

ШКОЛЬНАЯ ГАЗЕТА



«ШАГ» - газета ШКОЛЫ №85
НОВО-САВИНОВСКОГО РАЙОНА ГОРОДА КАЗАНИ

Май 2020 г.

9 мая 2020 года. С праздником победы!

День Победы



представлял заместитель Верховного главнокомандующего маршал Советского Союза Г. К. Жуков, союзников — главный маршал авиации Великобритании А. Теддер. В качестве свидетелей присутствовали командующий стратегическими воздушными силами США генерал К. Спаатс и главнокомандующий французской армией генерал Ж. М. Делатр де Тассиньи.

8 мая 1945 г. ещё до подписания акта о капитуляции И. В. Сталин подписал указ Президиума Верховного Совета СССР о провозглашении 9 мая Днём Победы.

«В ночь на 9 мая 1945 г. москвичи не спали. В 2 часа ночи по радио объявили, что будет передано важное сообщение. В 2 ч. 10 мин. диктор Юрий Левитан прочитал Акт о военной капитуляции фашистской Германии и Указ Президиума Верховного Совета СССР об объявлении 9 мая Днём всенародного торжества — Праздником Победы. Люди выбегали из домов ... радостно поздравляли друг друга с долгожданной победой. Появились знамёна. Народу становилось всё больше и больше, и все двинулись на Красную площадь. Началась стихийная демонстрация. Радостные лица, песни, танцы под гармошку. Вечером был салют: тридцать залпов из тысячи орудий в честь великой Победы» (военный корреспондент Александр Устинов).

В тот день газета «Правда» писала: «Девятое мая! Никогда не забудет этого дня советский человек. Как не забудет он 22 июня 1941 г. Между этими датами прошло как бы столетие. И как бывает в народном эпосе, за это время сказочно вырос советский человек. Он вырос так, что красноармеец, стоящий у развевающегося знамени в Берлине, виден всему миру. Мы не ждали двадцать второго июня. Но мы жаждали, чтобы наступил день, когда последний удар свалит с ног чёрное чудовище, оскорблявшее жизнь. И мы нанесли этот удар... Невероятно радостно на душе сегодня. И ночное небо над Москвой, кажется, излучает отражение той радости, какой полна советская земля. Мы были свидетелями событий, о которых можно писать тома. Но мы сегодня вмещаем их все в одно слово: победа!..».

24 июня 1945 г. на Красной площади в Москве состоялся первый Парад Победы. Принимал парад — маршал Г. К. Жуков, командовал парадом маршал К. К. Рокоссовский. Маршем по Красной площади прошли полки Белорусского, Ленинградского, Карельского, Украинского фронтов, а также сводный полк Военно-Морского Флота. Возглавляли колонны командующие этих полков. Герои Советского Союза несли флаги и знамёна отличившихся в войне частей. В завершение парада 200 воинов пронесли склонённые к земле фашистские знамёна и бросили их на специальный помост у подножия Мавзолея Ленина.

С 1948 г. по 1964 г. 9 мая был обычным рабочим днём. В год 20-летия Победы Президиумом Верховного Совета СССР был издан указ об объявлении 9 мая нерабочим праздничным днём; на Красной площади в Москве впервые после окончания войны

В МИРЕ
В НАШЕЙ ШКОЛЕ:

75 лет Победы в Великой Отечественной войне 1941—1945 гг.

ЗОЖ
(как сохранить зрение)

#БЕССМЕРТНЫЙПОЛК

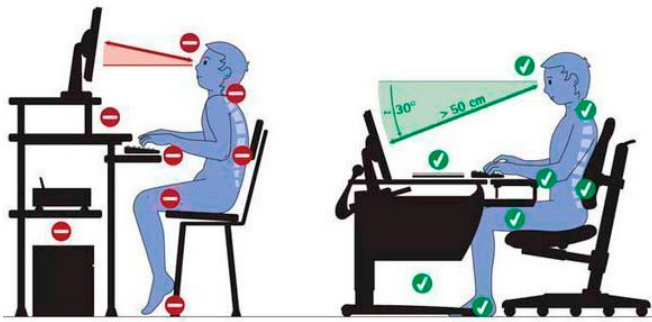
МЫ ВЫБИРАЕМ ЖИЗНЬ
БЕЗ НАРКОТИКОВ

ПОСЛЕДНИЙ ЗВОНОК
2020

Читайте сегодня:

День Победы	1
Как сохранить зрение. Полезные советы и упражнения для глаз	2
#БЕССМЕРТНЫЙПОЛК2020	3
Мы выбираем жизнь без наркотиков	4
Добавляйтесь в наши «СЕТИ»	4

Как сохранить зрение. Полезные советы и упражнения для глаз



Глаза – важный и уязвимый орган. В течение человеческой жизни нагрузки на глаза усиливаются. Если глазам не уделять должного внимания, то со временем зрение становится хуже, появляются характерные заболевания.

Как сохранить зрение на долгие годы? Существуют восемь правил, придерживаясь которых, можно уберечь свои глаза от агрессивного воздействия внешних факторов. Это поможет сохранить здоровье глаз и предупредить развитие характерных болезней.

Правила сохранения зрения:

1. Хорошо высыпаться. Регулярный недосып плохо влияет на состояние зрительного нерва, вследствие чего качество зрения заметно снижается.
2. Давать глазам отдых в течение активного дня. Во время чтения, просмотра телевизора, работы за компьютером необходимо делать паузы (10-15 минут). Желательно одну-две таких паузы посвящать специальным упражнениям для глаз.
3. Смотреть телевизор и читать книги важно в хорошо освещённом помещении. Привычка смотреть телевизор в темноте губительна для здоровья глаз.
4. Читать в правильном положении. Категорически нельзя читать книги во время движения (в транспорте, при ходьбе). Читать надо сидя, не стоит привыкать к чтению лёжа.
5. Не щуриться. Эта привычка не только портит внешний вид, но и отрицательно влияет на глаза.
6. Чаще отдыхать, гулять на свежем воздухе. Регулярно посещать офтальмолога для профилактических осмотров.

Упражнения для сохранения зрения

Для того чтобы нагрузка на орган зрения не

стала губительной, стоит снимать усталость с глаз при помощи простых упражнений:

«Пальминг»

Самое простое и действенное упражнение. Надо потереть ладонь об ладонь до потепления тканей и приложить обе руки к глазам крест-накрест. Пальцы должны примкнуть друг к другу в области «третьего» глаза, веки надо прикрыть. В таком положении необходимо провести несколько (2–5) минут до тех пор, пока не почувствуется ощущение спада напряжения.

«Жмурки»

Упражнение прекрасно помогает расслабить мускулатуру зрительного органа и снять лишнее напряжение с глазных мышц, а также способствует приливу крови к этой области. Необходимо 3-5 раз сильно зажмуриться, потом расслабиться.

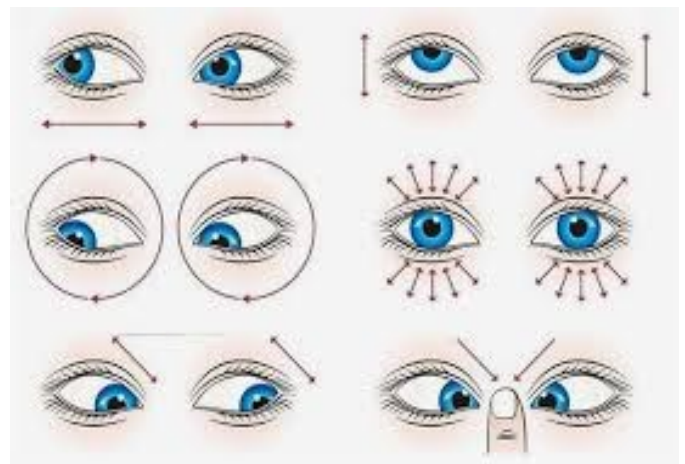
«Вверх-вниз»

Отличное упражнение для тренировки глазных (косых и поперечных) мышц. Голову требуется зафиксировать неподвижно, а глаза сначала плавно поднять вверх, представляя, как они уходят за основание затылка, потом медленно перевести вниз, мысленно уводя их за подбородок. Такую гимнастику необходимо проделывать 3–4 раза.

«Бесконечность»

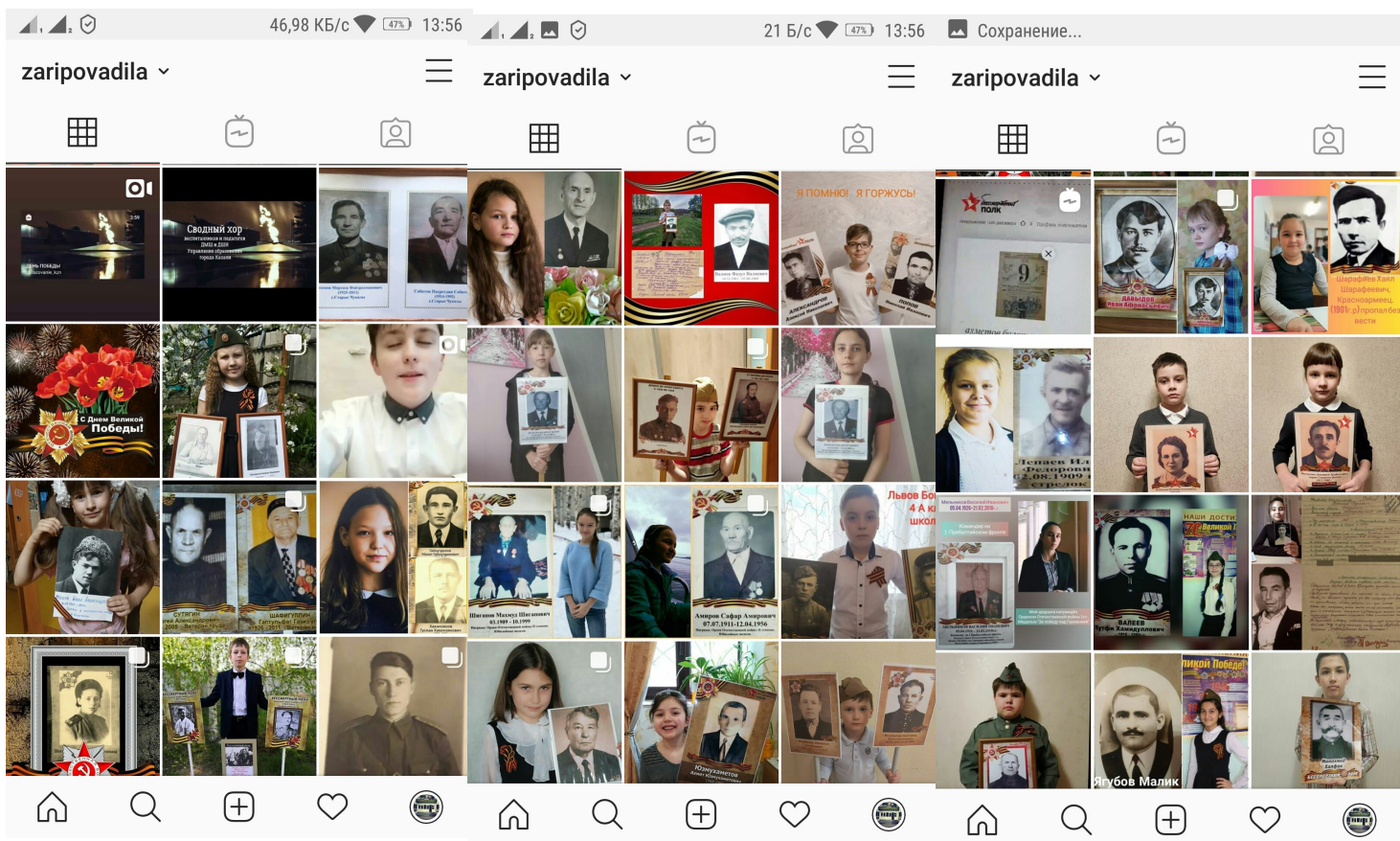
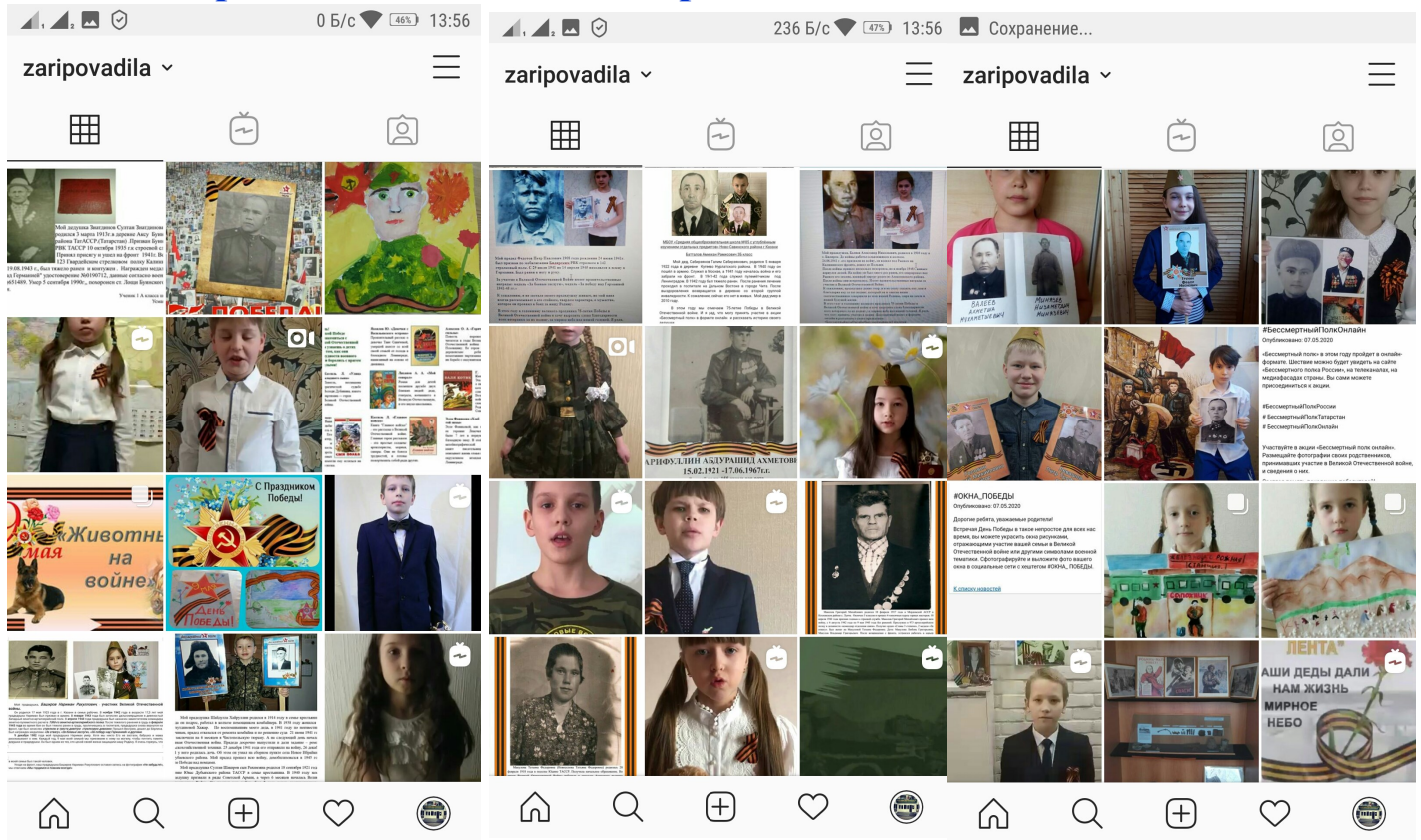
Это упражнение тренирует мускулатуру органа зрения и устраняет лишнее напряжение. Голову надо держать неподвижно, а глазами плавно рисовать горизонтальную восьмёрку. Проводить это необходимо 6 раз, 3 раза в одну сторону и столько же раз в противоположную.

При выполнении любого упражнения важно



Ноябрь, 2019 г.

#бессмертныйполк2020 #бессмертныйполкказань #школа85казань



ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ НА НАШ Instagram #школа85казань

ОСТОРОЖНО! ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ! Мы за жизнь без наркотиков!



О спайсах слышал, наверное, каждый, а кому-то доводилось видеть их действие. Но первое впечатление очень обманчиво, а обратная сторона медали хорошо знакома медикам, каждый день вытаскивающим обезумевших наркоманов с того света, откачивая тех, кого еще можно спасти.

Чтобы узнать, что там, по ту сторону обмана, мы пришли в отделение токсикологии Больницы скорой медицинской помощи (БСМП) Минска. Заведующий отделением Андрей Богдан рассказал о страшной изнанке спайсового дурмана.

Что такое спайс?

В переводе с английского Spice – трава, специя. Это запрещенная во многих странах мира смесь для курения, которая состоит из табака, конопли, шалфея, гавайской розы, чабреца или женьшеня. Часть из этих растений вполне безобидна, но смесь пропитана концентратом JWH-018 – синтетического наркотика, вызывающего быструю зависимость на физическом и психическом уровнях.

Признаки употребления спайсов

Эта ядовитая смесь оказывает действие, сходное с действием каннабиондных наркотиков (в частности, конопли), но намного сильнее. Нужно насторожиться, если у твоего друга или близкого человека замечены следующие признаки:

- глаза покрасневшие, зрачки расширены;
- губы сухие, трескаются;
- лицо бледнее обычного;
- он сильно потеет;
- болтает без умолку, но несет всякую чушь;
- видит или слышит то, что другие не видят и не слышат (галлюцинации);
- временами очень голодный, много ест и все время хочет пить, а временами вообще отказывается от пищи;
- может «отключиться», замереть в любой позе, будто играет в игру «Море волнуется».

Заметив подобные признаки, нужно обязательно сообщить об этом родителям или взрослым, которым ты доверяешь. Неправильно думать, что таким образом ты подставляешь друга. Ты, наоборот, спасешь его. Разговаривать с ним, когда он в таком состоянии, бесполезно, так как человек просто не поймет, кто ты и что хочешь. Он в другом мире. Многие наркоманы под спайсами идут на самоубийство, не понимая, что делают. Под действием наркотика он опасен для окружающих, в том числе и для тебя.

Влияние курительных смесей на организм человека

Проконтролировать привыкание к спайсам невозможно – если человек однажды осознал, что он на крючке, значит, уже поздно, зависимость сформирована. И можно уже не обманывать себя, что все под контролем, что усилием воли можно прекратить принимать наркотик, как и бросить курить. Нет, ребята, это далеко не одно и то же.

Употребляющий курительную смесь постепенно становится нелюдимым, избегает прежних друзей и знакомых. Быстро устает, у него нарушен сон, нервы расшатаны. Доза «синтетики» ему требуется все чаще и все БОЛЬШАЯ, он не находит себе места, стараясь достать ее.

Уже спустя несколько недель после начала наркоманского пути начинаются физические недомогания. Затем формируется психологическая зависимость: все вокруг перестает иметь хоть какую-нибудь ценность, важно только одно: достать дозу, чтобы облегчить свое состояние хотя бы на пару часов. А потом – опять безумные метания в поисках новой порции микса, и так по нарастающей...

Через несколько месяцев здоровый когда-то человек превращается в инвалида, и это уже видят все окружающие. У него поражены разные органы и системы организма:

- испортилось зрение;
- ухудшилась память;
- движения стали медленными, заторможенными, иногда он ведет себя как пьяный;
- плохо соображает, похож на умственно отсталого;
- ему неинтересен противоположный пол, любовь для него ничего не значит;
- периодически ему тяжело дышать, мучают приступы удушья;

его сердце бьется с нарушениями, сильно повреждены печень и почки. Есть ли выход?

К сожалению, большинство употребляющих спайсы долго не живут – совершают суицид или умирают от осложнений, вызванных наркотиком. Часть наркоманов всю оставшуюся жизнь лечатся в психиатрических клиниках.

Поэтому крайне важно забить тревогу как можно раньше. Если человек недавно пристрастился к миксам, то его еще можно попытаться спасти.

Источник: <https://teenage.by/article/vred-spajsov>

МБОУ «ШКОЛА №85» НОВО-САВИНОВСКОГО РАЙОНА ГОРОДА КАЗАНИ

ПРОСПЕКТ ЯМАШЕВА 100А, Тел. (843) 521-29-28

Школьный парламент, педагог-организатор Зарипова Д.Н.

Последний звонок — 2020!

Дорогие наши выпускники, поздравляем Вас с Последним звонком! Хотим пожелать вам побед, успеха и всегда смотрите на всё позитивно! Наши педагоги подготовили видео-поздравление, которые выложили в нашем Instagram. (Педагог-организатор, Зарипова Д.Н.)

1 июня — День защиты детей

1 / 1

ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
Уполномоченного Республики Татарстан по правам ребенка
Республиканского агентства по печати и массовым коммуникациям «Татмедиа»
Министерства образования и науки Республики Татарстан
Министерства спорта Республики Татарстан
Министерства по делам детей и молодежи Республики Татарстан

представляет

Благотворительный проект
12-ТИ ЧАСОВОЙ МУЗЫКАЛЬНЫЙ ОНЛАЙН-МАРАФОН
ПОСВЯЩЕННЫЙ МЕЖДУНАРОДНОМУ ДНЮ ЗАЩИТЫ ДЕТЕЙ

1 июня 2020 года в Казани пройдет один из самых продолжительных музыкальных онлайн-марафонов, посвященный Международному Дню защиты детей. Более 150 артистов, ведущих, блогеров и успешных людей примут в студии, чтобы поздравить мальчишек и девчонок с их праздником.

С 10.00 до 22.00 в прямом эфире музыканты, артисты, актеры театров, ведущие, спортсмены, юные детские и подростковые коллективы поздравят всех дошколят, школьников и выпускников с праздником. В рамках эфира – теплоты, широты включения с различных локаций и возможность задать вопросы всем гостям марафона.

Все средства, собранные в рамках марафона, будут направлены в благотворительный фонд имени Анны Васильевны.

START МАРАФОНА 1 ИЮНЯ В 10.00 НА YOUTUBE КАНАЛЕ ТАТАР-ИНФОРМ

Смотрите на сайте tatar-inform.ru и на ютуб канале Татар-информ https://youtu.be/tw_4yVbUw, на сайте vk.com/muz_kzn_club группе в контакте: https://vk.com/muz_kzn_club

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ,

ПОСВЯЩЕННЫЙ МЕЖДУНАРОДНОМУ ДНЮ ЗАЩИТЫ ДЕТЕЙ

12-ЧАСОВОЙ МУЗЫКАЛЬНЫЙ ОНЛАЙН МАРАФОН

ВСЕ МИР ДЕТЯМ

Подписывайтесь на нас в соцсетях:

Сканируйте этот код камерой Вашего телефона

Поделись

Сохранить

Как это работает?