

НАШ РОСТ OK

№5



Издание сектора печати МБОУ
«Майкорская средняя
общеобразовательная школа»

В номере:



Открыли «Финноугорию»



Профориентация: от А до Я



Проект:

«Сочиняем вместе
волшебную сказку»

Какие проекты создают ученики начальной школы? Ребята из 3 «Б» класса проявили свои творческие способности в первом групповом проекте по созданию волшебной сказки. По словам их учителя, Ижбалдиной Ольги Анатольевны, это занятие оказалось очень увлекательным. А вот и «продукты» совместной работы...

Волшебный кот

В некотором царстве, в некотором государстве жил-был царь Афрон. У него была дочка Василиса, и у неё был кот по кличке Фигипп.

Однажды в царстве случилась беда – пропал кот. Василиса очень сильно горевала по коту. И царь Афрон сказал трём богатырям:

- Кто найдет кота, тот выйдет замуж за Василису.

Богатыри отвечают царю:

- Где мы его искать будем?

- Поезжайте за тридцать земель и ищите кота!

Они поехали искать кота. Они ехали, ехали и увидели высокий терем. В тереме на окошке стояла золотая клетка, в клетке был кот. Они его освободили, но кот перевернулся три раза через плечо и обернулся конём. И поскакал в сторону царства. Богатыри поскакали за конём.

Конь прискакает на поле и обернулся котом, потом Фигипп заколдовал радугу и по радуге пошёл домой. Пришёл он домой и заколдовал поляну цветов и пир на весь мир.

*Даша Казина
Саша Лучников
Ангелина Хуснуллина
Полина Якимова
Рома Бурдов
Настя Шумилова*



Сказочный лес

В Сибири был сказочный лес. В этом лесу жили волшебные животные. В лесу были радужные волки и лисы, и лошади, у которых были золотые подковы.

Летела как-то стая Жар-птиц и несла с собой разные семена. Одна Жар-птица уронила мешочек с зёрнами. И вырос большой пребольшой лес. В полночь в нём стали появляться волшебные животные и этот лес стал светиться в ночи.

Этот лес стали называть сказочным, потому что он стал исчезать при свете дня, и в нём было много чудес.

*Вика Ершова
Ярослав Шуков
Вика Гельнер
Настя Давыдова
Мишель Корякина
Данил Анкин*



Шабарша и Лиса

Жили-были старик и старуха. И был у них сын Шабарша. Уехали старик со старухой в город. Велели Шабарше родители никому не открывать дверь. Остался Шабарша один дома.

Вдруг подбежала к окошку Лиса и так ласково сказала:

- Выгляни в окошко, дам тебе горошка.

Выглянул Шабарша в окошко, Лиса схватила и понесла в лес. А Шабарша кричит:

- Несёт меня Лиса в далёкие края, за моря, за леса!

Услышали родители. Догнали Лису. Схватил старик Лису, но она вырвалась и убежала. Увезли Шабаршу домой. Велели ему не выглядывать в окошко. Уехали родители в город.

Приехали они из города. И стали они жить-поживать и добра наживать.



*Антон Куликов
Юля Давыдова
Максим Давыдов
Артём Исаков*



Открыли «Финноугорию»

В субботу, **9 ноября**, наша школьная команда выступила на фестивале «Финноугория» в Майкорском ЦДО. Сюда прибыли делегации из разных поселений Юсьвинского района: Архангельского, Купроса, Юсьвы, Крохалёво. Мы собрались на этом празднике, чтобы больше узнать о финноугорских народах. Каждая команда показывала народную сказку (это было домашним заданием). Дальше мы путешествовали по станциям этноквеста, где выполняли различные задания и играли. Больше всего мне понравилось украшать платок народными узорами. Это было очень занимательно. А ещё все угостились постряпушками, приготовленными каждой командой дома. Я считаю, что праздник удался и все остались довольны!

Кривощёкова Виктория, 8 класс

Мне очень понравилась поездка в ДДТ. Там проводились разные конкурсы и больше всего мне запомнились игры, сочинение стихотворения и как мы делали печати на ткани.

Кондрухина Светлана, 8 класс



На районном фестивале национальных культур «Финноугория» я побывал впервые. Узнал о культуре разных народов, о том, как они разговаривают. Здесь я научился верховой набойке на ткани.

Дориченко Михаил, 8 класс

Мне очень понравились народные игры, особенно «Слепая старуха». Вкусными были все угощения.

Ижбалдин Вениамин, 8 класс

Запомнился дружный хоровод. С удовольствием поиграла в финноугорские игры. Отвела кулики с грибами, картошкой и крупой, перепечи с капустой, сладкий пирог с яблоками и клюквой.

Никонова Мария, 8 класс



Я думаю, никого не оставила равнодушным выставка народного художественного творчества «Завет предков», вызвав восхищение и чувство гордости за воспитанников и руководителей объединений и кружков учреждений дополнительного образования Юсьвинского района: народная культура ожила в картинах, панно, вышивке, вязании, декоративных изделиях. Особый колорит создавал краеведческий уголок, ставший популярной фотозоной. На книжной выставке можно было познакомиться с редкими изданиями о нашем крае.



Участие в таком фестивале даёт уникальную возможность ребятам окунуться в мир национальных традиций финноугорских народов, проживающих в Пермском крае. Организаторы этого праздника, педагоги Майкорского ЦДО «Горизонт», заслуживают самой высокой благодарности.

Спасибо за участие ребятам 8 класса, воспитанникам литературного краеведческого объединения «Заветный клад» и школьному педагогу – библиотекарю Дик Любови Викторовне!

Смертина Ольга Борисовна, учитель русского языка и литературы, руководитель «Заветного клада»



Как необычно познакомить старшеклассников с профессиями? Как заинтересовать их в выборе будущей профессии? Такие вопросы, по мнению Ошариной Любови Михайловны, поможет решить Любительское объединение «Профориентация от А до Я», идейным вдохновителем создания которого она является.

10 октября к Майкорскому КДЦ стайками слетались старшеклассники 8, 9 10 и 11 классов. Многие о предстоящем мероприятии знали только в общем: «Что-то о профессиях». Большинство ребят надеялись, что будет интересно.

Во вступительном слове Любовь Михайловна рассказала об особенностях такого важного для учащихся проекта: встреч будет несколько, и посвящены они будут представителям разных профессий. Каждое занятие – это познавательно – занимательные моменты, интересные каждому, а главное – живое общение с нашими земляками, которые трудятся на благо жителей поселения, и, конечно же, мастер – классы или практикумы.

Первая встреча приятно удивила старшеклассников, ведь медицинские работники – это те, кто помогают нам сохранить здоровье. Сначала мы совершили виртуальную экскурсию внутри нашего тела с героями познавательного сериала. Затем Ершова Валентина Григорьевна,



главврач Майкорской больницы, врач общей практики, семейный терапевт, поведала о том, как осуществилась мечта её детства. В совместном разговоре определили, каким должен быть медицинский работник. Продолжила встречу старшая медицинская сестра Чиртулова Елена Юрьевна. Она рассказала об особенностях трудовых будней медсестры, первого помощника врача. Фельдшер скорой помощи Салахутдинова Ирина Борисовна напомнила об ответственности работы врача, познакомила с основными льготами для медицинских работников.



Внимание старшекласников была представлена серия видеороликов «Куда пойти учиться?» о медицинских учебных заведениях Пермского края.

Очень убедительно известный врач – телеведущий Александр Мясников – в своём видеоинтервью ответил на вопрос: «Как должен учиться врач?»

В заключение встречи наши медицинские работники предложили ребятам небольшой практикум по измерению артериального давления, наложению шин и определению группы крови.

Самыми заинтересованными были восьмиклассницы и десятиклассницы!



Вторая встреча, **14 ноября**, в любительском объединении «Профориентация от А до Я» была настоящим сюрпризом для наших старшеклассников! Увлекательный рассказ о преобразовавшемся политехническом техникуме г. Кудымкара, объединившемся с педагогическим училищем и торговым техникумом, сопровождался творческими выступлениями студентов. Большой интерес вызвали организованные ими мастер-классы, где каждый желающий мог задать волнующие его вопросы и проявить свои способности в освоении той или иной профессии. А профессии эти востребованы сейчас и будут популярны всегда: закройщик и швея, пекарь - кондитер, специалист по работе с сухой штукатуркой, электрик, педагог дошкольного образования и учитель начальных классов. Участники мастер-классов снимали мерки, лепили из теста, украшали плитку, работали с электроприборами, рисовали, выводили буквы пером и чернилами, учились танцевать «Тупи – тап». В конце встречи за символическую плату можно было полакомиться вкусными пирожными, изготовленными студентами торгового техникума.

По мнению многих ребят, встреча была интересной и полезной.

*Смертина Ольга Борисовна,
классный руководитель 11 класса*



«НЕ ЗАПРЕЩЕНО – ЗНАЧИТ, РАЗРЕШЕНО?»

Рубрику под таким названием ведёт юнкор Максим Чирков, ученик 7 «Б» класса. Речь сегодня пойдёт об энергетических напитках.

Как энергетики влияют на организм?

Считается, что в небольших количествах энергетические напитки ускоряют реакцию, увеличивают аэробную и анаэробную выносливость, препятствуют сонливости за рулем, повышают интенсивность восприятия, улучшают настроение и самочувствие. Что же входит в состав этих напитков?

Кофеин. Его содержат все без исключения "энергетики". Действует как стимулятор: 100 мг кофеина стимулируют умственную деятельность, 238 мг повышают сердечно-сосудистую выносливость. Чтобы получить такой эффект, нужно выпить как минимум три банки, но производители "энергетиков" рекомендуют употреблять не более 1-2 банок в день.

Таурин. Одна банка в среднем содержит от 400 до 1000 мг таурина. Это аминокислота, накапливаемая в мышечных тканях. Считается, что она улучшает работу сердечной мышцы. Однако в последнее время в среде медиков появились мнения, что таурин вообще не оказывает никакого влияния на человеческий организм.

Карнитин. Это компонент клеток человека, способствующий быстрому окислению жирных кислот. Карнитин усиливает обмен веществ и снижает утомляемость мышц.

Гуарана и женьшень. Лекарственные растения, обладающие тонизирующими свойствами. Листья гуараны применяются в медицине: они выводят из мышечных тканей молочную кислоту, уменьшая боль при физических нагрузках, препятствуют возникновению атеросклероза и очищают печень. Медики, впрочем, считают, что возбуждающие свойства, приписываемые гуаране и женьшеню, не подтверждены исследованиями.

Витамины группы В. Необходимы для нормальной работы нервной системы и головного мозга в частности. Их недостаток организм может почувствовать, но повышение дозы не улучшит вашу производительность, умственные способности или что-то еще, как пытаются убедить производители энергетических напитков.

Мелатонин. Содержится в организме и отвечает за суточный ритм человека.

Матенин. Вещество, входящее в состав южноамериканского зеленого чая матэ. Экстракт вечнозеленого дерева *Ilex Paraguarensis* помогает справиться с чувством голода и способствует снижению веса.

Связанные с энергетическими напитками проблемы со здоровьем ассоциируют главным образом с избытком кофеина, особенно для людей, дневная доза кофеина у которых превышает 200 мг.

Несмотря на то, что за таурином и глюкуронолактоном не замечено, чтобы они были опасны при употреблении их по отдельности, данные относительно их синергетического действия при сочетании друг с другом или с кофеином и гуараной неполны. В качестве главных нарушений здоровья, связанных с употреблением энергетических напитков, отмечают:



- увеличение частоты сердечных сокращений, сердцебиение,
- повышенное кровяное давление,
- нарушения сна и бессонница.
- учащение позывов к мочеиспусканию,
- гипергликемия (вследствие высокого содержания сахара в энергетических напитках), которая может быть опасна в первую очередь для страдающих диабетом и другими нарушениями обмена веществ.

Пока что разрешена продажа энергетиков несовершеннолетним в Москве, Санкт-Петербурге, Екатеринбурге. А в Пермском крае ЗАПРЕЩЕНА! И это правильно! Подумай сам, стоит ли рисковать своим здоровьем?

А какие спорные вопросы тебе хотелось бы обсудить?

Ждём ваших предложений!