



ДЕНЬ ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА

Каждый год, в конце зимы мы празднуем «День защитника Отечества», который является днём воинской славы России, а также отмечается в ряде других стран Содружества Независимых Государств (СНГ). Праздник зародился еще в СССР, тогда 23 февраля ежегодно отмечался как всенародный праздник - "День Советской Армии и Военно-морского флота". В этот день поздравляют женщин и мужчин, которые несут или несли военную службу своей Родине.



В этом году в нашей школе прошло очень много интересных мероприятий. По традиции на школьной радио волне прозвучали слова благодарности защитникам Родины. В рамках Всероссийской акции РДШ в фойе 2 этажа состоялась выставка «Армейский чемоданчик». Ребята и педагоги школы принесли предметы армейской жизни членов семьи, которые прошли срочную или профессиональную службу (дембельские альбомы, предметы быта, элементы формы, награды.) На нашей выставке были и очень ценные экспонаты- награды ветеранов Великой Отечественной войны. Все желающие могли прикоснуться к выставочным материалам, примерить головные уборы, рассмотреть средства защиты. Спасибо всем участникам акции за неравнодушное отношение и участие.

Еще одним запоминающимся действием в предпраздничной программе были соревнования между мальчишками нашей школы «Будь готов!». Ребята из разных классов соревновались на быстроту действий. В рамках Флешмоба участнику предлагается одеться за 60 секунд с состояния «майка-шорты» до верхней одежды, как настоящему защитнику страны.



Всем очень понравилось! И неожиданно для себя, некоторые стали победителями. Молодцы, наши юные защитники! Так держать!

В НАШЕЙ ШКОЛЕ



Рубрика «Шаг за шагом- ближе к здоровью!»

О компьютере.



Компьютер сегодня – жизненно важный инструмент для людей всех возрастов. Но если неправильно им пользоваться, можно заработать проблемы со здоровьем. «Служба добрых дел» рассказывает, к каким неприятностям нужно быть готовыми и как их избежать.

Боль в спине. **Что делать?**

Считается, что когда мы сидим, мышцы напрягаются меньше, чем когда стоим. Но если сидеть целый день в одном положении, организм напрягается не меньше. Нарушается циркуляция крови, мышцы начинают напрягаться, затекать и болеть. Проблема усилится, если сидеть на неудобном стуле за неудобным столом и практически не вставать.

- Кресло должно целиком поддерживать спину и иметь изгиб в области поясницы. Желательно, чтобы у кресла были подлокотники.
- Кресло и стол должны быть отрегулированы так, чтобы экран компьютера находился либо напротив ваших

глаз, либо чуть ниже. Если вам придется задирать голову, чтобы смотреть на монитор, шейный отдел перенапряжется.

- Каждый час делаете небольшие перерывы. Можно пройтись или размяться.

Усталость глаз. **Что делать?**

Когда вы долго фокусируетесь на одном и том же предмете, глаза устают. Из-за особенностей компьютерного экрана человек реже моргает, и глаза не получают достаточного увлажнения.

Постоянная работа за компьютером не обязательно закончится серьезными проблемами со зрением, но может привести к ложной близорукости, временной невозможности фокусироваться на предметах вдалеке, головной боли.

- Установите монитор на расстоянии вытянутой руки. Свет – от лампы или от окна – должен падать на экран сбоку.
- Не забывайте моргать.
 - Когда вы делаете перерыв, смотрите на объекты на разном расстоянии от вас.
- Переключиться с компьютера на смартфон – это не отдых для глаз.
- Не сидите в темноте. Когда света недостаточно, из-за яркого экрана компьютера глаза устают быстрее.
- Можете приобрести очки, которые блокируют синие излучение от экрана.



Будьте здоровы!

21 февраля День родного языка



21 февраля —
Международный день
РОДНОГО ЯЗЫКА

«Наш язык – наш меч, наш свет,
наша любовь, наша гордость».

К. Г. Паустовский

«Да будет же честь и слава нашему языку, который течет,
как гордая величественная река – шумит, гремит и вдруг,
если надобно смягчается, журчит нежным ручейком
и сладостно вливается в душу».

Н. М. Карамзин

«Изучать родной язык необходимо...
чтобы уметь употреблять его для выражения своих мыслей».

Н.Г. Чернышевский

Что есть язык ?

Язык - исторически сложившаяся система словесного выражения мыслей, средство общения в человеческом обществе.

Язык общения является важнейшим инструментом для развития общества, помогает сохранить традиции, обычаи и историю поколений.

Ученые предполагают, что речевые навыки у человека появились около 100 000 лет назад. Как могли общаться люди, не имея речевых навыков? Очень тяжело было объяснить без слов и понять друг друга.

Сколько в мире языков? Международная организация ЮНЕСКО насчитывает на планете около 6000 самостоятельных языков. Но эти цифры приблизительны, точное количество никому не известно.

Многообразие языков является огромным достоянием человеческого наследия. Самыми распространенными языками в современном мире являются китайский, английский, русский, испанский, арабский, португальский, французский. На этих языках разговаривает большая часть человечества.

Признание и уважение всех языков является ключом к сохранению мира. Каждый язык самобытен. Он имеет собственные выражения, которые отражают менталитет и обычаи народа. Он формирует наше сознание, пропитывает заложенной в нем культурой.

Каждый народ - это своя неповторимая культура, история, традиции, образ жизни. И, конечно же, язык. Сберечь его – очень важная задача.

День родного языка в России.

Наша страна не исключение и празднует день языка, как и весь мир. Без сомнения, этот праздник отмечают люди, изучающие родной язык: преподаватели языков и литературы, ученые в области древней и современной письменности, работники библиотек, преподаватели факультетов филологии, студенты профильных вузов и просто люди, увлечённые лингвистикой.

День родного языка – праздник, который начали отмечать не так давно. В этот день каждый должен задуматься об отношении к своему родному языку, не засоряем ли мы его не нужными словами, грамотно ли говорим. А ещё в этот день мы должны вспомнить, как много языков есть на земле, и каждый надо ценить. Ведь язык – это культура народа. Знакомство с другими языками помогает понять, как интересен и разнообразен мир.

Языки народов Российской Федерации являются национальным достоянием и историко-культурным наследием государства.