



Всемирный день Учителя

Учитель...Мы часто произносим это слово, но не задумываемся, какую огромную роль играет в нашей жизни Учитель. Трудно представить, сколько сил, труда, души, терпения учителя вкладывают в каждого из своих учеников, чтобы они выросли из маленьких девочек и мальчишек в успешных, счастливых людей. Из года в год, из года в год учитель отдает себя детям.

Недаром говорят, что школа – второй дом, а учитель – вторая мама. Как писатель живет в своих произведениях, как художник – в картинах, так и учитель – в мыслях, поступках и делах своих учеников. Профессия учителя во все времена была и остается наиболее почетной, но в то же время наиболее трудной. Умение передать свой опыт молодым людям, только вступившим в самостоятельную жизнь, – это талант. Учитель – непростая профессия. Сколько труда и терпения нужно, чтобы из маленьких, непослушных озорников выросли вдумчивые, стремящиеся к своей цели молодые люди. Кто же такой учитель? В толковом словаре В. И. Даля «учитель» значит «наставник, преподаватель». Можно дать множество определений этому понятию, но мне кажется, что учитель – это, в первую очередь, именно наставник, то есть человек,

который не просто передает нам знания своего предмета, а учит жить, жить в этом многоликом сегодняшнем мире.

Традиционно каждый год в нашей школе в этот день для Учителей проводится такое мероприятие как День самоуправления. В этот раз на пост **директора** выбрали ученицу 11 класса *Шанину Елену*. Надо сказать, Лена отнеслась к этой должности очень серьезно, сделала всё, что от неё требовалось, и даже больше! Она порадовала всех песней на концерте, и не просто песней, а ещё и под живую музыку на гитаре. Молодец, Лена! **Завучем** стала ученица 11 класса *Пушкина Арина*, **дежурными учителями** были назначены *Домашний Владимир* (11 класс) и *Врачёв Дмитрий* (10 класс). После уроков все ученики смогли ещё раз поздравить учителей на концерте, который был проведён Таней *Пушкиной* и *Людой Полосковой* (11 класс). Ученики исполняли песни, танцевали и читали стихи. Всё на 5 баллов!

Хотелось бы, чтобы с каждым годом этот день становился для Учителей всё более запоминающимся, ведь именно тогда мы можем сказать им все те тёплые слова, какие не решаемся произносить в привычные всем будни.

Сок



Весёлые старты

Согласитесь, что многие при таком словосочетании обычно морщат нос. Мы ломаем стереотипы. В этом году «Весёлые старты» проводились не между классами, а между двумя командами одного класса. Так даже и соревноваться веселей, потому что «все свои», и можно спокойно позволить себе шлепнуться на пол, да еще и расхохотаться над этим. К тому же, свою лепту в атмосферу внесли новые конкурсы, вполне соответствующие названию соревнований. Впрочем, давайте лучше посмотрим.



Самыми шустрыми оказались:

11 класс: Корелин Алёша, Козлова Наташа, Шанина Наташа, Шанина Лена, Соколова Надя

9 класс: Волов Паша, Аулова Надя, Черняева Рита, Вахтомина Маша, Кулаков Алеша, Честнейшин Коля

7 класс: Волова Оксана Владимировна, Волова Оксана Игоревна, Жаворонкова Настя, Горохова Вита, Притчин Саша, Волова Аня

5 класс: Кузнецов Дима, Волов Ваня, Бобин Витя

Соревнования проводил Кошелев Дмитрий Михайлович



Гори, огонь Олимпиады

Буквально на носу зимняя «Олимпиада 2014». И, несмотря на то, что мы с вами находимся далеко от центра событий, пропустить его было бы просто непростительно, ведь эти Олимпийские игры будут проходить в Сочи! К тому же, Олимпийский огонь побывает и в нашем регионе, а именно — в городе Архангельске.

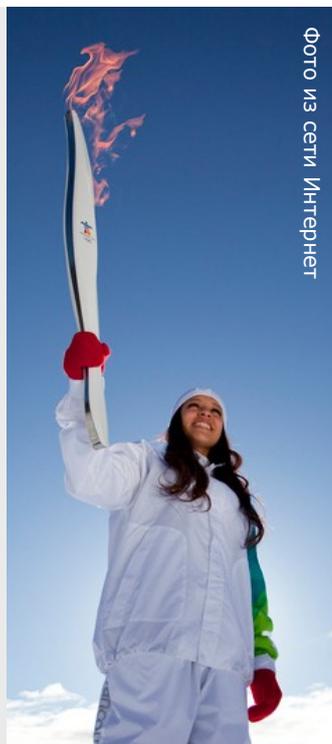


Фото из сети Интернет

Олимпийский огонь является одним из главных символов Олимпийских игр. Спустя годы традицией стало доверять честь пройти последний этап эстафеты и зажечь огонь в олимпийской чаше какому-либо спортсмену с замечательными достижениями. Его зажигали еще в Древней Греции во время проведения Игр как напоминание о подвиге Прометея похитившего огонь у Зевса, и подарившего его людям.



Эстафета Олимпийского огня «Сочи 2014» - самая длинная национальная Эстафета в истории игр - охватит 65 000 километров, пройдет через 2 900 городов и сел и заглянет во все 83 региона России. Эстафета началась **7 октября 2013 года** и завершится в день открытия Олимпиады **7 февраля 2014 года**. Эстафета началась в Москве, а само пламя, по традиции, было зажжено в Олимпии (Греция) за день до этого события.

Олимпийский огонь поднимется на вершину Эльбруса – самой высокой горы в Европе; опустится на дно озера Байкал – самого глубокого озера в мире; и даже отправится в открытый космос!

1 ноября Олимпийский огонь прибудет из Мурманска в **Архангельск**. Среди героев, которым выпала честь пронести Олимпийский огонь в Архангельске – Оксана Яргина, чемпионка России по дзюдо; Виктория Филиппова, волонтер центра САФУ, они пробегут с факелом по набережной Северной Двины. Маршрут Эстафеты охватит центральные улицы города, площади, главные достопримечательности и исторические места.

Хотя никто не спорит, что каждый вид спорта хорош, но каждый человек имеет свои предпочтения. Что же выбирают наши ученики?

Какими видами спорта ребята **предпочитают заниматься?**

1. Волейбол.
2. Футбол.
3. Легкая атлетика.



Кстати, о футболе. Больше количество *девчонок* утверждают, что *любят футбол*, в отличие от *парней*.

Какой вид спорта ребята **не любят?** (Я очень долго ждала ответа, потому что ребятам было трудно выбрать.) В итоге:

1. Легкая атлетика.
2. Баскетбол.
3. Футбол.

Не восхрани!

Осень. Дождь. Школа. Последний урок. Слипающиеся глазки, голова, которая не падает только потому, что ее подпирает рука... Знакомая картина? Думаю, большинству учеников, да. Кроме младших школьников, конечно, которые при любой погоде носятся по коридорам словно метеоры. В чем причина такого упадка сил? Плохая погода? Скучный предмет? Вряд ли что-то одно. Но такое же состояние осенью наблюдается у большей части населения. Усталость и вялость, сонливость частые простуды – это основные симптомы **авитаминоза**.

Организм, как правило, к поздней осени уже растратил летние запасы витаминов, поэтому необходимо немного помочь ему справиться с таким стрессом, как недостаток полезных веществ и солнечного света. Многие наверняка подумают, что авитаминоз – несуществующая проблема, и вместо улучшения рациона займутся завариванием крепкого кофе, или купят шоколадку для настроения. Но постарайтесь чаще добавлять в свой рацион свежие овощи и фрукты (особенно цитрусовые), биологически-активные добавки и витаминно-минеральные комплексы, гулять на свежем воздухе и заниматься спортом, и вы увидите, что просыпаться утром с хорошим настроением – реально. Особенно присмотритесь к таким продуктам, как репчатый лук (провитамин А), зеленый лук (витамин С и каротин), петрушка (витамин С и провита-

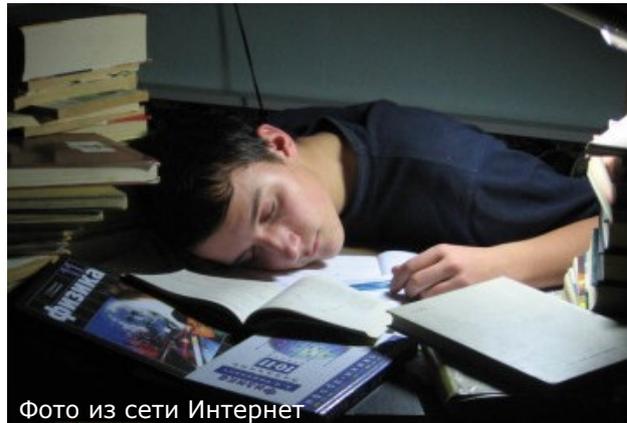


Фото из сети Интернет

мины РР, А, В, В2, К). А такие продукты, как свекла, редька, морковь и гранат, помогут восстановить витаминный баланс в полной мере. Хотя бы 2 раза в неделю включайте в свой рацион рыбу и любые морепродукты, продукты с клетчаткой – это хлеб с отрубями, семечки подсолнуха, различные орехи, и зерновые – это пшено, овсянка, гречка. Вместо сладкого будет полезнее употреблять мед.

Желаем всем хорошенько подготовить свой организм к наступающей зиме, чтобы случайно ее не проспать.

Земля

С Днем Варенья!

В октябре:

Волону Настю (1 кл.), Сопилова Никиту (3 кл.), Кузнецова Диму (5 кл.), Домашнюю Катю (8 кл.), Притчину Юлю (8 кл.), Аулову Надю (9 кл.), Козлову Наташу (11 кл.)



К нам вернулся теннисный стол!

Над выпуском работали:

Редактор—Пушкина Арина (11 кл.)

Вёрстка—Волова Людмила (11 кл.)

Корреспонденты: Козлова Наташа (11 кл.), Пушкина Арина (11 кл.), Соколова Надежда (11 кл.), Волова Людмила (11 кл.),

Фото: Пеньевская Ирина Ивановна, Сергеева Ирина Валентиновна, Волова Людмила.