

Школа на Волхонке

Территория социального успеха

№ 5 (28)/ март 2021 года



Читайте в номере:

Колонка директора

Надежда Леонидовна поздравляет всех с весной! с. 2

Блин не клин!

Не противоречит ли Масленица здоровому образу жизни? с 2-3

Первые во всем

Наши хоккеисты и футболистки опять отличились, с. 3

Блины любят даже кошки!

Первоклассники сочиняют частушки на Масленицу,



Весне - дорогу!

Ххххххх ххххх ххххххх

Этот номер, конечно же, посвящен весне, ее торжественному вступлению в свои законные права. Весна - это время праздников! Вот и в нашей школе без них не обошлось. Не успели отметить 8 марта, как тут же началась масленичная неделя.

Масленица в этом году прошла у нас в необычном формате. Из-за ограничений, связанных с коронавирусом, мы не стали устраивать праздник на школьном дворе, а провели мероприятия в классах. И в эти классы пришли наши

замечательные артисты: педагоги ОДОД и воспитанники творческого объединения "Багаж". Как же дети были рады гостям! Нарядных Зимы и Весну и их помощников скоморохов ребята встречали частушками и шутками, их угощали блинами и сладостями. Праздник удался!

В общем, весну в 413-ой школе встретили со всеми почестями. Надеемся, и она нас не подведет: будет радовать нас погожими деньками и приветливым теплым солнышком!

Поздравляем!

В марте в нашей школе отметили Международный женский день.

Учащиеся традиционно поздравили своих дорогих педагогов веселым праздничным концертом. Конечно же праздничные огоньки прошли и в классах - дети поздравляли учителей, мальчишки - девчонок. Звучали стихи, песни, разыгрывались забавные сценки и номера.

В общем в конце первой недели марта в школу пришло настоящее весеннее настроение. Атмосфера праздника расцвела учебные будни!



Колонка директора



В этом весеннем номере я, конечно, поздравляю всех наших учителей, учениц, мам и бабушек с Международным женским днем! Желаю всем счастья, добра, оставаться всегда красивыми, яркими, солнечными!

По традиции мы встречаем весну, не только поздравляя представительниц прекрасного пола, но и праздничными масленичными гуляниями. В этом году Масленицу мы отпраздновали не на улице, а классными чаепитиями, но, я надеюсь, так же интересно и весело, как в прежние годы. По крайней мере и педагоги, и родители, и дети сделали все возможное, чтоб праздник получился. Спасибо всем!

Позади осталась и самая сложная третья четверть. Впереди - самое приятное время. Конечно, для тех, кто хорошо потрудились. Кто хорошо учился в осенью, зимой и в начале весны, те будут радоваться плодам своего труда в мае. Надеюсь, таких ребят большинство.

Бояр Надежда Леонидовна

Блин не клин? Как сохранить вкус к жизни и не навредить здоровью?

Весну в России встречают Масленицей - веселым и вкусным праздником. В марте в нашу жизнь возвращается тепло и длинные светлые дни, и вот на столах у людей появляются румяные, словно доброе весеннее солнышко, блины. Люди устраивают шумные гуляния, угощают друг друга блинами с вареньем, пирожками и баранками.

Почему так много мучного? Почему вообще так много еды? Все дело в истории праздника. На Руси всегда на Масленицу готовили огромные столы, считалось, что, если, покуситься на угощения, то можно навлечь неурожай пшеницы. А есть было принято до до икоты. Говорили: "Блин не клин, брюха не расколет". Люди верили, как они поедят на Масленицу, так потом и поработают. А работы их ждали тяжелые.

Не так давно мы побывали в Музее хлеба. Как же это трудно было, оказывается, обеспечить всех хлебом. Обычным хлебом, который мы сегодня легко можем купить в магазине. В старину работы по изготовлению хлеба - от посевных до выпекания - требовали огромных усилий: вспахать

землю, засеять, собрать урожай, перемолоть муку, замесить тесто, испечь. Разумеется, и сейчас, багеты и батоны не самозарождаются на полках супермаркетов, но все же благодаря современным машинам, удобрениям, новым технологиям, процесс обеспечения едой существенно упрощен, и вовлечены в него не так много людей. А когда-то производство хлеба для огромной части населения было не частью жизни, а самой жизнью - отсюда поговорки, песни, праздники. Народу нужно было как-то расцветить эту нелегкую жизнь, наполнить радостью. Впрочем, радость не приходилось выдумывать - созидательный труд и в самом деле. приятен, как ни устаешь от него, а результаты делают человека по-настоящему счастливым. "Хлеб - всему голова", "Лучше хлеба соли не придумаешь" - говорили раньше.

А что сейчас? Судя по тому, что мы все еще отмечаем Масленицу, хлеб и сейчас занимает почетное место в жизни. Кто не любит блинов с вареньем, булочек с помадкой, шоколадных кексов? Ой, что-то мы все про сладкое!



Пирамида здорового питания



Но ведь наша жизнь действительно стала слаще. А вот это уже не так уж и здорово. Мы ведь недавно и Музей здоровья посетили. И теперь знаем про правильное питание почти все!

Расскажем и вам. Так вот, мучное это углеводы. А углеводы - это наша энергия. Мозг, например, воспринимает только их, а не белки и жиры. Углеводы полезны. Но! Они разные. Есть сложные, а есть "пустые". Сложные - это тот самый хлеб, так тяжело выращиваемый встарину, это каши, которые всегда на Руси были основой здорового питания. А сладости - это углеводы "пустые". Нет, конечно, и в них есть польза - они поднимают нам настроение. Но все же лучше, чтоб в нашем рационе их было немного, не больше 5 %.

К слову, о том, как питаться полезно и вместе с тем с удовольствием, мы расскажем вам в следующем номере. С проектом на эту тему участвовала в городской музейно-исторической игре команда 5Б класса.

Но вернемся к Масленице. Как наши предки выдерживали целую неделю застолий? Это какими богатырями нужно

быть, чтоб уметь расправиться с огромной горой блинов и пирогов! Все дело в движении.

Никогда народные гуляния не обходились без плясок, хороводов и веселых игр. Играли в ледяной столб, в горелки, состязаясь в ловкости, прыгали через костер. Существовали и свои приметы. Например, во время катания с горок, старались прокатиться как можно дальше - рекорды в катании обещали богатый урожай. А когда масленичная неделя заканчивалась, народ вновь приступал к активной работе. Энергия солнца, полученная с блинами, тратилась на труд. Как говорится, делу - время, потехе - час.

Нам кажется, что мы живем в другие, более благополучные, легкие времена. Но это обманчивое представление - законы жизни не изменились. По-настоящему веселиться умеет тот, кто умеет и трудиться. Ведь что за отдых, если не устал? Да и чему радоваться, если ничего сам - своими руками, своим умом - не достиг?

Тем и дорога нам, наверное, Масленица - своей мудростью.

**Маша Олейник,
Ника Киселева, 5Б**

Новости Новая победа

Вновь отличились наши хоккеисты. Теперь уже учащиеся 7А класса. Они привезли золото из Нижегородской области, где прошло Первенство сборных команд Федеральных округов среди юношей до 14 лет.

Это блестящий результат! Поздравляем спортсменов и их тренера, Дмитрия Михайловича Михайлова.



Укротительницы мяча

Очередную победу принесли 413-ой школе "Снежные барсы". На этот раз наши девочки отличились в финале городского этапа всероссийских соревнований по мини-футболу "Мишка-спортмастер". Отметим юри и личные достижения спортсменок нашей школы. Так Софью Козюк признали лучшим нападающим, а Марию Петрову - лучшим игроком турнира.

Поздравляем девчонок! Поздравляем их наставника - Ландера Виталия Валерьевича!



Раскрашивая будни

Ребята 1А и 1Б класса сочиняют частушки и рисуют весну

Блин намажу шоколадом,
Приглашу друзей я!
Торт украшу мармеладом -
Будет веселее!



Блины любят даже кошки,
Попугаи, хомячки.
Всем питомцам на окошко
Положу вкусняшечки!



Я на Масленицу в школу
Принесу для всех блины,
А команде по футболу -
Модные бараночки!



Газета "Школа на Волхонке" выпускается объединением "Школьный пресс-центр".

Главный редактор: Ярдаева Марина Анатольевна.

Контакты: 8-981-805-90-10, yardaeva@yandex.ru.

Над выпуском работали ученики 5Б класса: Алексей Сальманов, Маша Олейник, Лиза Вялкова, Саша Ямайкина, Матвей Панин, Ника Киселева, а также ученики 1А и 1Б классов.