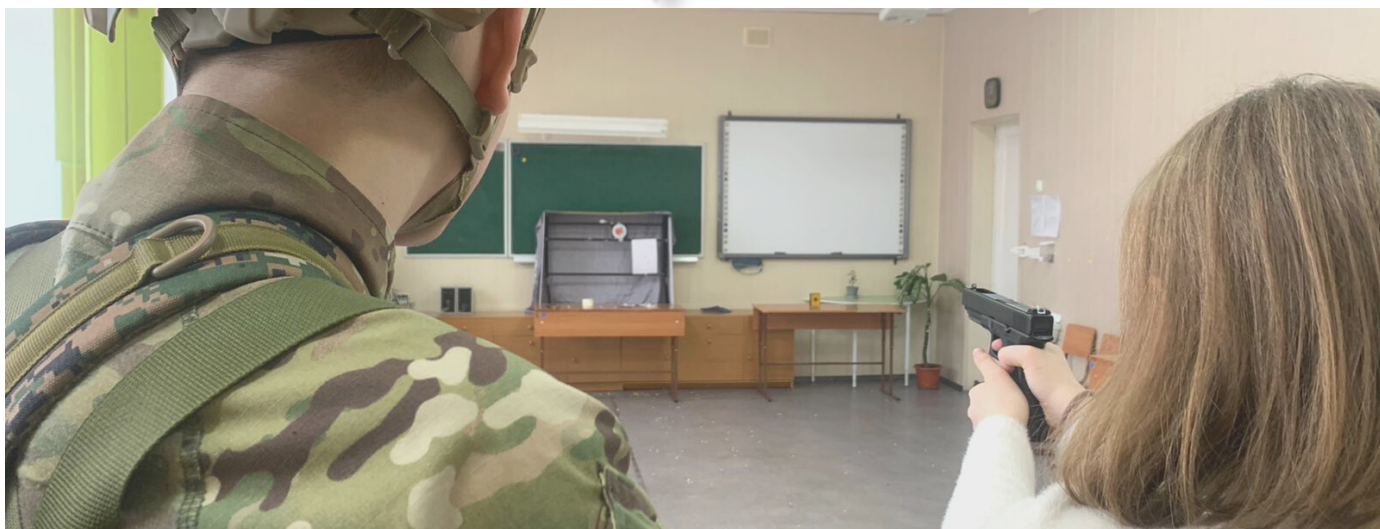




В ЭТОМ ВЫПУСКЕ:

**ФЕВРАЛЬ ПРОШЕЛ ПОД
ФЛАГОМ ЮНАРМИИ**

ЗДЕСЬ БЫЛИ АНГЕЛЫ

БЛИНЧИКИ ЕЛИ ВСЕ!

**ПРИШЛА ВЕСНА НАМ НА
ЗДОРОВЬЕ**

**ДЕНЬ ЗАЩИТНИКА
ОТЕЧЕСТВА**

Февраль прошел под флагом юнармии

автор: Лилия Свизева

4 февраля прошел семинар-школа юнармейского отряда, в котором участвовали лучшие юнармейцы Красноярска. Это было одно из ключевых сплочающих и обучающих мероприятий движения и проходило на базе нашей школы, потому что нашему юнармейскому отряду в этот день исполнилось ровно пять лет.

В самом начале ребят собрали командами в спортивном зале на построение. Традиционное торжественное шествие с флагом России и приветственное слово директора школы Евгения Владимировича настроили участников на очень патриотичный и дружественный лад.

С этим настроем юнармейцы и обычные школьники, задействованные в мероприятии пошли проходить задания по разным локациям.

Юнармейцы из 14 гимназии принесли с собой свой музей с военными находками, которые можно было посмотреть и потрогать. На площадке Пожарной части ребята должны были успеть надеть пожарную форму за 25 секунд. Была возможность научиться делать первую медицинскую помощь.

На площадке, где можно было попробовать управлять дроном и участники должны были провести летающий дрон на 2 метра.



ФОТОГРАФИИ: ЛИЛИЯ СВИЗЕВА

А на площадке "Снайпер" участники должны были попасть в мишень из разного оружия в электронном тире.

Были и творческие площадки: Выставка рисунков Скобелиной Таисии, патриотический фейс-арт, мастер-класс для юных корреспондентов по созданию информационных постов в социальных сетях. И интеллектуальные: тест «Стреловая подготовка», где нужно было определить звания погонов, логические игры, викторина о фактах и о людях, удостоенных находиться на Аллее славы.

По итогам мероприятия участников наградили памятными призами.



По куар-коду можно посмотреть видео-репортаж об этом событии в официальной группе Юнармии г. Красноярск в социальной сети ВКонтакте. А также поделиться своими впечатлениями от участия в комментариях.

Здесь были ангелы

А вы встретили ангелов в стенах нашей школы на 14 февраля в День всех влюбленных?

Этот праздник в России не государственный и не традиционный, он уходит корнями в историю Древнего Рима и его любят отмечать во многих странах. Ведь все атрибуты праздника: сердечки, валентинки, тайные послания, – всем очень нравятся.

В честь праздника в школе развернулась большая активность.

На переменах в две смены работала ангельская почта. Собрали и донесли до адресатов семь коробок валентинок. Поздравляли и школьников и учителей.

Большинство поздравлений были дружественными и с юмором. Все получатели и отправители от встреч с ангелами были довольны.





БЛИНЧИКИ ЕЛИ ВСЕ!

*А мы Масленицу провожали, тяжело по ней
вздыхали: «Дорогая Масленица, воротись,
до красного лета протянись!»*



Все заметили, что стало становиться теплее? Всё больше солнышка, всё меньше снега. Это значит Масленицу мы отметили как полагается: успешно проводили Зиму и встретили красавицу-Весну.

Праздник Масленицы – это наследие древнего Восточнославянского солнечного культа. Как и в древние времена на Руси у нас в понедельник 20 февраля на школьном дворе было и чучело Масленицы, и зимние масленичные забавы.

Вот, разве что костров у нас не было, потому что костры в городе жечь запрещено, даже по праздникам. Каждый класс с особой ответственностью и присущим празднику весельем отнеслись к этому мероприятию.

Благодаря всеобщим усилиям состоялась самая настоящая народная ярмарка с блинами и другими угощениями.

На ярмарке можно было купить товары, изготовленные своими руками. Хорошо расходились открытки и сумки-шоперы. Гуляние очень понравилось как юным участникам, так и их родителям. Остались в восторге и организаторы, и классные руководители. Но не обошлось без непредвиденных моментов.

За выходные выпало много снега и всю территорию буквально замело. Школьный дворник заболел и почистить проходы просто было некому. Однако brave ребята-старшеклассники не позволили погоде испортить нам праздник, сами взяли метлы и лопаты и всё почистили.



Активностей хватило и другим ребятам, наигрались в снежки и перетягивание каната. Румяные, радостные, мокрые и счастливые ели блинчики и пили горячий чай. Вот побольше бы таких гуляний. Но всё, теперь только следующей весной. А пока будем уже и к лету готовиться.

Пришла весна, нам на здоровье!

С приходом весны происходят перемены не только в природе, но и в организме человека. Наверняка вы заметили, что многие чихают и кашляют – это сезонные обострения вирусных и простудных заболеваний связанных с перестройкой и ослаблением иммунной системы человека. Именно сейчас, тема здорового образа жизни наиболее актуальна.

АВТОРЫ: ПОЛИНА ГОРДОВА, ВИКТОРИЯ КОКОНОВА

Начнём, пожалуй, с банального – отказ от вредных привычек. Когда табачные изделия поражают твои легкие и портят организм – это вид бытовой наркомании. Для многих курильщиков курение становится частью своего «Я», а такое внутреннее восприятие самого себя, иногда



очень трудно изменить.Повышение давления,ускорение пульса. Разрушается деятельность нервной, дыхательной, пищеварительной систем, некоторых пищеварительных органов и легких, снижается зрение и слух, обоняние.

Когда человек начинает употреблять алкоголь, он портит свою нервную систему, и имеет пораженную сердечно-сосудистую систему. Алкоголь поражает поджелудочную железу, влияет на печень, желудок, пищевод. Сильнее всего от алкоголя страдает человеческий мозг. Алкоголь разрушает центральную нервную систему.

Он изменяет функцию нервных клеток, проникая внутрь их. Каждый второй больной алкоголизмом имеет пораженную сердечно-сосудистую систему. Алкоголь поражает поджелудочную железу, влияет на печень, желудок, пищевод. Сильнее всего от алкоголя страдает человеческий мозг.

Все наркотические вещества природного или синтетического происхождения – яд, который разрушает организм человека.

Поэтому от вредных привычек важно отказаться и захотеть других более полезных и продуктивных занятий. Например, выбрать занятия спортом. Спортивные нагрузки помогают улучшить кровоснабжение мышц и регуляцию деятельности нервной системы. Регулярные занятия повышают иммунитет и улучшают самочувствие. Во время тренировки организм вырабатывает эндорфины.Из-за этого самочувствие человека после занятия спортом улучшается.У людей, занимающихся спортом, гораздо легче проходит процесс засыпания, а сон крепче.А малоподвижный образ жизни, в свою очередь, приводит к не очень хорошим последствиям, таким как, например, проблемы со здоровьем, пониженный жизненный тонус, апатичное состояние, слабости и т.д. Да и физическая форма в этом случае оставляет желать лучшего. Спорт, правильное питание и личная гигиена дополняют друг друга. Многие ученые сошлись во мнении, что здоровая пища способствует долголетию и предупреждает ожирение, развитие сахарного диабета, проблемы с сердцем и сосудами, гипертонию. Питаться правильно – значит не только следить за калорийностью пищи, кратностью приемов, но и разнообразить ее. Ну а чтобы не болеть, стоит одеваться по погоде. Если мы в погоду -30 зимой выйдем в летней одежде, что случится? Правильно, мы замерзнем. Если же летом мы оденем зимний комбинезон, нам будет очень жарко. Зимняя одежда, к примеру, способна уберечь от холодов, сильного ветра и серьезной непогоды. Весенняя и осенняя одежда обычно способна активно противостоять влаге. В этом случае рисков заболеть также меньше.

День защитника Отечества

Самый серьёзный, сильный, суровый и справедливый праздник из всех в году – день, когда поздравляют мужчин: настоящих и будущих защитников Родины.



В этот день в школе маршировали все классы. Был праздник-концерт с выступлениями от классов в рамках строевой подготовки. Ребята установили высокие позиции слаженности и дисциплины отрядов, показали отличное движение строя, выполняя строевые команды и демонстрируя четкий строевой шаг.

Торжественным маршем и звонкими строевыми песнями классные команды поздравили всех мужчин С Днём защитника Отечества и мы присоединяемся к поздравлениям!

