

Отплытие К ОТКРЫТИЮ

№3(3) Февраль 2017 г.



Газета школы
№584 «Озерки»

В МИР ПОИСКА, В МИР ТВОРЧЕСТВА, В МИР НАУКИ

ОТ РЕДАКЦИИ

Дорогие читатели!

Зима – это время, когда мы провожаем один год и встречаем следующий. Прошлый год был для нашей школы ярким и творческим. Бронза на Чемпионате мира по танцам на колясках, ведущие места на Всероссийском фестивале «Мы можем», первое место на конкурсе «Вера. Надежда. Любовь», серебро и бронза на Чемпионате России по бочча, победа на городском первенстве по баскетболу на колясках... Это лишь малая часть ярких событий, ставших за этот год частью школьной истории! Нам было что вспомнить, провожая прошлый год. Теперь мы уже встретили новый. И нам осталось только ещё раз загадать заветные желания. Пусть ваши мечты будут для вас не просто мечтами, а вдохновляющими целями. Пусть ваша вера в себя и хорошее поможет вам достичь самого важного – и быть счастливыми! А ещё – верьте в чудеса! Ведь они есть повсюду, главное – научиться их замечать...

Здоровья вам и радости
в наступившем году!

С любовью,
Редакция газеты
«Отплытие к открытию»



Под Новый год – новый старт

И новая победа. Стр.3

Поздравляем ветеранов

Разные формы
доброй традиции. Стр.4

Зоркий глаз

Несколько полезных
упражнений для зрения.
Стр.7

Чудесам надо открываться

... на волне зимнего
вдохновения. Стр.5

Пикник, разбудивший Бетховена

В БКЗ «Октябрьский». Стр.8



Зима

В мире есть потрясающе красивое время года, когда природа замирает в ожидании новой жизни. Зима... Преображаясь в сказочно-белый наряд, земля находится в состоянии покоя под пушистым белым одеялом. Она должна набраться сил, чтобы весной, летом и осенью снова радовать нас своими красками и щедрыми плодами.

Зима - это пора теплых семейных вечеров, когда каждый спешит домой к горячему ужину, когда можно достать свою любимую книгу или сразиться в шахматы всей семьей. Зимой нас ждет череда праздников, которая несет за собой приятные хлопоты, счастливые встречи с родными и близкими. Это время неожиданных сюрпризов, когда даже взрослый может по-дет-

ски поверить в чудеса.

Больше всего зиму ждут и любят дети. Сколько радости им приносят эти белые «мухи», которые кружатся над землей в сказочном вальсе. Только зимой можно прокатиться на санях с горки и сразиться на льду в хоккей с ребятами. Можно падать в снег и лепить снежную бабу, не боясь испачкаться.

В хорошую, морозную погоду, надев коньки, можно выйти покататься на замёрзшую речку, рисуя на льду красивые узоры.

Зимой, особенно в морозные дни и вечера, хочется сидеть дома, возле камина и наслаждаться красивым видом за твоим окном.

*Екатерина Гаврилова,
выпускница*



ЗДОРОВЬЕ ИНФО

Зоркий глаз

Учёба, чтение, работа за компьютером... Каждый день наши глаза выдерживают огромную нагрузку. Им очень нужны

отдых и забота. Надеемся, что этот комплекс не только поможет вам справиться с перегрузками, но и улучшит ваше зрение.

Следить глазами, не поворачивая головы, за медленными движениями указательного пальца вытянутой руки влево и вправо, вверх и вниз. Повторять 4 - 5 раз.

IV. Посмотреть на указательный палец вытянутой руки на счет 1 - 4, потом перенести взор вдаль на счет 1 - 6. Повторять 4 - 5 раз.

V. В среднем темпе проделать 3 - 4 круговых движений глазами в правую сторону, столько же в левую сторону. Расслабив глазные мышцы, посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторять 1 - 2 раза.

(Приложение к СанПиН 2.4.2.2821-10)

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ ГИМНАСТИКИ ДЛЯ ГЛАЗ

I. Быстро поморгать, закрыть глаза и посидеть спокойно, медленно считая до 5. Повторять 4 - 5 раз.

II. Крепко зажмурить глаза (считать до 3, открыть их и посмотреть вдаль (считать до 5)). Повторять 4 - 5 раз.

III. Вытянуть правую руку вперед.

