

МБ

**САМЫЕ
СВЕЖИЕ
НОВОСТИ
НА СТРАНИЦАХ
НАШЕЙ
ГАЗЕТЫ**

НОВОСТИ

Газета,
которую можно читать всю неделю
выпуск № 1а, 2023год

СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- Впереди новый учебный год
- Советы школьнику в начале года
- Из школьной жизни
- Давайте улыбнёмся





ВПЕРЕДИ НОВЫЙ УЧЕБНЫЙ ГОД!

Новый год... Это праздник, который любят и ждут взрослые и дети. В нём ожидание чуда и чего-то нового. А у учеников и учителей Новый год наступает в сентябре, ведь не случайно 1 сентября называют началом нового учебного года. И мы все ждём от него новых открытий, новых побед, новых знакомств и встреч. Начало учебного года всегда отмечается торжественно. По традиции это линейка, которая начинается с исполнения Гимна РФ и РТ и выступления первоклассников и одиннадцатиклассников. На линейке всегда присутствуют гости, которые приходят не с пустыми руками.

А.Македонский, отправляясь в свой знаменитый поход, раздал все своё имущество. Когда его спросили, что же останется у него, он ответил: «Надежда». И мы все: и взрослые, и дети нуждаемся в надежде. Без неё бессмыслен любой шаг. А надежда не бывает без веры. И я надеюсь и верю, что этот *новый учебный год* станет для нашей школы успешным, что всё у

нас сложится хорошо: и всё у нас получится!

*Редактор «МБ-Новости»
Тюряева Яна*

СОВЕТЫ Родителям будущего первоклассника

*В соответствии с программой
подготовительной
группы детского сада ваш ребёнок
при записи в 1 класс
должен:*

- Знать свое имя и фамилию, адрес, имена членов семьи.
- Знать времена года, названия месяцев, дней недели, уметь различать цвета.
- Уметь пересчитывать группы предметов в пределах 10.
- Уметь увеличивать или уменьшать группу предметов на заданное количество (решение задач с группами предметов), уравнивать множество предметов.
- Уметь сравнивать группы предметов — больше, меньше или равно.
- Уметь объединять предметы в группы (мебель, транспорт, одежда, обувь, растения, животные и т. д).
- Уметь находить в группе предметов лишний — например, из группы «Одежда» убрать цветок.
- Уметь высказывать свое мнение, построив законченное предложение.
- Иметь элементарные представления об окружающем мире: о профессиях, о предметах живой и неживой природы, о правилах поведения в общественных местах.

- Иметь пространственные представления (право, лево, вверх, вниз, под, над, из-за, из-под чего-либо).
- Уметь культурно общаться с другими детьми.
- Слушать старших и выполнять их распоряжения.

Советы школьнику в начале учебного года



**Кирзун
Татьяна
Витальевна**

**Стаж
врачебной
практики
14 лет**

Три месяца каникул, во время которых школьники набирались сил, позади и вновь наши дети возвращаются за парты. Для подавляющего большинства из них первый звонок учебного года и все, что за ним последует, является стрессом, в результате которого могут обостриться хронические заболевания.

- Каким заболеваниям более всего подвержены дети в период с августа по октябрь?

- Наблюдается увеличение простудных заболеваний. Особенно часто они проявляются у детей, которые часто ими болеют или не посещали детский сад и первым большим коллективом, в который они попадают, становится школа.

Кроме этого, обостряются или проявляются патологии

желудочно-кишечного тракта. Такие заболевания дифференцируются, как «острые», связанные с несоблюдением правил гигиены, и «хронические». Для профилактики заболеваний первой группы родителям необходимо научить детей элементарным правилам личной гигиены. А для предотвращения обострения хронических заболеваний, нужно проследить за соблюдением режима питания.

Перед началом учебного года нужно заранее (за две недели, дней за десять) готовить ребенка к тому режиму, по которому он будет жить ближайшие 9 месяцев. Летом дети ложатся и встают поздно. Постепенный переход на «школьный» режим защитит первоклассника и старшеклассника от стресса.

Малыши 6-7 лет привыкли к определенному режиму питания. В школе они живут по расписанию, поэтому, каждый день, когда вы отправляете ребенка учиться, нужно накормить его «с заделом» на ближайшие 3-4 часа. Самым лучшим завтраком остается банальная каша. Необязательно закармливать сына или дочку, главное, чтобы школьник получил горячее питание. Кроме этого, в меню может входить бутерброд, чашка горячего чая, какао, кому как привычнее.

Родители должны позаботиться о том, чтобы дети имели возможность поесть в 12.00-13.00. Возможности для организации питания есть в каждой школе. Вечером, если школьник ложиться спать в 21.00-22.00, то он

должен поужинать не позднее 19.00. Ужин должен быть легко усвояем.

- В чем причина обострения заболеваний у детей в осенний период?

- Прежде всего, причиной является стресс. У первоклассников он вызван новыми встречами с преподавателями, с детьми. Это может существенно ослабить нервную систему. Поэтому, как результат, кроме соматических заболеваний могут иметь место проявления психических реакций.

Поэтому, когда родители отправляют своих детей в школу, они должны осознавать: соответствует ли та нагрузка, которая «наваливается» на ребенка в гимназии или школе, его физическим возможностям. Перед выбором гимназии с углубленным изучением чего-либо, я рекомендую посоветоваться со специалистами.

- Следует ли обращаться в этот период к врачу за консультацией?

Ребенок, который идет в школу впервые, проходит обследование у всех специалистов. По результатам осмотра составляется медицинская карта. Каждый первоклассник проходит осмотр у невропатолога, хирурга-ортопеда, окулиста, ЛОРа, стоматолога и педиатра.

Дети постарше тоже должны проходить ежегодное обследование.

По его результатам родители получают рекомендации от каждого специалиста. Для детей с проблемами зрения: рекомендации по выбору очков, по

определенному режиму чтения или максимальной дальности, на которой он может находиться от доски (первая или вторая парта). Детям с ортопедическими патологиями даются рекомендации: какими видами спорта лучше заниматься, какие упражнения делать. Если ребенок имеет какие-то ЛОР патологии, то перед школой полагается провести ряд профилактических мероприятий. Особенно это касается детей с аденоидами или хроническим тонзиллитом. Осмотры у ЛОРа как раз лучше всего проводить осенью или весной.

- Какое влияние на здоровье ребенка имеет мебель и вообще окружающие его вещи?

- Всегда нужно обращать внимание на учебное место ребенка. В школе парты должны быть подобраны в соответствии с ростом ребенка. Стоит обратить внимание на подготовленность стола и дома. Правильность рабочего места измеряется по следующей схеме: ребенок встает и на высоту вытянутой руки опускает ладонь. Вот на таком уровне должна быть высота столешницы. И высота стула тоже должна быть такой, чтобы ребенок сидел опираясь на обе стопы. Обратите внимание на то, как падает свет на рабочий стол вашего чада. В зависимости от того, правша или левша школьник, свет должен падать со стороны противоположной рабочей руки ребенка. Если ребенок правильно сидит за правильно подобранным столом, то он избежит сколиоза, который сегодня не редко

наблюдаются у учеников начиная с 4-го класса. Если ребенок ходит в школу с рюкзаком, то лучше купить изделие с жесткой спинкой, мягкими заплечниками. Рюкзак должен быть хорошо подтянут, чтобы плечи во время движения у его обладателя были развернуты.

Категорически не советуя заставлять ребенка таскать тяжелые рюкзаки. За этим должны следить родители.

- Возможно ли родителям по внешнему виду или поведению понять, что у ребенка развивается какое-либо заболевание?

- Первые несколько недель после окончания каникул детям сложно втянуться в работу. Их не стоит нагружать, хотя именно в сентябре родители стараются определиться с возможными дополнительными нагрузками, записывая ребенка в различные кружки и секции. В первое полугодие, особенно это касается первоклассников, этого делать не стоит. Даже детей постарше нужно медленно вводить в рабочий темп. Ребенку необходимо время на адаптацию, чтобы не было стресса.

- В вашей практике были ли какие-нибудь особые случаи, связанные с заболеваниями в этот период?

- Если детям некомфортно в школе и процесс обучения проходит не гладко, это отвращает от учебы. Поэтому, ради того, чтобы не ходить в школу, дети могут симулировать недомогание. Хотя часто на фоне стрессов обостряются детские хронические заболевания. Поэтому в этот

период нужно быть особенно внимательными, подбадривать своих детей. По поводу преодоления стресса у ребенка лучше поговорить с психологом.

- Что вы можете сказать о пользе прогулок на свежем воздухе и витаминов?

- Сейчас в школах шадящий режим, у первоклассников уроки по 30 минут, увеличено количество уроков физкультуры, первые полгода не задают домашнее задание на дом. Поэтому ребенок, придя домой, не должен садиться перед телевизором или за компьютер. Самое правильное - провести с ним час, полтора на свежем воздухе. В дальнейшем, с наступлением холодного времени года стоит пройти курс приема поливитаминов

*Наталья Т.Н.,
заместитель директора по ВР*

Давайте улыбнемся!

Говорят учителя

☺ Я вам не профессор, чтобы отвечать на такие простые вопросы!

☺ Эй, вы, трое, идите сюда оба!

☺ Не тяните резину в долгий ящик.

☺ Кто там разговаривает? Не громко, но противно.

☺ Есть одно очень мудрое изречение, я его сам придумал...

☺ Тема очень сложная, поэтому напрягите, у кого что есть.

☺ Стихотворение про лошадь, везущую хвороста воз, автобиографично.

☹ Молекулы воды прикрепляются к атомам хлора своим отрицательным местом.

☹ Что вы дергаетесь за партой,
как ампутированная конечность.

Журналист Соколова Ангелина

Говорят ученики

☺ СССР был самым крупным
импотентом зерна в мире.

☺ Из-за тучи выглянул
луч солнца и огрел кукушонка.

☺ Лермонтов родился у
бабушки в деревне, когда его
родители жили в Петербурге.

☺ Корова - это большое
животное с четырьмя ногами по
углам.

☺ Муму прижалась к
стенке, когда подошла барыня и
оскалила зубы.

☺ На берегу реки доярка
доила корову, а в воде отражалось
все наоборот.

☺ Это стадо коров
состояло из 13 овец.

Петр Первый соскочил с
пьедестала и побежал, громко
цокая копытами

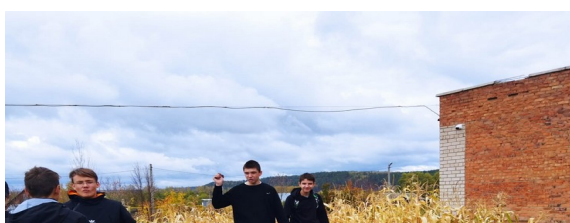
Журналист Бурцев Иван

ФОТО со школьных мероприятий

Сдача нормативов ГТО



Операция «Урожай»



Осенняя ярмарка



Конкурс «Мисс Осень»



РДДМ. Выборы-2023



Журналист Желванова Анастасия

***Наш адрес: 423210 РТ, Бугульминский
муниципальный район,***

С. Малая Бугульма, улица Совхозная,1в

Учредитель: А.А.Гараев

Гл.редактор: Т.Н.Натальина

Редактор: Тюряева Яна

Журналисты: Соколова А

Бурцев И.

Желванова А.

malbug@mail.ru

www.malbugschool.ucoz.ru

Телефон 8(85594) 5 – 17 – 78

Факс 8(85594) 5 – 18 – 81

Подписано в печать: 28 сентября 2023 г