# ЗОГигаБайт

МБОУ СОШ №30

Ноябрь 2013 года

Издается с 2004 года

№ 3 за 2013 – 2014 гг.

## Первая четверть . Итоги.

Вот и пролетела первая четверть. А вместе с ней и золотая осень машет нам на прощанье разноцветными листьями. И хотя учебный год в самом начале, можно подвести уже первые итоги. Первоклассники уже начинают привыкать к школьным порядкам, освоились и вчерашние выпускники начальных классов—пятиклассники. Первые в этом учебном году оценки за четверть кого-то порадовали, кого-то огорчили, кого-то заставили задуматься. Старт дан! Но школа— не только уроки, звонки, переменки, вопросы, ответы, оценки. Школа—это ещё и весёлые праздники, концерты, соревнования, встречи с интересными людьми. Это друзья и подруги. Этот номер мы посвящаем событиям, которые произошли в нашей школе в октябре. А ещё хотелось бы начать сотрудничество с тобой, наш читатель! Мы надеемся, что какие-то материалы этого номера вызовут тебя на разговор, и ты выскажешь своё мнение.

# *Календарь знаменательных дат*

## День народного единства—День воинской славы России

4 ноября — день Казанской иконы Божией Матери — с 2005 года отмечается как День народного единства. Этот праздник установлен в честь важного события в истории России - освобождения Москвы от польских интервентов.

4 ноября 1612 года воины народного ополчения под предводительством Кузьмы Минина и Дмитрия Пожарского штурмом взяли Китай-город, освободив Москву от польских интервентов и продемонстрировав образец героизма и сплоченности всего народа вне зависимости от происхождения, вероисповедания и положения в обществе.

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

Таким образом, можно сказать, что День народного единства не новый праздник, а возвращение к старой традиции.

Источник информации:
www.calend.ru/

## День Великой Октябрьской революции

Годовщина Великой Октябрьской социалистической революции — государственный праздник в СССР. Отмечался в день свершения Октябрьской революции ежегодно 7 ноября (25 октября по «старому стилю») и 8 ноября.

Праздновался с 1918 года. В этот день на Красной площади в Москве, а также в областных и краевых центрах СССР проходила демонстрации трудящихся и военные парады. 7 и 8 ноября были выходными днями. Последний военный парад на Красной площади Москвы в ознаменование годовщины Октябрьской революции прошел в 1990 году - за год до распада СССР.

С 1992 года в России 8 ноября стал рабочим днём.

В 1995 году был установлен День воинской славы — День проведения военного парада на Красной площади в городе Москве в ознаменование двадцать четвертой годовщины Великой Октябрьской социалистической революции (1941 год).

В 1996 году указом Президента РФ (указ датирован 7 ноября и вступал в силу с момента подписания) — День согласия и примирения.

С 2005 года в связи с учреждением нового государственного праздника - Дня народного единства - 7 ноября перестало быть выходным днем.

По результатам опроса 2008 года, несмотря на то, что День Октябрьской революции перестал быть праздником официально, он празднуется 36 % населения России.

До сих пор День Октябрьской революции празднуется в Белоруссии и Киргизии.

# *Кадетство*

Дорогой читатель! Страничку «Кадетство» теперь буду вести я—Зайцев Дима. Я постараюсь подробнее освещать жизнь наших кадет. А она, поверьте, бывает очень интересной и непростой. Мне очень хочется, что бы ты с удовольствием читал эту страничку. В этом мне здорово помогут твои вопросы, твои отзывы о прочитанном. Жду твоих писем...

## Служу России

*Что даёт тебе кадетство? Зачем девочке военная форма? Кем ты будешь?*

Наверное, такие вопросы не раз задавали Ильичевой Наташе, когда она училась в нашей школе. И вот Наталия - первокурсница Самарского юридического института ФСИН России. Исполнилась её детская мечта, к которой девушка шла насколько лет. В этом году в Самарский юридический институт по целевому направлению поступила не только Ильичева Наталия, но и ещё один наш выпускник – кадет Рассолов Владимир. 21 сентября ребята в числе 130 первокурсников из 29 регионов России приняли присягу. Впереди у них несколько лет учебы и взрослая жизнь. Пусть им всегда помогают те знания, та закалка, которую они получили на уроках в школе и на кадетских занятиях.

## Премьера фильма «Сталинград»

10 октября 2013 года в кинокомплексе «Современник» состоялась премьера художественного фильма режиссера Федора Бондарчука «Сталинград». На премьерный показ были приглашены ветераны Великой Отечественной войны – участники Сталинградской битвы, бойцы оперативно-молодежных отрядов и кадеты-старшеклассники из нашей школы. Ребята не только посмотрели фильм, но и участвовали в обсуждении увиденного, пообщались с ветеранами. А организатором этого мероприятия выступил Городской союз военно-патриотических объединений «А мы из Пензы».

**Ковылов С.А.**

# О концерте и не только

В нашей школе есть давняя традиция: на все праздники устраивать концерты. День учителя

тоже не был исключением. Я был на этом празднике, и вот что мне хочется сказать. Если бы я был только на одном этом концерте, то, наверное, мне понравились бы все номера: и выступления начальных классов, и песни солистов, и бальные танцы, и всё остальное. Но дело в том, что на всех концертах много похожих номеров. Не очень интересно каждый раз видеть, как на сцену по очереди поднимаются классами младшие школьники, поют пусть и разные песни, но какие-то похожие. И даже яркие бальные танцы становятся привычными, когда видишь их каждый раз. Хочется другого. Хочется прийти на концерт, не зная, чем тебя удивят в этот раз артисты. А для этого ребятам просто надо творчески подходить к подбору номеров, с желанием удивлять, с желанием раскрыть свои таланты. И примеры этому есть.

В День Учителя зрители были в восторге от выступления 5 «Б» класса. Их «Дерево» долго ещё будут вспоминать все, кто видел этот юмористический номер.

Очень оригинальный номер «Один в один» показал 6 «А». Зрители смеялись до слез, глядя на экран, где демонстрировалось шуточный видеошарж с участием наших учителей.

Восторг и восхищение вызвал зажигательный танец с элементами акробатики в исполнении Узенгер Лизы. Отточенность движений, профессионализм, тонкий юмор, каскад элементов танцевальных стилей разных стран и народов и, конеч-

но же, спортивная подготовка. Всё это можно сказать о выступлении Лизы.

Так хочется, чтобы подобных номеров в наших концертах было всё больше и больше.

**Критичный Зритель**

# Выставка осенних композиций

Осеннее буйство красок и изобилие плодов. Безудержная фантазия и творческие находки. Всё это можно сказать о выставке осенних букетов и композиций, которая традиционно прошла в нашей школе в День учителя. С каждым годом выставки становятся всё интересней и разнообразнее, а некоторые творения могут соперничать с произведениями профессиональных флористов. Многие букеты и композиции ребята делали вместе с родителями. И это здорово! Что может быть лучше совместного творчества с самыми близки-

ми людьми! Большая часть работ принадлежит

учащимися начальных классов, а 5 «б», 6 «а» и 7 «а» представили по одной, но очень оригинальной композиции. Больше всего меня заинтересовали работы 3 «б» класса. Я спросил некоторых авторов о том, как они придумали свои композиции, какие материалы использовали, кто им помогал.

**Чернов Ваня:** Мы вместе с Тюковым Данилой сделали «Домик лесовичка». Идею подсказала моя мама, а материал мы собирали сами. В основном это были плоды каштана. Потом уж все вместе, мы с Данилой и наши мамы, собирали домик.

**Тихоненко Сергей:** А вот «Осенний зонтик» мы сделали прямо перед самой выставкой. Материал мы выбрали самый простой: кленовые листья, снежные ягоды, кисти рябины. Мне, Ване Чернову и Даниле Тюкову помогали наши мамы. Идея родилась быстро, делать композицию было весело.

**Тоцкая София:** Наша мама очень любит придумывать разные интересные штуки, она большая фантазерка и рукодельница. Вот и в этот раз осенние композиции придумала наша мама. А мы ей помогали вместе с братом Иннокентием: собирали листья, подготавливали овощи и цветы, ис-

кали подставки. В наших букетах не только разные цветы, но и множество декоративных овощей и фруктов – цветная капуста, тыквочки, кукуруза, перцы, яблоки. Мама учит нас видеть красоту в простых предметах.

**Зайцев Дима**

# Словарик

**Флористика** - искусство составления букетов и других различных композиций из цветов и прочих природных материалов. При создании композиций используют как живые материалы, так и засушенные (это могут быть листья, цветки, стебли, плоды, орехи и др.).

**Икебана** - традиционное японское искусство аранжировки; создание композиций из срезанных цветов, побегов в специальных сосудах и размещение их в интерьере. В основу икебаны положен принцип изысканной простоты, достигаемый выявлением естественной красоты материала.

**Ошибана** - особый вид изобразительного искусства, рожденного флористикой. Это живопись растениями, где художник, собирая и засушивая цветы, травы, листья, кору и другие природные элементы, создает при помощи растений необычайные произведения искусства. Художественное творчество флористов ошибана основано, прежде всего, на сохранении формы, цвета и фактуры засушенного растительного материала.

# *Давайте познакомимся*

## Китайские студенты

С 7 по 11 октября в нашей школе были необычные гости – китайские студенты. Они учатся в Пензенском педагогическом институте, изучают русский и английский языки. Гости побывали на уроках русского языка, литературы, английского языка, истории и даже на уроке русского языка в начальных классах. Вместе с учениками студенты активно работали, отвечали на вопросы учителей, выполняли задания. Иногда это было очень весело. Общаться с гостями было легко и интересно. В последний день практики состоялась дружеская беседа наших старшеклассников и гостей в форме «круглого стола». Молодые люди задавали вопросы о системе образования в наших странах, о режиме учебы и отдыха китайских и российских школьников, о военной службе, о школьных обедах, о природе и многом другом. Наши старшеклассники узнали, что ребята из Китая знают и любят русскую литературу. Очень интересно было слушать стихотворение Пушкина «Я Вас любил» сначала на китайском, а потом и на русском языке, которые прочитали наши гости. Расстались участники «круглого стола» настоящими друзьями. И это замечательно. Такие встречи помогают понять, что между людьми разных стран гораздо больше общего, чем различного., и всем нам нужны мир и дружба.

**Сазонов Александр**

## ...и английские преподаватели

21 октября в школе было многолюдно. Учителя английского языка из разных школ города, студенты факультета иностранных языков педагогического института. Все они пришли на встречу с гостем школы, директором британской школы Capital School of English Spencer Fordham. А началось всё с урока дистанционного обучения, в котором посчастливилось участвовать группе ребят нашей школы. В режиме on-line учащиеся общались с преподавателем из Великобритании, отвечали на вопросы, выполняли задания. Такого нет ни в одной пензенской школе, поэтому учителя английского языка проявили к этой форме обучения большой интерес. Тем более подробности они смогли получить «из первых рук», от руководителя Capital School of English, школы, имеющей большой опыт дистанционного обучения в разных странах мира, в том числе и в России. Несколько московских школ сотрудничают с Capital School of English. А теперь и наша школа включается в эту интересную и передовую программу.

# *Поговорим о важном...*

## О здоровом питании

Школьникам сегодня приходится очень нелегко — чрезмерная нагрузка на занятиях, несчетное число цифровых соблазнов в виде компьютерных игр, масса телевизионных каналов и так далее. Старшеклассникам при этом попутно приходится готовиться к поступлению в ВУЗ и осваивать азы общения с представителями противоположного пола. Одним словом, масса стрессов, противостоять которым можно только при помощи правильной организации режима труда и отдыха. Важную роль сыграет и здоровое питание, которому ребята не всегда уделяют должное внимание. Как правильно питаться, чтобы поддерживать и тело, и разум в отличной форме?

Начнем с режима питания. Врачи в один голос убеждают нас: «Дети должны есть часто — если взрослые могут позавтракать и поужинать (что тоже неверно), то ребенок должен кушать ***как минимум четыре раза в день***. Организм растет, и строительный материал должен поступать в ткани бесперебойно. Режим питания школьников предполагает наличие полноценного завтрака, плотного обеда и хорошего ужина, в интервале между которыми неплохо поместить еще и ланч и полдник. Как минимум три раза в день ребенок должен получать ***горячую пищу в виде супов, мясных блюд и гарниров***».

А как обстоят дела в нашей школе? У нас есть столовая, где можно получить горячее питание два раза в день - на завтрак и обед, а также воспользоваться буфетом. Но все ли ребята пользуются возможностью организовать своё питание правильно и рационально.

По словам наших поваров, да и по собственным наблюдениям, могу сказать, что в начальных классах школьники питаются горячими завтраками практически всем классом, обедают все, кто остается в школе до вечера, да еще в буфет бегают чуть не на каждой перемене.

Все школьники с 1 по 7 класс получают бесплатно молочную продукцию. Идеальная картинка?! Только вот видишь, как почти полные тарелки еды малыши несут на мойку. Вот и стоят учителя начальных классов около детей, убеждая съесть хотя бы полпорции. А молочку тоже едят не все.

Дальше ещё интереснее. Чем старше становятся ученики, тем менее полноценно они питаются. В 5-9 классах из 249 человек обедают примерно 190 человек (80%), а в 10 – 11 10человек из 58 (17%). Кроме того половина тех, кто обедает в столовой, не берут первое блюдо. И это при том, что мы находимся в школе до 14-15 часов.

Чем же питаются те, кто не обедает в столовой? Опрос показывает, что от голода спасают булочки из буфета, бутерброды из дома, чипсы и т. п. А это самообман! Булочки и бутерброды не только не заменяют обеда, но и ведут к заболеваниям. Организм не получает необходимых веществ. Питание всухомятку - прямой путь к развитию гастритов, заболеваний щитовидной железы, ухудшения зрения и других хронических заболеваний. В силу дефицита белка и витаминов в организме снижается успеваемость и иммунитет, нарушаются процессы роста.

Пик заболеваний желудочно-кишечного тракта приходится на возраст 12-18 лет. Среди причин, приводящих к болезням системы пищеварения, лидируют нерегулярное питание с перерывами более 3 – 4 часов; употребление острых блюд, консервированных продуктов, маринадов, копченостей, солений; однообразное меню; употребление некачественных продуктов; несоблюдение режима дня; привычка есть всухомятку; малоподвижный образ жизни. А теперь вспомните, есть ли в вашем классе дети, которые страдают заболеванием желудка, поджелудочной железы и т.п.? Есть? Пора задуматься! Хочешь ли ты быть здоровым, энергичным, успешным человеком или всю жизнь мучиться, лечиться, соблюдать всякие лечебные диеты. Давайте поговорим об этом на страницах нашей газеты. Что ты знаешь о здоровом питании? Почему так хочется поесть пиццу? Погрызть сухарики и чипсы? А сколько их можно есть, чтобы не навредить организму? Можно ли обойтись без питания в столовой? Почему я не хожу в столовую? Ты можешь высказать своё мнение, мы опубликуем его. И может быть в споре найдем истину…

**Рыбаков Антон**

# *Короткой строкой*

## Все как один макулатуру сдадим

Под таким девизом проходил с 7 по 11 октября сбор макулатуры, в котором приняли участие все классы с 1 по 11. На первом месте оказались ребята из 5 «а» класса (280 кг), на втором – 3 «б»(250 кг), на третьем – 1 «а»(234кг). Хорошо поработали на сборе макулатуры 6 «а», 3 «а». 7 «б». А на последнем месте оказались 10 и 11 класс. Почему? Неужели старшеклассники стесняются нести в школу пакеты с макулатурой? Или может быть, они считают это важное дело детской игрой? А я думаю, что надо стесняться того, что взрослые ребята стоят в стороне от общего дела. А ведь они должны показывать пример младшим. **Лаврова Даша.**

## Чтобы стала школа краше

Дождливый сентябрь и начало октября не давали навести порядок на пришкольной территории. И вот наконец-то установилась сухая и теплая погода. 12 октября ребята устроили субботник. Все ученики со 2 по 11 класс вышли на школьный двор. Дружно убирали опавшие листья, подметали дорожки, окапывали деревья. Мусора накопилось много, поэтому пришлось хорошо потрудиться. Зато школьный двор стал ещё краше!

**Егорова Таня**

## Праздник детства

В нашей школе много хороших традиций. Одна из них—Праздник детства. Он ежегодно проходит в середине осени. В этом году он пришелся на 19 октября. Праздник детства—это весёлая ярмарка, которую с нетерпением ждут все от мала до велика. И чего здесь только нет! Фенечки, мягкие игрушки, оригинальные поделки и, конечно же, разнообразие кулинарных шедевров, приготовленных мамами и бабушками. Впервые в ярмарке принял участие «Музей оружия», на котором все желающие могли не только посмотреть на оружие от древних времен до сегодняшнего дня, но и подержать в руках, узнать подробности от организатора выставки. А завершением и самым ярким событием Праздника детства стал концерт «От сердца к сердцу», который порадовал новыми номерами, стал открытием новых талантов.

# Проект карьеры

В рамках конкурсной программы «Проект карьеры. Стиль Техно» команда наших старшеклассников побывала 22 октября на заводе «Пензадизельмаш». Ребята узнали об истории завода, о том, какую продукцию он выпускает. Подробнее познакомились с профессией инженера – технолога. Представители завода не только довольно подробно рассказали, но и показали, как на практике осуществляются все этапы его работы. Теперь ребятам самим придется побывать в роли инженеров-технологов при разработке своего проекта.

## *О спорте*

# Турнир по настольному теннису

С 1 по 7 октября в ФОКе «Спутник» прошли ежегодные состязания по настольному теннису среди 5-11 классов в рамках первенства школы по настольному теннису.

**Итоги соревнований: 1 место – 6а, 8б,10а классы, 2 место—5в, 8а, 11 а классы, 3 место—6б, 7а, 9б классы.**

# Соревнования по мини-футболу

С 21 по 25 октября состоялось Первенство школы по мини-футболу в рамках Спартакиады школьников. В соревнованиях приняли участие команды 5-11 классов. В упорной борьбе победителями стали команды

6б, 8а, 10а классов.

Поздравляем мальчишек с победой!

# Каникулы—время для спорта

Наши осенние каникулы были насыщены разнообразными спортивными мероприятиями.

29 октября прошли соревнования по пионерболу среди девочек 5-6 классов, победителем которых стала команда 6а класса. А 30 октября у мальчиков были соревнования по мини-футболу. И снова победили шестиклассники—сборная команда.

Мы очень рады, что для нас устраивают такие соревнования и весёлые спортивные конкурсы. Мы получили большой запас веселья, здоровья и бодрости, которого точно хватит до следующих каникул. Интересно, что придумают в следующий раз наши учителя?

**Лаврова Даша 5а**

***Нужно поддерживать крепость тела, чтобы сохранить крепость духа. В. Гюго***

**МБОУ СОШ №30**
**Адрес редакции:**
**440049 г. Пенза, ул.Мира, 62**
**3 этаж, кабинет № 338**
**Тел. 99-05-60**
**Электронная почта:**
**gazeta30school@yandex.ru**

***Над выпуском работали:***

***Главный редактор—***
***Сазонова Н.А.***

***Редколлегия:***

***Сазонов Саша***
***Зайцев Дима***
***Рыбаков Антон***
***Филиппов Олег***
***Егорова Таня***
***Сазонова Лена***
***Лаврова Даша***

***При содействии***

***Аношкиной Ю.С.***
***Ковылова С.А.***

***Техническая поддержка:***

***Сазонова Н.А.***


# Внимание, конкурс!

Дорогие читатели!

Мы очень хотим сделать нашу газету интереснее, веселее, актуальнее. Без вашей помощи нам не обойтись. Предлагайте свои темы для обсуждения, пишите о том, что интересного происходит в вашем классе и не только, рассказывайте о смешных случаях на уроках, публикуйте свои стихи и рассказы.

А мы объявляем конкурс ***«Самый активный читатель».***

Те ребята, чьи письма, произведения любого жанра и другие материалы будут опубликованы в нашей газете, получат призы и звание «Самый активный читатель школьной газеты». Итоги конкурса будут объявлены в февральском номере газеты «30ГигаБайт».

Пишите нам по электронной почте gazeta30school@yandex.ru или sna40@yandex.ru,

приносите свои работы в кабинет №338. Ждем ваших откликов!