



ШКОЛЬНЫЙ КАПЕИДОСКОП

№ 53
МАЙ
2016

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

В этом выпуске:

Весенняя неделя добра

Фестиваль "Будущее начинается сегодня"

Как готовиться к экзаменам.
Советы психолога

Наши спортивные достижения

Дорогие читатели школьной газеты!

Год учебный позади,

Лето к нам спешит прийти!

С чем тебя мы поздравляем

И, конечно, пожелаем

Знания не растерять,

Ничего не забывать,

Отдохнуть, набраться сил,

Чтобы вновь удачным был

Следующий учебный год,

Без забот и без хлопот!

Лето будет пусть счастливым,

Ярким, красочным, красивым!

Редакция газеты

Весенняя неделя добра



«Доброта — это то, что может услышать глухой и увидеть слепой».

Марк Твен

С 26 апреля по 6 мая в нашей школе прошла «Весенняя неделя добра», в рамках которой было спланировано и проведено большое количество акций. В акции «Дни здорового образа жизни» учащиеся 4а класса, под руководством классного руководителя Монаховой

Н.В., организовали в рекреациях школы зарядку среди учащихся начальных классов, пропагандируя ЗОЖ.

Учащиеся школы, учителя, родители под руководством социального педагога школы, стали участниками акции «Дети — детям». Инициатором данной акции была ученица 11 класса Гостенина Анна. 5 мая в 14.00 в школе был организован сбор благотворительных пожертвований, одежды, игрушек, книг и передача их нуждающимся детям. Благополучателями стали дети из малообеспеченных семей. «Неделя добрых дел» стала не просто акцией, а принципом жизни — помогать людям, дарить тепло, радость и улыбку ближним. Ведь без милосердия невозможно жить в мире! Нужно оглянуться по сторонам и найти, кому нужна поддержка, кому можно протянуть руку, сказать доброе слово спасибо», - говорит Гостенина Аня.

А вот в 6а классе Пигалова Олеся была организатором акции «Дни окружающей среды и защиты животных». Большую помощь в проведении данной акции оказала учитель биологии, классный руководитель Олеся, Теселкина Татьяна Александровна. Под их четким руководством 6 мая в 13.00 вся школа вышла на благоустройство территории. Ребята с большим энтузиазмом приняли участие в акции, т.к. они хотят видеть школьный двор красивым и ухоженным.

В рамках недели добра накануне праздника Победы, учащиеся школы под руководством учителя ИЗО Тарасовой Ольги Владимировны приняли участие в акции «Дни нашей истории, памяти и почтения ветеранов». Под четким руководством Ольги Владимировны учащиеся сделали своими руками поздравительные открытки и подарили их ветеранам великой Отечественной войны и детям войны. Ветеранам были переданы не только поздравительные открытки, но и частичка тепла, внимания, в котором они нуждаются. Подарки, сделанные руками учащихся, особо были дороги ветеранам. Ведь то, что идет от сердца, до сердца и доходит! Инициативу об изготовлении поздравительных открыток к 9 Мая проявила Тарасова Мария, ученица 5а класса. Но наша «Весенняя неделя добра» не закончилась. Она продолжается. Потому что, как считают наши школьники, благие дела наполняют жизнь человека особым смыслом и светом любви.



Гостенина В.И.

Фестиваль "Будущее начинается сегодня"

22 мая ученики и родители учащихся нашей школы приняли активное участие в региональном семейном фестивале "Будущее начинается сегодня". Площадкой фестиваля стал Мокшанский агротехнологический колледж. В рамках фестиваля состоялись шахматный турнир, танцевальный флешмоб



детей и родителей, прошли соревнования "Веселые старты" и соревнования по волейболу.

Интересно, задорно и очень весело прошли спортивные соревнования «Веселые старты». Родители не побоялись помериться силами со своими детьми и решили выступить отдельной командой. Таким образом, получилось две команды родителей и две команды детей. Участники соревновались в набивании мяча, прыжках через скакалку, ведении мяча клюшкой, беге в парах на трех ногах и прыжках на шарах. Сколько азарта было в глазах участников! С небольшим отрывом победителем вышла одна команда взрослых, на втором месте – команда детей. Но самое главное то, что все получили заряд



бодрости и отличного настроения на весь день! Затем многие родители приняли участие в соревнованиях по волейболу. Финалом фестиваля стал праздничный концерт.

Барышева Е.А., Монахова Н.В.

Последний звонок

25 мая в школе прошел праздник "Последний звонок" для учащихся выпускных классов и первоклассников.

В этом году 23 одиннадцатиклассника простятся с родной нашей школой.



Праздничную линейку открыл директор школы Швецов А.В. Он зачитал приказ о допуске учеников к экзаменам. Первоклассники подарили старшим товарищам символические колокольчики. Многие выпускники получили почетные грамоты за успехи в учебе, спорте. И вот наступает торже-



ственный момент - звенит последний звонок.

Многие выпускники, родители, учителя не могли сдержать слез. Слез скорого расставания, прощания с детством. В добрый путь, ребята!

28 мая в школе прозвенел последний звонок для всех учащихся школы. На линейки были награждены грамотами и похвальными листами лучшие учащиеся и спортсмены школы.

Закончил праздник веселый флешмоб.



Ура, начались долгожданные каникулы!



Барышева Е.А.

Как готовиться к экзаменам. Советы психолога

В экзаменационную пору всегда присутствует психологическое напряжение. Стресс при этом – абсолютной нормальной реакция организма.

Легкие эмоциональные всплески полезны, они положительно сказываются на работоспособности и усиливают умственную деятельность. Но излишнее эмоциональное напряжение зачастую оказывает обратное действие.

Причиной этого является, в первую очередь, личное отношение к событию. Поэтому важно формирование адекватного отношения к ситуации. Оно поможет выпускникам разумно распределить силы для подготовки и сдачи экзамена.



дают с идеалом, зато они Ваши личные.

- Не стоит бояться ошибок. Известно, что не ошибается тот, кто ничего не делает.
- Люди, настроенные на успех, добиваются в жизни гораздо больше, чем те, кто старается избегать неудач.
- Будьте уверены: каждому, кто учился в школе, по силам сдать ЕГЭ. Все задания составлены на основе школьной программы. Подготовившись должным образом, Вы обязательно сдадите экзамен.

Некоторые полезные приемы

- Перед началом работы нужно сосредоточиться, расслабиться и успокоиться. Расслабленная сосредоточенность гораздо эффективнее, чем напряженное, скованное внимание.
- Заблаговременное ознакомление с правилами и процедурой экзамена снимет эффект неожиданности на экзамене. Тренировка в решении заданий поможет ориентироваться в разных типах заданий, рассчитывать время. С правилами заполнения бланков тоже можно ознакомиться заранее.
- Подготовка к экзамену требует достаточно много времени, но она не должна занимать абсолютно все время. Внимание и концентрация ослабевают, если долго заниматься однообразной работой. Меняйте умственную деятельность на двигательную. Не

бойтесь отвлекаться от подготовки на прогулки и любимое хобби, чтобы избежать переутомления, но и не затягивайте перемену! Оптимально делать 10-15 минутные перерывы после 40-50 минут занятий.

- Для активной работы мозга требуется много жидкости, поэтому полезно больше пить простую или минеральную воду, зеленый чай.
- Соблюдайте режим сна и отдыха. При усиленных умственных нагрузках стоит увеличить время сна на час.

Рекомендации по заучиванию

Материала

- Главное - распределение повторений во времени.
- Повторять рекомендуется сразу в течение 15-20 минут, через 8-9 часов и через 24 часа.
- Полезно повторять материал за 15-20 минут до сна и утром, на свежую голову. При каждом повторении нужно осмысливать ошибки и обращать внимание на более трудные места.
- Повторение будет эффективным, если воспроизводить материал своими словами близко к тексту. Обращения к тексту лучше делать, если вспомнить материал не удастся в течение 2-3 минут.
- Чтобы перевести информацию в долговременную память, нужно делать повторения спустя сутки, двое и так далее, постепенно увеличивая временные интервалы между повторениями. Такой способ обеспечит запоминание надолго.

Материалы с сайта ЕГЭ И ГИА

<http://egeigia.ru/poleznye-statii/informacia/sovety-psihologa>



Советы выпускникам

- ЕГЭ – лишь одно из жизненных испытаний, многих из которых еще предстоит пройти. Не придавайте событию слишком высокую важность, чтобы не увеличивать волнение.
- При правильном подходе экзамены могут служить средством самодовольствия и повышением личностной самооценки.
- Заранее поставьте перед собой цель, которая Вам по силам. Никто не может всегда быть совершенным. Пусть достижения не всегда совпа-

Наши спортивные достижения

Районные соревнования по волейболу

В апреле в рамках Школьной лиги проводились районные соревнования по волейболу среди 10-11 классов. В состязаниях приняли участие 6 команд: команда нашей школы, МБОУ СОШ №2, с.Чернозерье, с. Нечаевка, с.Рамзай, с. Богородское. В упорной борьбе команда нашей школы выиграла все встречи и заняла 1 место. На 2 месте – команда с. Чернозерье, на 3 месте – МБОУ СОШ №2.



Команду нашей школы представляли Нелюбин Евгений, Баранов Илья, Гостёнин Сергей, Зезелев Павел, Барышев Михаил, Барышев Егор, Дроздова Анна, Панчугова Анна, Солдаткина Юлия и Лосева Александра.

Победа в Президентских спортивных играх

В конце апреля в рамках Президентских спортивных игр состоялись зональные соревнования, которые проходили в с.Бессоновка. Защищать свои районы приехали команды с.Исса, с. Бессоновка, п. Лунино и р.п. Мокшан (МБОУ СОШ №1). Спортсмены нашей школы заняли 1 место по волейболу и стрельбе, 2 место по стритболу и 3 ме-



сто по плаванию, заняв в итоге общекомандное почетное 1 место.

2 место заняла команда с. Исса, 3 место – команда п. Лунино. В мае команда нашей школы будет представлять Мокшан на областном этапе в г.Пенза.

Наша школа – одна из сильнейших школ области по спорту

12 мая состоялись областные соревнования в рамках «Президентские спортивные игры». Команда нашей школы выступила достойно, показав высокие результаты. В упорной борьбе наши спортсмены заняли призовые места в следующих видах: 1 место – стрельба, 2 место – стритбол, 2 место – настольный теннис, 2 место – шашки и 2 место – смешанная эстафета по плаванию. В итоге наши участники заняли



второе общекомандное место, уступив всего два очка команде из Неверкино, где и проходили соревнования.

3 место заняла команда из Никольска. Призёры были награждены серебряными медалями и кубком области, а также грамотами по отдельным видам спорта.

Соревнования по лёгкой атлетике среди начальных классов

20 мая состоялись соревнования по лёгкой атлетике среди начальных классов.

Учащиеся нашей школы выступили



отлично. Они завоевали 7 медалей и 12 грамот. Особенно отличились ученики 4 «А» класса. В старшей группе 2005-2006 г.р. они завоевали 4 медали и 8 грамот, из них 2 медали высшего достоинства у Охотникова Никиты и Рузавиной Ксении. 2 место завоевал Кармишин Вадим, а 3 место – Семикова Софья. Также грамотами за 4 место награжден Метелкин Арсений, за 5 место – Зотов Данил и Богомазова Ксения. Молодцы ребята! Можно с уверенностью сказать, что растет достойная смена старшекласников.

Александр Монахов

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:
Шокарь Анастасия,
Пахмова Елизавета,
Панченкова Елизавета,
Кузнецова Юлия.*