

День космонавтики

12 апреля 1961 года на земную орбиту вывели первый в мире космический корабль-спутник с человеком на борту. С тех пор этот день в России отмечают как День космонавтики, а в мире — Международный день полета человека в космос.

Освоение космического пространства всегда будоражило умы ученых и испытателей. И вот 12 апреля 1961 года корабль-спутник «Восток» был выведен в открытый космос впервые с человеком на борту. Пилотом корабля стал советский летчик-космонавт Юрий Гагарин, превратившийся после этого в символ покорения космоса и ставший одним из самых известных людей XX века. Знаменательным пуском руководили Сергей Королев, Леонид Воскресенский и Анатолий Кириллов. Старт корабля прошел успешно, и после отделения последней ступени ракеты-носителя «Восток» совершил свободный полет вокруг нашей планеты.

Облет земного шара занял 108 минут, после чего корабль приземлился в запланированном месте в 10 часов 55 минут по московскому времени близ деревни Смеловка в Саратовской области.

Позже космонавт Герман Титов предложил учредить День космонавтики как в Советском Союзе, так и во всем мире. В ноябре 1968 года на Генеральной конференции Международной авиационной федерации приняли решение утвердить 12 апреля как Всемирный день авиации и космонавтики. А 7 апреля 2011 года на специальном пленарном заседании Генеральной Ассамблеи ООН была принята резолюция, которой 12 апреля провозглашалось Международным днем полета человека в космос.

Это событие — колоссальный шаг для всего человечества, открывший людям управляемое исследование космоса.



Ко Дню космонавтики советником директора Павленко О.А. в начальных классах были проведены праздничные мероприятия. Учащиеся посмотрели презентацию, в которой были показаны первый спутник, первая ракета, как сейчас выглядит планета, окружённая

тысячами спутников. Узнали, как спутники влияют на нашу жизнь, какие функции они выполняют, зачем они нужны. Затем ребята нарисовали тематические рисунки, а после была организована выставка рисунков.

Движение первых

12 марта 2023 года — важная дата в истории нашей школы. Сегодня в стенах нашей школы состоялось торжественное открытие первичного отделения Российского движения детей и молодежи «Движение первых».

Общероссийская общественно-государственная детско-молодежная организация «Российское движение детей и молодежи» образована по распоряжению Президента России Владимира Путина, ее учредительное собрание состоялось 20 июля 2022 года. Новое детское движение создается благодаря инициативе самих школьников и станет общедоступным и современным пространством для детей и подростков.



Безопасные дороги

Волонтеры из отряда "Прометей" вместе с ЮИДовцами сделали памятки по правилам дорожного движения и раздали их учащимся первых классов.

Будьте внимательны на дороге!

Соблюдайте правила дорожного движения!



В рамках акции "Мы за безопасные дороги!" волонтеры нашей школы изготовили памятки для водителей "Молодое поколение - за безопасное движение!" и раздали водителям. Цель акции - привлечь внимание водителей к соблюдению правил дорожного движения.



Ребята из отряда ЮИД "Светофор" продолжают проводить мероприятия, направленные на профилактику дорожно-транспортного травматизма. На этот раз они подготовили выступление для 2Б класса. Учащимся рассказали о правилах дорожного движения, показали презентацию и раздали памятки.



За здоровый образ жизни!

Здоровый образ жизни (он же ЗОЖ) — это такой образ жизни, который направлен на сохранение здоровья, профилактику болезней и укрепление организма в целом. Он помогает не только сохранять и укреплять здоровье, но и улучшать работоспособность организма, раскрывать в человеке его лучшие физические качества. Стоит помнить, что здоровый образ жизни — это не только отказ от вредных привычек, это ещё и умение организовывать свою повседневную жизнь так, чтобы по максимуму использовать все свои личностные качества для достижения физического, душевного и социального благополучия.

Сюда входит множество различных факторов: грамотно выстроенный режим отдыха, соблюдение гигиены и психогигиены, правильное питание. Напротив, антиподы здорового образа жизни — это вредные привычки. Курение, алкоголь, наркотики и другое. Но вредные привычки могут быть не только явными. Например, это может быть приверженность к сидячему образу жизни. А как показывает практика, одна вредная привычка “тянет” за собой вторую, третью, и так может продолжаться до бесконечно-

сти. К сожалению, привить студентам системное поддержание ЗОЖ только на основании того, что это полезно для здоровья — довольно проблематично. Поэтому необходима пропаганда здорового образа жизни, физической культуры и спорта как факторов не только поддержания здоровья, но и выработки воли, ловкости, мужества и т.д.

Здоровый образ жизни включает в себя и несколько простых, но вместе с тем очень важных компонентов: правильный режим труда и отдыха, отсутствие вредных привычек, достаточную двигательную активность, личную гигиену, закаливание, рациональное питание, психоэмоциональное состояние и многие другие.

С 3 по 7 апреля в МКОУ “Кировская СШ им. А.Москвичёва проходила «Неделя здорового питания».

На протяжении всего периода проводились мероприятия по формированию культуры здорового питания. 5 апреля состоялись классные часы, на которых были затронуты самые разные и актуальные темы по наиболее интересным вопросам, связанным с употреблением пищи.



«Здоровому всё здорово»

20 апреля на базе МАОУ «Ивановская СШ» состоялся районный конкурс среди воспитанников военно-патриотических объединений Светлоярского муниципального района «Солдат – 2023».

Наши ребята приняли участие в конкурсе и проявили себя на этапе «Силовые упражнения».

Семёнов Аким занял 2 место, а Бочаров Андрей — 3 место. Поздравляем призёров районного конкурса! Так держать!

21 апреля в р.п. Светлый Яр состоялся турнир по гандболу на Кубок главы Светлоярского муниципального района среди юношей и девушек, посвящённый 80-й годовщине победы советских войск в Сталинградской битве и 100-летию образования Министерства спорта России.

Наши ребята, как и в прошлом году, стали первыми. Команда под руководством тренеров Тихонова В.В и Сергеевой А.С снова завоевала кубок. Ученик нашей школы Арутюнян Георгий стал лучшим игроком турнира. Поздравляем победителей!



28 апреля на базе «Светлоярская ДЮСШ» прошло первенство Светлоярского района по лёгкой атлетике "Планета спорта".

Поздравляем победителей и призёров первенства Светлоярского района по лёгкой атлетике "Планета спорта".

Абсолютным чемпионом по трём видам программы стал Яковлев Александр.

Призером в трёх видах спорта стала Галец Анна.

Пугачёв Юрий — 2 место в метании мяча.

Пономарёва Ангелина — 2 место в метании мяча.

Стариченок Ульяна — 2 место в беге на 2000 м.

Памятка «Здоровый образ жизни»

Правила здорового образа жизни:

- не употребляйте вещества, наносящие вред вашему организму (алкоголь, никотин, наркотики)!
- больше бывайте на свежем воздухе!
- соблюдайте режим дня!
- употребляйте в пищу свежие фрукты и овощи!
- ежедневно занимайтесь физической культурой!
- уменьшите время нахождения перед экраном телевизора и монитором компьютера!
- чаще улыбайтесь!

1. Высыпайтесь и просыпайтесь естественным образом.

Большинство людей, ведущих здоровый образ жизни, просыпаются без будильника в отличном настроении, отдохнувшие и с хорошим аппетитом. Такие люди легко засыпают, крепче спят, кроме того, потребность во сне у них меньше, т.е. для восстановления сил им нужно всего несколько часов крепкого сна. Сон восстанавливает силы организма, помогает перестроиться и подготовиться к новому дню.

2. Будьте готовы. Люди, ведущие здоровый образ жизни, еще с вечера готовят спортивные принадлежности и одежду на следующий день, заблаговременно планируют распорядок дел на целую неделю с учетом спортивных тренировок.

3. Делайте утреннюю зарядку. Занятия спортом утром более эффективны, чем вечерние занятия, кроме того, они лучше вписываются в распорядок дня. После утренней зарядки появляется приятное ощущение удовлетворения и гордости, что помогает выбирать здоровое питание на протяжении дня, успешно выходить из стрессовых ситуаций и сохранить хорошее настроение. Утренняя зарядка - лучшее начало дня.

4. Планируйте режим питания. Люди, ведущие здоровый образ жизни, питаются строго в определенное время, планируют приемы пищи с учетом тренировок и точно знают, что съедят и когда. Если вы настолько проголодались, что направляетесь к шведскому столу или заказываете в кафетерии фастфуд, это первый признак близящейся катастрофы.

