



Прощайте, летние деньки!..



Лето – пора интересных дел

Закончился учебный год. Начались летние каникулы. Ребята 1-4 классов отправились на каникулы. А у старшеклассников началась трудовая четверть.

В течение первого летнего месяца ребята работали в швейной, столярной мастерской, благоустроивали территорию школы, высаживали рассаду цветов, разбивали «Русский огород». В этот период отлично трудились Морозихина Анастасия, ученица 8 класса, Скатерникова Ксения, ученица 9а класса, Дубовой Владимир, ученик 9а класса, Кирьянов Анатолий, ученик 9а класса, Мягков Игорь, ученик 6а класса, Усманов Денис, ученик 6а класса, Соловьёв Виктор, ученик 6а класса, Позднякова Мария, ученица 6а класса, Зайцева Светлана, ученица 7 класса.

В июле-августе в особой заботе нуждались цветники и овощные грядки. Ребята вместе с Еленой Валентиновной Новиковой привезли из городского зеленхоза рассаду петуний, сальвий, бархатцев, цинерарий и украсили пустующие места в школьных цветниках. На



совесть работали Рустам Сарин, ученик 6б класса, и Наташа Пахомова, ученица 6а класса.

Миша Кириллов, Настя Кузнецова, Света Зайцева оформили вазоны и горшки для садовых цветов свободной росписью и полосками из ткани. Ваня Кудрин и Миша Кириллов сплели плетень вдоль ратки с георгинами, придумали, как повесить горшки с петуньями и бархатцами между деревьями и на балконе пожарного выхода школы.

Настя Новикова, Юлия Шестакова, Гена Шишканов вместе с Диной Ивановной Калининой пропололи огород и цветники.

Нам удалось оформить и автобусные остановки. Жаль, что не все люди умеют бережно относиться к созданной красоте. К нашему удивлению, цветы, посаженные в плетёные кашпо, исчезли в начале сентября. Кто-то безжалостно срезал их, оставив лишь следы верёвок. Видимо, этот человек сам не потрудился у своего дома и воспользовался результатами чужого труда для украшения своей территории.

Миша Кириллов и Руслан Кузнецов расписали керамические горшки для озеленения школьной столовой. Вера Николаевна Лазуткина помогла посадить в них спатифилумы.

В мастерской «Озеленение» ребята вместе с Татьяной Вениаминовной Шелемотовой и Галиной Александровной Житарёвой вырастили фиалки, которые также нашли своё место в столовой.

Работы ребят, выполненные в швейной мастерской под руководством Лидии Сергеевны Опариной и в кружке коврикатчества – под руководством Елены Валентиновны Новиковой, украсили центральную стену столовой, придав ей дополнительную яркость и уют.

Идешь по нашей школьной территории и радуешься многоцветью рабаток, клумб, миксбордентов, вазонов. Особенно они хороши в солнечные дни осени. Особая теплота, радость



исходит от цветов, выращенных нашими руками.

Давайте украшать каждый уголок нашего двора, наших зданий и наших умов!



Т.М.Головкина, зам. директора по УВР



Август ведёт за собой осень

Если вы внимательно посмотрите на фотографию справа, то безошибочно определите, в какой летний месяц она сделана.

На ней можно отчётливо увидеть обильно цветущую пижму. В наших краях цветение пижмы приходится именно на август.

В народном календаре август назывался жнивень или серпень, так как в эту пору жали серпами хлеб, убирали урожай.

День в августе значительно убывает, ночи становятся тёмными. Звездопад – одна из примет приближающейся осени.

Август – лучшее время заготовки белых грибов, груздей, лисичек, маслят, подберезовиков. Полностью созревают ягоды: голубика, ежевика, костяника, смородина, брусника, облепиха. Торopятся созреть шиповник, калина, рябина, клюква.

Много народных примет связано с природными изменениями в августе.

- Лето переломилось: позже занимается рассвет, раньше смеркается.
- В августе лето навстречу осени вприпрыжку бежит.
- В августе росы великие, зябкие.
- Гроза в августе – к долгой осени.
- Если паутина полетела – жди длительной солнечной погоды.
- Коль пошёл парной туман над лесом – поди по грибы.
- Летние птицы улетают – с ними уходит и лето.
- На дубе много желудей – к холодной зиме.

В августе Тамара Фёдоровна Касаткина, наш библиотекарь, провела занятия с ребятами, на которых они познакомились с историей появления в наших краях некоторых овощей, с полезными свойствами

растущих в наших краях лекарственных растений.

Вместе с Ларисой Владимировной Балашовой ребят 7-9 классов ходили на экскурсию на луг и собрали гербарий лекарственных растений нашей местности.

Коля Новиков, ученик 6б класса, оказался одним из лучших знатоков цветочных растений. Вы можете его увидеть на фотографии с веткой иван-чая, или кипрея. Удивительные свойства этого растения описаны в одноименном рассказе К.Паустовского. Если вам интересно, обязательно прочитайте его.

Рассмотрите фотографии и узнайте, какие лекарственные растения нашли ребята на экскурсии. Это и звербой, и клевер, и иван-да-марья. Каждый цветок обладает полезными свойствами и используется для профилактики и лечения разных болезней.

Например, пижма, которую в народе называют дикой рябиной, используется при желтухе, при бессоннице как жаропонижающее средство. Отвар пижмы дают животным от глистов. С её помощью выводят из шерсти кошек и собак блох.

Настой цветов ромашки употребляют для примочек, компрессов, припарков при воспалении кожи, дёсен, фурункулах, при ушибах и нарывах. Ингаляция паров горячего настоя ромашки помогает при воспалении носоглотки.

Листья подорожника можно использовать как первую помощь для обработки и обеззараживания ранок. Используют подорожник и при укусах насекомых, чтобы снять воспаление и зуд. Берегите растения. Они наши помощники и целители.



Моё лето

Весь июль старшеклассники проходили практику, после поехали в лагерь «Чайка». Там было интересно, и мы хорошо отдохнули.

После трех недель разлуки со школой мы, наконец, приехали в школу. Нам тепло встретили учителя, воспитатели, директор, завучи. В школе мы жили весело и дружно. Приезжали наши американские друзья. С ними мы сходили в



поход на один день. С друзьями делали поделки, играли в футбол, пели песни.

Несмотря на свою занятость, Александр Иванович, Татьяна Михайловна и Валентина Анатольевна организовали для нас поход на два дня в Новоалексеевскую пустынь. Все вместе посетили музей, где видели разных животных и бабочек. Вечером приготовили ужин и у костра пили чай, и рассказывали раз-



ные истории. Александр Иванович интересно рассказал о звездах и планетах, читал стихи.

Кириллов Миша, 9 класс

Я хочу, чтобы лето не кончалось...

Незаметно пролетели летние каникулы, которые провел каждый из детей по-разному, но одинаково интересно и весело. Вот что написали ученики 7 классов.

Я очень люблю летом отдыхать в оздоровительном лагере «Чайка». В это лето мне понравилось особенно. Для нас были организованы новые занятия, игры. Я участвовала в конкурсах, соревнованиях. Вместе с водителями, воспитателями в клубе ставили веселые концерты. В теплые дни вволю купались.

Позднякова М., 7а класс

Летом очень много помогала бабушке и маме по дому. Но больше всего запомнился праздник Города. К нам в Переславль приезжало много гостей. Вечером был яркий и красивый салют.

Пахомова Н., 7а класс

Во время каникул, было в школе много мероприятий. Вместе с учителями воспитателями ходили на экскурсии по городу, проводили соревнования. Вечером поливали цветы и огород.

Воробьева А., 7а класс

Лето – удивительное время года:



В школе время проходит быстро и интересно. Мы ходили на экскурсии в музеи, по валам, на городской пляж. После этого была викторина о родном крае. Прошли каникулы рисунков, лучшие вывешивались на стендах в столовой. Мне нравятся рисунки моего брата Руслана.

Кузнецова Настя, 7б класс



Я лето провёл у сестры, которая со своей семьёй живёт в соседней деревне. У неё большой огород, я помогал поливать и полоть грядки. Сестра на работе уставала, и я нянчил маленького племянника. Вместе с крёстным ходил на ферму, таскал фляги с молоком.

Соловьёв Витя, 7а класс



После обеда с Верой Николаевной играли в разные игры – бегали с мячом, «сажали огород», в «сапогах-схороходах» переходили «болото». Дружно искали сладкий клад. Мы заглядывали под каждый кустик, ползали в траве. Больше всех везло в поисках Новикову Коле и Денису Усманову. Запомнила еще КВН по сказкам А.С.Пушкина, братьев Гримм. Всем хотелось выиграть, но победа доставалась тому, кто много читал или слушал. В тёплые дни с Надеждой Алексеевной ходили на пляж, где купались и загорали.

Яковлева Аня, 7б класс

О вреде курения табака

«Все пороки от безделья»

(народная пословица).

«Посеешь поступок – пожнешь привычку, посеешь привычку – пожнешь характер, посеешь характер – пожнешь судьбу»

(народная пословица).

Не так ли бывает и у человека, пристрастившегося к курению? На первый взгляд кажется малозначительным выкурить одну сигарету. Однако, закулив второй, третий раз, сравнительно легко привыкают к этой, казалось бы, сначала пустой забаве. А затем возникают труднопреодолимое, пагубное пристрастие.

Каждый мальчик, подросток хочет вырасти высоким, сильным, ловким, смелым, умным. Однако это едва ли осуществимо для тех, кто с юных лет курением серьёзно подрывает своё здоровье.

К сожалению, среди курильщиков есть и девушки. Вследствие курения их кожа становится менее эластичной, лишается приятной свежести, покрывается морщинками. Яды табачного дыма приводят к развитию воспалительных явлений в деснах, зубы приобретают желтизну, рано разрушаются, изо рта исходит неприятный запах (причина разрушений – разница температуры в полости рта и температуры табачного дыма).

Нервная система становится особенно чувствительной, что приводит к повышенной раздражительности. Едва ли всё это способствует привлекательности, к которой стремится каждая девушка.

Причины начала курения у школьников:

- 1 – любопытство;
- 2 – подражание старшим товарищам;
- 3 – желание казаться взрослым, самостоятельным;
- 4 – старшеклассники заставляют.

В школах курящие считают некурящих трусами, «маменькиными сынками», несамостоятельными.

У девочек немалую роль играет мода: «это красиво, модно», курят, потому что хотят нравиться, хотят привлечь к себе внимание. На самом деле это всего лишь вульгарно.

Подростки, скрываясь, стараются курить втихомолку и поэтому курят топорливо, сильнее затягиваясь табачным дымом. А при такой манере курения в организм поступает табачных ядов вдвое больше, чем при медленном курении табака. В окурках содержится больше ядов, чем при выкуривании первой половины сигареты.

Обычно покупают более дешёвые сигареты, содержание вредных веществ в которых выше, чем в сигаретах высоких сортов.

Табак – это наиболее дешёвый, «мягкий» наркотик. Курение – это настоящая наркомания. Тяжёлые последствия от применения табака сразу бывают незаметны, проявляются в более или менее отдалённом будущем, что и создаёт иллюзию его безвредности.

Никотин – сильнейший яд, нарушающий обмен в нервных клетках, дыхание и сердечно-сосудистую деятельность. Он подобен яду кураре, парализующему мышцы. Птицы погибают, если к их клюву всего лишь поднести стеклянную палочку, смоченную никотином. Кролик погибает от 1/4 капли. Собака от 1/2 капли. Для человека смертельная доза никотина составляет 2-3 капли. Именно такая доза содержится в

пачке сигарет (20-25 штук). Курильщик не погибает потому, что доза вводится постепенно, не в один приём. Систематическое поглощение небольших, не смертельных доз никотина, вызывает привычку, пристрастие к курению. Никотин включается в процессы обмена, происходящие в организме человека, и становится необходимым. Так формируется зависимость от никотина.

Во Франции, в Ницце, в итоге конкурса «Кто больше выкурит» двое «победителей», выкурив по 60 сигарет, умерли, а остальные участники с тяжёлым отравлением попали в больницу.

В табаке содержится 1200 вредных веществ. Это – никотин, углекислый газ, аммиак, табачный дёготь. Если набрать дым и выдохнуть его на белый платок – будет жёлтое пятно. Это – табачный дёготь. Если им несколько раз потереть ушко кролика – развивается рак кожи, а у курильщика рак лёгких развивается в 30 раз чаще, чем у некурящих.

Углекислый газ связывает гемоглобин, что приводит к кислородному голоданию, которое в свою очередь вызывает замедление роста и развития, приводит к ухудшению работы головного мозга, при этом нарушается координация движений, снижается память, внимание.



Аммиак раздражает слизистую рта, гортани, вызывает появление мелких язвочек, воспаление голосовых связок, отсюда у курильщиков грубый голос.

Никотин приводит к спазму сосудов, способствует развитию ишемической болезни сердца, появляется одышка, сердцебиение. По этой же причине у курильщиков часто развивается язва желудка (смертность в 4 раза больше среди курильщиков, чем некурящих людей), появляются тромбозы, трофические язвы, т.к. сосуды становятся хрупкими, теряют свою эластичность.

Курильщик отравляет не только одного себя. Тот, кто не курит, но находится в одном с ним помещении вдыхает до 80% всех веществ, содержащихся в сигаретном дыме. Общая масса окурков за 1 год на Земном шаре составляет 2 520 000 тонн, курильщики в год выкуривают в атмосферу 108 тонн никотина, 720 тонн синильной кислоты.

Дети, родившиеся от курящих родителей, отстают в умственном развитии от своих сверстников, у них замедленный рост; они чаще заболевают эпилепсией (припадками, судороги).

Привычка курить – проявление не мужества, а слабости и безволия, за которые придётся со временем расплачиваться собственным здоровьем и здоровьем окружающих.

Материал подготовлен В.Б. Чудиновым, врачом-педиатром