

ШКОЛЬНАЯ ВСЕЛЕННАЯ

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

Ежемесячная школьная газета МАОУ-СОШ№4

Выпуск № 84/ 8 , апрель 2021г.

6+



Подробнее стр.2

Сегодня в выпуске:

События, факты стр. 2-3



Классные новости стр.4



Маленькие Гении стр.5



Спорт стр.6



Смарт – новости стр.7



Связь поколений стр.8



Тайная комната стр.9



Блиц– опрос стр.10



Школьный Дневник стр.11

Советы психолога стр.12

Я все ле **Учителями славится Россия, учениками славится Земля!**

«Учитель года» — это конкурс, который объединяет опытных и молодых педагогов, преподающих самые разные школьные дисциплины. У каждого из них есть, чем поделиться с коллегами и что показать жюри. Конкурс стартовал 1 февраля и состоял из двух этапов. На первом, заочном, воспитатели представили интернет-портфолио и видеопрезентацию «Я — педагог», а учителям необходимо было записать видеопрезентацию «Моё педагогическое кредо» и классный час. На втором, уже очном, конкурсанты из детских садов провели занятие в незнакомой группе и продемонстрировали свои инновационные идеи на брифинге «Моя педагогическая находка».

Для учителей было другое задание: дать урок в незнакомом классе и поделиться своим опытом работы в «педагогической мастерской».

От нашего коллектива честь школы отстаивала Заборонок Е.Г. В зале конкурсантов поддерживали их коллеги. С напутственными словами перед началом мероприятия выступила начальник управления образования районной администрации Екатерина Анучина, которая порадовалась, что в этом году наряду с опытными педагогами на сцену вышли их молодые коллеги.

«Ученик года»- 19 марта 2021 года на базе районного дома детского творчества был проведён ежегодный конкурс «Ученик года»2021, в котором приняли участие представители всех школ района.

Перед каждой школой стоял непростой выбор — определить самого достойного учащегося, на счету которого наибольшее количество побед в олимпиадах, конкурсах и спортивных соревнованиях. А для самих участников конкурс — хорошая возможность поделиться своими достижениями и, конечно же, постараться стать достойным звания «Ученик года». Данный конкурс давно уже стал традиционным.

Проводится он в три этапа. Первый тур Конкурса - «Портфолио участника». **Юля Матвеева** заняла **1 место**. Второй тур Конкурса - «Поколение N» представлял собой творческую презентацию участника Конкурса. В этом году конкурсантами MAOY –СОШ №4 г. Асино стали: **Вячеслав Епифанов, учащийся 9 «А» класса** и **Юлия Матвеева, ученица 9 «В» класса**.

Непростая задача стояла перед представителями жюри Конкурса. Лауреатами районного конкурса «Ученик года – 2021» в номинации «Мое хобби» была награждена **Матвеева Юлия**, а в номинации «Интеллект» **Епифанов Вячеслав**, так же он был награжден дипломом «Приз зрительских симпатий».



60 лет первому полету человека в космос !



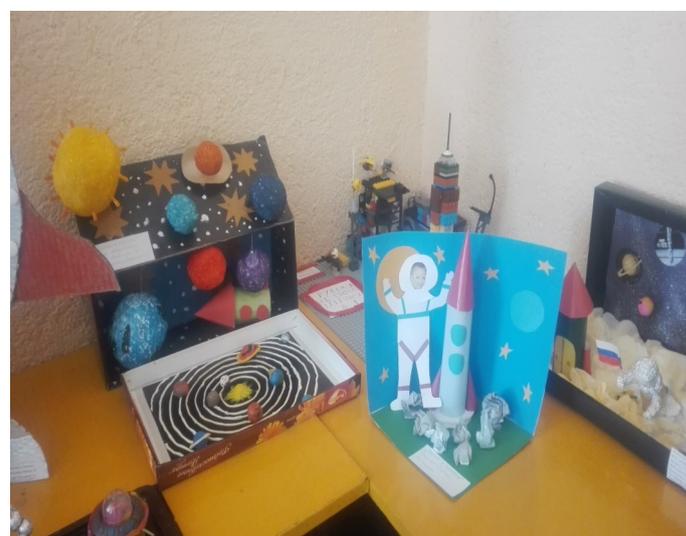
Юбилей первого человека в космос будет отмечаться 12 апреля 2021 года. Эта знаковая дата будет праздноваться на общероссийском уровне. 60-летие полета в космос Юрия Алексеевича Гагарина отмечается в масштабах всего государства.

12 апреля 1961 года состоялся первый полёт человека в открытый космос. Это событие стало одной из самых важных вех в истории всего человечества. 60 лет назад первый советский летчик-космонавт Юрий Алексеевич Гагарин сказал «Поехали!», открыв эру освоения человеком космического пространства.

1966 году Гагарина избрали Почётным членом Международной академии космонавтики, а в 1964 году он был назначен командиром отряда советских космонавтов. В июне 1966 года Гагарин уже приступил к тренировкам по программе «Союз». Он был назначен дублёром Комарова, который совершил первый полёт на новом корабле. Перед полётом в космос Ю.Гагарин составил прощальное письмо — на случай, если погибнет. Это письмо вручили жене после его гибели

ли под Киржачом.

В нашей школе была организована программа, посвященная этой знаменательной дате. В нее вошли: классные тематические часы, выставка рисунков, выставка декоративно-прикладного творчества, он-лайн кроссворд «Человек и космос», тематическая выставка школьного музея, видео и тематические уроки. Ребята со всех классов активно приняли участие в данных мероприятиях.



«Региональная олимпиада по робототехнике»

Традиционно олимпиада проводилась в дни мартовских школьных каникул в здании Томского физико-технического лицея. Из-за пандемии, несмотря на очный формат, проведение олимпиады разделили на два дня и установили лимит по количеству присутствующих (50 человек в день) с соблюдением всех мер предосторожности (обработка рук, ношение масок).

Участники данных робототехнических соревнований соревновались в следующих направлениях: мобильная робототехника, технологии приведения в действие (актуаторы), технологии сенсорики (датчики и сенсоры), навигация, компьютерное зрение и распознавание объектов, манипулирование объектами (манипуляторы), адаптивное поведение, стандартизация и системная интеграция. В рамках олимпиады впервые состоялись состязания роботов с техническим зрением на кубок памяти Виктора Ширшина.

Команда «Crimson Phantomas» из МАОУ-СОШ №4 принимала участие в регламенте Футбол легкий RoboCupJunior Soccer Lightweight (футбол роботов), который проводился в первый день олимпиады 23 марта. Петрова Ольга и Камелина Кристина в течение текущего учебного года разрабатывали двух роботов для данного соревнования, составляли программы, проводили их тестирование и доработку. Чтобы поощрять обмен информацией между участ-



никами региональной олимпиады, для подведения итогов соревнований и награждения, составлялся рейтинг «Абсолютное чемпионство» команд, который определялся по сумме баллов за успехи в играх (в состязаниях), за опубликованный в сети Интернет файл «Техническое описание робота», за плакат и за «Видео» о команде и роботе. Девушки создали плакат, инженерный журнал и видео о своей работе и сконструированных роботах. Кроме этого, во время проведения олимпиады проводился опрос участников для определения победителя в специальной номинации «Лучшее техническое интервью».

По итогам олимпиады, наша команда стала лучшей в номинациях «Видео», «Плакат», «Техническое описание робота» и «Техническое интервью». При проведении игр, которые проводились вкруг (все со всеми), команда обыграла всех соперников. И таким образом, в рейтинге «Абсолютное чемпионство» стала ПОВЕДИТЕЛЕМ! По итогам олимпиады лучшие команды получают право представлять Томскую область на всероссийских робототехнических соревнованиях, с перспективой выхода на международные соревнования. Теперь команда из МАОУ-СОШ №4 отправится на российский этап чемпионата RoboCup Russia Open, который состоится уже в мае 2021г. в г. Томске.

Л.А. Кривенцов, тренер команды



«Маленькие гении»

Школьный хор

Исполнительская культура **школьного хора** неразрывно связана с постижением музыки. Становление творческого коллектива «Колокольчики» произошло в прошлом учебном году и, впервые, в том же году, коллектив принял участие в муниципальном конкурсе школьных хоров.

Первую награду ребята получили как участники Муниципального, II регионального фестиваля – конкурса, посвященного 75 –летию Победы. Следующим участием хора стало выступление в этом учебном году с песней «Дружба» на муниципальном уровне, где стали призерами, а на III региональном фестивале – конкурсе – кубок и специальный диплом Департамента общего образования Томской области. руководителем школьного хора является Н.В.Романова и м педагог дополнительного образования ДШИ- Л.А. Челябинова.



«Белая ладья»

В шахматном клубе города Асино 14 марта состоялись соревнования по шахматам (Белая ладья, где принимали участие 9 команд из Асиновского района. В шахматы играли дети до 14 лет. Каждая команда состояла из 3-ех мальчиков и одной девочки. В результате упорной борьбы третье место заняла команда из села Ягодное, второе - шахматная команда из села Новиковка, а победителем стала команда нашей школы в составе: Сокольский Дмитрий (6кл.), Маилов Фариз (8кл.), Кудряшов Сергей (3кл.) , Степанова Диана (4кл.). Именно они стали участниками регионального этапа соревнований по шахматам (Белая ладья) . Мы поздравляем ребят и желаем дальнейших успехов в шахматах достижениях!

«Всезнайка»

24 марта в нашей школе прошел традиционный очный муниципальный интеллектуальный конкурс для учащихся 1 - 3 классов «Всезнайка». С каждым годом участников конкурса становится всё больше, в этот раз показали свои знания более 50 учеников всех городских и многих сельских школ района.

Конкурсанты отлично справились со сложными заданиями по русскому языку, математике, окружающему миру и литературному чтению. С каждым годом участников конкурса становится всё больше, в этот раз показали свои знания более 50 учеников всех городских и многих сельских школ района. Конкурсанты отлично справились со сложными заданиями по русскому языку, математике, окружающему миру и литературному чтению. Вот наши победители и призеры. Так держать, юные умники и умницы!

Блинова Полина-1 место (учитель-Романова Н. В.). Старик Ева-1 место (учитель- Тотыкаева Е. А.) улаковская Анастасия -3 место(учитель- Саблукова В. Б.) Гусакова Софья -1 место(учитель-Кузнецова И. М). Полещук Алина -2 место (учитель- Заврина С. С.) Лазарева Екатерина-3 место (учитель- Далалаева В. А.) Карпов Сергей-3 место(учитель-Маликова С. В.) Бутовская Наталья-2 место(учитель-Смирнова Т. А.) Давыденко Дмитрий-2 место (учитель-Мотовилова А. А.) Морозов Захар-3 место (учитель-Григорьева С. М.)

Всероссийский фестиваль творческих открытий и инициатив «Леонардо»

с 5-9 апреля проходил финальный этап всероссийского фестиваль творческих открытий и инициатив «Леонардо», организованный благотворительным фондом им. Менделеева Д.И. Участие в фестивале приняли ученики начальных классов МАОУ – СОШ№4 г. Асино Смирнова Диана и Лазарева Екатерина под руководством Далалаевой В.А. и Рудиковой ЕМ. Защита исследовательских работ проходила в дистанционном формате, по итогам защиты наши ребята заняли второе место и стали лауреатами.

Наша СОШ выбирает ЗОЖ!

Школьный спортивный клуб «Лидер»

5- 6 марта в г.Томск прошел региональный этап Всероссийских спортивных игр школьников школьных спортивных клубов. Асиновский район представляла команда ШСК «Лидер» МАОУ СОШ № 4. (Агапова Виктория, Батук Карина, Белкова Мария, Витютнева Елизавета, Залипаева Дарья, Климсон Александр, Кокорин Евгений, Корягина Елизавета, Малышев Владимир, Никитин Александр, Новиков Егор, Полищук Роман, Пыхтин Михаил, Русакович Олег, Сартакова Полина, Якиминская Анастасия). Учащиеся соревновались в таких видах спортивной программы как легкоатлетическая эстафета, плавание, бадминтон, настольный теннис, стритбол.

В результате спортивных соревнований в плавании наша команда в составе Новикова Егора, Полищук Романа, Пыхтина Михаила и Малышева Владимира заняла второе место. Также серебряными призерами в этом виде программы стали наши девочки – Агапова Виктория, Витютнева Елизавета, Сартакова Полина, Белкова Мария. По итогам соревновательных дней команда ШСК «Лидер» заняла почетное шестое место.



Областной этап Всероссийских соревнований по мини-футболу

10-11 марта в с/к «Юпитер» (г.Томск) прошел областной этап Всероссийских соревнований по мини-футболу среди команд общеобразовательных организаций (в рамках общероссийского проекта «Мини-футбол– в школу») среди юношей..

В возрастной группе 2005-2006 г.р. серебряными призерами соревнований стали представители Асиновского района (тренер Андреев С.В., Корнев И.В.) .

Наши ребята одержали победы над командами Каргасокского района (8:2) и г. Томска (6:2) , сыграли с равным счетом с футболистами из Северска (2:2) и уступили сильной команде из Шегарского района (0:6).

Стоит отметить, что шегарцы в прошлом году заняли второе место на Всероссийском финале и являлись явными фаворитами соревнований.

7 апреля– Всемирный день Здоровья!

В школе прошли акции и тематические классные часы, посвященные здоровому образу жизни!

Здоровье сегодня– Жизнь завтра!



Smart- клуб или Дети в интернете

Компьютерные вирусы

С каждым годом молодежи в интернете становится больше, а школьники одни из самых активных пользователей Рунета. Между тем, помимо огромного количества возможностей, интернет несет и проблемы. Эта памятка должна помочь тебе безопасно находиться в сети. Компьютерный вирус – это разновидность компьютерных программ, отличительной особенностью которой является способность к размножению. В дополнение к этому, вирусы могут повредить или полностью уничтожить все файлы и данные, подконтрольные пользователю, от имени которого была запущена заражённая программа, а также повредить или даже уничтожить операционную систему со всеми файлами в целом. В большинстве случаев распространяются вирусы через интернет.

МЕТОДЫ ЗАЩИТЫ

ОТ ВРЕДОНОСНЫХ ПРОГРАММ:

Используй современные операционные системы, имеющие серьёзный уровень защиты от вредоносных программ; Постоянно устанавливай пачти (цифровые заплатки, которые автоматически устанавливаются с целью доработки программы) и другие обновления своей операционной системы. Скачивай их только с официального сайта разработчика ОС. Если существует режим автоматического обновления, включи его; работай на своем компьютере под правами пользователя, а не администратора.

Это не позволит большинству вредоносных программ инсталлироваться на твоём персональном компьютере; используй антивирусные программные продукты известных производителей, с автоматическим обновлением баз; ограничь физический доступ к компьютеру для посторонних лиц; Используй внешние носители информации, такие как файловый накопитель, диск или файл из интернета, только из проверенных источников; не открывай

вай компьютерные файлы, полученные из ненадёжных источников. Даже те файлы, которые прислал твой знакомый. Лучше уточни у него, отправлял ли он тебе их.



Wi-Fi — это не вид передачи данных, не технология, а всего лишь бренд, марка. Еще в 1991 году нидерландская компания зарегистрировала бренд «WEGA», что обозначало словосочетание «Wireless Fidelity», который переводится как «беспроводная точность».

До нашего времени дошла другая аббревиатура, которая является такой же технологией. Это аббревиатура «Wi-Fi». Такое название было дано с намеком на стандарт высшей звуковой техники Hi-Fi, что в переводе означает «высокая точность».

СОВЕТЫ ПО БЕЗОПАСНОСТИ РАБОТЫ В ОБЩЕДОСТУПНЫХ СЕТЯХ WI-FI:

Не передавай свою личную информацию через общедоступные Wi-Fi сети. Работая в них, желательно не вводить пароли доступа, логины и какие-то номера; Используй и обновляй антивирусные программы и брандмауер. ; при использовании Wi-Fi отключи функцию «Общий доступ к файлам и принтерам».

Не используй публичный Wi-Fi для передачи личных данных, например для выхода в социальные сети или в электронную почту; используй только защищенное соединение через HTTPS, а не HTTP, т.е. при наборе веб-адреса вводи именно «https://». В мобильном телефоне отключи функцию «Подключение к Wi-Fi автоматически».

«Связь поколений»

Патриотическое воспитание давно стало одной из основных целей воспитания молодежи России. Каждый год в памятные даты наш народ вспоминает грозные годы войны, чтит память павших воинов, кланяется живым. Песня военного времени всегда сопровождала солдата!

На базе Центра творчества детей и молодежи состоялся районный конкурс военно-патриотической песни, приуроченный к празднованию Дня защитника Отечества «Долг. Честь. Родина». Вокальные способности продемонстрировали мальчики и юноши от 5 до 18 лет. В конкурсе приняли участие ансамбль «Колокольчики» 1 Б класса с песней «Последний бой», руководитель Романова Н.В, ученик 7 Б класса Шипицин Данила «Россия, вперед!». Честь нашей школы защищал Павлов Стас, ученик 11 класса. Выступление юноши было проникновенным и эмоциональным. Стас стал обладателем гран-при конкурса.

Много прекрасных песен прозвучало о Великой Отечественной войне, о Родине, о солдатах. Ребята исполняли произведения с чувством патриотизма и гордости за свою Родину. Всё это доказывает, что молодое поколение знает, помнит и любит военную песню!

КНИЖКИНЫ ИМЕНИНЫ

Начало этой традиции было положено еще в суровом военном 1943 году. Уже три года длилась война, в стране разруха, голод, холод.

Писатель Лев Кассиль подумал, что больше всего любят дети читать. Особенно любили книги дети войны. Многие из них не могли учиться: были разрушены школы, детских книг мало. И Кассиль предложил провести праздник детской книги. И вот **23 марта** в Москве в Колонный зал Дома Союзов пришли полуголые, бедно одетые ребяташки... Сюда собрались персонажи сказок всех народов, детские писатели и юные читатели. В этот день всем было хорошо и весело. С тех пор в дни весенних каникул отмечаются **Книжкины именины**.

Сейчас все дети получают бесплатные учебники, посещают городские и школьные библиотеки. Во время праздника школа провела акцию **«Подари книгу школьной библиотеке»**. Многие ученики приняли в ней



участие, а именно: Балюк Арина, 1 А класс; Синяева Полина, 1 А класс; Долбнин Иван, 1 А класс; Назаров Марк, 1 А класс; Сорокодум Арсений, 1 А класс; Чемагина Ульяна, 1 Б класс; Титова Любовь, 1 Б класс; Гусакова Софья, 2 Г класс; Кайбазаксов Михаил, 3 А класс; Булах Дарья, 3 Г класс; Булаев Матвей, 3 Г класс; Красноперова Василиса, 3 Г класс; Кадушкина Екатерина, 3 Г класс; Лавриненко Ева, 3 В класс; Ерохина Диана, 4 Г класс; Неберов Любовь, 4 Г класс; Артамонцев Иван, 4 А класс; Гусева Алиса, 4 А класс; Дорохов Артем, 4 А класс; Евстигнеев Данил, 4 А класс; Каличкин Лев, 4 А класс; Каширо Мария, 4 А класс; Котельников Тимофей, 4 А класс; Куликова Ульяна, 4 А класс; Лесина Арина, 4 А класс; Лихачева Елизавета, 4 А класс; Лосик Вадим, 4 А класс; Меренков Виктор, 4 А класс; Минченко Мария, 4 А класс; Попова Арина, 4 А класс; Розгина Ева, 4 А класс; Соляная Арина, 4 А класс; Сыроев Павел, 4 А класс; Тимошенко Софья, 4 А класс; Шигорина Ольга, 4 А класс; Банникова Виктория, 5 Б класс; Давыдова Виктория, 5 Б класс; Огородова Снежана, 5 Б класс; Кузнецова Виктория, 5 Б класс; Игнатенко Роман, 5 Б класс; Харкевич Анна, 5 Б класс. Подаренные книги представлены на книжной выставке **«Эти книги подарили читателям!»**

Среди подаренных книг — сказки, энциклопедии, художественная литература. На каждой подаренной книге вы найдете фамилию и имя дарителя. Библиотекари школы выражают благодарность всем участникам акции и всегда рады видеть вас в школьной библиотеке. **СПАСИБО**, вам, читатели!

«Тайная комната»

Загадки и советы от учителей



Про учебники

УЧЕБНИК НЕ ЛЮБИТ:

Чтобы его перегибали пополам. От подобных действий книга «болеет» и теряет листочки. Чтобы книга не закрывалась, воспользуй-ся книжной подставкой.

Чтобы загибали уголки. Согласись, что книга с загнутыми и оторванными уголками выглядит не очень красиво.

Чтобы закладывали ручки и карандаши между его страницами. Конечно, использовать карандаш или ручку в качестве закладки очень удобно, ведь они всегда под рукой. Но от этих предметов корешок книги портится. Гораздо лучше обходиться специальной бумажной закладкой для книг.

Чтобы на него ставили чашки с чаем или клали печенье на его бумагу. Неопрятный учебник — зрелище не очень красивое. А кроме того, все будут думать, что ты очень неаккуратный человек.

УЧЕБНИК ЛЮБИТ:

Чтобы его обязательно оборачивали в бумагу или в специальные целлофановые обложки, которые продаются в магазине. Если в библиотеке тебе достался потрёпанный учебник, по которому отзанималось не меньше половины школы, то он будет выглядеть опрятнее в обложке из плотного прозрачного целлофана. Чтобы его «лечили». Если среди твоих учебников есть «больные» книги (с разорванными или оторванными страничками, с пятнами), то они

нуждаются в основательном лечении. Для того чтобы вы-лечить их, тебе понадобятся клей, прозрачная папиросная бумага и ножницы. Можно использовать также скотч.

Советы по уходу за учебниками

Если из учебника выпала страничка, то её нужно аккуратно вкле-ить. Для этого на внутренней стороне страницы смажь узкую полоску канцелярским клеем и вложи страничку на место, чтобы она пришлась по обрезу книги. Положи учебник под пресс на 3-4 часа. Если страница разорвалась, то вырежи из прозрачной папиросной бумаги узенькую полосочку, намажь немного клеем, соедини краешки разорванной странички и склей их прозрачной полоской. Кроме того, можно воспользоваться тонким скотчем. Отрежь скотча столько, насколько разорвана страничка, и налепи скотч с двух сторон странички. Мятые листы в учебниках можно разгладить, если положить их между листами белой бумаги и прогладить тёплым утюгом. Если оторваны уголки. Чтобы восстановить их, вырежи недостающий уголок странички из плотной бумаги и подклей клеем. У многих ребят есть отвратительная привычка читать за столом или класть на грязный стол учебники. Учебники у таких учеников всегда в масляных пятнах, как будто на них «пирожки жарили». Что-бы удалить свежее жирное пятно, положи на него тонкую бумагу и прогладь горячим утюгом. С застаревшим пятном можно бороться, ес-ли посыпать его толчённым мелом, покрыть бумагой и прогладить тёп-лым утюгом.



ШКОЛЬНЫЕ ИСТОРИИ

— Послушай, — сказала учительница ученику, — разве не может твой папа помочь тебе, когда ты решаешь дома задачи?

— Он больше не хочет — вы ему поставили позавчера двойку.



«Вторая мать»

Отчитывая школьников, Марья Ивановна любила вставлять в речь различные поговорки, афоризмы. Вот однажды, устроив очередной “разбор полетов” детворе, натворившей что-то на переменке, она заявила:

— Вам нужно зарубить себе на носу, запомнить, что школа для вас — второй дом, и здесь я — ваша вторая мать.

После этой фразы раздался неожиданно стук в дверь. Учительница на это не отреагировала. Девочка, сидевшая ближе всего к выходу, решила не терять времени, встала, подошла к двери, открыла ее, повернулась в Марье Ивановне и сказала:

— Mam, здесь к тебе пришли.

«Не заслужили»

Утром в конце мая увидела соседскую девочку, школьницу. Идет наряженная с двумя букетами.

Я ей говорю:

— Машенька, здравствуй. У вас сегодня последний звонок, да?

— Здравствуйте, тетя Лена. Да, последний звонок.

— А цветы кому несешь?

— Один букет математичке, она нам разрешает на

уроках выходить в коридор, чтоб на звонки родителей отвечать. Ее за это ругали, но она все равно нам разрешает...

— А второй букет кому подарить?

— Географичке. Она нам часто интересные обучающие видео показывает.

— А другие учителя тебе не нравятся?

— А другие еще как личности себя не продемонстрировали...

Настя 15 лет

Нашла старый школьный дневник папы, а в нём замечание от учителя: «На уроке биологии с криками — «Лети, птичка! Ты свободна!» — выкинул макет дятла в окно». Ну теперь понятно, в кого я такая странная...

Виктория, 14 лет

Сiju, уроки делаю, и периодически проверяю домашку сестрёнки на наличие ошибок. И тут вижу «рАдители».

Сразу ругаться не стала, а просто спросила: «А какое проверочное слово?» Она немного подумала и ответила: «рАдость». Знаете, такой прекрасной ошибки я еще не встречала.

Арина, 18 лет

Учусь в 11 классе. Однажды на уроке химии пишем контрольную, я вся в расчетах, вдруг слышу звуки калькулятора «пик-пик-ПИК!».

Не выдержала и закричала на весь класс:

— Кого научить звук на калькуляторе выключать?.

Директор:

—Ой, я вам мешаю?.

Было неловко...



«Блиц-опрос»

Викторина "Правда или ложь" поможет проверить эрудицию и расширить кругозор. Задача игрока — быстро определить, какие из названных фактов верны, предлагаем устроить небольшую умственную разминку.

1. Ворона и сорока — одно и то же.
2. Рубанок — инструмент столяра.
3. Кашпо — вид шарфа.
4. Бобслей — санный вид спорта.
5. 23:00 — то же, что 8 часов вечера.
6. Мэри Поппинс родом из Франции.
7. Английский алфавит длиннее русского.
8. В слове «день» 4 звука.
9. Судно с двумя корпусами — катамаран.
10. Октябрь — самый длинный осенний месяц.
11. Столица Египта — Каир.
12. Фортепиано относится к духовым инструментам.
13. Война с Наполеоном была в 1812 году.
14. Изумруд — камень синего цвета.
15. Суши — японское блюдо.
16. Рождество в России отмечают 14 января.
17. Цветик-семицветик исполнял желания.
18. Антрекот — это пирожное.
19. Емеля поймал Золотую рыбку.
20. Если сегодня четверг, то позавчера был вторник.
21. Голкипер — это защитник в хоккее.
22. Семнадцать делится на семь.
23. Помадой красят ресницы.
24. Дагестан находится в России.
25. Майор — это звание между капитаном и подполковником.
26. Голландия — то же самое, что и Нидерланды.
27. В слове «пень» один слог.
28. Коалы обитают в Норвегии.
29. Динозавров изучает палеонтология.
30. Хомяки являются хищниками.
31. Кондитер изготавливает обувь.
32. У флейты есть струны.
33. Ежи впадают в спячку.
34. Лезгинка — грузинское блюдо.
35. В баскетболе используются мяч.
36. В слове «переезд» есть приставка.
37. Зелёный сигнал светофора означает, что нужно стоять.
38. Эклер — это мясное блюдо.
39. Нарвал живёт в море.
40. Помидор — это корнеплод.
41. Ридикюль — разновидность сумочки.
42. Кипяток загасит огонь быстрее холодной воды.
43. Пирсинг — это вид спорта.
44. Полное имя Димы — Владимир.
45. Коровы относятся к травоядным.
46. В прятки можно играть только вдвоем.
47. У сына Никиты отчество Николаевич.
48. Отец жены — тесть.
49. Цыплёнок — детёныш курицы.
50. Художественная борьба — олимпийский вид спорта.



Практические советы психолога

Как перестать беспокоиться за результаты контрольной, ВПР или экзамена.

Сдавали ли вы впр, контрольные работы, экзамены, за результат которых приходится переживать. Эти чувства— норма. И хотя вы уже ничего не сможете изменить, волнение вам никак не поможет. Вместо этого попробуйте расслабиться, порадовать себя и провести время с хорошими друзьями. Старайтесь не прокручивать свои ответы в голове снова и снова и не сравнивать их с ответами других.

Проведите немного спокойного времени в одиночестве. Не стоит сразу после экзамена или контрольной бежать общаться с друзьями. Вместо этого лучше не спеша пройдитесь, желательно на улице. Успокойтесь и глубоко дышите. Помните, в данных обстоятельствах вы сделали все, что было в ваших силах. Например, скажите себе: "Я подготовился (на столько хорошо, насколько мог за данный период времени и с учетом всей имеющейся у меня информации. Я продемонстрировал знания, которые у меня есть на существующий момент.

Не сравнивайте ответы. После завершения теста не спрашивайте друзей, какими были их ответы. Они могут быть как правильными, так и неправильными, поэтому сравнение не поможет. Кроме того, вы можете начать волноваться за несовпадения, даже если ответили верно. Вместо этого похвалите себя за хорошо проделанную работу и подучите те области, в которых, по вашему мнению, у вас есть проблемы. Не прокручивайте в голове свой ответ снова и снова. Иными словами, не нужно еще больше вгонять себя в негативные мысли и ожидать худ-



Вы переживаете, что ваш ответ скажется на ваши результаты за годовую оценку? Запишите свои тревоги, чтобы вычленил главный страх. Вы не можете повлиять на результат. Успокаиваем разум Если вы не можете выкинуть из головы мысли о своем ответе, попробуйте следующее:

Обдумайте самый худший сценарий. Сможете ли вы справиться с провалом? Обычно ответ положительный. Осознав, что вы сможете пережить самый страшный исход событий, избавит вас от переживаний.

Осознайте, что есть вещи, которые **вы не можете** контролировать. Вы не можете повлиять на результат. Успокаиваем разум. Определитесь со своими страхами. Что вас пугает? Вы боитесь того, что не сдали? Вы переживаете, что ваш ответ скажется на ваших шансах поступить в университет? Запишите свои тревоги, чтобы вычленил главный страх. Обдумайте самый худший сценарий. Сможете ли вы справиться с провалом? Обычно ответ положительный. Контролируйте самосознание. Вознаградите себя за упорный труд. После контрольной сделайте что-нибудь, что приносит вам удовольствие.

О.И. Козлова, школьный психолог

Редактор: Околелова Н.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: №84/8
Дата выхода в свет: 19.04.2021 г.
Телефон: 8 (38-241)2-12-94
E-mail: shk4@asino.tomsknet.ru
shk4.tomschool.ru

Газета распространяется БЕСПЛАТНО