



Дорогие читатели!

Примите самые искренние и душевные поздравления с Новым 2012 годом!

Пусть он принесет радость, новые впечатления, надежды и оптимизм.

Пусть он будет разным: ярким и веселым, романтическим и мечтательным, удачным и целеустремленным.

Пусть Новый год станет отличной возможностью продолжить свои успешные начинания и прекрасным шансом для тех, кто решил начать все сначала.

Грустные и горестные моменты пусть уйдут в прошлое, а самые лучшие и приятные воспоминания всю жизнь согревают душу ласковым теплом.

Пусть забудутся старые обиды, открыв дорогу для новой дружбы и любви.

Пусть звезды светят ярче, а солнце освещает путь, полный радужных надежд, радостных событий, мира и путешествий.

Пусть весь грядущий год будет полон приятных событий, радостных встреч, новых открытий и только замечательного настроения.

Пусть новости будут хорошими, знакомства приятными, дела удачными, а неприятности мелкими.

Да здравствует Новый 2012 год, и да принесет он нам лишь добро и свет!



dreamstime.com

Читайте в номере



Необычные гости. Стр. 2



Конкурсы, конкурсы... Стр. 3



Праздник Букваря. Стр. 4



Будьте здоровы. Стр. 7

Rotaļu un rotaļlietu svētki

Детство - это всегда радость! Можно играть в настольные игры и получать от этого удовольствие.



Поэтому мы решили сделать настольную игру и поучаствовать в конкурсе «Rotaļu un rotaļlietu svētki». Мы долго думали, какую игру придумать. Было много идей, но больше всех нам понравилась идея создать игру по страницам русских сказок, различных детских стихотворений и песен. И отсюда родилось название игры - «По страницам русских сказок». На создание игры ушло очень много времени. И вот игра готова. Теперь осталось только защитить игру. Защита игры проходила в клубе «Яуниба» 18 января. В конкурсе принимали участие дети из различных школ. Конкурс проходил по станциям, где мы зарабатывали баллы.



Мы должны были не только представить игру, но и презентовать её. За это задание наша команда получила максимальное количество баллов - 3. Участник из каждой команды должен было представить любимую игрушку и рассказать о ней. Самым сложным конкурсом для нас оказался «Год дракона». В мастерской необходимо было

сделать дракошу. Надо было выкроить части одежды и нарядить дракошу. Нам чуть-чуть не хватило до победы. Наша команда осталась очень довольна. Мы заняли 2 место.

Я считаю, надо устраивать побольше различных детских конкурсов, чтобы детям жилось интересней.

Вероника Трубович, 5D кл.



Конкурс «Эрудит»

17 января этого года в ВЈС «Jaunība» проводился городской конкурс «Эрудит». Этот конкурс - один из наиболее популярных конкурсов, проводимый городским школьным парламентом. Ежегодно в нём участвуют команды из всех городских школ. Конкурс оказался весьма интересным и познавательным. Причем в этом году обновился коллектив парламента и принёс новые «нотки».

Что общего у коровы и кресла, а также у штатива и рояля? На эти и многие другие вопросы пришлось отвечать участникам конкурса. Для капитанов команд был придуман музыкальный конкурс. Нужно было отгадать практически все песни из современных мультфильмов. Члены парламента в этом конкурсе вели строгий контроль над всеми командами, чтобы никто не подсказывал капитанам названия песен. Наша школа не осталась в стороне, мы тоже решили рискнуть и поучаствовали. Команда состояла из 5 человек. 4 девушки из 12 класса и одна из 9. Мы получили благодарность и очень мы не расстраивались, ведь главное не победа, а участие. Спасибо участникам конкурса Юлиане Шилейнис-Шилейко, Диане Нипере, Юлии Астратовой, Елене Дрозд.

**Арина Залотухина,
участница конкурса №5**



У нас в гостях...

24 января к нам в школу приехали кинологи Даугавпилсского управления пограничной охраны вместе со

своими питомцами. Ещё в воскресенье они принимали участие в показательных выступлениях на выставке «Зимняя сказка. Латгалия 2012», а во вторник уже приехали к нам в гости. Ученики младших классов смогли поближе познакомиться с работой пограничников.

Встреча проходила в актовом зале. Кинологи показали, на что способны их воспитанники. В выступлении принимали участие опытные собаки таких пород, как Лобрадор Ретривер и Немецкая овчарка.

Кинологи продемонстрировали, как собаки выполняют команды, объяснили ученикам, как учить молодого щенка. Мы поняли, какой это большой труд.

Пограничники рассказали много интересного. Например, что надо, чтобы стать пограничником? А для этого надо хорошо учиться, знать языки, обязательна физическая подготовка, знать, как ухаживать за животными. И самое главное - любить животных.

В конце выступления кинологи пограничной службы показали, как собаки ищут наркотики. Для этого задания дети выложили свои школьные рюкзаки, а опытный кинолог добавила сумку с сомнительным содержимым. Конечно, сумка была найдена незамедлительно. Собака выполнила задание на 10 баллов.



Встреча прошла в очень дружелюбной обстановке. Все были довольны состоявшейся встречей. Почаще бы к нам в школу приходили такие гости.

Анастасия Лапекина, 3D кл.

Esi vesels!

25 января в городе прошел конкурс „Esi vesels!” в разных возрастных категориях. Ученики 4АВ классов тоже приняли в нем участие.

Готовились к конкурсу заранее: распределили обязанности, определились с составом команды. 4В класс отвечал за поделку из пакетов от сока. Классный руководитель Островская Любовь Николаевна с девочками и родителями «сшили» великолепное платье и сделали шляпу из пустых пачек от сока. Мы все дружно собирали для них пакеты от сока. 4А готовил презентацию этикетки нового напитка. Мы с ребятами придумали напиток «Улыбка», вместе рисовали этикетку, сочинили песню, выучили ее, записали музыку. Выучили названия всех производимых в Латвии соков и напитков.

Конкурс проходит уже много лет по одному сценарию. Наше домашнее задание и презентацию оценили на высшие баллы, а в спортивных конкурсах мы немного отстали, к тому же непонятна система оценки жюри. За три эстафеты кто-то получил 4 балла, а кто-то 20. В итоге мы оказались на 5-ом месте среди девяти команд. Мы получили благодарность за участие, конфеты и воздушные шары.



Но мои ребята молодцы. Они сделали все, что могли. Спасибо вам, дорогие Абрамова Ирина, Апанович Настя, Антоненко Артем, Солдатенок Таня из 4А и Ливмане Эрика, Скрибина Диана и Петрусевиц Валентин из 4В.

Кл.рук. 4А класса Гавиловская Л.В.

В старшей возрастной категории честь школы отстаивала команда 10 класса.

В этом году, как и в предыдущие годы, домашним заданием было создание какой-либо фигуры из пустых пакетов от сока, составление рецепта собственного сока, этикетки, а также презентация всей своей работы, называемая рекламой, в которую входит и танец.



К этому конкурсному-развлекательному мероприятию ребята подошли очень серьезно, и путем мозгового штурма была разработана концепция экологически чистой соковыжималки, работающей на силе ветра. Нам эта идея показалась оригинальной, актуальной и удачной.

Фигура готова, танец поставлен, команда собрана. Поехали! И в прямом смысле «приехали». Организация этого мероприятия оказалась не на самом лучшем уровне. Судейство было основано на непонятных уму принципах, ведь все команды судили по-разному. Подбор конкурсов был сделан не для учеников средней школы, а как будто для третьеклашек. «Нас не покидало ощущение, что подготовка велась второпях, - признаёт команда 10 класса. - Мероприятие проходило в атмосфере хаоса». В итоге нашей команде присудили только «почетное» третье место. Но ребята не расстроились и, проанализировав работу, пришли к заключению, что команда была активная, творческая, самостоятельная, а главное, что она получила шанс поработать в своём классном коллективе вместе.

Ермашонок Сергей, 10 кл.

Конкурс «Фаворит»

27 января 10 учеников нашей школы (2 ученика из 5А и 8 из 7В) отправились на традиционный конкурс «Фаворит». В конкурсе участвовали 6 школ. Нам предложили 10 испытаний. Сначала нужно было показать домашнее задание. Дальше – заличка. Мы проговорили следующую: «Мы – это супер! Мы – это класс! Наша энергия только для вас.»

3 конкурс – нарисовать эмблему команды. 4 конкурс – на ловкость. Каждому члену команды дали шарик и 1 моток ниток на всех. Нужно было надуть шарики и завязать все одной ниткой. А в 5 конкурсе нужно было, отбивая руками шарик, дойти до нужной отметки. 6 конкурс назывался «Построй пирамиду». Из десяти человек нужно было построить пирамиду. Оценивалась её красота, а не высота. 7 конкурс оказался самым сложным. Нужно было встать в круг и взяться за руки. Нам называли разные буквы, цифры, знаки, а мы должны были изобразить их. 8 конкурс назывался «Перевёртыши». Нам читали современные песни, но слова были заменены антонимами. 9 конкурс назывался «Лимбо». Нам натянули верёвку, и мы должны были проходить под ней. Каждый раз её опускали всё ниже и ниже.



10 конкурс был очень простой. Мы под музыку должны были танцевать. Кто дольше продержится, тот выиграл. В конце конкурса все получили призы. Наша команда хоть и не заняла призового места, но дух соревнований всегда создаёт праздничное настроение.

Пилате Ника, 7В кл.

Grāmatas vienmēr ir bijušas noslēpums. Jau tādēļ vien, ka ar cilvēku tās sarunājas bez skaņas /Pauls Bankovskis/



Bērnu/Jauniešu žūrija 2011

VKKF un LNB Bērnu literatūras centra lasīšanas veicināšanas programma „Bērnu/Jauniešu žūrija” ik gadu pulcē bērnus, kuriem patīk lasīt. Ar prieku gribam paziņot, ka arī pagājušajā gadā tā darbojās *Piekrastes bibliotēkā*.



2011.gadā tajā piedalās 440 Latvijas bibliotēkas. Mūsu bibliotēkā projekta realizēšanā iesaistījās 45 skolēni no 10 skolām. Ir jāatzīmē, ka ar katru gadu pieaug *Bērnu žūrijas* dalībnieku skaits, saturīgāki kļūst bērnu vērtējumi par izlasītajām grāmatām, kā arī interesantāki bibliotēkas pasākumi.

Bibliotekāri devās uz 16. vidusskolu, lai kopā ar 2. klases skolēniem atklātu vēl nezināmo grāmatu pasauli. Informatīvās stundas „**Mans mazais brīnumiņš**” mērķis ir iepazīstināt bērnus ar Bērnu žūrijas grāmatām 1.-2. klašu vecumgrupā. Šajā neparastajā ceļojumā skolēnus pavadīja Saimniece un Pelīte.

Oktobrī tika izveidota ceļojošā Bērnu žūrijas grāmatu izstāde „**Neparastais parastajā**” mikro-rajona izglītības iestādēs. Novembrī bērni piedalījās pasākumā „**Rosīgie brāļi Tatu un Patu**”, kur jautri un saturīgi pavadīja laiku. Decembrī projekta dalībnieki tikās Bērnu žūrijas radošajā darbnīcā „**Grāmata šķirta uz galda, brīnišķu pasauli ver!**”.

Protams, projekta veiksmīga īstenošana nav iedomājama bez

pašvaldības un vietējās sabiedrības atbalsta. Bibliotēkas pasākumos aktīvi piedalījās mūsu sadarbības partneris - 16.vidusskolas bibliotēka

Ceram, ka bērnu interese par grāmatām un lasīšanu neizzudīs, un aizraujošs ceļojums grāmatu pasaulē turpināsies arī 2012. gadā!

Piekrastes bibliotēkas vadītāja:

A. Oleņikova



Ciemos pie Vinnija Pūka

Laipnā Piekrastes bibliotēkas vadītāja Anna uzaicināja ciemos pirmklasniekus. Mēs labprāt pieņemām šo uzaicinājumu un ļoti sniegainā 19. janvāra dienā devāmies turp. Mēs bridām pa piesnigušajām ielām un nonācām bibliotēkā

Mūs sagaidīja laipnā Annas kundze. Viņa iepazīstināja ar bibliotēkas darbu un izrādīja lielos grāmatu plauktus un telpas. Vienā no telpām notika pasākums, kurš bija veltīts rakstniekam Alanam Aleksandram Milnam. Viņam šī gada janvāra mēnesī aprit 130 gadu. Viņš ir sarakstījis daudzas bērnu grāmatas. Viena no tām ir „Vinnijs Pūks un viņa draugi.” Pasākumā piedalījās Vinnijs Pūks un Trusītis.



Mēs minējām mīklas, dziedājām Vinnija Pūka dziesmiņu, mācījāmies no Trusīša pieklājīgu uzvedību. Piedalījāmies konkurēsos un skatījāmies multeni par Vinniju Pūku. Mēs bijām uzmanīgi klausītāji, aktīvi konkursanti, labi skatītāji. Par to Vinnijs Pūks un Trusītis mūs uzciņāja ar konfektiņiem-bitītiņiem, kuras dzīvoja koka dobumā, kur bija daudz medus.

Mums arī iegāršojās medus, kas ļoti garšoja Vinnijam Pūkam. Tas

deva mums veselību, zināšanas un vēlmi būt labiem lasītājiem.

Pasākuma beigās pasniedza Piekrastes bibliotēkas vizītkartes. Tagad mēs zināsim šo bibliotēku un labprāt to apmeklēsim. Par to ir liels prieks, jo literatūra būs vienmēr līdzās labam lasītājam.

Novēlam visiem būt draugos ar grāmatu un kļūt par pastāvīgiem bibliotēkas apmeklētājiem.

Skolotāja Alīna Šumilo un viņas pirmklasnieki



Праздник Букваря

27 января наши первоклассники прощались со своей первой серьезной книгой – Букварём.



На празднике они с гордостью прочитали стихо-творения Азбуке и спели ей песню. Азбука и её помощники – Точка и Запятая с помощью интересных игр проверили, насколько хорошо ребята знают Азбуку. Но ребята не растерялись и прекрасно справились с такими сложными заданиями, как «Восстановите пословицы», «Отгадай сказку», «Эрудит». Вообще, ребята показали, что готовы и дальше грызть гранит науки.

Конечно же, первоклассники истратили очень много сил, чтобы не упасть лицом в грязь, поэтому в конце праздника их ждали в столовой накрытые столы с праздничным угощением. Это было очень кстати. Надеюсь, что этот праздник оставит в сердцах ребят глубокий след!

***Калинина
Елизавета,
6В класс***



Svētku, atceres un atzīmējamās dienas janvārī

1. janvāris – Jaungada diena.

20. janvāris – 1991. gada barikāžu aizstāvju atceres diena. Diena, kad Latvija aizstāvēja savas tiesības uz neatkarīgu valsti. 1991. gada 20. janvārī OMON un citas padomju militārās specvienības ieņēma Latvijas Republikas Iekšlietu ministriju, izraisot Rīgas centrā apšaudi, kurā gāja bojā vairāki cilvēki.

26. janvāris – Latvijas Republikas starptautiskās (de iure) atzīšanas diena. Mēs visi labi zinām, cik nozīmīga diena Latvijai ir 18. novembris. Tā ir mūsu valstiskuma proklamēšanas diena. Ne mazāka nozīme valsts vēsturē ir arī 26. janvārim, kas ir Latvijas Republikas starptautiskās atzīšanas diena. Katra valsts spējīga pastāvēt un attīstīties tikai tad, ja tā kļūst par starptautisko attiecību subjektu. Latvija par tādu kļuva tieši šajā dienā, kad to *de iure* atzina tā laika vadošās valstis: Lielbritānija, Francija, Itālija. (latīņu valodā “*de iure*” nozīmē “saskaņā ar likumu”)

6. janvāris – Zvaigznes diena

Zvaigznes dienu svinam, jo tā ir svētku diena kristīgajā sabiedrībā – tieši šajā dienā pirms vairākiem tūkstoš gadu pie Jēzus Kristus bērna nāca ciemos Trīs Austrumu ķēniņi, kas nesa Viņam dāvanas.



Kādēļ tieši Zvaigznes diena? Kādēļ tāds nosaukums?

Sena leģenda vēsta, ka tieši šajā dienā pirms vairāk kā 2000 gadiem trīs Austrumu ķēniņi Ziemassvētku zvaigznes vadīti apciemojuši Jēzu un pasnieguši dāvanas: zeltu, vīraku un mirres.

Ticējumi, kas gadu gaitā apvijuši Zvaigznes dienu.

- ♦Iepriekšējā vakarā uz durvīm jāuzraksta burti +K +M + B, tad mājās ienāks labvēlība. Kādēļ tieši šo burti? Jo ar tiem sākas svēto ķēniņu vārdi (Kaspars, Mehors un Baltazars) un, ja to pirmie burti uzrakstīti uz durvīm, viņi it kā ienākot pa tām mājā un nes svētību.

- ♦Zvaigznes dienā gaisā jāvelk krusti pie mājas durvīm un logiem, šādi sevi un savu mājvietu pasargā no ļauniem gariem.

- ♦Ja Zvaigznes dienā spīd saule un ir skaidrs laiks, būs mierīgs, satiecības pilns gads. Bet, ja Zvaigznes dienas naktī debesīs var redzēt daudz zvaigžņu, būs laba ogu raža un labs siena laiks.

- ♦Zvaigznes dienas naktī var nosapņot vīrieti, kurš tevi grasās precēt. Lai redzētu precinieku, jāuzvelk tīrs naktskrekls, zem spilvena jāliek dziesmu grāmata, jauni cimdi un trīs kāršu kungi. Zināji, ka tie sapņi, kurus redzi no Ziemassvētkiem līdz Zvaigznes dienai piepildās?

17. janvāris - Teņa diena

17. janvārī latviešiem ir cūku aizbildņa Teņa diena. To sauc arī par Tanīša, Tuņņa, Tenīsa, cūkaušu un kuņģa dienu. Šī esot saimnieču svētdiena, kad jādara tikai neatliekamie darbi, daudz jādanco. Ar Teņa dienu sākās ziemas vidus. Ēdienkartē obligāta ir cūkas gaļa - auss, pusgalva vai kājiņas.

Mūsu tautas dziesmās Tenis parasti ir personificēts. Galvenokārt viņš parādās kā cūku labklājības veicinātājs, palīgs cūkganiem vai pat cūkgana lomā. Tenis latviešiem ir cūku patrons, tādēļ arī šajā dienā daudz jārūpējas par cūkām. Uzskata, ka šajā dienā jau var sākt skatīties uz pavasara pusi. Vairākas šīs dienas paražas saskan ar Meteņu tradīcijām. Šajā dienā īpaši tiek godāts arī cūkgans: viņu ieģērbj labākās drēbēs, labi pamieļo, ved arī uz krogu izdancināt, lai izdotos labi sivēni.

Tanīss jeb Tenis ir katoļu iecienītais svētais Antonijs, kas turēts par cūku un citu sīko mājas lopu sargu. Senāk šim Antonijam turēts kāds akmens, kur tam šai dienā ziedota cūkas galva.

11. janvāris – Paldies diena

11.janvāris ir gada vispieklājīgākais datums – šajā dienā atzīmē Starptautisko „paldies” dienu. Latviešu valodā „paldies” ir cēlies no vārdu salikuma „palīdzī dievs”. Katreiz, sakot kādam paldies, mēs līdz ar to vēlām palīdzību viņa gaitās no augstākiem spēkiem.

Pateicības vārdiem ir maģiska iedarbība, ar to palīdzību cilvēki dāvina prieku cits citam un pauž uzmanību, bez kuras nevar dzīvot neviens cilvēks. Pateicības vārdi ir mutiski glāsti, tie spēj nomierināt un sasildīt ar savu siltumu. Galvenais, lai paldies būtu teikts no visas sirds.

***Lai mūsu prāti mājās domāt pateicības domas,
Tad mazāk vietas paliks rūgtumam.***

***Lai mūsu lūpas mājās runāt pateicības vārdus,
Būs mazāk jāraud, jākurn, jāsūdzas!***

Paldies!

Sagatavoja Vadims Vasiljevs, 8. A kl.

Успехи команды КВН 16 средней школы - Латгальская Лига + Школьная Лига Латвии



Во второй половине января команда КВН нашей школы порадовала любителей этой игры двумя успешными выступлениями.

Во – первых, ребята заняли 1 место во втором полуфинале Латгальской Лиги. Сразу оговоримся, это не школьные состязания, точнее не только школьные. Соперниками 16й на этот раз были 3я школа и две взрослые команды. В одной из них («Двор в законе») играл, к примеру, депутат Рязанцев, этакий курпулентный дядька. В другой - «Латгальская сборная» - был замечен выпускник 16й школы (правда он ушёл после 9 класса в Гимназию центра, и было это, 10 лет тому назад). Несмотря на это наши ребята, не ударили в грязь лицом, а даже наоборот - «вытянули» КВН, за что получили массу похвал в городских СМИ.

Зал, причём не только наши болельщики (а им отдельное спасибо), принял 16ю «на ура!». Со всех сторон слышалось: «Вы лучшие» и «Колян, спаси КВН». К слову сказать, Колян (Коля Гедзюн)- капитан команды, на данный момент является студентом 1 курса РТУ. В паре с Инессой Богдане (также КВНщица с пятилетним стажем, выпускница нашей школы, ныне пограничница) блестяще отыграли ведущих «Интуиции» (главная нить «домашнего задания» команды «YES!»). Коля, действительно, был «один за всех»- и дантист, и «гопник», и Артур Пирожков.

Яркие образы создаёт ещё одна выпускница - Таня Романова (кстати, Мисс ИСМА 2011), чего только стоил её танец с ведущим шоу-Александром Комаровым! Зал просто взорвался аплодисментами. Надо сказать, все импровизации - выходы в жюри (Ширяков - Лачплесис, Янцевич - тату Сталина), привлечение к игре ведущего были отличной находкой. Зал взрывался хохотом снова и снова.

Зритель запомнил образы, созданные Димой Пожарским(11 В) - «Весёлый молочник», прораб - внедорожник с улицы Имантас, который ещё и «любитель макраме», ко всему прочему, Сергей Зверев, лось на границе, робот, «убивающий» ведущего, со словами «Комар - ОФ». Зал «плакал».

Эта игра выявила замечательного фронт - мэна-Вадима Синякова (12А). Помимо того, что он объявлял миниатюры, так он ещё и прекрасно отыграл пограничника - бальника, гопника, бомбящего кофейный автомат, и даже бомжа, выигравшего в карты «все лопаты» у строителей - дорожников (вот, оказывается, почему улицу Имантас который год не могут до ума довести!)

Саша Солдатёнок (12А)- всех «порвала» его «странная медсестра» и «Еду в Магадан». Пожалуй, ни одна миниатюра не обошлась без штрихов, которые он очень грамотно привносил в неё. К слову сказать, автором многих идей, на которых строится выступление, является именно Саша.

Немного о новичке команды - Жене Ободниковой (9А). Зал запомнил её яркие образы- реклама белого платья, уборщица дискотеки ит.д.

И конечно, человек, без которого не было бы не только победы, но и, наверное, самого выступления. Кто вы думаете? Правильно! «Клавишник», «звукач» - звукооператор команды- Дима Чернобыль(12 А). Скажем без преувеличения - лучшего «звукача» не было не только в 16й школе за все годы существования клуба КВН (а нам в 2012 исполняется 15!лет), но даже и истории КВН-овского движения Даугавпилса (наше субъективное мнение).

А 30 января команду пригласили, сыграть четверть - финал Школьной Лиги (Рига). Ребята приняли предложение и сразились ещё с четырьмя рижскими школами.

Было очень приятно услышать лестные слова от редактора школьной Лиги (Максим Марченков) и президента КВН Латвии Александра Сулимова, что Даугавпилсский «YES!» показал традиционно классное приветствие. Причём, на этот раз были не только классные танцы и песни (чем всегда славилась наша команда, ещё бы, ведь все девочки - профессиональные танцовщицы, которые ставят поистине великолепные номера). К сожалению, пришлось уступить 1 место Пушкинскому лицей, который показал лучший видео-конкурс (традиционно слабое место даугавпилчан). Таким образом, 16я прошла в полуфинал Школьной лиги Латвии с бонусными баллами, заняв почётное 2 место.

Отметим, в Риге команда ещё раз почувствовала на себе поговорку «дома и стены помогают»...и чего стоит поддержка зала. Так что спасибо тебе, зритель Даугавпилса, нашего серого, порой мрачного, но всё равно родного и доброго города.

Спасибо, что были со мной.

P.S. Отдельное СПАСИБО Ольге Дукшинской (руководитель IP), благодаря которой команда КВН 16й школы смогла принять приглашение для участия в новом сезоне Школьной Лиги Латвии

Рудько С.И.

Дайте им по шапке



Молодежь просто одержима модой. Девушки и юноши готовы терпеть любые неудобства, лишь бы «быть на высоте» в обществе ровесников, которые, если что не так, засмеют или изгонят из престижной компании. А родители очень беспокоятся за здоровье своих детей. Они мучительно ищут способ заставить почти взрослого ребенка носить шапку. Понятно, что родительская власть тут не поможет. Парень или девчонка выйдет из квартиры в шапке, обещая, что не снимет ее до самой школы, а из подъезда выскочит уже без нее. Поэтому остается только взывать к разуму школьников.

Чтобы выяснить, почему старшеклассники не носят головной убор, мы провели небольшой опрос в нашей школе.

Карина, 9 класс:

— Сейчас неизвестно, какую шапку носить. меховые теперь уже никто не носит. беретки, платки, шляпы тоже вышли из моды. Остаются вязанные шапки. Но у меня на шерсть аллергия, голова чешется. А в синтетической шапке голова потеет. В общем, нет для меня подходящего головного убора.

Оля, 11 класс:

— У меня очень непослушные волосы: с трудом удается их уложить в приличную прическу. А если я надену шапочку, от моей прически вообще ничего не останется. В крайнем случае, в сильные морозы я накидываю капюшон.

Вероника, 9 класс:

— Я себя чувствую очень комфортно без головного убора. Даже в самый сильный мороз я надеваю шерстяную полоску на голову, которая закрывает уши. Кроме того, я где-то читала, что ходить без головного убора полезно.

Игорь, 9 класс.

— Мне не нравится, как я выгляжу в шапке. Я хожу без шапки до тех пор, пока мне не станет действительно холодно. Как только становится невмоготу, я ее, естественно, надеваю, потому что не враг своему здоровью.

А что говорит медицина?

Кожа головы взрослого человека составляет 10% от всей поверхности тела, поэтому тепло из организма в значительной степени уходит через голову. В какую погоду можно ходить без головного убора? Это зависит от индивидуальных особенностей человека, от его ощущений, от времени его пребывания на улице, а также от ветра и влажности воздуха. Есть люди, которые надевают шапку при малейшем похолодании, потому что без нее они чувствуют себя некомфортно и могут простудиться. Но есть и те, кто переносит холод легко.

Однако с точки зрения медицины самая низкая температура, при которой можно ходить без шапки, — это минус пять градусов Цельсия, притом в сухую безветренную погоду. Если идет снег, дождь или дует ветер, шапку надо надевать обязательно и при плюсовой температуре.

Чем опасно охлаждение головы?

Уши...

Наиболее чувствительны к холоду уши. Именно они первыми отмораживаются и болят. Густые длинные волосы для них недостаточная защита. Бывает, что когда ребенок входит в теплое здание школы с замерзшей головой, ему становится очень больно — сказывается контраст температур. Учиться в таком состоянии крайне тяжело!

Носоглотка...

Слуховые проходы, слизистые носа, глоточные миндалины находятся очень близко друг от друга. Если воспалился какой-то один орган, инфекция тут же переходит и на все остальные. В результате, может возникнуть воспаление уха, ангина или насморк, осложненный гайморитом.

Волосы...

При низких температурах могут выпадать волосы.

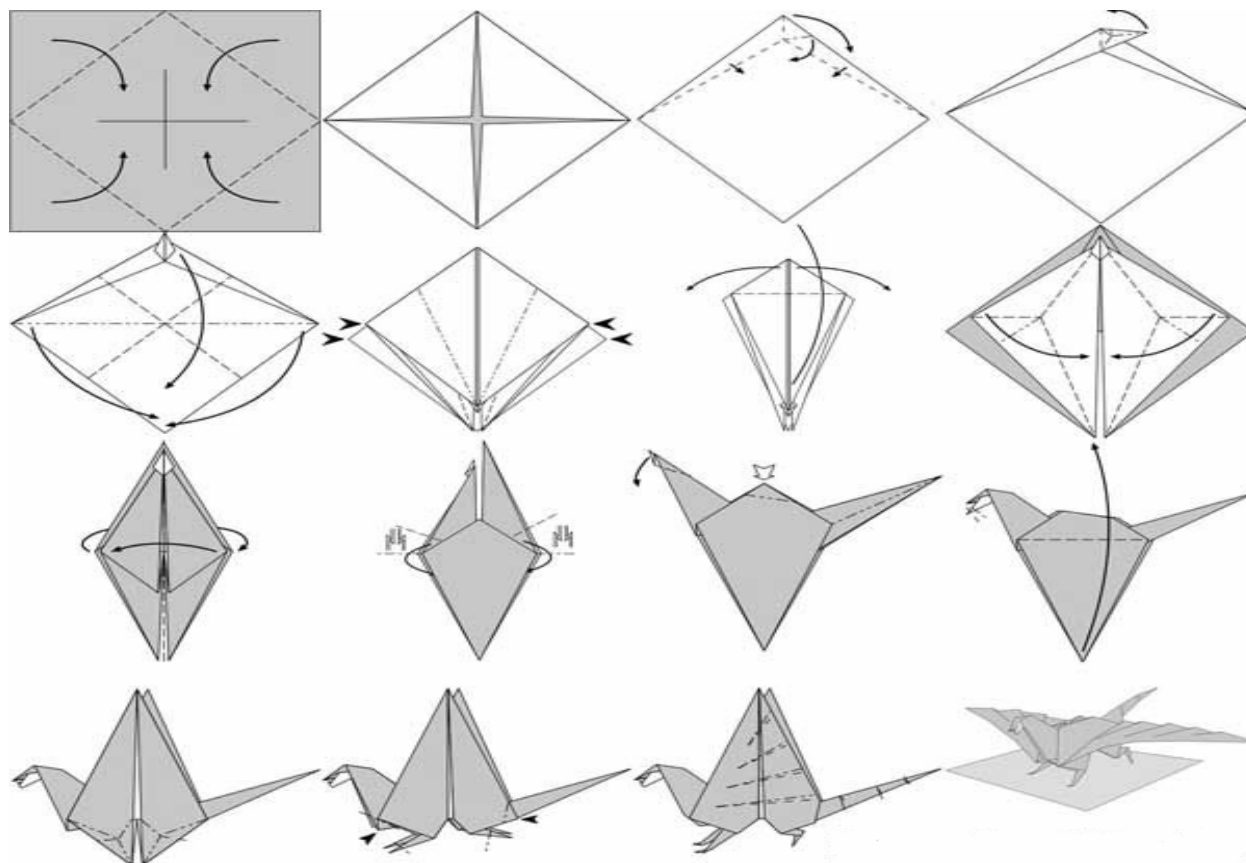
Нервы...

Переохлаждение головы может спровоцировать невралгию лицевого и тройничного нервов. Дело в том, что от холода сужаются сосуды на поверхности головы и кровоснабжение нервов нарушается. Если пострадает лицевой нерв, у человека может перекосить половину лица. А если воспалится тройничный нерв, боль будет очень сильной, «стреляющей».

И все же гулять в мороз без шапки не так опасно, как, например, ходить с голой спиной, когда брюки сидят низко, а свитер короткий. Вот это действительно может иметь ужасные последствия. Достаточно сказать, что у одной молодой женщины, которая в старших классах школы ходила именно в таком виде, после выхода замуж случились две подряд внематочные беременности, в результате чего она осталась бесплодной.

Материал подготовил Рукман Ю., 9А

В год Дракона пробуем мастерить дракончика



С ДНЁМ РОЖДЕНИЯ!

Дорогие наши учителя!

Ирина Анатольевна
Елена Анатольевна
Светлана Ивановна
Елена Брониславовна
Жанна Владимировна
Людмила Витольдовна



Дārgās mūsu skolotājas!

Anželika Anufrijeva
Inga Garā
Zinaīda Ņikitina
Valentīna Ribakova
Alīna Šumilo

С днем рождения Вас хотим поздравить,
И от сердца чистого сказать:
«Пусть Ваша жизнь счастливой будет,-
Хотим Вам столько пожелать!
Чтобы судьба дарила только радость,
Здоровье, улыбки и цветы!»

Lai Jūsu rokām vienmēr ir ko darīt
Lai Jūsu makā vienmēr ir pāris monētu.
Lai saule vienmēr spīd Jūsu logā,
Lai lietum vienmēr seko varavīksne,
Lai draugs vienmēr pastiepj palīdzīgu roku
Un lai dievs pilda Jūsu sirdi ar prieku.

Redaktors:

J.Rukmans, 9.A

Redaktora vietniece:

A. Zolotuhina 9.A

Korespondenti, noformējums:

A. Latišenko 8.A

V.Geidāns 8.A

D. Tupickis 8.A

V. Valenicks 8.A

V.Vasiljevs 8.A

V. Lapekina 9.A

K. Veržbicka 9.A

S. Vagele 9.A

A. Špoģis 9.A

S. Jermašonoks 10.

Konsultantes:

V. Lipkoviča

Z. Panfilova