

ПОДСЛУШАНО

в ГОУ ЯО «Рыбинская школа-интернат №1»

«Праздники»

В этом выпуске мы
расскажем про праздники
НОЯБРЯ и **ДЕКАБРЯ**.

День матери - великий
праздник,
Несет он радость
нам и свет,
Ведь в черед
явлений разных
Надежней мамы друга нет.



В День единства будем
рядом,
Будем вместе
навсегда,
Все народности России
В дальних селах, городах!



В День Героев Отечества
Пусть вспыхнут в небе салюты,
И каждое имя вспомнит
Страна пусть в эти минуты.



Государственные праздники:

- 4 ноября - День народного единства
- 18 ноября – День Рождения Деда Мороза (отмечается в России с 2005 года)
- 26 ноября - День Матери (отмечается в России с 1915 года в последнее воскресенье ноября)
- 9 декабря - День героев Отечества

Дни рождения работников школы:

В НОЯБРЕ...

- 3 ноября - Букина Юлия Юрьевна (Педагог-психолог)
- 9 ноября - Горбачева Марина Григорьевна (Педагог дополнительного образования)
- 16 ноября - Буличева Светлана Евгеньевна (Шеф-повар)
- 21 ноября - Кузнецова Нина Вениаминовна (Уборщик)
- 23 ноября - Иванова Ольга Сергеевна (Воспитатель)

В ДЕКАБРЕ...

- 4 декабря - Дорош Ирина Сергеевна (Помощник воспитателя)
- 21 декабря - Мичурина Юлия Владимировна (Учитель-логопед)
- 25 декабря - Кузнецова Екатерина Сергеевна (Учитель-дефектолог)
- 25 декабря - Бурцева Людмила Евгеньевна (Кладовщик)
- 28 декабря - Калинина Наталья Петровна (Музыкальный руководитель)



Сон школьника

Если ребенок просыпается до будильника или до того, как взрослые пошли его будить, это хороший знак – он высыпается. Но если взрослые подошли уже несколько раз, а он просит поспать ещё пять минут, значит пришло время поработать над формированием хороших привычек сна.

Если после школы ребенок, укладываясь спать, просится отдохнуть, жалуется на усталость в течение дня, то скорее всего он не высыпается. Недостаток сна – частая проблема учащихся.

Сон важен для роста, обучения, настроения и развития детей.

Правильные привычки перед сном, такие, как процедуры, отход ко сну в одинаковое время каждый день, могут помочь уснуть и быть активными весь следующий день.

Школьникам нужно от 8 до 10,5 часов в сутки в зависимости от возраста, но не всем удаётся столько спать.

Качественный сон помогает ребенку концентрироваться, запоминать, регулировать эмоции и вести себя хорошо.



Сколько времени должен спать школьник?

1-4 класс – 10-10,5 часов,

5-7 класс – 10,5 часов,

8-9 класс – 9-9,5 часов,

10-11 класс – 8-9 часов.

Молодые люди (от 18 до 25 лет), как и взрослые, нуждаются в 7 - 9 часах полноценного сна.

Как помочь ребенку наладить сон?

Разработайте регулярный график сна. Необходимо установить одно время отхода ко сну и время пробуждения. Подсчитайте, во сколько нужно вставать утром в школу, и отсчитайте с этого момента не менее 8 часов.

В выходные дни и во время школьных каникул тоже необходимо придерживаться графика сна. Если ребенок ложится спать намного позже и не высыпается по выходным, ему будет труднее выспаться в течение недели.

Примерно за час до сна необходимо закончить домашнее задание, выключить телевизор, компьютер и смартфон. В спальне электронных устройств быть не должно. Просмотр телевизора, компьютерные игры, использование Интернета и другие стимулирующие действия перед сном вызывают трудности засыпания и другие нарушения сна.

Нужно расслабиться перед сном, например, принять теплую ванну или почитать. Старайтесь избегать физических упражнений за три часа до сна. Для хорошего сна важны прогулки на свежем воздухе.

«Вести из классов»

5 октября

Праздничный концерт «День замечательных людей», посвященный Дню Учителя.

Все классы поздравили своих педагогов песнями, стихами. Школьный театр показал две юмористические постановки. Школьный хор исполнил душевную песню.

Уникальная гостья – Фрекен Бок порадовала всех играми и шутками.



26 октября прошел первый этап конкурса – «Визитка класса», где все классы показали себя. Яркие и креативные выступления не оставили никого равнодушными.

Завершением стала **ДИСКОТЕКА**.

11 октября на собрании актива школы было объявлено о конкурсе «Самый активный класс»



ОСЕННИЕ КАНИКУЛЫ пролетели. С 30 октября по 6 ноября. 7 ноября все вернулись в школу с новыми силами!



15 ноября в музыкальной школе №3 состоялась творческая встреча, где ученики НАШЕЙ школы услышали прекрасные музыкальные номера, а хор исполнил песню.

В ноябре несколько классов решили посетить **кинотеатр в «Виконда».**

«По щучьему велению» — российский фэнтезийный фильм режиссёра Александра Войтинского, экранизация одноимённой народной сказки.

Именно этот фильм вызвал такой ажиотаж.



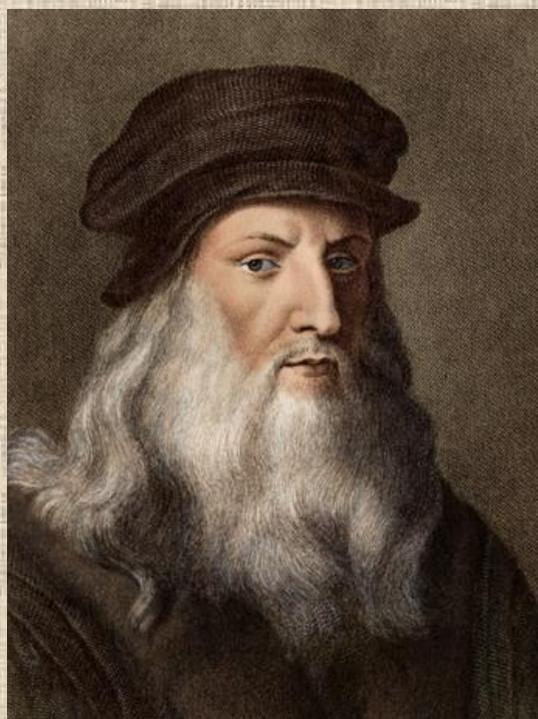
22 ноября состоялся мастер-класс в ДК Переборы по рисованию красками.



«Словами Великих»

**«Я был поражен тем, как важно предпринимать действия.
Недостаточно просто знать, нужно использовать знания.
Мало хотеть чего-то, нужно делать»**

Леонардо да Винчи



Леона́рдо ди сер Пьéро да Винчи - итальянский художник (живописец, скульптор, архитектор) и учёный (анатом, естествоиспытатель), изобретатель, писатель, музыкант, один из крупнейших представителей искусства Высокого Возрождения, яркий пример «универсального человека».

Родился 15 апреля 1452 года в местечке Анкиано близ города Винчи, расположенном недалеко от Флоренции (Италия).



23 ноября состоялся яркий и весёлый праздник «**А ну-ка, мамы!**», посвященный Дню Матери.



Веселые конкурсы.



Было проведено настоящее соревнование команд.



Море положительных эмоций получил каждый участник праздника!



Очаровательное и справедливое жюри!



Творческие номера от всех классов: песни, танцы, сценки.





«Отгадайка»

В прошлом году мы отгадывали РУКИ работников нашей школы. Теперь мы предлагаем узнать НОГИ.



Пойдем гулять?!



Лично я посижу!



Готов ко всему!



Зима, холода...



Я не могу! У меня лапки!



Удачи!

Меня подождите!

Ответы в следующем выпуске газеты!





«Доска объявлений»

В ноябре и декабре будет много новогодних мероприятий в школе!

4 декабря в библиотеке ДК Переборы пройдет встреча для ребят 5А-9А классов.



29 ноября состоится мастер-класс для ребят 5Б-8Б классов.

6 декабря и 13 декабря состоятся мастер-классы для ребят 1А-9А классов в ДК Переборы.

25 декабря 1А-9А классы приглашаются на Новогоднюю Ёлку в ДК Переборы!

27 декабря пройдет Новогодняя Ёлка для ребят 1Б-8Б классов В НАШЕЙ ШКОЛЕ!



28 декабря в 12 часов состоится Новогодняя Ёлка для учеников начальной школы (в нашей любимой школе)!

28 декабря в 17 часов состоится Новогодняя ДИСКОТЕКА для старшеклассников (и всё там же, в нашей любимой школе)!

В течение всего **ДЕКАБРЯ** – украшаем свой класс, наряжаем ёлку, школу, и еще многое другое!