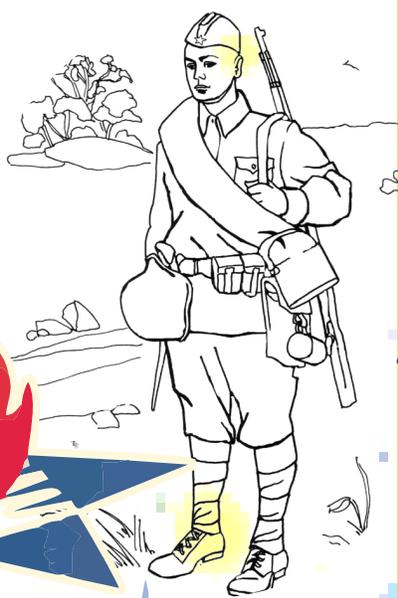


ПОИСК

Школьное Время

Выпуск 10 от 22.02.2017



Военно-патриотическое направление

(Страница 2-3)



СИЛА ВОЛИ
СИЛА СЛОВА
СИЛА ТРАДИЦИИ

(Страница 4-5)

В чём
СИЛА ДРУЖБЫ?

(Страница 8)

Слово редактора

Сила бывает разной. Есть сила как физическое качество человека, а есть сила как векторная величина. В каждом человеке должны преобладать все силы. Недаром сказал Блез Паскаль, французский ученый: «Сила правит миром, а не мысль, но мысль пользуется силой». Нашу силу во многом определяет сила духа. Благодаря ей мы добиваемся жизненных целей и преодолеваем препятствия, становимся сильными, харизматичными и способными на поступок. Она в разных ситуациях обозначается другими словами, наиболее близкие из которых – уверенность, упорство, твердость, стойкость, непоколебимость, несгибаемость. Особая мощь – в сочетании силы духа с силой воли.

Сильный человек, в отличие от слабого, знает, чего хочет. Его жизненная позиция и цели – стабильны и долговечны. Начав что-нибудь претворять в жизнь, он доводит дело до конца без сочинения отговорок. В то же время слабость духа выдает себя «с головой» неуверенностью в своих силах, боязливостью, непринципиальностью, мнительностью, злопамятностью, завистливостью. К счастью, мы можем себя «лепить» по собственным меркам. Было бы желание и сила воли. Вашему вниманию мы предлагаем советы о том, как развить силу воли (стр.4).

Сила – это способность воздействовать на внешний мир и на себя для получения задуманного. Будьте сильными!

Екатерина Леонова



Приглашаем к участию
(Страница 6-7)



Военно-спортивный конкурс



Пой, гармоника, вьюге назло...

20 февраля в нашей школе прошел военно-патриотический конкурс для учащихся 8-11 классов. Он включал в себя три тура. В первом туре ребятам были заданы вопросы на знание биографии и достижений великих полководцев. Каждый участник смог показать свою историческую эрудицию. Георгий Жуков, Александр Суворов, Михаил Кутузов... Эти имена известны ребятам не понаслышке, поэтому все классы блестяще справились с поставленной задачей.

В следующем туре ребятам необходимо было вспомнить даты исторических событий. К слову, некоторые задания были с подвохом, как например, вопрос про день Победы. Многие участники задумались: «Почему день Победы празднуют 9 мая, а не 8?» Мы решили ответить на спорный вопрос.

8 мая в большинстве стран мира отмечается День Победы в Европе. Это праздник окончания Второй мировой войны в Европе. 8 мая День Победы традиционно отмечают страны-союзники СССР по антигитлеровской коалиции – Великобритания, Франция и США, а также большинство стран Западной Европы. В Советском Союзе первый акт о капитуляции отныне именовался «Предварительный протокол о капитуляции Германии», а День Победы стали праздновать на день позже, чем союзники – 9 мая. Начиная с 60-х годов прошлого века значимость



этого праздника постоянно росла, и поэтому даже после распада СССР страны постсоветского пространства (за исключением Прибалтики) продолжают широко отмечать Победу именно 9 мая, также, как и ветераны, волею судеб оказавшиеся за рубежом (в основном в США и Израиле, в котором 9 мая считается официальным памятным днем). В остальных странах основные торжества проходят 8 мая, однако военные парады в этот день проводить не принято, упор делается на память, чествование ветеранов и поминание погибших.

Третий тур стал самым долгожданным для участников конкурса. Учащиеся готовились к этому конкурсу около месяца. Каждому классу

нужно было придумать и поставить инсценировку песни военных лет. На конкурсе были исполнены и показаны такие песни, как «Тёмная ночь», «В землянке», «Самолёты», «Казачки на Волге» и многие другие. Жюри по достоинству оценило выступление каждой команды.

Совсем скоро будут известны победители конкурса каждой параллели!

*Екатерина Леонова,
ученица 11 класса.*

1 место за лучшую инсценировку песни: 8Б, 9В, 11 классы

1 место в общем зачёте: 8А, 9Б, 10Б классы



Как развивать силу воли?

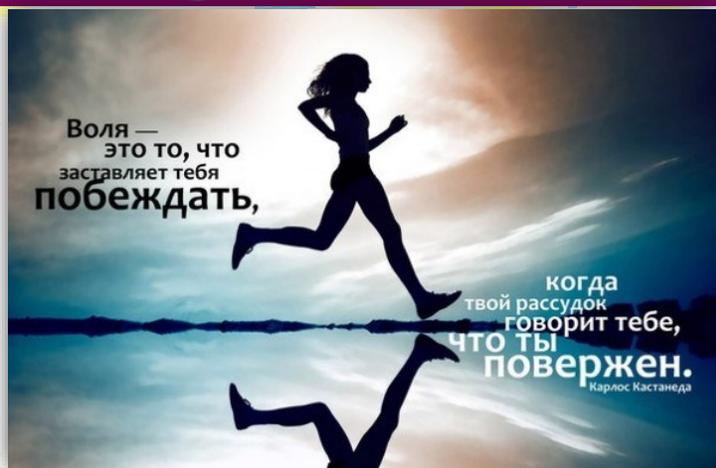
Побеждающий других силен, а побеждающий самого себя могуществен. (с) Лао-Цзы.

Сила воли – это способность преодолевать внутренние и внешние преграды на пути к цели. Сила воли считается одной из значимых черт человеческого характера. Существуют люди слабовольные – это те, кто не могут контролировать себя и выполнять свои сиюминутные желания. Существует несколько составляющих силы воли:

- * Вера в успех и в свои силы
- * Желание
- * Смелость
- * Терпение

Многим людям чаще всего мешает лень, из-за которой они не могут достичь своей цели и стать лучше. Начинать нужно с малого и потихоньку повышать планку, например, начать делать зарядку. Да, в первый

день будет трудно, но нужно заставить себя. Если будете продолжать делать зарядку, то она может войти в привычку и стать составляющей вашего дня. Также впоследствии утренней зарядки вы станете здоровее, значит нужно выбрать для себя мотивацию ради чего вы хотите воплощать свои мечты в жизнь. Не мало важно и окружение, которое под держит вас в любую минуту и будет верить, что у вас всё получится. Бывают случаи, когда людям наоборот нужно окружение, которое не будет верить в них, поэтому назло им они достигают всех поставленных для



себя целей. Я считаю, что все люди должны стараться достигать своих целей, ведь тогда жизнь покажет человеку, что он может всего добиться сам и тогда мир станет чуточку счастливее.

*Анастасия Бородачёва,
ученица 11 класса*

Для того, чтобы развить и укрепить силу воли, достаточно запомнить всего несколько способов, которые гарантируют, что ваш самоконтроль будет работать, как часы. Вот эти пять способов:

1. Додышите до самоконтроля

Итак, вот что нужно сделать для того, чтобы клетки вашей префронтальной коры наполнились воздухом. Возьмите секундомер и сделайте глубокий вдох на 7 секунд. Потом выдохните тоже 7 секунд. В идеале вы должны делать 4–6 вдохов в минуту, то есть на каждый вдох-выдох должно приходиться по 10–15 секунд. Если проделывать это упражнение перед волевым «срывом», это поможет вам сдержаться.

2. Пятиминутка медитации

Наш мозг работает постоянно, и иногда в нем запущено слишком много параллельных процессов. Все это очень мешает «волевым» процессам. Вспомните, как реагирует наш организм, когда у нас куча дел и мы не успеваем ничего делать. Его постоянно тянет чем-то «успокоить» себя — например, поесть.

Именно поэтому один из лучших способов вернуть себе волевой контроль — это сделать небольшую медитацию. При этом медитацией может считаться даже сосредоточение на своем дыхании. Можете просто проговаривать про себя «вдох» и «выдох». Даже пятиминутная медитации поможет вам в том, чтобы удержать себя от срыва.

3. Прогуляйтесь!

«Нет такой проблемы, которую не могла бы решить прогулка», — так гласит старая китайская поговорка. И это абсолютная правда! Прогулка буквально заряжает ваш организм эндорфинами, из-за

чего вы автоматически чувствуете себя более счастливыми.

В идеале — гулять каждый день не менее, чем по 15–30 минут. Это закалит не только ваш организм, но и ваш дух.

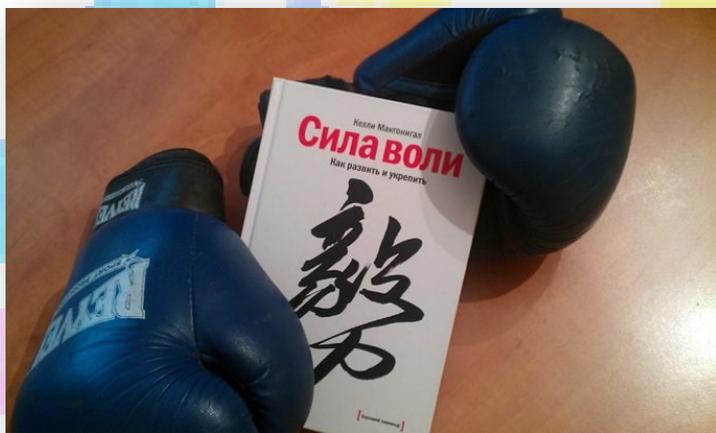
4. Вздремните или просто расслабьтесь

Полноценный сон – это важнейший компонент нашей полноценной жизни. Вспомните, как вы себя чувствуете, когда вы мало спите? Хочется постоянно накричать на кого-нибудь или просто съесть много вредностей. Нельзя недооценивать недостаток сна. Это поистине страшная вещь не только для нас самих, но и для окружающих.

5. Ешьте вовремя

Любой беспорядок для организма – это большой стресс. А что организм привык делать со стрессом? Правильно – заедать! Вы знаете о том, что даже беспорядок в комнате может привести к увеличению веса? Именно поэтому для того, чтобы не создавать дополнительных стрессовых ситуаций для организма, вам нужно есть вовремя.

*Из книги Келли Макгонигала
«Сила Воли»*





В мире существует необыкновенная сила. Она лечит и калечит души, она способна менять наш мир. Это сила слова. Слово — одно из сильнейших орудий, доступных человеку. В чём сила слова?

Поэт Вадим Шефнер когда-то написал:

«Словом можно убить,
словом можно спасти,
Словом можно полки
за собой повести.

Словом можно продать,
и предать, и купить,
Слово можно
в разящий свинец перелить».

Слово, брошенное со злостью, может пробудить в человеке отчаяние. Грубые и оскорбительные слова разрушают наш внутренний мир, мы перестаём верить в себя. Но есть слова, которые обладают силой добра. Эти слова нас ободряют, воодушевляют, возвращают к жизни. С их помощью человек может творить чудеса. Слово есть сила, если оно не пустое, не брошенное на ветер. Так что пользуйтесь словом

осторожно и точно, поскольку оно - большая сила и ценность! И только от нас с вами зависит, как использовать эту силу: во зло или на благо.

*Н.А.Резникова,
учитель русского языка*



СИЛА ТРАДИЦИИ

Традиции празднования Масленицы менялись с каждым веком. Современный праздник включает старинные обряды языческих времен, обычаи допетровского времени и западноевропейские новшества.

Менялись увеселения, меню праздничного стола, даже название: Сырная неделя, Мясопусная, Масленица. Но во все времена сохранялся обычай веселиться и угощаться от души перед Великим постом.

Масленица – время потех и развлечений. Одно из самых любимых в народе – катание с ледяных и деревянных гор. В старину катались не всю зиму, а только до начала Великого поста, а на Сырной неделе каждый день. В столице устраивали зрелища со зверями: медвежьи травли (не самое гуманное развлечение) и смотр редких животных из дальних стран.

В правление Алексея Михайловича в столице вошли в моду масленичные фейерверки, или, как их тогда называли, «летающие потешные огни». Разноцветные вспышки огней в ночном небе завораживали московский люд, не привыкший ещё к таким увеселениям, толпы зрителей сбегались посмотреть на новое зрелище.

В конце XVII века царь Петр Алексеевич превратил в фейерверки в обязательное действо на Сырной неделе. Старинный фейерверк был сложнее по своей организации, чем современные салюты, но гораздо эффективнее. Так утверждают историки, и мы не будем с ними спорить. Но мы то знаем, что фейерверки, которые запускают в Хабаровске – просто за-



вораживающее, восхитительное зрелище!

При Николае I в воскресенье на Масленице ровно в 12 часов ночи трубач трубил отбой, и танцы прекращались, даже если труба звучала среди фигуры котильона.

Сказка А. Островского «Снегурочка» возродила интерес к древним славянским традициям языческих времен. Именно в это время возникает обычай сжигать соломенное чучело как символ окончания веселой недели и конца долгой зимы.

В наши дни Масленица остается временем игр, застолий, забав и развлечений и олицетворяет национальные обычаи, связь времен. Прошлое оживает на масленичных ярмарках, где царит дух веселья, который объединяет людей разного возраста и вероисповедания. Этот старинный праздник наполняет сердца радостью и возрождает интерес к русской культуре и традициям русского народа.

Масленица-праздник переходящий, т.е. в разные годы он может проходить в разное время. В этом году Сырная неделя совпала с праздником Днем Защитников Отечества и, по этому случаю нас ожидают длинные выходные: 23 февраля, а также 24 февраля объявлен выходным днем. В субботу и воскресенье по всему городу в разных районах будут проходить народные гуляния, катание с горок, вкусные блины. И наша школа воспользовалась возможностью и проводит день здоровья 25 февраля. Вся территория вокруг школы будет наполнена конкурсами, весельем, красками. Готовят развлечения учащиеся 8-11 классов. Участвуют в развлечениях-конкурсах учащиеся 2-7 классов. Начало в 11:00 и в 13:00. И мы тоже будем сжигать чучело! Веселых выходных!

*Л.В.Дементьева,
учитель информатики*

Внимание, фестиваль!

Мы приглашаем вас на краевой фестиваль молодежных СМИ «Пробный шар 2017». Фестиваль проводится в три этапа: 1 этап – городские, районные конкурсы, фестивали: апрель 2016 г. – март 2017 г.; 2 этап – предварительный (заочный) – просмотр представленных материалов. Авторы, чьи работы прошли в финальный этап, получают приглашение на Фестиваль: март – апрель 2017 г. 3 этап – очный, Фестиваль – 27-28 апреля 2017 г.

Участники представляют на фестиваль материалы по следующим направлениям: «Видео», «Пресса», «Фото», в каждом из которых определены свои номинации.

В рамках Года экологии на Фестивале будет объявлен конкурс «Моя зеленая планета» в нескольких номинациях:

1. «Эко-объектив» – конкурс видеоработ, повествующих об уникальных природных объектах, заповедниках, заказниках и охраняемых территориях родного края, о результатах социально-полезной экологической деятельности детского коллектива (примеры: посадка деревьев, уход за ними, современное состояние парка или аллеи; уборка территории, её благоустройство, современное состояние данной территории; исследование природных водных объектов, их благоустройство, современное состояние), экологические акции, экологические события, происшествия, освещение экологической деятельности в СМИ и т.п.

2. "ЭКО-перо" - конкурс газетных статей, повествующих об уникальных природных объектах, заповедниках, заказниках и охраняемых территориях родного края, о результатах социально-полезной экологической деятельности детского коллектива (примеры: посадка деревьев, уход за ними, современное состояние парка или аллеи; уборка территории, её благоустройство, современное состояние данной территории); исследование природных водных объектов, их благоустройство, современное состояние, экологические акции, экологические события, происшествия, освещение экологической деятельности в СМИ и т.п.

3. «ЭКО-фото» - конкурс фоторабот, повествующих об уни-

кальных природных объектах, экологических акциях, экологических событиях, о красоте и совершенстве природы, фотопроизведения пейзажно-художественного плана, отображающие неповторимую красоту природы, о природе в доме, селе, городе, фотографии, повествующие об экологических проблемах.

4. "Таёжная пчёлка" – конкурс видео, мультипликационных и печатных материалов о людях, занимающихся пчеловодством, о пользе мёда и роли пчел в природе. Учредитель номинации Союз пчеловодов Приморского края

5. "Медоносная липа" - конкурс видео, мультипликационных и печатных материалов о липе, как "хлебном" дереве для жителей тайги и народных промыслов: пчеловодство, резьба по дереву и т.п. Учредитель номинации - Потребительский кооператив народных промыслов и ремесел "Дары Велеса" Пожарского района Приморского края.

6. «Мой заповедный край» - конкурс видео, мультипликационных и печатных материалов об уникаль-

ных природных объектах, заповедниках, заказниках и охраняемых территориях родного края, о людях, работающих в заповедниках, о результатах социально-полезной экологической деятельности детского коллектива; исследование природных водных объектов, их благоустройство, современное состояние, экологические акции, экологические события, происшествия, освещение экологической деятельности в СМИ и т.п.

Заявки на участие в Фестивале по установленной форме (приложения 1,2) и работы необходимо подать до 25 марта 2017 года в отдел экологического туризма и информационных технологий МБОУ ДОД ЦВР или направлять по адресу: 692001, Приморский край, Пожарский район, пгт Лучегорск, 4 мкр., д. 8, кв. 53, Продан Наталии Васильевне или по e-mail: flowerspring@mail.ru (с пометкой «Пробный шар»).

Положение о конкурсе и его итоги будут опубликованы на сайте Форума «Бумеранг» <http://www.pubumerang.tv>

ПРИВЕТ, РЕБЯТА!
ВЫ ЛЮБИТЕ КОМИКСЫ?

ДААААА!

А ВЫ НЕ ПРОБОВАЛИ РИСОВАТЬ ИХ САМИ?

РЕБЯТА, КОМАНДА РДШ ЗАПУСКАЕТ КОНКУРС "ЭКО КОМИКСЫ" ТЫ ДОЛЖЕН ПРИНЯТЬ УЧАСТИЕ!

КАК?

ВСЁ ОЧЕНЬ ПРОСТО!
• НУЖНО НАРИСОВАТЬ КОМИКС НА ЭКО ТЕМУ

ПРИСЫЛАЙ СВОИ РАБОТЫ ДО 5 МАРТА 2017 ГОДА И ВОЗМОЖНО ИМЕННО ТВОЙ КОМИКС УВИДИТ ВСЯ СТРАНА! МЫ ЖДЁМ ИМЕННО ТВОЮ РАБОТУ!

ВЫБИРАЙ ТЕМУ И ПРИСТУПАЙ РИСОВАТЬ!

- БЕРЕГИТЕ АМУРСКОГО ТИГРА
- ПРИРОДА - МОЙ ДОМ
- ЭКО ПРИВЫЧКИ
- СПАСИ ЛЕС! ИЛИ

СВОЯ ТЕМА ЭКО КОМИКСА

Конкурс "Цифровой художник"

Конкурс компьютерного творчества учащихся «Цифровой художник» проводится управлением образования и центром развития образования города Хабаровска.

К участию приглашаются учащиеся 1-11 классов общеобразовательных школ.

Номинации:

- **Компьютерная живопись, графика**—все возрастные категории;
- **Коллаж**—все возрастные категории;
- **Мультипликация**—5-11 классы.

Подробнее о номинациях.

Коллаж:

“Отдых на даче, в деревне, на природе!” - на рисунке представить сюжетную композицию—труд, развлечения, урожай, композиции с цветами, овощами, фруктами на фоне дачи, луга, водоёма и т.д.

При выполнении коллажа используются фотографии и авторский рисунок. Например, фон (небо, луг, деревья, домик) нарисованы, а овощи, фрукты, цветы вставлены готовые. Люди—фото членов семьи (тела могут быть нарисованы, а лица—фото).

Компьютерная живопись, графика:

1. «Ах, море, море...!» - на рисунке показан подводный мир, его красота, водоросли,



рыбки, морские звезды, подводное плавание людей, отдых на море, волны, атмосферные явления на море и т.д.

2. «Компьютерная флористика» - на рисунке изображены цветы и цветочные композиции, полевые цветы, клумбы, букеты и т.д.
3. «Времена года»- изображение какого-либо времени года с характерными признаками (для учащихся 1-4 классов)
4. «Братья наши меньшие» -рисунок в защиту любых животных, дружба человека и животных, животные на службе у человека и т.д.

Представляется композиция, выполненная в любом графическом ре-



даторе (статические изображения). Формат: только *jpg/*jpeg (объем— не более 300 Кб), максимальный размер 600*400 пикселей).

Мультипликация:

«Экологическая сказка» - авторский мультфильм с экологической направленностью о необычных событиях, приключениях на природе, в городе, лесу и т.д.

Принимаются работы с законченным сюжетом в форматах avi, mov, mpg, gif/ Длительностью от 2 до 2,5 минут. Звуковое сопровождение обя-



зательно (не просто музыка, а текст по сюжету)

Примечание:

1. Принимаются только **индивидуальные работы**.
2. Количество работ от одного участника: не более одной в каждой номинации.
3. Исходные материалы и рабочие варианты рисунков, в случае необходимости, должны быть представлены по первому требованию конкурсной комиссии.
4. По решению конкурсной комиссии работа может быть не принята к рассмотрению по следующим причинам:
 - несоблюдение требований к работе;
 - несоблюдение авторских прав;
 - представление от одного участника в одну номинацию более одной работы;
 - работа, представленная на конкурс небрежная или откровенно плохая.

Заявки принимаются до 28 февраля в кабинете №30 (Информатика): надо сообщить о своем желании, номинации и названии работы.

Сами работы должны быть сданы **до 25 марта**.

Если нужна помощь в оформлении, соблюдении технических характеристик или просто совет, обращайтесь к Людмиле Викторовне Дементьевой, в кабинет №30.

Иллюстрации: конкурсные работы прошлых лет.

KhabaWiki (<http://wiki.ippk.ru>)

