

ШКОЛЬНАЯ ВСЕЛЕННАЯ

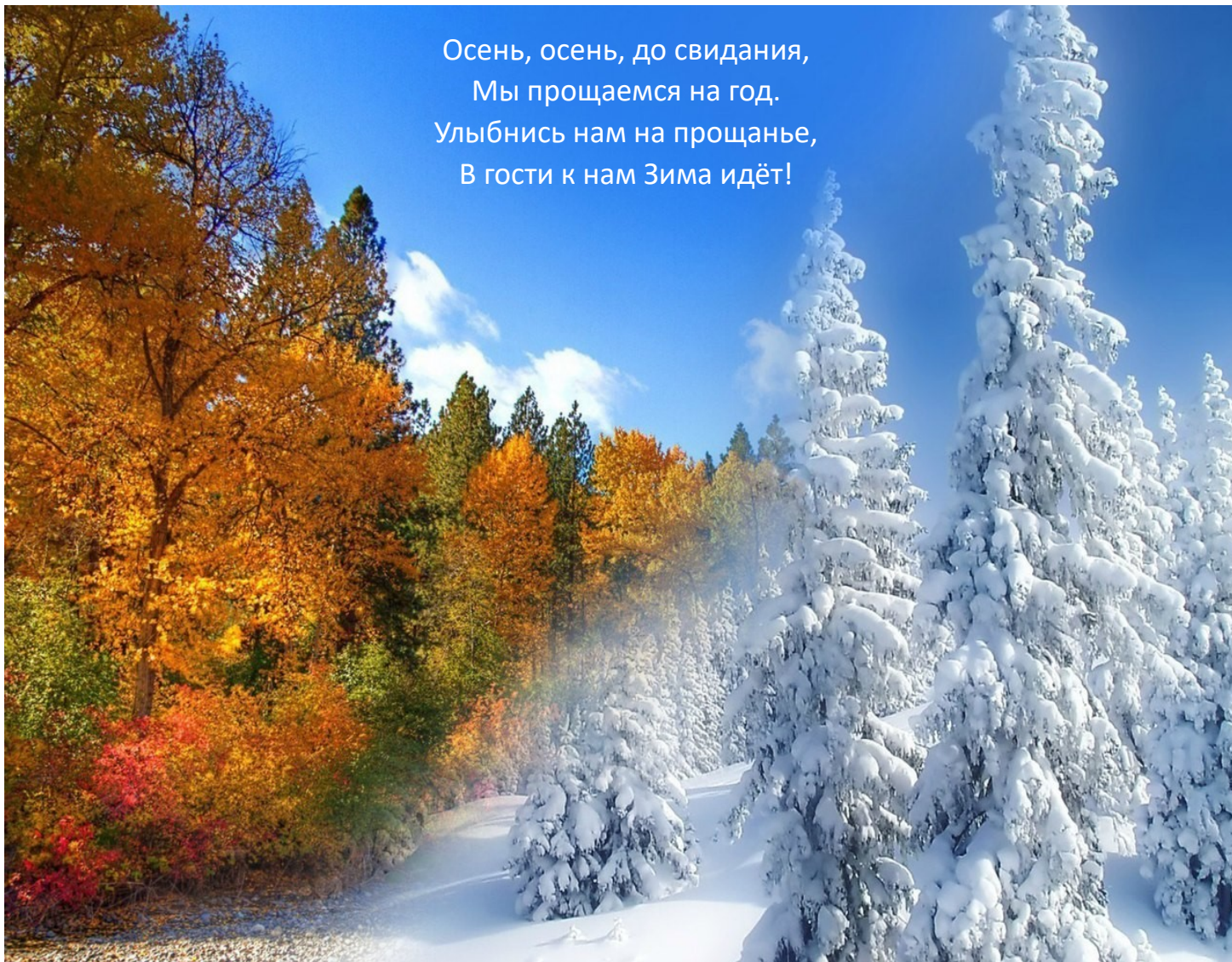
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение - средняя общеобразовательная школа №4 г. Асино Томской области

Ежемесячная школьная газета МАОУ-СОШ№4

Выпуск № 82/6 , ноябрь 2020г.

6+

Осень, осень, до свидания,
Мы прощаемся на год.
Улыбнись нам на прощанье,
В гости к нам Зима идёт!



Ноябрь очень богат приметами о погоде. Наши пращуры внимательно наблюдали за тем, какой выпадет первый снег (мокрый, сухой, вперемежку с дождём), а также за количеством снега и за тем, как ляжет лёд на реке:

1. Если в ноябре выпадет много снега, то будет богатый урожай хлеба.
2. Снег выпал на сырую землю и не растаял – вес-

ной рано и дружно зацветут подснежники.

3. Лёд на реке не становится в полнолуние.

4. Снег выпал на мерзлую землю – в будущем году можно ожидать хороший урожай хлеба.

5. Если в ноябре небо заплачет, то следом за дождём и зима придёт.

6. Лёд на реке не становится в полнолуние.

7. Комары в ноябре – к мягкой зиме.



стр. 3



стр. 5

Гордость школы



стр. 8



стр. 10

4 ноября

День народного единства

В день единства будем рядом,
Будем вместе навсегда,
Все народности России
В дальних сёлах, городах!
Вместе жить, работать, строить,
Сеять хлеб, растить детей,
Созидать, любить и спорить,
Охранять покой людей,
Предков чтить, дела их помнить,
Войн, конфликтов избегать,



Праздники, которые отмечаются всенародно, обладают силой мощного единения и сплочения всего населения страны, поэтому воспринимаются нами как грандиозные и значимые события. Одним из таких, объединяющих людей дней, назван Днём народного единства, и с 2004 года у него есть личная ежегодная календарная дата — **4 ноября**. День народного единства - один из самых молодых праздников нашей страны, который отмечается в соответствии с Федеральным законом «О днях воинской славы и памятных датах России».

Эта знаменательная дата отдаёт дань памяти событиям 1612 года, когда в едином духовном и ратном порыве народным ополчением Минина и Пожарского была освобождена Москва, и было положено начало выхода страны из глубокого политического, духовного и нравственного кризиса, известного как Смутное время, когда были заложены основы для строительства фундамента независимого государства.

Существуют разные мнения по поводу учреждения Дня народного единства, но более правдоподобным и распространённым является мнение, что его создали с целью замены праздника Октябрьской социалистической революции, отмечавшегося 7 ноября вплоть до 2004 года.

Но мало кто знает, что ещё в 1649 году указом царя Алексея Михайловича день Казанской иконы Божией Матери (22 октября по старому стилю) был объявлен государственным праздником.

Кроме того, в начале 20 века 8 мая по старому стилю вспоминали Кузьму Минина, которого ещё Пётр I назвал «спасителем Отечества».

Позже из-за революции 1917 года и последующих за ней событий традиция отмечать освобождение Москвы от польско-литовских интервентов и день кончины Кузьмы Минина прервалась. Таким образом, можно сказать, что «День народного единства» совсем не новый праздник, а возвращение к старой традиции.

Но, несмотря на различные мнения по поводу создания этого великого праздника, одно можно сказать с уверенностью: сегодня этот праздник служит нам напоминанием, что мы – единый народ с богатой историей и большим светлым будущим.

Проникнутый идеями национального согласия и сплочения общества, упрочения российской государственности, День народного единства также является праздником добра, днём заботы о людях. Любое, даже самое малое, доброе дело в этот день для каждого должно стать первым шагом к исцелению души, а добрые дела миллионов добровольцев, вместе взятые, приведут нас к духовному оздоровлению всего общества.

Несмотря на изменения периода осенних каникул из-за пандемии коронавируса, классные часы, посвящённые празднику «Дню народного единства», были проведены в дистанционном формате.

Дружбой дорожить умеете!

Благодаря современным технологиям сегодня можно иметь сотни, даже тысячи, «друзей» в соцсетях. Для этого нужно лишь добавить их имена в свой список контактов. А если мы хотим прекратить «дружбу» с кем-то, достаточно удалить его имя из списка. Как и многие другие, вы, наверное, согласитесь, что иметь хороших друзей очень важно и что дружба подразумевает нечто большее, чем просто поставить галочку в списке друзей.

В этой статье я хочу поговорить с вами о том, кто же такие настоящие друзья и что нужно делать, чтобы найти себе своего настоящего друга?

Кто же такой настоящий друг?

Настоящий друг – это тот, кто привязан к своему другу больше, чем брат. Возможно, у тебя есть друг, с которым ты общаешься больше, чем с другими? Какой он? Возможно, ты его ценишь за его заботу, внимательность, чувство юмора или тебе просто приятно с ним общаться. Это здорово! Но настоящая дружба – это больше, чем просто быть на связи.

Давайте подумаем, что можно сделать, чтобы укрепить вашу дружбу? Вот некоторые советы для вас:

1. Проявляйте заботу.

Дружба предполагает преданность. Иными словами, верный друг заботится о вашем благополучии и всегда придёт вам на помощь. Помните: чтобы иметь хороших друзей, нужно самому быть преданным другом.

2. Развивайте дар общения.

Для поддержания дружбы требуется постоянное общение. Говорите с другом о том, что вас волнует. Выслушивайте друга, считаясь с его мнением. Не упускайте возможности поддержать его и похвалить. Однако бывает, что друзья нуждаются в совете, даже в исправлении, и тогда сказать правду в глаза бывает нелегко. Но у верного друга хватит мужества указать на серьёзную ошибку и тактично дать совет.

3. Не будьте слишком требовательными.

Чем ближе мы общаемся с друзьями, тем больше видим их недостатки. У тебя тоже есть недостатки. Друзья помогают нам видеть себя такими, какие мы есть на самом деле. Благодаря друзьям, мы стано-

вимся лучше. Лучше ценить достоинства друзей и быть снисходительными к их ошибкам.

4. Расширяйте круг друзей.

Конечно, к выбору друзей стоит подходить избирательно. Но это не означает, что нужно общаться только с людьми одного с нами возраста или происхождения. Проявляя внимание к людям разных возрастов, культур и национальностей, мы во многом обогатим свою жизнь.

Применяя эти советы, ты сможешь обрести новые знакомства или укрепить уже существующие. Поверь, настоящие друзья сами себя найдут, поэтому не торопи события и проявляй терпение!

А теперь мне хотелось бы познакомить вас с результатами опроса обучающихся на тему «Дружба».

1. Что такое дружба в твоём понимании?
2. Есть ли у тебя лучший друг (подруга)? Как его зовут? Давно ли Вы дружите?
3. Какими качествами должен обладать лучший друг?
4. Что ты ценишь в своём друге?
5. Какие поступки ты можешь совершить ради своего друга, подруги?
6. Как думаешь, как долго продлится Ваша дружба?

Соломенникова Александра, 5 Г класс

1. Дружба – это когда ты готов ради своего друга на всё. Можешь заступиться за него, помочь ему с бедой.
2. У меня есть лучшая Интернет-подруга. Её зовут Луиза. С ней мы дружим не так давно. Познакомились в игре 3 ноября этого года.
3. Лучший друг должен всегда помогать и поддерживать в любой ситуации.
4. Я ценю свою лучшую подругу за то, что она всегда мне пишет. Мы общаемся с ней очень часто. Не каждый друг может найти время для тебя.
5. Я бы смогла сделать ради неё что угодно, но, к сожалению, она живёт очень далеко от меня. Почти 3000 км.
6. Надеюсь, что очень долго. Ведь у нас с ней хорошие отношения и когда-нибудь мы обязательно

Дружбой дорожить умеете!

Разумова Оля, Девятова Карина, 7 В кл.

1. Оля: «Это когда твой друг или подруга тебя понимает и поддерживает во всём, не осуждает тебя за твоей спиной и ценит за то, что ты просто есть».

2. Карина: «У меня есть самая лучшая подруга. Её зовут Оля. Она очень добрая, весёлая и очень красивая. Наша дружба началась в 5 классе. До 5 класса мы были врагами. Вечно спорили, ругались. Но в 5 классе нас посадили за одну парту. И с тех пор мы общаемся».

3. Оля: «Она должна обладать добротой, честностью, поддержкой, пониманием, прислушиваться к твоему мнению. Не осуждать тебя с другими».

4. Карина: «Настоящий друг всегда будет рядом и не оставит в трудную минуту. Качества: доверие, верность, умение слушать, знает вас наизусть, умеет прощать, доброта, вежливость, любовь. Все качества, которые я перечислила, есть у моей подруги. Я ценю свою подругу Олю за то, что она есть у меня».

5. Оля: «Я смогу ради дружбы совершить разные поступки».

6. Девятова К.: «Наша дружба продлится ещё очень и очень долго. До самой смерти. Мне очень нравится дружить с Олей».

Климова Екатерина, 7 Г класс

1. Дружба – это когда ты можешь доверять человеку, а он тебе.

2. Когда нужна помощь, то он всегда поможет несмотря на расстояние и время. Он всегда поддержит в самые трудные моменты. Не предаст и не обманет. С ним можно пообщаться на разные темы. Когда нужно, он даст нужный тебе совет.

3. У меня есть лучшая подруга. Её зовут Алина Служивенкова. Дружим два месяца. Учимся в одном классе.

4. Он должен обладать честностью и пониманием. Друг не должен быть идеальным. Она понимающая, честная, с ней интересно общаться, плохого не скажет.

5. Могу заступиться, подраться, принять вину на себя, поддержать, когда ей это нужно, даже если все против неё.

6. Она может продлиться столько, сколько это возможно.

Агапова Виктория, 8 Б класс

1. Это поддержка близкого для тебя человека, которому ты доверяешь как себе, который любит тебя и искренне радуется и переживает все твои трудности вместе с тобой.

2. У меня есть как лучший друг, так и лучшая подруга.

3. Лучший друг должен обладать доброй понимающей душой, а не быть временным человеком, который сможет легко и просто уйти из твоей жизни.

4. В своём лучшем друге я ценю заботу, понимание, поддержку в любое время, умение поднимать настроение.

5. Для своих друзей я готова на любые поступки. Главное, чтобы это было взаимно.

6. Настоящая дружба должна становиться с годами сильнее. Сколько продлится наша дружба—покажет время, потому что сейчас настоящая дружба потеряла смысл. Все привыкли к выгоде и деньгам. Поэтому стоит проверять друзей временем.

Лысых Кирилл и Козлов Александр, 8Б класс

Кирилл: «В моём понимании дружба, когда два человека регулярно общаются, помогают друг другу, могут доверить какие-то тайны и секреты, высказать свои чувства».

Александр: «У меня есть лучший друг Кирилл. Мы дружим уже около 10 лет».

Кирилл: «Лучший друг должен быть честным, искренним со своими друзьями, всегда помогать в пределах возможностей и, конечно же, быть надёжным. Не бросать друзей в беде».

Александр: «Я ценю в своём друге то, что он поможет в беде и никогда не оставит даже в самую трудную минуту. Он хороший собеседник и товарищ».

Кирилл: «Для друга я смогу сделать всё, что в моих силах. В любой ситуации я буду пытаться помочь до конца».

Александр: «Думаю, что долго, так как наша дружба достаточно крепкая».

Материал подготовила Карина Ефименко,
ученица 9 Б класса

Гордость нашей школы

В нашем учебном заведении обучаются дети, которых по достоинству можно назвать Гордостью нашей школы. Это наши отличники! А как известно, отличниками не рождаются, ими становятся благодаря усидчивости, упорству, стремлению, желанию, вере в себя. В чём кроется секрет успеха? А давайте мы с Вами сейчас и узнаем об этом. Ребятам были заданы вопросы, на каждый из которых был дан ответ:

1. Нравится ли тебе учиться? Если да, то почему?
2. Какие предметы тебе даются сложнее, чем все остальные?
3. Назови свои любимые предметы.
4. Как думаешь, твои родители гордятся твоими достижениями?
5. Сколько времени ты обычно тратишь на выполнение домашних заданий?
6. Чем ещё, кроме учёбы, ты занимаешься (увлечения)?
7. В чём твой секрет успеха?
8. Что бы ты посоветовал (а) тем детям, кто хочет добиться таких же результатов?

ЖЕВЛАКОВА АНАСТАСИЯ, 5 А кл.

1. Мне нравится учиться, потому что интересно получать новые знания.
2. Математика, английский язык.
3. Рисование, математика, обществознание, технология.
4. Да.
5. Примерно 2-3 часа.
6. Рисую, играю на гитаре.
7. Старание и интерес к учёбе.
8. Учёба—это большой труд. Нужно много трудиться.

КОЛМАКОВА ВИКТОРИЯ, 6 В кл.

1. Мне нравится учиться, потому что я узнаю нового, полезного, расширяю свой внутренний мир и кругозор.
2. История мне даётся сложнее.
3. Математика, русский язык, английский.
4. Думаю, родители очень гордятся моими достижениями.
5. Я трачу на выполнение д.з. около 2-3 часов.
6. Кроме учёбы, я хожу на хореографию уже около 6 лет, также люблю рисовать.
7. У меня секретов успеха нет. Просто я стараюсь выучить все д.з.и к его выполнению отношусь ответственно.
8. Чтобы учиться на «отлично», я бы посоветовала слушать внимательно всех учителей и выполнять

МЫ ИМИ ГОРДИМСЯ!!!



всю домашнюю работу. Также нужно читать книги, которые отлично помогут саморазвиваться.

КУХТИНОВА АНГЕЛИНА, 7 А кл.

1. Мне нравится учиться, потому что я люблю изучать что-то новое для себя.
2. Все предметы даются мне легко.
3. — — —
4. Мои родители гордятся моими достижениями и в любом случае поддерживают меня.
5. На выполнение домашних заданий я трачу не более полутора часов.
6. Кроме учёбы я посещаю хореографический коллектив в ДШИ, занимаюсь там на протяжении 7 лет. Люблю рисовать, участвую с рисунками в различных конкурсах.
7. Я не знаю, в чём секрет моего успеха.
8. Тем детям, которые хотят добиться таких же результатов, нужно ставить цель и, не обращая внимания на все преграды, идти к ней.

ТУРЛЕВСКИЙ ЛУКА, 7 Б кл.

1. Да. Мне очень интересно то, о чём я иногда догадываюсь, и это очень познавательно учиться в школе.
2. Алгебра и физическая культура.
3. История, немецкий язык, французский и биология.
4. Да. Они гордятся моими достижениями, потому что я часто могу обрадовать их пятёркой или приглашением на праздник.
5. 20-30 минут.
6. Чтение книг, рисование и игры на компьютере.
7. Секрет моего успеха заключается в фантазировании.
8. Чтобы добиться успехов, нужно иногда работать, потому что работа может оказаться нетрудной.

Гордость нашей школы

КОРОТУНОВ ФАРИЗ, 8 Б кл.

1. Мне нравится учиться. Ведь в школе я узнаю очень много интересных вещей, которые я не знал до этого. Мне нравится принимать участие в разных курсах, соревнованиях и олимпиадах.

2. Музыка. В данный момент музыка изучается дистанционно. Нам задают такие темы, которые я не прохожу даже в ДШИ, в которую я хожу уже около пяти лет.

3. Мне нравится каждый урок по—своему.

4. Я думаю, мои родители гордятся мною и моими достижениями, и я этому очень сильно рад!

5. Минимум—10-30 минут, максимум—около часа. Я стараюсь выполнять некоторые домашние задания прямо в школе.

6. Я хожу в ДШИ (обучаюсь игре на баяне). Занимаюсь программированием, увлекаюсь шахматами. Посещаю секцию каратэ.

7. Во-первых, меня всегда поддерживали родные. Во-вторых, это усидчивость и терпение. Я всегда стараюсь выполнять обещания и терпеливо относиться ко всему. В-третьих, оптимизм. Именно он мне помогает в трудных ситуациях.

8. Я бы посоветовал прислушиваться ко своим родным. Ведь они всегда помогут своим советом. Ещё бы я посоветовал не бросать дело, не закончив его, и не приниматься за другое. И, конечно, стараться всё выполнять с душой.

ФИЛИПЧЕНКО ДАНИИЛ, 11 А кл.

1. Мне нравится учиться, потому что интересно получать с каждым днём новую информацию.

2. Я бы не назвал какие-то предметы сложными для меня. Иногда на некоторые предметы, чтобы их познать, уходит чуть больше времени, чем обычно.

3. Математика, история, экономика.

4. Думаю, гордятся.

5. На выполнение домашнего задания у меня обычно уходит минут 25-40.

6. Я занимался лёгкой атлетикой, футболом. В основном, самое главное - это саморазвитие.

7. По моему мнению, нет никакого секрета успеха. Это самодисциплина и жажда узнать что-то новое.

8. Я бы посоветовал детям, чтобы они старались составлять график личного времени. Это важно и необходимо для достижения цели.

РАДЧЕНКО СОФЬЯ, 11 А кл.

1. Мне очень нравится учебный процесс, потому что для меня в школе много интересных предметов.

2. Не могу сказать, что какие-то конкретные предметы даются мне сложно, так как при изучении любого предмета могут возникнуть трудности, но эта проблема всегда решаема.

3. Русский язык, литература, обществознание и математика.

4. Я всегда делюсь своими достижениями по учёбе со своей семьёй, родителями, и они искренне радуются им, всегда поддерживают во всех начинаниях.

5. На выполнение домашней работы у меня уходит достаточно много времени, чтобы сделать её качественно.

6. Помимо учёбы я практически ничем не занимаюсь, так как уделяю учебному процессу всё своё свободное время.

7. Мне всегда нравилось учиться, так как я понимаю, что делаю вклад в своё будущее, а хорошая успеваемость, дисциплина и стремление к лучшему результату нужны для того, чтобы добиться своих целей в дальнейшем.

8. Учёба в жизни каждого ученика занимает определённое место. Но для тех ребят, которые хотят добиться высокой успеваемости, необходимо желание, стремление к своей цели, и тогда у них всё получится.

КАМЕЛИНА КРИСТИНА, 11 Б кл.

1. Да, разумеется. Мне нравится приобретать знания и развивать свои умения в направлениях, которые меня интересуют.

2. Литература, химия.

3. Физика, математика.

4. Да

5. Полчаса.

6. Занимаюсь рисованием иногда.

7. Мне помогают фиксикки.

8. Становиться отличницей - рискованный, конечно, шаг, вряд ли могу посоветовать. Уж лучше детям сфокусировать внимание на самых интересных для себя предметах и развиваться в этом направлении. На всех стульях сразу усидеть возможно только тогда, когда третишь на это уйму нервов и времени. Здоровье и хорошее состояние важнее, чем оценки в аттестате.

Итоги школьного этапа Всероссийской олимпиады школьников



ВСОШ (Всероссийская олимпиада школьников) - это старейшая и самая престижная олимпиада школьников в нашей стране. Она даёт возможность льготного поступления в вузы, возглавляет перечень олимпиад, утверждённый Министерством просвещения РФ.

ВСОШ - это длительный и тяжёлый «марафон», который проходит в 4 этапа. До финиша, заключительного этапа, доходят самые одарённые и целеустремлённые ученики.

Позади школьный этап ВСОШ 2020-2021 года. Его победителями и призёрами стали 644 ученика 4-11 классов нашей школы, среди них 99 победителей и 188 призёров.

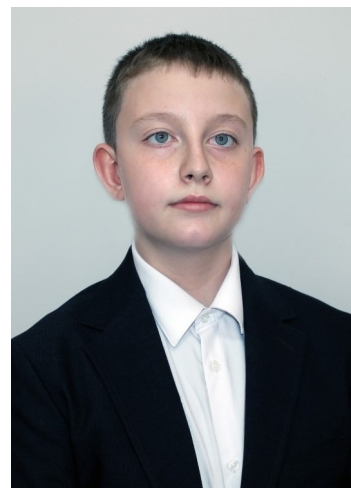
Определение итогового рейтинга школьного этапа олимпиады позволило выявить наиболее подготовленных участников и сформировать команду для следующего муниципального этапа в составе 113 человек.

*Свои способности человек
может узнать,
только попытавшись при-
ложить их.*
Сенека Младший

Из-за сложной эпидемиологической обстановки олимпиады школьников изменили свои форматы на дистанционные: олимпиады проходят в режиме онлайн, под строгим видеоконтролем.

Надеемся, что сложные условия не помешают одарённым ребятам успешно справиться с заданиями, продемонстрировать свои знания и пополнить копилку школы новыми победами! Мы уверены, наши ребята смогут достойно представить нашу школу и на региональном уровне!

*Е.Е. Захарушкина,
Заместитель директора по УВР*



Камелина Ольга,

9А класс,

Кухтина Ангелина,

8А класс

победители и призёры 7 олимпиад

Епифанов Вячеслав,

9А класс,

**победитель и при-
зёр 8 олимпиад**

Коротунов Фариз,

8А класс,

**победитель и призёр
6 олимпиад**



19 ноября Всемирный день отказа от курения

Курить начинают по глупости,
а не бросают от слабости духа.
В. Платонов

Ежегодно в третий четверг ноября отмечается Международный день отказа от курения. Он был установлен Американским онкологическим обществом в 1977 г. В настоящее время Минздрав РФ разработал проект антитабачной концепции осуществления государственной политики противодействия потреблению табака на 2018-2022 годы и дальнейшую перспективу. Эта концепция предполагает повышение цен на сигареты и другие табачные изделия, а также полный запрет курения в общественных местах.

Курение – это не взросление. Курение – это старение.

Всё больше и больше людей в России отказываются от сигарет. Всё меньше курящих.

Сигареты не разрушают семьи, как наркотики и алкоголь, и не преследуются законом. Зато широко рекламируются и везде продаются. Не вызывают жуткую ломку, абстиненцию, как после перепоя. И, тем не менее, большинство курящих людей старается избавиться от этой привычки.

Понаблюдайте за курящими друзьями, если вы не курите, или за собой, если вдруг курите.

Смотрите, сколько может продержаться курильщик без сигареты? Ну, двадцать минут, ну полчаса, самое многое - час. Что потом? Курильщика неуклонно тянет покурить.

Сигареты являются краткосрочными наркотиками. И действуют через всасывание табачного дыма в лёгкие. А оттуда химические вещества, в основном, это никотин, проникают в кровь, давая кратковременную эйфорию, лёгкий дурман, опьянение и успокоение. Но, как только химические вещества, поступившие в кровь через затяжку сигаретой, распались, действие лёгкого наркотика через сигареты прекратилось, тут же наступает постинтоксикационный синдром, то есть абстиненция. **У курильщиков это выражается в плохом самочувствии, нервозности, раздражении, злости.**

Очередная сигарета лишь устраняет абстиненцию

и курильщику кажется, что он чувствует себя лучше.

Курение - небезобидное занятие, которое можно бросить без усилий. Это настоящая наркомания, и тем более опасная, что многие не принимают её всерьёз.

Никотин - один из самых опасных ядов растительного происхождения.

В течение 30 лет такой курильщик выкуривает примерно 20000 сигарет, или 160 кг табака, поглощая в среднем 800 г никотина. Кстати, **на деньги, которые курящий тратит в год на сигареты, можно прекрасно отдохнуть летом.** Например, съездить за границу, в Австрию или Чехию.

Однако, если некурящий человек в один приём получит значительную дозу никотина, может наступить смерть.

Табачный дым задерживает солнечные ультрафиолетовые лучи, которые важны для вашего организма, ухудшает обмен веществ. Снижается способность к физической деятельности, требующей выносливости и напряжения.

Курение отрицательно влияет на успехи во всём. И в спорте! И в учёбе! И в хобби! Сигарета замедляет любое развитие. Число неуспевающих возрастает в тех классах, где больше курящих. Состояние здоровья, подорванное курением, не позволяет выбрать род занятий по душе, добиваться успехов и чувствовать себя спокойным и счастливым.

Еще 100 лет назад, в результате многолетних наблюдений, французский доктор Декалине пришёл к убеждению, что даже редкое курение вызывает малокровие, расстройство пищеварения.

Школьные годы - годы роста, когда закладывается ваше будущее здоровье. Каким вы хотите, чтобы оно было? Чтобы ваша жизнь была неуравновешенной и была окрашена в серые тона?

Сигарета – первая потеря независимости и свободы твоей воли.

Остаться свободным легко!

Не начинай то, что потом всю жизнь будешь бро-



Антинаркотическая акция «Школа правовых знаний»

Ежегодно в Асиновском районе во всех образовательных учреждениях проходит антинаркотическая акция «Школа правовых знаний», направленная на формирование у обучающихся законопослушного поведения, профилактику потребления наркотических средств и психотропных веществ, а также правонарушений, связанных с незаконным оборотом наркотиков. Несколько слов о...

Психоактивное вещество - это любое вещество, которое может изменять у человека его восприятие, настроение, способность к познанию, поведение и двигательные функции. В повседневной жизни психоактивные вещества обычно именуются "наркотиками".

Наркоманией называется болезнь, вызванная систематическим употреблением наркотических средств, проявляющаяся психической и физической зависимостью. Если человек не получает своевременно дозу, то возникает **абстиненция ("ломка")** - это очень тяжёлое состояние, проявляющееся в виде: психического возбуждения, лихорадочного озноба, судорог, усиленного потоотделения, рвоты, поноса, различных страхов и тревожности.

Наркотики (психоактивные вещества) принято разделять на "легальные и нелегальные". К легальным относятся вещества, не запрещённые законом к употреблению, хранению и распространению. Продажа этих веществ приносит значительный доход. Это не значит, что они не оказывают вредного воздействия на психику и организм человека.

К легальным наркотикам относятся:

Ряд лекарственных средств, которые применяются лишь в период болезни, при строгом соблюдении правил применения и контролем врача;

Никотин - вызывает психологическую и физиологическую зависимость, способствует развитию рака лёгких, заболеваний дыхательных путей и болезней сердца.

Алкоголь - вызывает психологическую и физиологическую зависимость, изменяет сознание человека, приводит к распаду психики и слабоумию. Пиво также является алкоголем и вызывает такие же последствия.

Также незапрещёнными, но используемые подростками для получения эйфории при вдыхании,

является ряд летучих жидкостей, применяемых в быту для хозяйств: клеи, растворители, аэрозоли, бензин, керосин.

К нелегальным наркотикам относится целый список веществ, утверждённый правительством страны, употребление, распространение и хранение которых является противозаконным.

АДМИНИСТРАТИВНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

(Кодекс РФ об административных правонарушениях)

Статья 6.8. Незаконный оборот наркосредств, психотропных веществ или их аналогов.

Статья 6.10. Вовлечение несовершеннолетнего в употребление пива и напитков, изготавливаемых на его основе, спиртных напитков или одурманивающих веществ

Статья 20.20. Распитие пива и напитков, изготавливаемых на его основе, алкогольной и спиртосодержащей продукции либо потребление наркосредств или психотропных веществ в общественных местах.

Статья 20.22. Появление в состоянии опьянения несовершеннолетних, потребление ими наркосредств или психотропных веществ в общественных местах.

УГОЛОВНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

Согласно **ст. 230 УК РФ**, склонение к потреблению наркосредств или психотропных веществ наказывается ограничением свободы на срок до трёх лет, либо арестом на срок до шести месяцев, либо лишением свободы на срок от двух до пяти лет. При наличии отягчающих обстоятельств (например, угроза насилия или склонение несовершеннолетнего) то же деяние наказывается лишением свободы на срок от трёх до восьми лет, а при наступлении тяжких последствий - на срок от шести до двенадцати лет.

Согласно **ст. 232 УК РФ**, организация или содержание притонов для употребления наркосредств или психотропных веществ наказывается лишением свободы на срок до четырёх лет.

У тебя есть выбор. Твоё решение: сказать "Да" или "Нет" - во многом повлияет на твою дальнейшую жизнь.

Горелая В.Н., социальный педагог

Очередной шаг в будущее вместе с «Точкой Роста»!

Открытие в нашей школе Центра «Точка роста» это очередной шаг в будущее. Много нового и интересного ожидаем мы от реализации этого проекта. Ведь теперь учащиеся нашей школы получили возможность изучать программы инженерного, технического профиля на более высоком уровне, используя современное компьютерное оборудование Центра.

Всероссийский фестиваль Rukami

Ученики 2 Г класса: Верченко Г., Василенко В., Скопинцев Д., Быкадарова Т., Карпенко Е., Тимофеев А., Огородов И. под руководством Кузнецовой И. М. приняли участие в мастер-классе в рамках Всероссийского фестиваля идей и технологий Rukami. Мастер-класс проходил на базе «Точка роста». Ребята попробовали свои возможности в области робототехники. Они собрали робота «Непотопляемый парусник» и запрограммировали его., успешно справившись с заданием. Пожелав заниматься дальше в этом направлении, теперь ребята посещают школьный кружок «Легоконструирование и робототехника».

Занятия по шахматам



С 29 сентября, после открытия центра «Точка роста» в нём начали проходить занятия по шахматам (внеурочная деятельность и кружковая работа). Так как в центре «Точка роста» имеются все условия и оборудование для занятия шахматами, (а это и современные комплекты шахмат, электронные шахматные часы, интерактивная доска, демонстрационная доска с демонстрационными шахматами, обучающие современные шахматные компьютерные программы), то ученики включились в обучение игры шахматам с интересом. Начинающие обучающиеся уже знают строение шахматной доски, название шахматных фигур, первоначальную расстановку фигур и пешек перед началом партии, порядок ходов фигур и взятие фигур соперника, а дети, занимающиеся уже не первый год повторяют пройденный материал, отрабатывают полученный теоретический материал в игровой практике, учатся играть с шахматными часами и совершенствуют свои шахматные знания, опыт и навыки в игре.



«Юные исследователи»

У "Юных исследователей" прошло занятие в «Точке Роста» под руководством Маликовой С.В. Ребятам очень понравился кабинет с современным оборудованием, ярким дизайном, комфортной мебелью и возможностью использования сразу нескольких зон для разных групп. Юные исследователи из 2Б класса работали над проблемой влияния сухого воздуха на здоровье человека. Они провели измерения влажности воздуха в помещении с помощью ЦЛ PASCO, сравнили результаты, сделали выводы и выдвинули предложения по решению проблемы.

«Это бизнес, Детки!»

На протяжении пяти недель две команды МАОУ – СОШ №4 г. Асино.

1. «BG: business girls» Бизнес-идея: переработка ненужных вещей путём создания новых по собственным идеям и по заказам своих покупателей (ученицы 9-11 кл. Радченко Софья, Храмцова Виктория, Матвеева Юлия, Козионова Юлия, Шапкова Анастасия). 2. «Three girls» проект «Мое индивидуальное портфолио» (ученицы 9Б кл. Ефименко Карина, Анопова Ирина, Киреева Роза) принимали участие в образовательном проекте по предпринимательству для школьников «Это бизнес, Детки!» при поддержке Некоммерческой организации «фонд развития бизнеса», Регионального центра развития образования, Томского регионального отделения «Опора России», Тюменского регионального отделения «Опора России» и Администрации Томской области, где ребятам была представлена возможность общения с действующими предпринимателями Томска и Томской области, которые уже построили свой бизнес и готовы делиться своими знаниями!

7 ноября в рамках программы «Это бизнес, Детки!» прошла предзащита проектов команд. Всего около 50 команд боролись за права быть финалистами и только 13 смогут представить свои проекты на финальной защите уже в эту субботу.

Наша команда «Three girls» (ученицы 9Б кл. Ефименко К., Анопова И., Киреева Р.) вышла в финал.

Кудинова С.Н., руководитель центра «Точка Роста»

10 октября - Всемирный день психического здоровья

(World Mental Health Day) отмечается в мире с 1992 г. по инициативе Всемирной Федерации психического здоровья (World Federation for Mental Health).

Сложно в современном стремительно меняющемся мире сохранить психическое здоровье. Современная жизнь сама по себе располагает к стрессам: изменения в жизни политической, экономической, неурядицы на работе, в школе приводят к тому, что человек со своими стрессами начинает смиряться, а так и до депрессии недалеко. Ежегодно от умственных расстройств страдают 450 млн. человек. Как правило, мужчин это затрагивает уже в юности, а женщины сталкиваются с психоэмоциональными нарушениями к 30 годам.

Наиболее распространённым заболеванием современных реалий является депрессия с вытекающими последствиями: шизофрения, алкоголизм, наркомания, суицид.

Здоровье ребёнка - одно из важнейших условий успешности обучения и развития в школьном возрасте. По мнению медиков, возраст от 1 года до 15 лет гораздо **важнее для сохранения будущего здоровья**, чем от 15 лет до 60 лет.

Сохраняйте психическое здоровье – это основа благополучия каждого из нас, при котором мы можем реализовать свой потенциал и способности.

РЕЦЕПТЫ СЧАСТЬЯ

ЧАЩЕ СМЕЙТЕСЬ. Чувство юмора облегчает стресс и вызывает ощущение счастья.

БОЛЬШЕ ДВИГАЙТЕСЬ. Физические упражнения облегчают стресс и вызывают в теле химические реакции, благодаря которым мы чувствуем себя хорошо.

ДУМАЙТЕ О СЕБЕ. Чтобы стать счастливым, следует научиться быть довольным самим собой. Каждый день напоминайте самому себе, каким человеком вы хотели бы стать.

ПОСТАВЬТЕ ЦЕЛЬ. Цели придают нашей жизни смысл и содержание. Цели становятся тем, ради чего стоит подниматься с постели по утрам.

НАУЧИТЕСЬ ПРОЩАТЬ. Невозможно быть счастливым, если в вас остались ненависть и обиды. Помните, что от ваших обид не страдает никто, кроме вас самих. Прощайте других. Прощайте самого себя.

ВЫСТРАИВАЙТЕ ОТНОШЕНИЯ. Качество жизни определяется качеством взаимоотношений с людьми. Радость, которой мы делимся с близким человеком, - двойная радость. Проблема, которую решаем вместе, - половина проблемы.

ПОВЕРЬТЕ В ЛУЧШЕЕ. Оптимизм, действительно, помогает человеку преодолевать трудности. Оптимисты гораздо легче переносят тяжелые заболевания. Средняя продолжительность жизни у оптимистов гораздо выше, чем у пессимистов.

СОН. Иногда достаточно просто хорошо выспаться, чтобы восстановить психическое здоровье. Никто не отвечает за ваше счастье, кроме вас.

ЦВЕТ ДЛЯ НАСТРОЕНИЯ. Чтобы погасить раздражение и гнев, избегайте красного цвета. Если у вас плохое настроение или депрессия, не окружайте себя чёрной и тёмно-синей цветовой гаммой, выбирайте тёплые, яркие, чистые цвета.

РАСТЕНИЯ ДЛЯ НАСТРОЕНИЯ. Организуйте у себя на работе или дома пейзаж из декоративных растений.

МУЗЫКА ДЛЯ НАСТРОЕНИЯ. Мелодия должна быть светлая, воздушная, дающая утешение, вселяющая надежду.

ПИЩА ДЛЯ НАСТРОЕНИЯ. Доставляйте себе удовольствие. Когда очень хочется, позвольте себе съесть кусочек торта, немного воздушной кукурузы. Избегайте кофе и крепкого чая.

1. Избавьтесь от всего, что не является для Вас полезным, красивым и радостным.

2. Хороша или плоха ситуация, она изменится.

3. Независимо от того, как Вы себя чувствуете, вставайте, одевайтесь и идите.

4. Лучшее ещё впереди.

5. Где-то внутри Вы всегда счастливы. Так что будьте счастливы!

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ!! БУДЬТЕ В ЛАДУ С СОБОЙ И СО СВОИМ ВНУТРЕННИМ СОСТОЯНИЕМ!

Если Вам одиноко, беспокойно на душе - обращайтесь, мы вместе постараемся решить Вашу проблему.

С уважением, педагог-психолог
Козлова Ольга Ивановна

Для той, кто открыл мне этот мир ...

День матери – один из самых трогательных праздников. Каждый человек несёт в душе неповторимый, родной образ своей мамы, которая всегда пожалеет, приласкает, назовёт самыми тёплыми и ласковыми словами и будет любить, несмотря ни на что.

Мама! Мамочка - какое простое и удивительное слово для каждого из нас! Слово «мама» - одно из самых древних на Земле. Сколько тепла таит это магическое слово, которым называют самого дорогого и единственного человека. Образ матери воспевался поэтами всех времён и народов. О ней слагали поэмы и баллады. В.Г. Белинский писал: «Нет ничего святее и бескорыстнее любви матери; всякая привязанность, всякая любовь, всякая страсть или слаба, или своекорыстна в сравнении с нею».

Традиция чествования матерей появилась ещё в глубокой древности, а сегодня День матери празднуют в большинстве стран мира.

Доброй традицией отмечать День матери стало и в России. Этот праздник был учреждён в 1998 году. В последнее воскресенье ноября каждый, кто любит и ценит этого самого близкого и родного человека, просто обязан уделить внимание своей маме.

В преддверии этого светлого праздника обучающиеся 1 Б класса вместе со своим классным руководителем Романовой Н.В. подготовили очень трогательное видео-поздравление для своих мам.

Не менее интересным было поздравление у обучающихся 2 А класса под руководством своего классного руководителя Далалаевой В.А. Дети читали стихотворения, пели частушки, исполнили песню о маме, приготовили «сердечки», сделанные своими руками. А волшебная ромашка помогла узнать особенности внешности и характера каждой мамы 2 А класса. Сорт этой ромашки носил необычное название «Самая-самая». Дети, отрывая лепесток, называли самые ласковые и добрые слова в адрес своих мам. И в заключении поздравления ребята написали письма мамам, в которых выразили свои чувства.



Редактор: Служивенкова О.В.
Корректор: Кривенцов Л.А.
Верстка и печать: Кривенцов Л.А.
ОТПЕЧАТАНО школьной минитипографией, Тираж: 50 экз.

Адрес: 636840, Томская область, г. Асино, ул. И. Буева, 38

НОМЕР ВЫПУСКА: №81/5
Дата выхода в свет: 30.11.2020 г.
8 (38-241)2-12-94
E-mail: shk4@asino.tomsknet.ru
shk4.tomschool.ru

Газета распространяется БЕСПЛАТНО