

*Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
муниципального образования «Город Архангельск»  
«Средняя школа № 36 имени Героя Советского Союза П.В. Усова»*

*Ежемесячная школьная газета*

**"6Х6=36"**

***ВЫПУСК 8  
май – 2020***



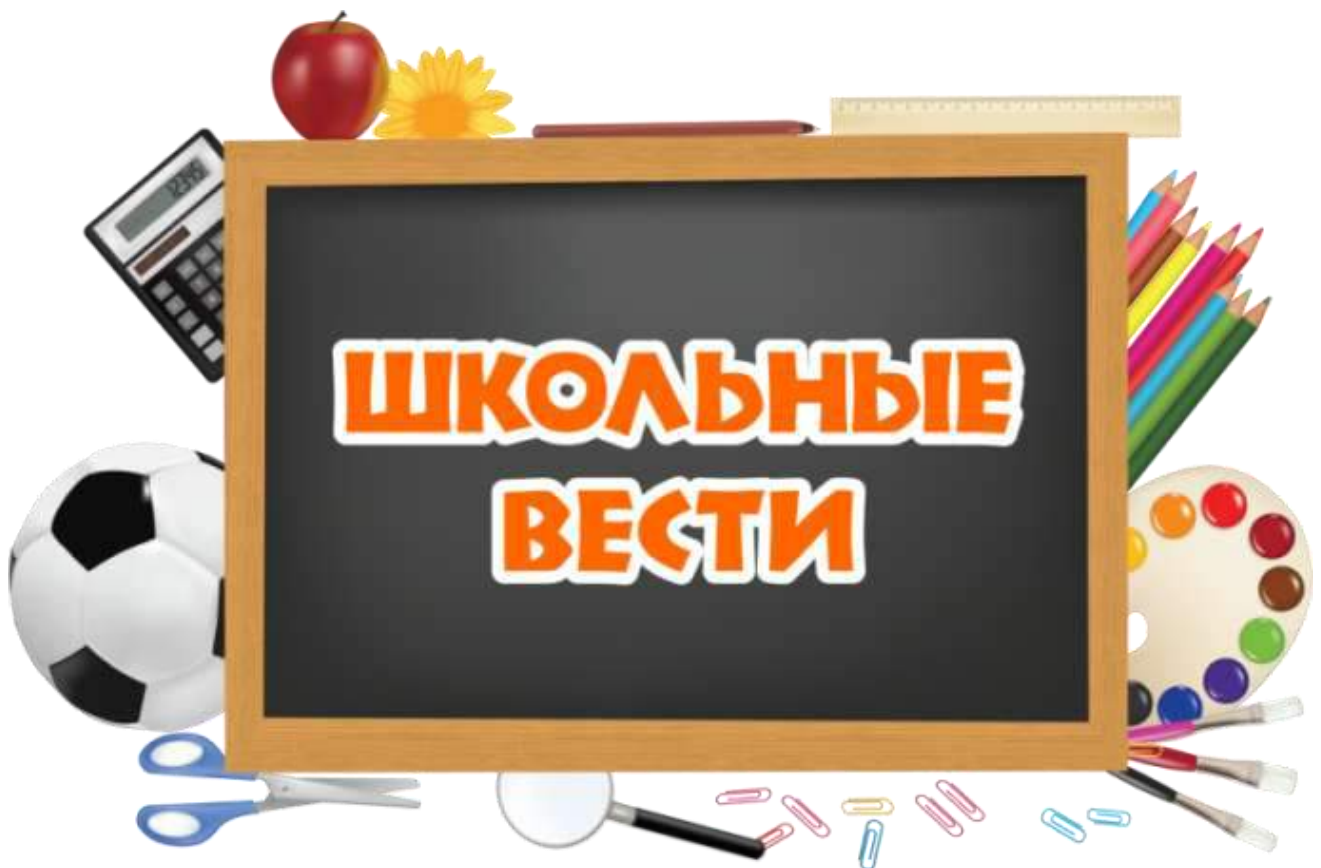
Читайте в номере:

1. День Победы

2. Международный День семьи

3. «Здоровый образ жизни»

(проектная работа в рамках окружного  
конкурса «Поморский исследователь»)



# День Победы



День Победы – самый главный праздник для каждого из нас! Праздник, считающийся символом мужества и героизма нашего народа в годы Великой Отечественной войны.

В этом году 9 мая мы отметили очень важную дату – 75-летие со Дня Великой Победы.

Ученики нашей школы приняли участие в дистанционных конкурсах, посвящённых этому празднику.

В конкурсе чтецов произведений о Великой Отечественной войне победителями стали Беляева Дарья (2В) и Поморцев Алексей (1В). II место заняли Бунин Богдан (2В) и Пешлов Эльман (3Б). А III место было присуждено Поздеевой Арине (1Б) и Дерягину Кириллу (1А).

В конкурсе презентаций «Победа в моей семье» I место занял Коржин Ярослав (5Б), II место – Дерягин Кирилл (1А), III место – Павлова Наталья (8А). Призёром в спецноминации стал Теселкин Платон (4Г).

В конкурсе рисунков «Слово о войне» победителями стали Южанина Дарья (8Б) и Савичева София (4Б), призёрами (II место) – Лешукова Софья (3Г), Глазунова Яна (4Г) и Южанин Фёдор (5А), призёром (III место) – Котова Кристина (1А).

В конкурсе «Открытка ветерану» I место было присуждено работе Кадыкова Никиты (4Г), II место – открыткам Соколова Владислава (1В), Беляевой Дарьи (2В) и Цываревой Анастасии (5Б). Призовое III место заняли коллективная работа 11 класса и открытка Савичевой Софии (4Б).

Благодарим участников и поздравляем победителей и призёров!

## Международный День семьи

15 мая ежегодно отмечается Международный День семьи. Он был провозглашён резолюцией Генеральной Ассамблеи ООН в 1993 году.



Установление этого Дня ставит целью обратить внимание общественности стран на многочисленные проблемы семьи, задуматься о важности семьи в нашей жизни и проявить участие к близким людям. Семья нужна каждому человеку, в семье ребенок учится постигать секреты общения между людьми, учится любви и заботе. Через семью от одного поколения к другому передаются мудрость и знания.

Каждый год для Дня семьи выбирается определённая тема. В 2020 году она была сформулирована следующим образом: «Роль семьи в процессе развития: Копенгагенская декларация и Пекинская платформа действий». Оба документа, о которых идет речь, были приняты 25 лет назад и затрагивают социальные вопросы. На сайте ООН также упоминается, что пандемия, с которой столкнулось человечество, служит напоминанием о важности развития и укрепления социальной сферы для защиты наиболее уязвимых семей. В то же время подчеркивается значимость семей как центра взаимодействия поколений.

(Источник: <https://www.un.org/ru/observances/international-day-of-families> )

## **«Здоровый образ жизни»** **(проектная работа в рамках окружного** **конкурса «Поморский исследователь»)**



Здоровье – это полное физическое, психическое и социальное состояние, а не только отсутствие болезней или физических дефектов. Здоровье – это отличное состояние не только каждого человека, но и всего общества. При расставаниях и встречах с людьми мы желаем им доброго и крепкого здоровья, так как это основное условие и залог полноценной и счастливой жизни.

Здоровье – это самая важная потребность человека. Здоровый образ жизни – это оптимальный режим труда и отдыха, правильное питание, достаточная двигательная активность, личная гигиена, закаливание, ликвидация вредных привычек, любовь к близким, позитивное и активное восприятие жизни.

За последние сто лет взгляды на здоровье претерпели большой переворот. Ранее здоровьем считалось лечение: главным было «оздоровить» организм, восстановить потерянное здоровье. Но чуть больше полувека назад пришло понимание того, что гораздо важнее сохранить исходный уровень здоровья, который дан человеку, и попытаться предотвратить заболевания. Так главным стало не лечение, а профилактика. Был взят курс на здоровый образ жизни. Теперь наш ориентир – суперздоровье и благополучие. Нам важно не просто уберечь себя от заболеваний, а улучшить свое состояние здоровья.

Медицинские работники являются основными пропагандистами здорового образа жизни. Именно Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) определяет здоровье как состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не отсутствие болезни как таковой или физических недостатков. И именно по данным ВОЗ, здоровье лишь на 10% зависит от состояния системы здравоохранения, только на 20% – от внешней среды или природных условий, лишь на 20% мы заложники наследственности и генетики. Половина шансов на здоровье зависит от нас, от привычек и образа жизни, от того, чем мы питаемся, от того, насколько мы сами заинтересованы в том, чтобы быть здоровыми. Восточная медицина пошла еще дальше: факторами, которые влияют на здоровье, там считаются питание (10%), образ жизни (20%), но главное, как считают на Востоке, – это образ мыслей, именно от него (на 70%) зависит качество нашей жизни. И если даже вы решите спорить с этими фактами, суть все же останется: наше здоровье зависит в большей степени от нас самих и начинается оно у нас в голове.



Здоровый образ жизни – это выработка у людей взаимосвязанных навыков и привычек. Надо добиться, чтобы человек не задумывался над элементарными поступками и всегда придерживался при этом рекомендаций науки. Например, следует знать, почему утренняя гимнастика и водные процедуры предпочтительнее, чем крепкий чай или кофе, почему для здоровья нужна физкультура, а не изматывающий спорт и т.д. Особенно четко надо прояснить, что в основе нездорового образа жизни лежит лень самого человека.

Потребность в здоровом образе жизни складывается под воздействием семьи и школы. Например, в 2018-2019 учебном году наш класс получил грамоту как самый здоровый класс, а в этом году выиграл спортивные соревнования «Зарничка». И мы все вместе стараемся придерживаться здорового образа жизни. Так, на переменах мы играли в подвижные игры русского севера.

(Автор: Гайнутдинова Кристина, 4А класс. Научный руководитель: учитель начальных классов Ежова Татьяна Александровна)