



В ЭТОМ ВЫПУСКЕ:

1. История происхождения праздника 8 Марта.
2. Школьный олимп.
3. Растим патриотов России.
4. Профилактика коронавируса.
5. Калейдоскоп событий.
6. Мы выбираем здоровый образ жизни.



История происхождения праздника 8 Марта

Исторические корни веселого и наполненного цветами и подарками праздника имеют феминистический и политический аромат. Впервые день 8 марта фигурирует в событиях далекого 1901 года. В тот день американские домохозяйки заполнили улицы Чикаго с перевернутыми вверх дном кастрюлями и тазами. Таким оригинальным способом они хотели привлечь к себе внимание общества и властей. Участницы шествия требовали уравнивания политических прав, уважения к себе, возможности работать на производстве и служить в армии рядом с мужчинами. Через семь лет феминистки повторили свои требования, но уже в государственном масштабе. После чего в США был провозглашен Национальный женский день.

Родительницей Международного женского дня считается Клара Цеткин — немецкая коммунистка, женщина-реформатор, внесшая огромный вклад в отстаивание женских прав. Именно она, будучи лидером женской группы социал-демократической партии Германии, в непростом для коммунистов 1910 году на Международной женской конференции вынесла предложение учредить День солидарности трудящихся женщин всего мира.

Клара Цеткин считала, что ежегодный праздник, отмечаемый в один день, сплотит женщин различных стран в борьбе за равные права. Главным предназначением нового праздника была борьба за свободу и равноправие работниц женского пола. Эта инициатива получила отклик в виде прокатившейся по Европе волны митингов. Первые женские праздники в различных странах отмечались в разные даты марта. И только в 1914 году свой праздник труженицы мира отметили 8 марта.

ООН приняла празднование Международного Женского дня в 1975 году, этот год также был объявлен международным годом женщин, а последующие десять лет, с 1976 по 1985 год, провозгласили Международным десятилетием женщин. В 1977 году была выпущена резолюция, согласно которой День борьбы за права женщин был приурочен к 8 марта. Сейчас весенний женский праздник отмечают более чем в 30 странах мира.





ШКОЛЬНЫЙ ОЛИМП

Поздравляем победителей городских и республиканских интеллектуальных и творческих конкурсов, олимпиад

- 1. 1 тур Евразийской многопрофильной олимпиады старшеклассников «Поиск»:** обучающиеся 9А класса Каратаев А., Николаев И., Кириллова Л., Петров А. - **победители**, руководитель - учитель истории Крюшников Ф.П.
- 2. Городской конкурс сочинений и исследовательских работ «Герои моей семьи», посвященный 75 - летию победы в Великой Отечественной войне:** ученик 6 К класса Шангараев Д. - **III место**, руководитель - учитель русского языка и литературы Алфер С.И.; ученицы 9 А класса Радикова А. - **III место**, Александрова К. - **I место**, руководитель - учитель русского языка и литературы Богданова Н.В.
- 3. Республиканская онлайн-игра «Знатоки Чувашии»:** обучающиеся 2 Я класса Константинов Н.Н. - **I место**, Еливанова В.Н. - **III место**, руководитель - учитель начальных классов Васильева Т.Н.; ученицы 7 Б класса Семенова С.Н., Григорьева К.П. - **I место**, ученица 11 класса Кадкина А.С. - **II место**, руководитель - учитель истории Волкова В.Н.
- 4. Всероссийская викторина для педагогов «Покорение космоса»:** учитель чувашского языка и литературы Николаева И.А. - **I место**.
- 5. Городской конкурс педагогических работников «От Чувашской автономии до современной Чувашии», посвященный 100-летию образования Чувашской автономной области:** учитель чувашского языка и литературы Лукина З.Н. - **II место** в номинации «Сценарий внеклассного мероприятия», **III место** в номинации «Эссе», учитель истории Волкова В.Н. - **III место** в номинации «Буклет».
- 6. Международный интернет-конкурс «Страница семейной славы»:** учитель истории Крюшников Ф.П. - **I место** в номинации «Учителя-методисты», ученик 8А класса Асанов М. - **III место**, ученица 10 класса Ямбасова Е. - **лауреат** конкурса, руководитель - учитель истории Крюшников Ф.П.
- 7. Городской онлайн- конкурс «Ваш любимый праздник»:** обучающиеся 2 К класса Григорьев К., Зыкова А. - **I место**, Васильев А. - **II место**, руководитель - учитель начальных классов Яковлева Л.Г.
- 8. Республиканский Чемпионат по финансовой грамотности:** ученик 8А класса Асанов М. - **II место**, руководитель - учитель истории Крюшников Ф.П.

Молодцы, ребята и учителя! Так держать!!!



Растим патриотов России

Театрализованное литературно-музыкальное представление в рамках проекта «Улицы Героев в Чебоксарах»

17 марта 2020 года в МБОУ «СОШ №36» г. Чебоксары прошло театрализованное литературно-музыкальное представление в рамках проекта «Улицы Героев в Чебоксарах». На данном мероприятии присутствовали почётные гости: Николаева Н.А., представитель благотворительного фонда «Возрождение», автор проекта «Улицы героев в Чебоксарах», Поздеева Н. А., заведующая сектором воспитания и дополнительного образования управления образования администрации г. Чебоксары, Абрамов В. И., член президиума и социально-бытовой комиссии городского Совета ветеранов труда, войны, Вооруженных сил и правоохранительных органов, Голубниченко А. И., председатель оргмассовой комиссии городского Совета ветеранов труда, войны, Вооруженных сил и правоохранительных органов, Васильев В. В., заместитель председателя городского Совета ветеранов члены Совета ветеранов Великой Отечественной войны.

Ученики школы посвятили свое выступление всем павшим в сражениях Великой Отечественной войны, всем ветеранам, одержавшим победу и подарившим нам мир.

Никто не остался равнодушным к происходящему на сцене - ни зрители, ни почетные гости праздника. Беззаботное детство до начала войны, ужас в глазах детей ... Блокадный Ленинград, Сталинградская битва ... Все эти события пронесли перед глазами притихших зрителей.

В завершении праздника Наталья Алексеевна, автор проекта "Улицы Героев в Чебоксарах", подарила каждому участнику праздника журнал, в котором в иллюстрациях представлены уроженцы нашего города, герои Великой Отечественной войны, чьими именами названы улицы. Мероприятие завершилось общей фотосессией обучающихся школы с гостями.



Профилактика коронавируса

Каковы симптомы коронавирусной инфекции:

высокая температура тела, озноб, головная боль, слабость, заложенность носа, кашель, затрудненное дыхание, боли в мышцах, конъюнктивит. В некоторых случаях могут быть симптомы желудочно-кишечных расстройств: тошнота, рвота, диарея.

Правило 1.

Часто мойте руки с мылом

Гигиена рук - это важная мера профилактики распространения гриппа и коронавирусной инфекции. Мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртосодержащими или дезинфицирующими салфетками.

Чистите и дезинфицируйте поверхности, используя бытовые моющие средства.

Правило 3.

Соблюдайте расстояние и этикет

Вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно—капельным путем (при чихании, кашле), поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1,5 метра друг от друга.

Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. Надевайте маску или используйте другие подручные средства защиты, чтобы уменьшить риск заболевания. Избегая излишних поездок и посещений многолюдных мест, можно уменьшить риск заболевания.

Правило 4.

Ведите здоровый образ жизни

Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность.

Правило 4.

Защищайте органы дыхания с помощью медицинской маски.

Правило 5.

Что делать в случае заболевания гриппом, коронавирусной инфекцией?

Оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу. Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.

COVID-19

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЬИЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

ПРАВИЛА ПРОФИЛАКТИКИ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

ЗАЩИТИ СЕБЯ



Закрывайте рот и нос при чихании и кашле



Антисептиками и мылом с водой обрабатывайте руки и поверхности



Щеки, рот и нос закрывайте медицинской маской



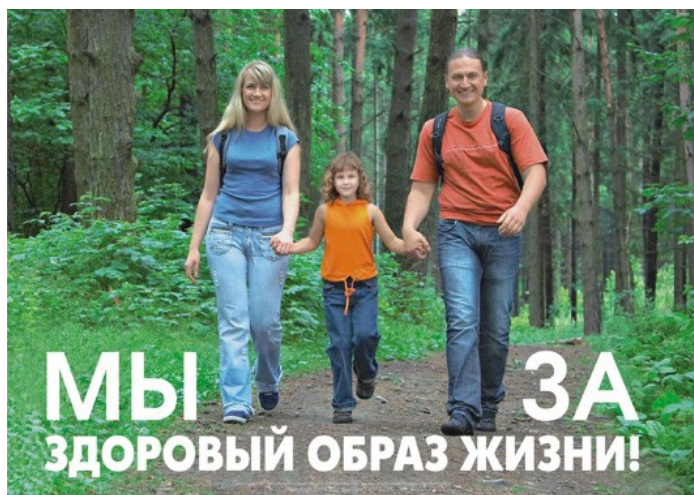
Избегайте людных мест и контактов с больными людьми



Только врач может поставить диагноз – вызовите врача, если заболели



Используйте индивидуальные средства личной гигиены



Калейдоскоп событий

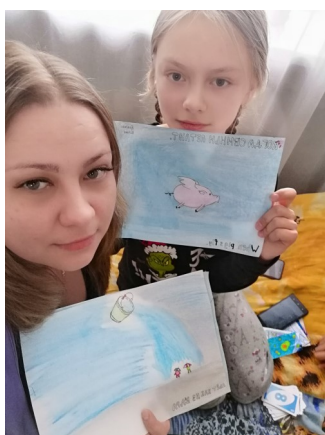
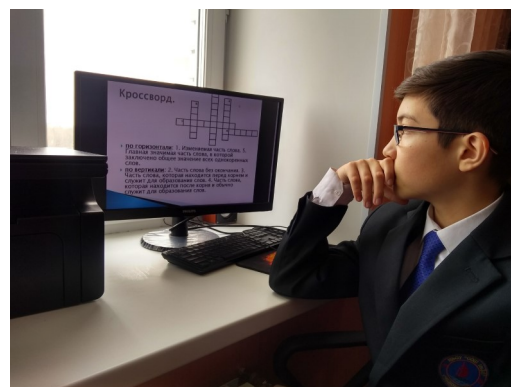
Праздничный концерт «Прекрасной женщине»



Единые тематические Уроки Победы



Весенние онлайн-каникулы с пользой



Мы выбираем здоровый образ жизни

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ

ЗДОРОВЬЕ, по определению ВОЗ (Всемирной организации здравоохранения), – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА – это процесс сохранения и развития его психических и физиологических качеств, оптимальной работоспособности и социальной активности при максимальной продолжительности жизни.

По мнению академика Ю.П. Лисицына, «...здоровье человека не может сводиться лишь к констатации отсутствия болезней, недомогания, дискомфорта, оно – состояние, которое позволяет человеку вести несуетную в своей свободе жизнь, полноценно выполнять свойственные человеку функции, прежде всего трудовые, вести здоровый образ жизни, т.е. испытывать душевное, физическое и социальное благополучие».

ПРАВИЛЬНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ - ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ И УСПЕХА

Просыпаться желательно за 1,5–2 часа до начала рабочего дня, лучшее время для пробуждения — с 5–30 до 6–30, а нужное время выбирайте сами, с учетом дороги на работу.

1. 6–00 — подъём (сразу же проветри комнату, постель можно пока не убирать: ей тоже полезно проветриться).

2. После гигиенических утренних процедур выпей стакан воды комнатной температуры или тёплого чая.

3. 6–10 — небольшая разминка, гимнастические упражнения 15–20 минут.

4. 6–30/6–40 — душ.

5. 6–45 /7–15 — завтрак, уборка постели, сборы (тут уж кому сколько нужно).

6. Если ничего непредвиденного не задержало и есть возможность, пройди часть пути пешком: такая прогулка будет очень полезной для сердца, лёгких и других «тружеников» организма. Но постарайся прийти на работу минут за 10, чтобы избежать ненужной спешки.

7. На работе также не помешает периодически проветривать помещение и делать лёгкую разминку (хоть несколько наклонов, втягивание мышц живота или гимнастику для глаз).

8. Часть пути с работы также пройди пешком (гиподинамия, недостаток движения — «чума» современного общества).

9. Поход по магазинам (и т.д.) лучше запланировать заранее, составив примерный маршрут и список необходимого, чтобы избежать лишней «нервотрепки» и излишних трат.

10. Ужин должен быть не позднее, чем за 2,5–3 часа до сна, без жареного, жирного или острого.

11. После необходимых «домашних дел» обязательно выдели себе 15–20 минут на расслабление — почитай или послушай спокойную музыку.

12. Ложиться спать рекомендуется не позднее 23–00, в тишине (без телевизора) и в хорошо проветренной комнате.

