

# Школьный вестник

Новый год тихонько наступает,  
Новые надежды всем  
несет.

С наступающим сердеч-  
но поздравляем,  
Пусть он будет лучшим,  
этот год!

С уходящим пусть уйдут  
проблемы:  
Все болезни, трудности  
и зло.

Добрými пусть будут  
перемены,  
Повезет пускай, врагам  
назло!

Мы желаем вам любви,  
везения.

Отведет Господь пускай  
беду.

Пусть здоровы будут ва-  
ши дети

В новом наступающем  
году!

МКОУ Почетская СОШ



Том 1, выпуск 4  
Декабрь, 2016

## Цитаты:

- *Говорят, под новый год все всегда сбывается, даже то, что целый год сбыть не получается.*
- *Завтра — первая страница из 365 страниц книги. Напишите ее хорошо.*



## В этом выпуске:

<i>Мое путешествие</i>	2
<i>Школьные новости</i>	3
<i>КВН +</i>	4
<i>Победа в муниципальном этапе</i>	5
<i>Минута молчания</i>	6—7
<i>Про любовь</i>	8-9
<i>Добро вокруг</i>	10-11
<i>С Новым годом!</i>	12
<i>Спорт</i>	13
<i>Рождественские гадания</i>	14

## «Моё Путешествие»

С 28 ноября по 2 декабря команда нашей школы отправилась на б/о «Салют» г. Канска для участия в краевой интенсивной школе «Мое Путешествие». Состав команды: Алимова С., Алимов А., Маланкин И., Ломакина А., Грудцын А., Васина М., Петроченко О., Крюк А., Лузина Н., в сопровождении Баландиной В. А.

По приезду нас разместили в первом корпусе. Как обычно в первый день мы участвовали в различных интересных мастер классах и знакомились друг с другом, а также разрабатывали и защищали мини-проект. Тема нашей работы—«Борьба за чистоту русской речи», защита прошла на «отлично». Ну а вечером мы представляли свою команду девизом и песней с подтанцовкой. Во второй день проходила невербальная полоса: мы должны были не проронив ни слова, договориться друг с другом. А после вкусенького обеда мы отправились на мастер-классы: «Бабочка», переправа, вязание узлов, психологический тренинг. Третий день мы проходили лабиринт и попутно создавали фото-квесты и экскурсии, в конце дня мы представляли наработанный материал.

В последний четвёртый день в актовом зале мы прорабатывали маршрут туристического путешествия. Мы назвали свой тур «Ассорти». Ведь в него включался комбинированный туризм, состоящий из водного, горного и пешеходного. На создание и оформление нашего тура мы затратили два часа, после этого мы защищали его. В результате наша команда заняла почетное третье место.

Вечером состоялся прощальный концерт, на котором мы исполнили танец и песню.

Вся наша команда очень ждет следующей сессии в марте.

*Автор статьи: Алимова Снежана*





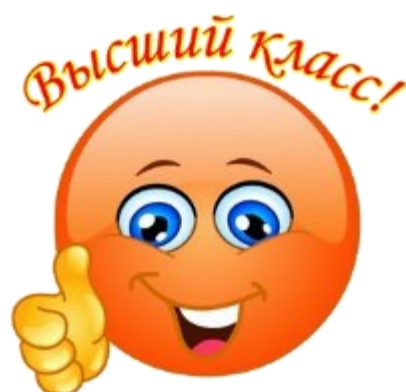
## «Предметная неделя по русскому языку»

С 12 по 16 декабря в школе прошла предметная неделя начальных классов, посвященная русскому языку. В рамках этого мероприятия проведены конкурсы и уроки: "Лучший каллиграф" (2-4 классы), "Грамматический бой" (2-4 классы), "Веселая АЗБУКА" (1 класс). Ребята искусно составили коллаж на тему "Интересные факты о русском языке" и разместили его в школьном коридоре. Все закончилось общим КВНом и награждением лучших знатоков русского языка. Инициативу и выдумку по проведению данного мероприятия проявила Зырянова М. М., учитель 1-ого класса и руководитель ШМО начальных классов. Лучшими каллиграфами в школе теперь считаются Петроченко А. (2 класс), Бурнашева С (3 класс) и Прохоренко Д. (4 класс). Команда победитель КВН—3 класс (кл. рук. Сердюкова О. Н.).

## «Декада инвалидов»

01.12—10.12 в Почетской школе прошел ряд мероприятий, посвященных «Декаде инвалидов». Открытие началось с общешкольной линейки, где обучающиеся были ознакомлены с содержанием предстоящих мероприятий. Была показана презентация "Твори добро". В рамках проведения Декады инвалидов прошли конкурсы сочинений и рисунков «Дорогою добра», а также выполнена коллективная работа, где ребята проявили активность, творчество, взаимопомощь и показали умение самостоятельно распределять поручения между участниками коллективной работы.

*Источник: сайт Почетской школы <http://pochetschool.ucoz.ru>*



## КВН\_2016

В преддверии Нового года наша команда: Алимова С., Ломакина А., Орлова И., Тахтай К., Сорокина Т., Чернецкий В. и Иванова Е. приняли участие в районном этапе «КВН+». Название своей команде «6/7» мы выбирали не долго, так как нас семеро и всего один представитель мужского пола, решили много не мудрить. По приезду мы немного расстроились, что не увидим выступления других команд, так как нам пришлось выступать первыми, чтобы быстрее уехать домой. Уже дома нам сообщили приятную новость которую: наша Катя была призвана лучшей актрисой. Мы поняли, что наши труды были не напрасны и все проведенные репетиции помогли нам достичь успеха.

*Автор статьи: Алимова Снежана*





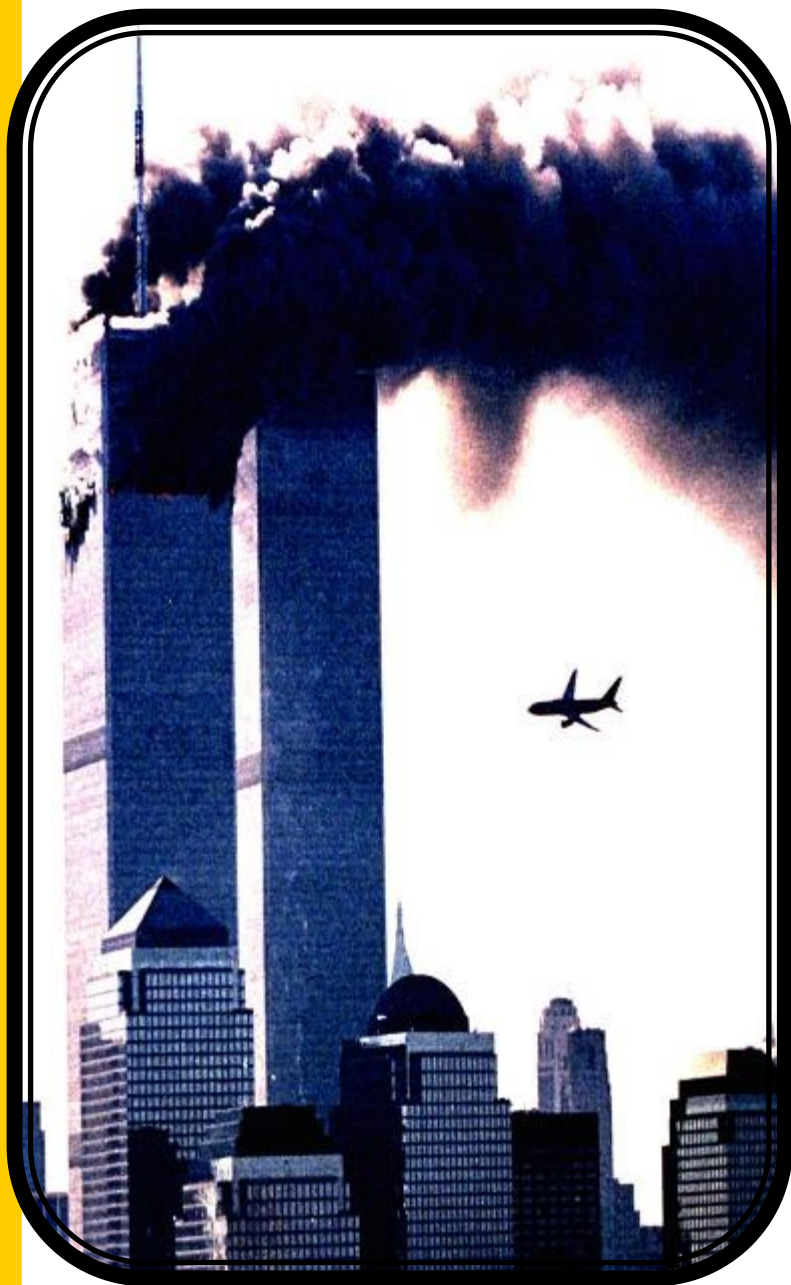
## Педагогическая конференция

На педагогическую конференцию «Качественное образование через эффективные управленческие и педагогические практики» в субботу выехала группа педагогов Почетской школы и филиальной Чигашетской ООШ. В секции «Обеспечение планируемых результатов, процедуры мониторинга и способы оценки» свой педагогический опыт по теме «Мониторинг – способ получения объективной информации о состоянии и динамике уровня сформированности планируемых результатов у младших школьников» представила Сердюкова О. Н., ставшая победителем в данной секции, с чем мы ее и поздравляем! Надо отметить, что Оксана Николаевна очень вдумчивый и ответственный педагог, ее дети ежедневно после уроков задерживаются в школе, чтобы поработать дополнительно на различных образовательных сайтах (даже записываются и соблюдают очередь). Кроме этого, работают с сайтом и дома уже дети с родителями. Просто Интернет-бум какой-то!! Но мы считаем, что это хорошо скажется в дальнейшем на качестве знаний наших ребят.

*Источник: сайт Почетской школы <http://pochetschool.ucoz.ru>*



*Стихотворение посвященное людям, которые подверглись терроризму*



Ещё вчера вы были живы  
Мечтали, думали, любили.  
Но рок судьбы нить разорвал  
И молодую жизнь забрал.

Ещё вчера вы обнимали  
Отца, мать, брата и сестру  
И грудь свободною дышала,  
Но, а сегодня вы в раю.

Чем можем вам помочь?  
Не знаю.  
Но боль сжимает сердце мне.  
Я к богу сердцем призываю  
И слёзы душат душу мне.

Но, а сейчас мы с вами вместе  
Молитвы, слёзы и слова  
Обращены к Нему, а я лишь  
Скорблю и помню вас всегда.

Кончая эти строки, плачу  
Не холодна слеза моя  
Я знаю, вы теперь свободны,  
Вас не забудут никогда!





## Терроризм—мировая проблема

Наверное, не все знают, но мировой терроризм имеет уже достаточно длительную историю. Он впервые появился не в наше время, а еще во времена Великой французской революции. Что касается России, то у нас первые террористические группы возникли еще до революции. Террористы своими действиями, прежде всего, стараются оказать психологическое воздействие на общество. Они пытаются любыми способами запугать людей. Ведь и само слово "террор" в переводе с латыни означает "ужас". К теракту просто невозможно подготовиться заранее, по этой причине всегда следует быть настороже.

Терроризм в настоящее время является одной из важнейших угроз безопасности человечества и современному миру в целом. К сожалению, нужно отметить, что именно наша страна стала одной из главных мишеней террористов. В последние годы фиксируется рост количества подобных преступлений.

Дети и взрослые в России и во всем мире должны знать, что с терроризмом необходимо не только бороться, гораздо важнее и эффективнее предупреждать его возникновение. Только объединившись, все вместе мы сможем противостоять терроризму, не только национальному, но и международному.

Каждый из нас просто обязан проявлять ответственность и бдительность, ведь никто не застрахован от попадания в подобную страшную ситуацию. А лучшей профилактикой экстремистских настроений в обществе являются толерантность и взаимоуважение. Мы должны уважать культурные и религиозные особенности всех тех народов, которые населяют нашу многонациональную страну.

Трагические события в Беслане потрясли весь мир и имели широкий общественный резонанс. Лидеры разных стран и простые люди выражали солидарность России в ее борьбе. Можно с уверенностью говорить, что борьба с терроризмом на сегодняшний день является одной из важнейших задач нашего государства.

*Разворот подготовлен Сорокиной Татьяной*



## Любовь по сети

Вы помните свою первую любовь? Какой она была?

Красивой, безмятежной. Любовь нельзя описать, её нельзя выбрать. Любовь - такая заезженная тема, которая никогда не перестанет волновать человеческое мышление. Тот, кто противоречит ее существованию, не совсем познавшие люди. Считаю я так. Я не возношу любовь, но если мне дан шанс любить я от него никогда не откажусь. Любовь... Она, право, прекрасна. Она помогает чувствовать нежное, видеть красивое, чувствовать запах её...

Это не сказка, это не смысл жизни - это и есть жизнь. Твоя жизнь в ком-то.

Никогда в жизни не думала что встречу его, даже в моих планах и мыслях не было. Декабрь.. 24.. Ночь.. За окном снег.. Чувство... Мысли о прошлом.. Какие-то бумаги.. Куча разного хлама.. Пишу стихи ему, в тетрадах и блокнотах.

Это один шанс.. Одна любовь.. Одна история..

У всех своя история любви. Моя история началась так, что я даже не успела осознать её смысл... А за 2 месяца до этого дня мы познакомились "ВКонтакте", необычный, загадочный парень... И с этого момента менялась моя жизнь, как менялись время года. Это любовь, или ты просто чудо, я не знаю. Правда, не знаю...

Я помню все наши переписки, все наши слова, помню ту дату когда ты мне написал. Даже помню твои слова. Помню твой голос. И каждый раз закрываю глаза, пытаюсь вспомнить тебя, чтобы не забыть.. Человек, который запал в душу, не забывается ни через день, ни через месяц, ни через год. Чтобы не случилось, какие бы события не сменяли друг друга, для него всегда предназначено место в сердце. Я говорила тебе, что ты не навсегда, и ты уйдешь, как и все.. Ты сказал, что таковым не являешься, не надо за тебя что-то решать, говорил что не нужно тебя с кем-то сравнивать. Я верила тебе, наивна..

Не оправдались мои надежды.. Я помню все, я сохранила наши переписки, я каждый день захожу на твою страничку, читаю, думаю о тебе, и мне хочется тебе написать. но.. Ведь тебе там без меня хорошо. И тут же думаю, зачем навязываться.. Я знаю, что у тебя все будет хорошо... Ты встретишь достойную девушку, которую очень полюбишь, правда очень обидно, что причиной твоего счастья буду не я. Ты будешь находить на нее время, даже несколько минут в день... Не знаю, будешь ли ты ей так дорог, как дорог мне.



Все будет.  
Не надо спешить.  
— Всеу свое время.



Будет ли она улыбаться на твои сообщения, как я? Ценить и слушаться тебя даже в самых малых примитивных вопросах, как слушалась я? Самое обидное, что если бы я и хотела послушаться тебя, я попросту этого не могу сделать. Я не знаю, что на данный момент со мной происходит, но меня пугает это чувство, и я не знаю как от него избавиться. Не было ни одного дня, ни одной минуты, когда бы я о тебе не думала. Хм... Наверное очень глупо думать об человеке целыми сутками, в то время когда ты обо мне не задумываешься даже на минуту.

Да, я много с кем проводила совершенно беззаботное время.. И дело не в тебе, а во мне. Дело во мне. Если бы ты знал, какая я не уверенная в себе девушка... Встретиться с тобой, для меня это - сущий пустяк. Я боюсь, очень боюсь.. Я боюсь разочароваться, боюсь наступить на те же грабли, боюсь совершу какую-нибудь ошибку, я боюсь.. Много чего. Лучше не знать правду! И, отпустив тебя, я сделала большую ошибку.. Если б ты читал это, хотя бы понял меня..

Когда я встретила тебя, я никогда раньше не испытывала подобных чувств. Я избегала отношений, потому что не могу на них полагаться. Я строила свою жизнь, рассчитывая на единственное, что можно контролировать. А потом появился ты. Я не подпускала тебя не из-за отсутствия любви, а потому, что боялась потерять себя в ней.

Люди то появляются, то уходят. За этот год я потеряла многих людей, родных и близких. Те люди, мне были дороги, их больше нет. И от каждого я научилась чему-то. Я совершала много ошибок, падения, взлеты.. Я научилась многому от жизни... И все эти люди не приходят зря в нашу жизнь..

Думаю, на этом закончу. И в конце хочу сказать : любите друг друга. Берегите друг друга. Берегите любовь.

*Автор, пожелавший остаться неизвестным*



## «Что такое доброта?»

23 декабря в Почетской СОШ прошло мероприятие на тему «Что такое доброта», на котором присутствовали учащиеся 1-10 классов, все дети приняли самое активное участие. Обсуждали качества человека доброго и недоброго, отзывчивого и жестокого, милосердного и сердечного. Сделали вывод и просмотрели презентацию о том, что люди должны быть порядочными и добрыми к инвалидам, пожилым и просто в обществе друг с другом, оказывать помощь и внимание; быть милосердными к «братьям нашим меньшим», охранять и беречь природу и животный мир природы.

Ученики 7-9 классов шефствуют над ветераном Великой Отечественной войны Котляр А.А. Ученики 5 класса помогли с уборкой дров больной бабушке Блиновой В.Е., Столяров Женья из 6 класса спас бездомного котёнка, теперь Рыжик живёт в семье. Ученики 5 класса поздравили с Новым годом две семьи инвалидов и подарили подарки и повесили кормушки на пришкольном участке. В школе прошёл конкурс сочинений «Что такое милосердие?». Вот что пишет Алимova С. - президент школы: «Доброта—это отзывчивость и милосердие ко всем окружающим. Такие качества должны быть в каждом человеке. Делать добро—это так приятно.» Усов С. из 5 класса написал: «В моей жизни было много добрых и хороших поступков. Я помогаю одноклассникам в школе, родителям, бабушке, в Красноярске 100 рублей дал слепому человеку. К природе отношусь аккуратно. Я думаю, что доброта и в мороз согреет.»

В целом ребята написали, что доброта - это уважение и помощь всем людям, но по-разному— это равнодушие, доброе слово, поступок. Алимов А. (7класс) пишет: «Доброта - это помощь другим людям. Она должна быть взаимной. Мне с друзьями нравится делать добро другим людям. Добрый человек лучше живёт, чем злой, он кажется красивее, к нему тянутся другие люди и берут с него пример.»

*Автор статьи: Попалова А.Ю. с участием Смирновой В.Н.*





## «А у нас Новый год»

Вот и скоро новый год! А придумала креативно встретить этот самый чудесный волшебный праздник Иванова Е., ученица 10 класса, которая летом побывала на проектной школе ТИМ Юниор. Осенью этого года она защитила проект на "Территории-2020", который называется "Театральная студия "СЕЛЯТА". Так вот в рамках этого проекта вчера (в воскресенье) ребята 10 класса во главе с Катей, заместителем председателя школьного самоуправления Сорокиной Т. и Орловой И. украсили коридоры школы снежинками, колокольчиками, воздушными цепями и шарами так, что сегодня все пришедшие утром в школу были приятно удивлены увиденными чудесными превращениями. На этом не заканчивается Катин проект. Все еще впереди!!!

*Источник: сайт Почетской школы <http://pochetschool.ucoz.ru>*

Совсем недавно в нашей школе прошло предновогоднее мероприятие. На кануне нового года мы решили поднять всем новогоднее настроение. Тахтай К., Орлова И., Сорокина Т., Ломакина А., Алимова С., Иванова Е.. сами сшили себе костюмы, приготовили украшения, весь материал был закуплен на средства проекта Территория-2020.

Мы долго разрабатывали сценарий этого мероприятия. И вот, что у нас получилось: эльфы раздавали конфеты, играли в ручеек и другие подвижные игры всей школой. На протяжении всего дня звучала новогодняя весёлая музыка. Сама школа была украшена гирляндами, на зеркалах сверкали снежинки. Было очень весело и интересно и детям, и взрослым. И мы также получили кучу эмоций.

*Автор статьи: Иванова Екатерина*



## «Спешим поздравить»

Благодарим Вас за терпенье,  
За Вашу широту души  
И новогодним поздравленьем  
Мы Вас порадовать спешим.

Пусть новогодний этот праздник  
Изменит все сейчас вокруг.  
И пусть любой-любой проказник  
Послушным сразу станет вдруг.

Пусть Новый год горой подарков  
Вас от души завалит враз,  
А жизнь пусть станет очень яркой,  
Начальство хвалит пускай Вас.

Желаем вам учащихся  
Усердных и прилежных,  
И глаз всегда светящихся  
От чувств больших и нежных.

**10 класс**

Вы педагог, Вы наш учитель,  
Вы знаний сказочных хранитель!  
Вас с Новым годом поздравляем,  
Счастливой жизни Вам желаем!

Пусть всё исполнится, конечно,  
В делах чтоб было всё успешно,  
В семье всегда покой чтоб был,  
Чтоб ангел Вас всегда хранил!

И в этот славный Новый год  
Желаем жизни без хлопот,  
Послушных Вам учеников  
И много добрых, нежных слов!

**11 класс**

Любимого учителя  
Поздравлю в Новый год,  
Пусть вам в этом году  
Каждый день везет.

Учеников прилежных,  
Коллег доброжелательных,  
Итоговый протокол

Звонков не оглушающих,  
Родителей понятливых.

Тестов без шпаргалок,  
Контрольных без ошибок,  
Уроков без скандалов  
И миллион улыбок.

Море детской радости,  
Смеха, позитива,  
Веселой жизни школьной  
И семьи счастливой.

**8 класс**

Профессия такая благородна —  
Учить детей и сильно их любить.  
Пускай ее не называют модной,  
Но ведь учителю без школы не прожить!  
Пусть в Новый год вам будет непременно  
Тепло, и радостно, и весело всегда.  
Вы — человек для нас не просто ценный,  
Воплощены в Вас ум и доброта!  
Живите до ста лет, не зная скуки,  
Здоровы будьте и добры душой.  
Пусть ставят лишь «отлично» Ваши руки,  
А сердце греет настоящей теплотой!

**5 класс**





## *Спортивная страничка*

Совсем недавно в нашей школе проходили соревнования на самый класс, мероприятие разделили на три этапа. В первые два дня соревновались классы в подтягивании на перекладине, челночном беге, отжимании и тд. А во третьем этапе были соревнования на звание лучшего среди лучших. Из каждого класса отбиралось по две девушки и два юноши, и среди них определялся победитель.

### *Итоговый протокол школьных соревнований «Самый спортивный класс»*

Класс	Количество учащихся	Количество учащихся	% участия	Всего очков	Место
1	19	16	84	16	II
2	17	16	94	117	I
3	9	9	100	114	III
4	11	8	73	74	4
Старшее звено					
5	11	10	90	104	II
6	8	6	75	66	6
7	9	7	78	70	4-5
8	10	10	100	95	III
9	11	6	55	47	7
10	9	9	100	70	4-5
11	3	3	100	111	I

Самыми спортивными ребятами признаны: Народова К (2 класс) - 1 место, Елизова К (2 класс) - 2 место, Севостьянова Ю (1 класс) - 3 место; Петроченко А (2 класс) - 1 место, Цитович И (1 класс) - 2 место, Ходкин Д (3

класс) - 3 место; Алимова С (8 класс) - 3 место, Рукусуева Е (6 класс) - 2 место, Сучкова К (11 класс) - 3 место; Цуцкогин Н (8 класс) - 1 место, Александров С (5 класс) - 2 место, Белушкин П (5 класс) - 3 место.

### *Турнир по баскетболу*

17 декабря в спортивных залах Абанских СОШ № 3 и № 4 прошел турнир по баскетболу среди юношей 1999—2002 г.р. в зачет спартакиады «Школьная спортивная лига». В соревнованиях приняли участие 8 команд: Абанские № 1, № 3 и № 4, Никольская СОШ, Почетская СОШ, Долгомостовская СОШ, Устьянская СОШ.

Предварительно команды были разбиты на 2 группы. В соответствии с регламентом турнира, команды, занявшие 1 места в групповом турнире, разыгрывали 1 – 2 места. Занявшие 2 места в групповом турнире, разыгрывали 3 – 4 места, занявшие 3 места в групповом турнире разыгрывали 5—6 место, занявшие 4 места в групповом турнире получали 7 место.

В группе Абанская СОШ №3 выиграла у Долгомостовской школы 25:18, Березовской 52:2, у Устьянской команды 29:2. Второе место в группе заняла Долгомостовская СОШ, которая в свою очередь обыграла Березовку и Устьянск. Во второй группе Никольская СОШ обыграла «четверку», команду первой школы и Почета. Второе место в этой группе заняла команда СОШ № 4.

В финальной встрече за 1 место Абанская школа № 3 переиграла Никольскую школу 45:8. 3 место заняла Долгомостовская школа, 4 – Абанская СОШ №4, 5 – Абанская ООШ №, 6- Устьянская СОШ, 7 место разделили Березовская и Почетская школы..

Лучшими игроками соревнований признаны: Туров Евгений – Абанская СОШ №3, Дергачев Александр – Долгомостовская СОШ, Ануфриев Василий – Никольская СОШ.

*Страницу подготовила: Мытько Алеся*

## *Рождественские гадания*

Рождество - хорошее время для гаданий. Считается, что для этого больше подходит период от Рождественского сочельника (6 января) до Крещения (19 января).

Человек всегда беспокоится о своей судьбе, об успехе дела, о здоровье, о любви. Его всегда интересует будущее. Именно поэтому на Руси издавна появился обычай - гадать. Существует множество способов гаданий. Но конечно, самые интересные и таинственные гадания бывают в Новогоднюю ночь, на Рождество или Крещение.

Гадание всегда считали делом "небожеским", поэтому те, кто хотели погадать, должны были снять с себя нательные кресты и пояса, развязать все узлы на одежде, распустить волосы. Гадать направлялись тайком: выходили из дому не перекрестившись, шли молча, босиком, в одной рубашке. Покрывали лицо платком, и зажмуривались, чтобы их не узнали, если кто-то вдруг по дороге встретится.

### Гадания

Для того чтобы приснился вещий сон, нужно чистой расческой расчесать на ночь волосы, и произнести: "Суженый-ряженный, приди ко мне наряженный" и положить расческу под подушку. Перед тем, как заснуть, нужно постараться представить себе образ суженого.

Вывешивают на ночь белое полотенце со словами: "Суженый, ряженный, приди и умойся". Если утром полотенце будет влажным - значит, в этом году девушка выйдет замуж. Останется сухим - увы нет.

Кладут под подушку хлеб и ножницы со словами: "Суженый-ряженный, много одетый, приди ко мне, накорми и причеши".

Едят перед сном что-нибудь соленое и просят: "Приди, напои меня!"

О гадании на зеркале со свечами знают многие. Но старину существовал и другой вид "зеркального" гадания. Девушка принимала яблоко, разрезала его на девять частей, затем, стоя перед зеркалом, съедала восемь из них, а последнюю дольку бросала через левое плечо. После этого в зеркале быть суженому.

Достаточно распространено было и гадание на лодочке. Собирались несколько девушек, вставляли небольшие свечные огарки в скорлупки грецких орехов, зажигали и пускали плавать в миску с водой. В какой из подруг свеча сгорит быстрее, та и замуж раньше выйдет. У кого будет гореть долго - в этом году замужества не видать. А уж если скорлупки утонет - так и вековать несчастной старой девой!

Со свечами связано и литье воска. Берут свечу и, разломав ее, кладут куски в металлическую ложку. Нагревают на огне до тех пор, пока воск не расплавляется. После этого его одним махом выливают в приготовленный таз с водой. Смотрят на плавающую в воде восковую фигуру и дают толкование.

Традиционным в старину было гадание на рождество с кольцом. Брали простую стакан с ровным дном, наливали туда воду и осторожно опускали в нее кольцо. Смотрели внутрь кольца, и через некоторое время в нем был образ суженого.

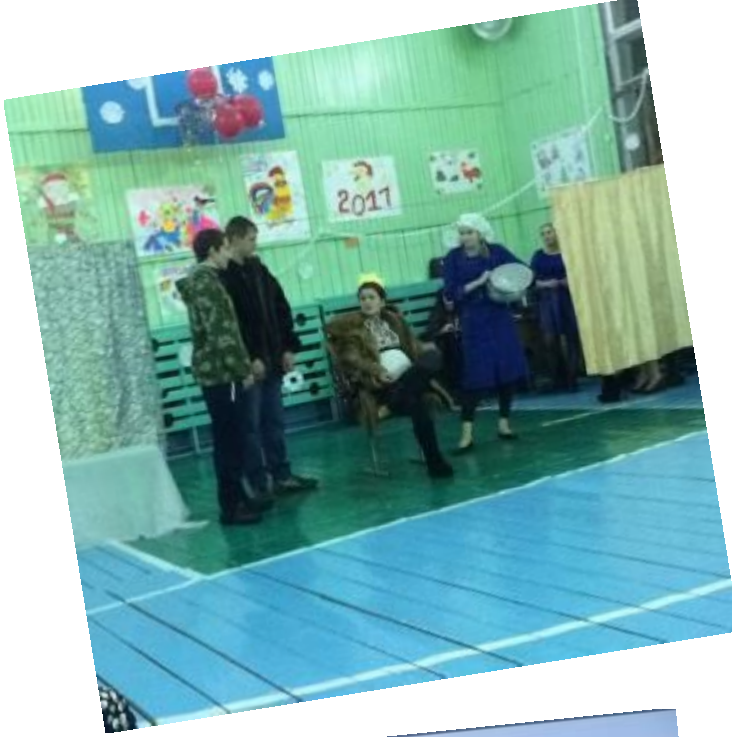
Берут лист бумаги (лучше всего газетной), мнут руками, пока он не превратится в бесформенный комочек. Затем кладут на дно тарелки и поджигают. Сгоревшего бумагу, не нарушая формы пепла, подносят к освещенной стене и осторожно возвращают тарелку, пока на стене не появится тень. По ее контурам судят о будущем.

Предсказывают, кем будет будущий муж. Девушке, которой гадают, завязывают глаза. На столе раскладывают предметы, символизирующие разные профессии. Можно положить флешку (программист), книгу законодательства (адвокат), органайзер (управленец) и прочее. Кроме этого, кладут и обручальное кольцо. Девушке предлагают наугад выбрать один из предметов. Если с трех попыток она выбирает одно и то же, то будущий муж будет той профессии, которую символизирует выбранный предмет. Если в руки попадает только кольцо, это значит, что девушка непременно выйдет замуж в следующем году, но кем будет ее избранник – неизвестно.

*Статью подготовила Сорокина Татьяна*



*Истории в фото*



## 10 способов тренировать память и внимание

1. **Чтение.** Рекомендуется читать не бульварные романы, а полезные и мотивирующие книги, а также классическую литературу. Чтение развивает речь, которая, в свою очередь взаимосвязана с интеллектом и памятью.
2. **Путешествия.** Именно посещение незнакомых мест заставляет работать интеллект, память и внимание.
3. Популярная методика **“100 за 100”**. Смысл его состоит в том, что за 100 сек. необходимо вспомнить и произнести вслух 100 любых понятий. К примеру, названия городов, растений, художников и т.д. Данное упражнение развивает умения вспомнить нужное вовремя.
4. Ещё один эффективный метод для развития памяти и интеллекта **“Накопительная система”**. На протяжении 30 дней ежедневно следует учить четыре строки любого понравившейся стих или поэму. В следующие 30 дней, 8 строк и на третьем этапе, упражнения заключается в запоминании уже 16 строк. После 3-го месяца выполнения этого упражнения, нужно остановиться, т.к. умение запоминать уже развилось в полной мере.
5. **Игры по развитию:** шахматы, нарды, sudoku, кроссворды и иные настольные игры развивают память и интеллект.
6. Для развития **зрительного вида памяти**, рекомендует запоминать внешность прохожих. Не нужно пристально рассматривать незнакомых людей, достаточно мимолетно взглянуть, а затем попытаться воспроизвести детали облика. Также сюда можно отнести воспроизведение любимых вещей, к примеру, «как выглядит любимая шоколадка» - опишите в деталях её обертку.
7. Для развития звукового **вида памяти**, рекомендуется каждый день читать вслух, петь прослушанные только что песни. В городском потоке на улице старайтесь расслышать обрывки разговоров и фиксировать их в памяти.
8. Существует и такой вид памяти, как **вкусовая**. Поэтому советуем во время приема еды, воображать себя дегустатором, досконально запоминая все оттенки вкуса. Можно также поиграть в игры «угадай блюдо с закрытыми глазами». Также положительно сказывается на развитие интеллекта.
9. **Память обонятельная.** Чтобы развить и этот вид памяти, следует, к примеру, посетить парфюмерный бутик, побрызгать на полоску-тест духи, что пришлось по вкусу. Затем, спустя время, следует воспроизвести название этих духов.
10. **Числовая память.** Для развития этого вида памяти, первое, что нужно сделать – выбросить калькулятор или удалить данное приложение с телефона. Первое задание – самостоятельно посчитать причитающуюся сдачу в магазине. Помните, что такие расчеты в уме отлично тренируют память.

Нашу группа в vk <https://vk.com/public134701204>

Уважаемые учителя, ребята и читатели, если мы что-то забыли, или кого-то где-то пропустили обязательно сообщите нам, мы все исправим. Спасибо за понимание.



Над выпуском работали: Клешкова Е.В, Мытько А., Алимова С., Сорокина Т., Жвакина А. Иванова Е.,

Ответственный за выпуск: Сорокина Т.Р.