



ШКОЛЬНЫЙ КАПЕИДОСКОП

№ 21
МАРТ
2012

Печатный орган МБОУ средней общеобразовательной
школы №1 р.п. Мокшан Пензенской области

В этом выпуске:

День красоты, любви, весны!

120-летие со дня рождения
писателя-земляка А. Г. Ма-
лышкина

Школьные новости

Путь к здоровью: шаг за ша-
гом

Милые дамы!

Хорошо, что прекрасная пора - Весна, начинается с праздника, посвященного вам. В этот день примите самые искренние пожелания и поздравления. Желаю вам хорошего здоровья, счастья, любви без границ. Будьте счастливы, трижды здоровы, расцветайте, вы - наша весна!

Директор школы

Милые учителя,

дорогие одноклассницы!

Поздравляем вас с Международным женским днем!

Желаем долгих и счастливых лет, цветов, больше милых улыбок, любви, море сюрпризов и праздничного весеннего настроения!

Юноши школы

День красоты, любви, весны!

Наступила весна, а с ней пришел и первый весенний праздник - 8 Марта. Он приносит на своих крыльях запах пробуждающейся земли, смолистый аромат лесного благоухания, дыхание зелени и жизни. Есть глубокий смысл в том, что весну открывает именно женский праздник: после долгой зимы пробуждается природа, укрепляются и набирают силу хрупкие ростки надежды. Подобно первым солнечным лучам представительницы прекрасного пола озаряют и согревают теплом своих сердец и улыбок все вокруг и делают добрее и красивее наши будни.



Женщины, любовь и цветы... Они всегда являются спутниками и союзниками. Цветы - это радость, вечный источник вдохновения, чувств и просто хорошего настроения. В день Красоты, Любви и Весны, в день 8 марта принято дарить букеты из живых цветов. Именно цветы и их свежесть, красота символизируют свежесть и красоту женщины, раскрывающуюся по весне, словно бутон тюльпана.

Из глубокой древности пришла к нам легенда о самой сущности этого цветка. Говорили, что в золотистом бутоне желтого тюльпана было заключено счастье. До этого счастья никто не мог добраться, ибо не было такой силы, которая смогла бы открыть его бутон. Но однажды по лугу шла женщина с ребенком. Мальчик вырвался из рук матери, со звонким смехом подбежал к цветку, и золотистый бутон раскрылся. Беззаботный детский смех совершил то, чего не смогла сделать никакая сила. С тех пор и повелось дарить тюльпаны только тем, кто испытывает счастье.

Милые девушки, милые женщины!

Верой, Надеждой, Любовью хранимы!

Пусть Ваша жизнь будет счастьем наполнена!

Верьте, любите и будьте счастливы!

120-летие со дня рождения писателя-земляка А.Г. Малышкина



21 марта Мокшан торжественно отметил две юбилейные даты – 120 лет со дня рождения писателя Александра Георгиевича Малышкина и 35-летие со дня открытия музея писателя в нашем поселке.

Биография А. Г. Малышкина

Александр Георгиевич Малышкин, русский советский писатель, родился 9 (21) марта 1892 года в крестьянской семье в селе Богородское, ныне Мокшанского района Пензенской области. Жизнь и творчество Александра Георгиевича Малышкина тесно связаны с Мокшанским краем. Его детские и юношеские годы прошли в Мокшане. Сюда он приезжал на каникулы в 1902-1911 гг., будучи учеником Пензенской гимназии, в 1910-1916 гг. – студентом Петербургского университета.

Здесь на родине были написаны его первые рассказы о жизни в провинции, мокшанские прототипы легли в основу создания его романа «Люди из захолустья». О своём детстве Малышкин рассказывает в романе: «Мы были бедные, мы происходили из курносого, застенчивого простолюдинья, и я был первый в нашем роду, которого отец дерзнул послать в гимназию, на одну скамейку с господами».

После окончания университета Малышкин был призван в армию, досрочно произведен в прапорщики и направлен в Севастополь, в действующий Черноморский флот. С 1918 по 1920 годы участвовал в

Гражданской войне на Восточном, Туркестанском и Южном фронтах; принимал участие в операциях по овладению Крымом. Эти события были отражены писателем в повестях «Падение Даира» (1923 год), «Севастополь» (1926-1931 годы).

Александра Георгиевича входил в литературную организацию «Перевал». Был одним из руководителей Всероссийского союза советских писателей, членом редколлегии журнала «Новый мир». Жил в Москве. Жена писателя Вера Малышкина, сын Георгий (Юрий) Александрович Малышкин, в 18 лет погиб на Курской дуге, командир взвода танков.

Александр Георгиевич Малышкин ушел из жизни в 1938 году.

Произведения писателя

Уже во время учёбы в университете (в 1913—1915 годах) А.Г. Малышкин пишет реалистические рассказы об уездной жизни (публикации в журналах «Современный мир», «Наша заря», «Весь мир», «Свободный журнал»).

Известность Малышкину принесла написанная в 1923 году повесть «Падение Даира». Повесть была воспринята современниками как новаторское произведение: она была основана на реальных событиях (битва за Перекоп), в текст включены документы того времени, сводки штаба, но по стилю близка к былинному повествованию, к эпосу, к лиро-эпической поэме.

Широкое читательское признание принёс роман «Люди из захолустья» (1937—1938), явившийся вершиной творчества писателя. В романе тщательно разработана тема перевоспитания людей в процессе послереволюционных преобразований.

Также стали известными повести «Февральский снег» и «Севастополь».

В судьбе и личности Малышкина гармонично соединились талант художника и подлинная интеллигентность. Он жил широко и

напряженно. Новая жизнь народа, завоеванная в борьбе и неустанном труде, открывалась художнику в ее реальном движении и драматических осложнениях и утратах. Автор «Падения Даира», «Севастополя», «Людей из захолустья» стоит в ряду талантливых зачинателей советской литературы.

Музей А. Г. Малышкина

В 1977 году в доме Малышкиных, построенном в XIX веке, открылся



Музей А. Г. Малышкина в поселке Мокшан

мемориальный музей писателя.

Мемориально-бытовая и литературная экспозиции музея рассказывают о быте и традициях семьи Малышкиных, в которой формировался характер, вкусы и литературные пристрастия будущего писателя, русского человека, обладавшего большим литературным вкусом, ювелира слова, у которого учился писать, по собственному признанию, исторический романист В. Пикуль.

В музее можно увидеть экспонаты, из которых более 100 - это подлинные вещи семьи Малышкиных.

Директор музея Татьяна Кузовкова

А. И. Солженицын, посетив в 1995 году музей писателя, назвал А. Г. Малышкина «чутким автором ломкого времени, неоценимым до сих пор самобытным и ярким свидетелем страшных годов России».

Мы очень гордимся тем, что у нас в поселке Мокшан есть музей Александра Георгиевича Малышкина.

120-летие со дня рождения писателя-земляка А.Г. Малышкина

Учащиеся нашей школы частые гости музея. Сотрудники музея готовят литературные композиции и театрализованные представления для учащихся.

При музее работает детская театральная студия «Маска», в которой занимаются учащиеся нашей школы. Свой артистический талант здесь раскрыли ученицы 10а класса Серова Дарья и Хохлова Елена. К юбилею писателя-земляка ребята подготовили мини-спектакль «Дорога к счастью».

Действие театрализованной постановки охватывает все самые яркие моменты жизненного и творческого пути Александра Георгиевича. Молодая и задорная юность, учеба в гимназии, крепкая дружба, первые пробы пера, и первое юношеское увлечение – все это посетители с интересом наблюдали в первом действии спектакля. Выступление детской

театральной студии «Маска» стало украшением торжественного вечера, посвященного юбилею писателя.

К юбилею писателя музеем проводился конкурс, в котором приняли активное участие ученики нашей школы и заняли призовые места. I место в литературно-поэтической номинации районного творческого фестиваля «ВОСПЕВАЯ РОДНЫЕ КРАЯ», посвященного 120-летию со дня рождения писателя А.Г. Малышкина и 35-летию со дня открытия музея заняли Монахова Анна, ученица 9б класса и Пшеничнова Светлана, ученица 10а класса. Грамотами за II место награждены ученица 6б класса Саврасова Анастасия и ученица 3б класса Романова Александра, за III место – ученица 4а класса Паршина Анастасия и ученица 6а класса Ососкова Надежда.

В фото-художественной номинации I место присуждено Селезеву Никите, ученику 3б класса, Дейцевой

Ольге, ученице 7б класса, Паркиной Владе, ученице 10а класса. II место заняли ученица 6а класса Пигалова Валерия, ученица 4а класса Щипцова Юлия и ученица 6б класса Нелюбина Ксения, III место заняла Бунтину Кристина, ученица 7а класса.

Награду за II место в публицистической номинации получили ученик 10а класса Глухов Андрей и ученица 6а класса Тямбина Виктория, за III место – ученица 6а класса Тямбина Инесса.

Благодарность за участие в районном фестивале «ВОСПЕВАЯ РОДНЫЕ КРАЯ», выражена Юриной Анастасии (6 класс), Кожаеву Никите (5а класс), Мельникову Илье (5б класс), Щипцовой Юлии (4а класс), Пигаловой Валерии (6а класс), Колесниковой Кристине (6а класс), Майоровой Кристине (5б класс) и Хохловой Елене (10а класс).

Паркина Влада, ученица 10а класса

НАШИ ДОСТИЖЕНИЯ

"Учитель года - 2012"



29 февраля в нашей школы был проведен традиционный районный конкурс "Учитель года - 2012". В конкурсе приняли участие шесть учителей из школ Мокшанского района. Учитель русского языка и литературы нашей школы, классный руководитель 8б класса, Анна Владимировна Макарова уверенно и с достоинством прошла все этапы этого испытания и стала победителем конкурса.

Поздравляем Анну Владимировну с победой и желаем удачи на областном этапе конкурса!

Победители соревнований "Мини-футбол в школу"

22 марта в нашей школе состоялось

награждение команды футболистов нашей школы, которые впервые в истории Мокшана стали победителями и призерами финальных соревнований Приволжского федерального округа "Мини-футбол в школу" среди юношей 1995-1996 гг.р. Наши спортсмены под руководством тренера Костычева Алексея Викторовича представляли Пензен-



скую область на соревнованиях среди команд Приволжского федерального округа. Мокшанские футболисты в упорной борьбе заняли **II место**.

Награждение спортсменов в нашей школе происходила на торжественной линейке, на которой присутствовали учащиеся 5-11 классов нашей школы, тренер команды Костычев А.В., зам.главы администрации Мокшанско-

го района Дружинина В.Г., начальник Управления образованием Мокшанского района Решетченко А.В., родители, администрация школы и учителя. В адрес спортсменов-победителей было сказано много теплых слов и пожеланий дальнейших побед.

Победа в фотоконкурсе "Мир глазами детей"

Традиционно учащиеся нашей школы принимают активное участие в фотоконкурсе «Мир глазами детей». В этом году ученица 7а класса Бунтина Кристина (на фото в центре) стала не только победителем районного конкурса, но и в областном конкурсе заняла II место в номинации «Живая природа» с работой «Познакомьтесь, это я».



Кузнецова Ксения, ученица 8б класса

Путь к здоровью: шаг за шагом

Почти половину своей жизни мы проводим во сне. Потому преувеличить значение сна для организма человека невозможно. Спать среднестатистическое большинство предпочитает ночью. Конечно, сейчас при желании ночную жизнь можно организовать так же, как дневную: работать, делать покупки, заниматься спортом или хозяйственными делами, развлекаться в клубах и кино. Но может ли человек поменять день и ночь местами (сохраняя необходимое условие цикличности) без ущерба для здоровья? Специалисты утверждают: категорически нет!



Здоровый сон. (Ночная перезагрузка)

Сон помогает нам сберечь энергию: дневной метаболизм в четыре раза интенсивнее, чем ночной. Сон помогает организму восстановиться. Только в фазе глубокого сна выделяется **гормон роста**, который обеспечивает обновление органов и тканей, таких как кровь, печень, кожа.

Во сне мозг обрабатывает полученную за день информацию - архивирует новые данные и избавляется от всего лишнего. В результате к моменту пробуждения мозг готов к восприятию новой информации. Если же долгое время обходиться без сна, то в основных отделах мозга происходит сбой, что тормозит его дальнейшую работу.

Количество сна, необходимое для поддержания здоровья, с возрастом изменяется. Новорожденные могут спать 16-20 часов в сутки. Маленьким детям нужно ежедневно по 10-12 часов сна. К 40 годам большинству взрослых требуется 8 или 9 часов в сутки. После 40 лет наблюдается некоторое увеличение потребности во сне, и так продолжается примерно до 70 лет, когда время сна снова уменьшается.

А если вообще не спать?

Что такое недостаток сна в крайнем проявлении, ученые установили еще в конце XIX века. В эксперименте добровольцев лишили сна более чем на 90 часов. На вторые-третьи сутки люди впали в уныние, разучились концентрироваться и усваивать новую информацию. На пятые сутки у них начались галлюцинации, и они стали раскрывать сведения о себе, которые ранее никогда не поведали бы посторонним. Впоследствии этот фено-

мен использовали на допросах. Сейчас такие методы приравнены к пытке и запрещены.

Установлено, что психика выдерживает не более 11 бессонных ночей. После этого человек перестает отличать грезы от действительности. Ухудшаются показатели биохимических параметров организма: помимо усиленного выброса стрессовых гормонов, в крови повышается уровень натрия и калия, а головной мозг вырабатывает вещества, близкие по составу к наркотику ЛСД. Заснув в таком состоянии, можно и не проснуться.

Так что не стоит экономить на сне.

Отличный и по-настоящему цельный сон можно охарактеризовать тремя показателями:

- процесс засыпания – быстрый и легкий;
- отсутствуют промежуточные ночные пробуждения;
- пробуждение утром – свободное и легкое с желанием двигаться и активно мыслить.

К сожалению, многие «не дотягивают» до идеала по одному или сразу нескольким пунктам. Главные причины тому: огромный поток информации, повышенный шумовой фон, переутомление и стрессы, злоупотребление возбуждающими веществами.

Вот несколько правил

здорового сна:

1. Исключите прием пищи непосредственно перед сном. За два часа до сна можно принимать только легкую пищу (овощи, фрукты, кисломолочные продукты).

2. Ложитесь спать не позже 22-23

часов.

3. Желательно спать головой на север (или на восток) для согласования электромагнитных полей.

4. Спать лучше на твердой ровной поверхности.

5. Спать желательно в легкой одежде.

6. Избегайте ночных сквозняков.

7. Главное правило для любителей долгого сна: не залеживайтесь в постели! Как только человек проснулся (а это может быть и рано утром), надо улыбнуться, потянуться, сбросить одеяло и подняться.

Это интересно:

Часто случается, что если человек не может в течение дня решить какой-то очень важный для него вопрос, то ответ приходит во сне. В истории известны случаи, когда такие сны имели действительно большое значение.

Менделеев увидел сон, в котором ему приснилась таблица, где химические элементы были расположены в порядке возрастания их атомного веса.

Французскому философу и ученому Декарту приснилась открытая книга, которую он для себя назвал *scientia mirabilis* — сумма всех наук.

Немецкий химик Фридрих Кекуле долго бился над структурной формулой бензола, пока во сне ему не явился образ змеи, кусающей себя за хвост. Так было открыто бензольное кольцо.

Физику Нильсу Бору приснилась структура атома: ядро и электроны приняли вид Солнечной системы с вращающимися планетами.

Одиноква Дарья, ученица 10а класса

Адрес школы

Пензенская область

р.п. Мокшан

ул. 1-Разведка, дом 2

Телефон: (8-841-50)2-17-54

Факс: (8-841-50)2-26-69

Эл. почта: mok_sch1@mail.ru


МБОУ СОШ №1
р.п. Мокшан

Мы в Вебе!

<http://www.moksch1.ucoz.ru>

*Над выпуском работали:
Паркина Влада, Михеева
Екатерина, Барышев Ми-
хаил, Одиноква Дарья*