

23 февраля



В этом году 23-го Февраля вооруженные силы нашей страны отмечают уже 90-й свой день рождения!

В День защитника Отечества мы от всей души поздравляем наших любимых и дорогих, уважаемых, самых достойных, самых смелых, сильных, ловких, умелых, замечательных мужчин. Каждый представитель сильной половины человечества будь то школьник, студент, курсант, военный, гражданский, водитель, врач, спортсмен, ученый, брат, племянник, отец, дед, сосед по площадке, просто прохожий - каждый из них является защитником своей страны, своей семьи, своих друзей, защитником своей, пусть маленькой, но Родины.

День Защитников Отечества - самый

"мужественный" праздник в году. Для кого-то - это памятная и торжественная дата, для других - просто праздник и повод собраться вместе со своими друзьями. Так или иначе, но День защитников Отечества - это, прежде всего, государственный праздник, имеющий свою историю. На протяжении веков наши воины доказывали безграничную любовь к Родине, преданность Отчизне, верность долгу и присяге, храбрость в боях, дисциплину и порядок в несении службы, смелость и героизм в боях и сражениях, дух товарищества, интерес к подвигам предков, знание важных для нашей страны исторических сражений - все это всегда отличало наших военных, и мы, без сомнений, можем ими гордиться.



Наши поздравления

Мы поздравляем Вас тепло
С Днем армии и флота,
Пусть будет радость от того,
Что помнит, чтит и любит кто-то.
И пусть улыбка промелькнет,
И пусть разгладятся морщины,
И пусть весна в душе поет,
Сегодня праздник Ваш, мужчины.
Пусть светит солнце в мирном небе,
И не зовёт труба в поход.

Чтоб только на ученьях солдат
В атаку шёл вперёд.
Пусть вместо взрывов гром весенний
Природу будит ото сна,
А наши дети спят спокойно
Сегодня, завтра и всегда!
Здоровья крепкого и счастья
Всем тем, кто мир наш отстоял.
И кто его сегодня охраняет
И кто сполна долг Родине отдал!

Редакция

Сделать Будущее совершеннее, лучше и удобнее для людей взялись ученики 6 «Г» класса. Они разработали проекты совершенно новых и до сих пор невиданных вещей: от элементарной «волшебной палочки» и обыкновенной «машины времени» до крайне необходимых в жизни и быту человека предметов.

Вот как узнать, кто звонит в дверь, если дверной «глазок» кто-то залепил жвачкой? Очень просто!

Для этого всего лишь нужно поставить «автоматический глазок» - изобретение Дарьи Утовка

Такой «глазок» по шагам узнает гостя, включит камеру, и вы увидите, кто к вам пришёл. А если это воры или бандиты, то сам сообщит в милицию, не доставляя хозяевам никаких хлопот.

А как вы отнесётесь к такому изобретению, которое Беляева Катя назвала «Деньгосчёт»?

На вид это самый обычный кошелёк...

- Это изобретение,- считает Катя,- помогает людям не забывать о своих долгах. Когда берёшь кошелёк в руки, то он включается и показывает в первом окошечке-счётчике сколько денег в кошельке, а во втором—сколько ты должен отдать.

Но самое главное, в нём установлен механизм, который держит кошелёк закрытым всегда. И если не назовёшь пароль, то и не откроется.

Сомневаться в полезности такой вещи – вряд ли кто будет. Никаких беспокойств – только бы пароль не забыть...

А для тех, кто хочет похудеть или просто быть здоровым, Катя предлагает такое изобретение: глотаешь капсулу, да не простую, а оснащённую электронными датчиками, а потом через наушники получаешь от неё информацию: каких веществ организму не хватает, а какие просто для него вредны.

Так что нечего на конфеты да пирожки заглядываться, если «Капсула» - против, лучше съешь овощной салат да яблочко. Против этого «Капсула» никогда возражать не будет...

Вообще-то, человек в Будущем всегда будет здоров и счастлив. В этом наши изобретатели абсолютно уверены. Но на всякий слу-

чай ему может пригодиться такой прибор, который предлагает Максим Слук.

Это барометр здоровья. Шкала прибора регистрирует от нуля вверх – абсолютное здоровье в процентах, а вниз – его ухудшение.

И если такой прибор покажет «- 100% » - вряд ли стоит идти в школу, лучше в больницу...

Неплохо бы в Будущем иметь и такой прибор, который предложил Георгий Зива

«Измеритель настроения».

- Прибор,- считает автор,- позволяет быстро и точно измерить настроение человека. а также показывает время, температуру воздуха в данный момент и точную дату. Оборудован дисплеем для показания изменений.

Вот так! Всегда будет оправдательный документ для родителей, если получил «2» за диктант или контрольную работу.

- А просто было неважное настроение! И прибор тому свидетель!

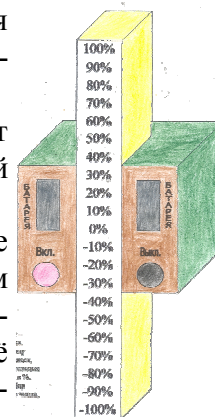
До контрольной оно было хорошее. а как раз во время контрольной вдруг испортилось!

И вряд ли родители станут вас ругать – с электроникой ведь не поспоришь!

Такие вот удивительные приборы ждут нас в скором будущем. И мы, действительно, верим, что вы, ребята, ещё сделаете свои открытия в науке, ведь ваши мечты добрые и направлены на то, чтобы жизнь становилась лучше, человек был здоров и счастлив, чтобы у него всегда было хорошее самочувствие и настроение, чтобы его окружали только добрые люди.

Успехов вам в ваших оригинальных и необычных открытиях и изобретениях и проектах!

P.S. А те, кто хочет познакомиться с проектами подробнее, просим обращаться к ученикам 6 «Г» класса



**Редакция благодарит
Аллу Аркадьевну за
предоставленный для
печати материал.**

Нет друга равного здоровью, нет врага равного болезни

Всем хочется жить долго, хорошо и без болезней. Но жизнь, к сожалению такова, что не всегда получается, так как мы хотим. Зачастую сам человек, не желая того, способствует появлению у себя различных недугов. Среднестатистический россиянин, особенно больной, во - первых, слаб, во - вторых, ленив и, в - третьих, труслив.

Слаб потому, что забыл, когда в последний раз делал какие-либо силовые упражнения, например, подтягивался на перекладине или отжимался от пола. Отговорка одна: «Некогда. Учеба, работа. Потом как-нибудь. С понедельника возьмусь». Все забывают аксиому здорового образа жизни тела: если мышцы не работают, они атрофируются.

Ленив потому, что считает вернуть растратченное здоровье за счет кого-то или чего-то: например, врача, массажиста, чудодейственных людей, универсальных таблеток. При любой боли бежим в аптеку, отстреливаемся от нее таблетками, при этом не все знают, что большинство лекарств имеет массу побочных эффектов. «Одно лечим, другое калечим» - слышали, наверное, такое высказывание.

Ни для кого, не секрет, что о здоровье вспоминают тогда, когда вдруг его потеряли, не анализируют свой образ жизни, а ищут таблетку. Человек не верит в себя и медленно саморазрушается, превращаясь в малопродуктивный организм.

Мы боимся холода, не понимаем и не ощущаем радости и восторга от погружения в холодную воду. Ленимся встать пораньше, не понимаем энергии рассвета. Боимся лишний раз сделать гимнастику, нам лень сходить или сделать утреннюю пробежку. Постоянно суедемся, нервничаем, боимся что-то не успеть, куда-то не попасть. Неправильно питаемся: зачастую едим на ночь, заставляя свой организм работать в вечном экстриме.

Наиболее опасное влияние на здоровье оказывает употребление алкоголя, табака, наркотиков. Под их воздействием поражаются

внутренние органы, сосуды, головной мозг. Снижается работоспособность, ослабевает зрение, слух, память. Меняется поведение людей.

Исследования ученых доказали, что у юношей и девушек алкоголизм как тяжелая, трудно излечимая болезнь возникает и развивается в четыре раза быстрее, чем у взрослых.

Десять заповедей здоровья:

1. Относитесь к своему телу как к величайшему проявлению жизни. Оно – наша главная ценность.
 2. Воздерживайтесь от всякой ненатуральной неживой пищи и стимулирующих напитков.
 3. Не курите и не злоупотребляйте алкоголем.
 4. Живите с добротой и благодарностью, не обижайтесь, дарите добро безвозмездно.
 5. Восстанавливайте свой организм, правильно сочетая физическую активность и отдых.
 6. Очищайте свои клетки, ткани и кровь чистым воздухом, водой и солнечными лучами.
 7. При различных болезнях необходимо специальное рациональное питание.
 8. Думайте и говорите спокойно, без эмоций, не кричите, не нервничайте.
 9. Пополняйте свои знания о мире, о Земле, о природе, трудитесь и наслаждайтесь результатом своего труда.
- Живите в гармонии с природой и учите этому других.



Закончить хотелось бы словами знаменитого П. Брегга: « В вашем распоряжении девять врачей, данных природой, всегда готовых помочь в создании стопроцентного здоровья. Это солнечный свет, свежий воздух, чистая вода, естественное питание, голодание, физические упражнения, отдых, хорошая осанка, разум».

Филиных Денис, 11Б класс

Нельзя быть «Иванами», родства не помнящими

В конце января проходили городские и областные олимпиады по русскому языку и «Мировой художественной культуре», в которой участвовали наши ученицы 11 «Б» класса Гостева Ира и Иванова Таня.

Заняв 1 место в районе, они попробовали свои силы и в следующих этапах.

Ира Гостева стала одной из финальных победительниц городского конкурса, а Таня Иванова успешно справилась с заданиями по «Мировой культуре» в областной олимпиаде. Вопросы олимпиады касались архитектуры, иконописи и литературы Древней Руси. А

ответить на такие вопросы совсем не просто. Поэтому ещё раз поздравляем наших достойных знатоков русской культуры, русского языка, нашей отечественной истории, ведь такие знания говорят о высокой культуре, широком кругозоре и даже о гражданской позиции человека, потому что знать историю, культуру, владеть устной и письменной речью своего народа, своей страны – долг каждого культурного человека. Как писал А.С.Пушкин: «Нельзя быть в своём Отечестве «Иванами», родства не помнящими».

Редакция

Лыжная эстафета



Традиционный лыжный кросс, посвящённый памяти Сергея Амосова, уже в который раз выявил сильнейшие команды с 4-го по 11-ый классы.

Поздравляем всех участников лыжного кросса, и наши особые аплодисменты тем, кто занял в эстафете 1-место. Это команды 4 «А», 5 «Б», 6 «Г», 7 «Г», 8 «А», 9 «А» классов.

Переходящий кубок был вручён 11 «Б» классу, который завоевал 1 место среди 10 - 11-кл.

Грамоты и призы получили и призёры 1-го

этапа. Вот их имена: Удалкин С.- 4б, Зубков А.- 5б, Клецин В.-6а, Сагайдак В.-7б, Касаткин К.-8а, Федосеев В.-9а, Траулько К.-10а.

Итак, лыжная эстафета выявила сильнейших, а зрители и болельщики получили эмоциональный заряд, болея за свою команду и поддерживая её своими приветствиями и возгласами.



Спорт – это движение.

А движение – жизнь.

Поэтому мы за жизнь в движении! Да здравствует спорт, который даёт силы, выносливость, здоровье!

Редакция

Поздравляем команду «Гвардеец»!



Наши «гвардейцы», как казательное выступление и ещё раз доказали, лучшая команда района, приняла участие в городских соревнованиях и завоевала 3-место в городе. В районе они представили по-

Редакция



Издательская группа:

Корреспонденты: Филиных Денис

Редактор: Елена Шовкопляс

фотокорреспондент: Оралова Г.Н., Тюменцев В.

Координаторы: Л.А.Басурматорова, Г.М.Косвинцева,