивало на лето, а зима – на мороз. Самым древним из всех праздников в году были Святки, приходившиеся на время зимнего солнцестояния.

Синичка летит,  
Носиком вертит.  
А вы, хозяева, знайте  
Столы накрывайте.  
Коляду угощайте,  
Рождество встречайте!  
Пришла Коляда  
Накануне праздника.  
Праздника чудесного  
Главного небесного.



Коляда пришла  
к вам в дом,  
Привезла возок  
с добром.  
Кто одарит  
больше-  
Проживет  
всех дольше.



В ночь Рождества  
Загорелась звезда.  
И пошла Коляда  
Заглянуть  
во все дома.  
Коляда шумит,  
поёт,  
Счастье в дом  
с собой несёт.





## НОРМЫ ГТО

О том, как ярко и насыщенно проходит спортивная жизнь наших школьников мы не раз рассказывали нашим читателям на страницах газеты.

Наступил новый год, а это значит, что ребята снова участвовали в городских соревнованиях по нормам ГТО.

Спортивная жизнь в нашей школе идет полным ходом, и что особенно приятно отметить, она не ограничивается школьным уроками.

Педагоги школы, учащиеся и даже их родители успешно участвуют в сдаче нормативов Всероссийского физкультурно-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне».

Многие школьники снова сдают нормативы комплекса ГТО, стараясь улучшить свои результаты и получить, например, не «серебряный», а уже «золотой» знак ГТО.

Рожнова Лариса Николаевна, учитель физкультуры готовила ребят к сдаче нормативов. Проводила усиленные тренировки по стрельбе, отжиманию, бегу на лыжах, упражнения на пресс, наклоны вперед... ..



## ЛЫЖНЯ РОССИИ



Ни для кого не секрет, на сегодняшний день, как важны для человека занятия спортом. Многие не представляют себе существования без него. И это не удивительно. Занятия физкультурой и спортом – это залог здоровья и долголетия. Многие предпочитают спортзал, бассейн или просто, побегать в лесу или в парке. Но есть и специфический вид спорта, который не менее полезен и занимает очень высокое место, как в мировом спорте, так и в любительском. Это лыжные гонки и катание на лыжах. При катании на лыжах, приводятся в действие очень многие группы мышц. Такие, как рук, ног, плеч и предплечий, туловища. Ходьба на лыжах прекрасно развивает силу, ловкость, внимание и выносливость. Так же, занятия лыжным спортом благотворно влияют на дыхательную систему, сердечно-сосудистую, нервную. Кроме всего, лыжные прогулки великолепно закаляют организм.

В феврале в с.Новоалексеевском прошли соревнования по лыжным гонкам, проводимые в рамках Всероссийской массовой лыжной гонки «Лыжня России - 2018». У этого яркого, масштабного зимнего праздника славная история. С каждым годом Лыжня России становится все более значительным событием в спортивной жизни всей страны. И наша школа МБОУ СОШ №16 с. Новоалексеевское не стала исключением. Дети и педагоги во главе с директором школы Пусько Андреем Вячеславовичем с удовольствием вышли на старт. Все с нетерпением ждали старта, готовились, разминались. Настроение бодрим было уже с утра. На мероприятии царил атмосфера праздника. Официальное открытие соревнований. Построение. Старт дан! Для каждой категории участников были подобраны соответствующие дистанции: 1.5 км, 2 км. Забеги были интересны по-своему, каждый чем-то отличался. Пока велся подсчет драгоценных секунд, можно было устроить фотосессию, отведать горячих пирожков, согреться чаем.

Все лыжники благополучно дошли до финиша, участники получили большое удовольствие от лыжной гонки.



## И снова нас ждала «Зарница»

Традиционно в начале 2018 года в школе проходила военно-спортивная игра «Зарница». Этот год не стал исключением. Увлекательные соревнования проводились для учащихся 2-4-х классов. Команды-участницы ждали игру с нетерпением. Начало было традиционным: общее построение, где командиры обязательно сдавали рапорт, а судьи проверяли готовность каждой команды. После получения маршрутных листов все отправились на соревнования.



## Объединились, чтобы победить!



принять участие школьники с разным уровнем физической подготовки: в комплекс, разработанный «Русским силомером», входили как простые упражнения («перехват» и «подъем согнутых ног»), так и упражнения для сильнейших – например, «подтягивание на одной руке».



боятам начислялись баллы. Баллы суммировались, по итогам были определены победители.

Спасибо всем, принявшим участие в этом турнире, выступившим за честь школы! Спасибо волонтерам-организаторам, учителям и болельщикам!

Ведь вместе мы — сила! Да не просто сила, а сила!

23 февраля в нашей школе прошел спортивно-патриотический турнир «Русский силомер», в котором приняли участие юноши нашей школы со всех параллелей.

Напомним, это силовое многоборье на гимнастической перекладине. Задача участников — сделать за минуту как можно больше упражнений на турнике. Упражнения каждый участник выбирал себе по силам, главное — сделать их как можно больше. Уникальность этой спортивной акции состояла в том, что в ней могут

Целью этого турнира являлось вовлечение учащихся общеобразовательных организаций Российской Федерации в систематические занятия физической культурой, пропаганда в их среде здорового образа жизни.

Итак, на турниках мальчишки выполняли упражнения. За количество упражнений ребятам





## Кулинарные шедевры

Мастер-класс «Все о хлебе» для детей становится с каждым годом все популярнее. Такая форма помогает школьникам легче усваивать различные способы изготовления хлебобулочных изделий, повышает интерес ребенка к самообразованию и получению новых для него знаний и навыков для создания кулинарных шедевров. Главным центром притяжения становится именно тот человек, который ее проводит. В этом году проводила мастер-класс заведующая столовой МБОУ СОШ №16 Муллахметова Елена Васильевна. Она познакомила ребят с историей хлеба и традициями хлебопек-ков разных стран, учила правильно замешивать тесто, выбирая нужные пропорции, взвешивать, раскатывать и лепить из теста очаровательные булочки-черепашки, крендельки. А в завершении мастер-класса все участники получили горячий с собственноручно испеченной свежей выпечкой. И в результате: масса положительных эмоций в сочетании с полученными знаниями — несомненно, прекрасная форма проведения досуга с детьми.

Спасибо Вам, Елена Васильевна, за такой «вкусный мастер-класс» !





### ВЕЛОСИПЕДИСТАМ

**Зебра - только для пешеходов!**  
Пересекая проезжую часть по пешеходному переходу, идите пешком

Всегда соблюдайте сигналы светофора. Относитесь с уважением к пешеходам и водителям

Не поворачивайте налево, если у проезжей части больше одной полосы в одном направлении

При отсутствии велодорожки, придерживайтесь правого края проезжей части. Траектория движения должна быть максимально плавной - не лавируйте в потоке автомобилей

Заранее подайте сигнал рукой при повороте или остановке

влево      вправо      остановка

Исправность велосипеда - основа безопасности!  
Перед выездом проверяйте свой велосипед!

Не выезжайте на технически неисправном транспортном средстве - это может быть крайне опасно!

### ПЕШЕХОДАМ

Не ходите по велосипедным дорожкам

### АВТОМОБИЛИСТАМ

Не заезжайте на велодорожки

Уступайте дорогу при повороте направо или налево пешеходам и велосипедистам, пересекающим проезжую часть дороги, на которую поворачиваете

Начиная движение или открывая дверь автомобиля, убедитесь, что не помешаете велосипедисту

### БЕЗОПАСНОСТЬ ПРИ ЕЗДЕ НА ВЕЛОСИПЕДЕ

Первые велосипеды полностью делались из дерева, и их называли драндулетами, потому что при езде на них велосипедиста очень трясло. На современных велосипедах ездить гораздо удобнее. Но в целях БЕЗОПАСНОСТИ нужно принимать меры предосторожности.

### БУДЬ ПРИМЕРОМ! ДЛЯ ДРУГИХ!

Ты можешь стать примером для твоих друзей, детей, которые младше тебя, и даже для взрослых! Только от тебя зависит, будешь ли ты подавать хороший пример или плохой. Обязательно надевай шлем, когда ты едешь на велосипеде, переходи дорогу только в безопасном месте и следуй другим советам этой книги. Подавай хороший пример остальным, и ты не только обезопасишь себя, но и поможешь другим не пострадать!

### ОДЕВАЙСЯ ЯРКО, ЧТОБЫ ТЕБЯ БЫЛО ВИДНО

Можешь помочь этим двум велосипедистам стать более заметными, чтобы их легче было увидеть? Девочка слева хочет днем поехать на велосипеде в магазин. Ей нужно надеть что-нибудь белое или яркое, чтобы ее было лучше видно. Мальчик справа поедет на велосипеде домой из школы, когда будет уже темно. Ему нужно надеть отражающий жилет или куртку или прикрепить отражающую ленту на одежду. Раскрась картинки, чтобы обеспечить их безопасность.

**ПОМНИ: Быть заметным важно и когда ты идёшь пешком.**

### НАДЕВАЙ ШЛЕМ

Если ты носишь шлем, риск получить серьёзную травму головы снижается на 88%. Очень важно надевать шлем правильно. Убедись, что твой шлем предназначен для езды на велосипеде, и не забудь закрепить ремешок на подбородке. Шлем не должен быть сильно сдвинут на затылок или на лицо. Он должен сидеть ровно, закрывая лоб, но находясь на два пальца выше бровей. Обведи кружком картинку, на которой шлем надет правильно. Ответ находится внизу страницы.

ОТВЕТ: 3



