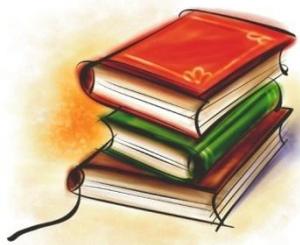




# Веселая перемена

День народного единства отмечается в нашей стране 4 ноября, начиная с 2005 года. Этот праздник установлен в честь важного события в истории России – освобождения Москвы от польских интервентов в 1672 году, и приурочен ко Дню Казанской иконы Божией Матери.





# Точка зрения

## За школьную форму

Наше поколение в свои школьные годы поголовно носило форму и не испытывало по этому поводу никаких комплексов. В настоящее время вполне можно подобрать форму для школы на любой вкус и достаток. Утвердить её можно на общем собрании класса или школы, которое должно учитывать даже мнение меньшинства, ведь по закону обязать приобретать форму нельзя. Та одежда, которую школьники надевают сейчас, отправляясь на занятия, стоит не дешевле. На мой взгляд, строгая форма одежды дисциплинирует и помогает сосредоточиться на учебном процессе. И пусть ребята не волнуются, что форма немодна и неудобна. Эта «проблема» также легко решается, ведь сейчас не составляет труда заказать современную модную школьную форму, которая будет отвечать всем требованиям учебного заведения и вкусам молодежи.

Администрация школы.



Дорогие друзья! Нам предстоит 9 месяцев упорного труда освоения школьной программы, поэтому чтобы правильно распределить силы, нужно ежедневно заботиться об укреплении своего здоровья.

1.

**Каждому школьнику необходимо соблюдать режим дня**, в основе которого лежит чередование труда, отдыха и приёма пищи. Рациональный режим предупреждает развитие утомления, повышает общую сопротивляемость организма.

2.

**Позаботьтесь о своей осанке**. Не носите портфели и сумки в одной руке. Лучше всего носить ранцы или рюкзаки с супинаторами. Во время занятий правильная посадка помогает меньше уставать, лучше учиться, вырасти стройным и красивым.

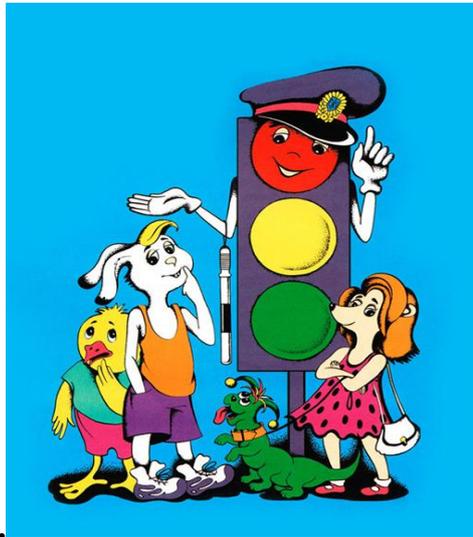
3.

**Соблюдайте правила питания**. Пища должна быть достаточной по объёму, содержать все необходимые для организма вещества. Режим должен быть и в еде. Очень важно есть в одни и те же часы. Необходимо исключить из своего рациона чипсы, жвачки, искусственные конфеты, газированные напитки ( кока-колу, пепси-колу ), искусственные соки.

4.

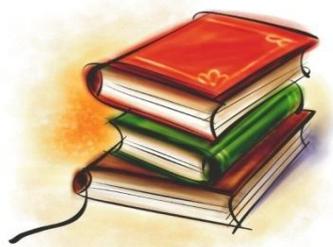
**Чтобы уберечься от инфекционных заболеваний, необходимо:** 1) соблюдать личную гигиену, 2) мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета, 3) пользоваться индивидуальной расчёской и полотенцем, 4) пить только бутилированную или кипячёную воду.

**Помните! Чистота – залог здоровья!**



**ЮИД рекомендует.**

1. **Пешеходы должны двигаться по тротуарам или пешеходным дорожкам, придерживаясь правой стороны.**
2. **Пересекать проезжую часть только по пешеходным переходам, а при их отсутствии на перекрёстках – по линии продолжения тротуаров или обочин.**
3. **При отсутствии в зоне видимости пешеходного перехода проезжую часть следует переходить на участках, где она хорошо просматривается в обе стороны.**
4. **Прежде, чем начать переход дороги с двусторонним движением, посмотрите налево и направо – нет ли поблизости транспортных средств.**
5. **Переходить дорогу следует спокойно, под прямым углом к краю проезжей части. Сначала посмотрите налево, дойдя до середины, посмотрите направо: если поблизости есть машины, остановитесь, пропустите их, а потом можете продолжать переход.**
6. **Нельзя устраивать игры, кататься на коньках и санках на пересечении улиц и дорог.**



# Интернет....

## Всемирная паутина

Интернет... В наши дни это слово, а также производные «инет», «паутина» и др., у всех на слуху. Более того, оно употребляется как детьми, так и взрослыми. И действительно, в Интернете можно найти массу интересной и полезной информации, различные сайты и форумы, где можно общаться и заводить новых друзей, новости мира политики, новости из жизни страны, зарубежные новости, а также сведения о погоде, моде, красоте, здоровье... Всего не перечислить! И если зайдёшь в Интернет на полчаса, то пробудешь там гораздо дольше. С одной стороны, в этом нет ничего плохого, а с другой... Но об этом позже, а сейчас давайте посмотрим, какие же сайты наиболее часто посещают ученики разных школ: - В.Контакте—79 % - Одноклассники—13 % - Мой мир—8 % С огромным отрывом лидирует сайт В.Контакте. ... а с другой стороны, это не только отнимает, как мы уже говорили, массу времени, но и наносит некоторый вред здоровью. В первую очередь идёт сильная нагрузка на глаза, мышцы спины и шеи. Да, конечно, каждый самостоятельно выбирает, как говорится, «быть или не быть», но всё-таки давайте постараемся не угодить в сети Всемирной паутины....

# День Матери

Этот выпуск школьной газеты посвящен также дорогому нами человеку «МАМЕ», ведь для человека все самое теплое, доброе, родное, надежное сосредоточено в ней.

*Да будет свято имя – Мать!  
Наперекор изменчивой судьбе  
Художники прославили в веках  
Не девушку с венцом на голове,  
А женщину с ребенком на руках.*

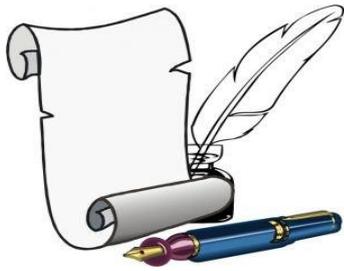
В последнее воскресенье ноября в России отмечается день самого дорогого человека для большинства людей - День Матери. Он был учрежден Указом президента РФ Бориса Ельцина от 31 января 1998 года N120. История празднования уходит корнями в древние века. Древние греки отдавали дань уважения матери всех богов - Гее. Римляне посвящали три дня в марте (с 22 по 25) другой матери богов - восточной Кибеле. Для кельтов Днем матери был день чествования богини Бриджит. В России отмечать День Матери стали сравнительно недавно. Среди многочисленных праздников, отмечаемых в нашей стране, День Матери занимает особое место. Это праздник, к которому никто не может остаться равнодушным. Каждый из нас – чей-то ребенок. А значит, у каждого из нас есть или была мама, даже если кто-то ее не знает. В этот день хочется сказать слова благодарности всем Матерям, которые дарят детям любовь, добро, нежность и ласку. Российских матерей всегда отличали щедрость души, преданность, самопожертвование, любовь и великое терпение. И сегодня они бережно хранят семейный очаг, учат детей добру, взаимопониманию, нравственности.



День матери — это международный праздник почитания матерей, отмечаемый практически во всех странах мира. Причем в разных странах это событие отмечается в разное время. К примеру, в России в 1998 году указом президента Ельцина Б.М. был установлен такой праздник, который отмечается ежегодно в последнее воскресенье ноября.

Еще в XVII столетии в Великобритании отмечалось Материнское воскресенье, когда чествовали всех матерей в стране. В 1914 году в США было объявлено о национальном праздновании Дня матери.

В нашей стране праздник, посвященный Дню матери, еще очень молод, однако он становится все более популярным.



Дорогие друзья!

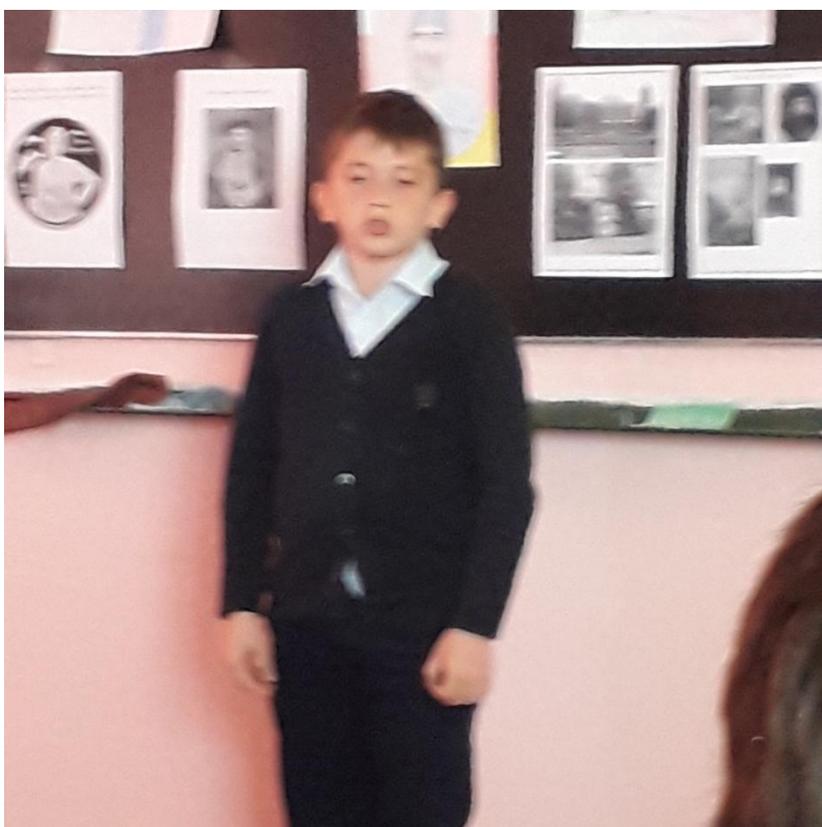
Творческий коллектив редакции школьной газеты «Веселая перемена» предлагает вам вспомнить самые яркие события 1 четверти 2018/2019 учебного года.







Конкурс чтецов по произведениям Коста прошел в 4 «Б» классе





Вот и закончились теплые, и солнечные деньки осени, начались самая настоящая осень. В такое время нас на каждом шагу подстерегают вирусы и инфекции. Поэтому мы вам предлагаем самые интересные факты о самом вкусном лечебном средстве – меде.

1. Чтобы произвести 100 грамм меда, пчела должна облететь 100 000 цветков.
2. Тепло снижает полезные качества меда, так что нагревать его не стоит. Температура выше 50 градусов убирает все полезные свойства меда.
3. Ложка меда в день обеспечит вас отличной профилактикой против простудных, сердечно - сосудистых и кишечно – желудочных заболеваний.
4. Больше всего меда производят в Китае. А самый дорогой мед производят в Израиле. 1 кг. Такого меда стоит около 10 000 рублей



5. Само слово «мед» имеет еврейские корни и дословно переводится как магические чары.
6. Мед может не портиться веками, при этом сохраняя все свои полезные свойства. При вскрытии могилы Тутанхамона было обнаружена амфора с медом. Его вкусовые и полезные качества практически не ухудшились за столько времени.

**Ешьте только полезные продукты и никогда не болейте!**

Творческий коллектив редакции школьной газеты «Веселая переменка» СОШ №3