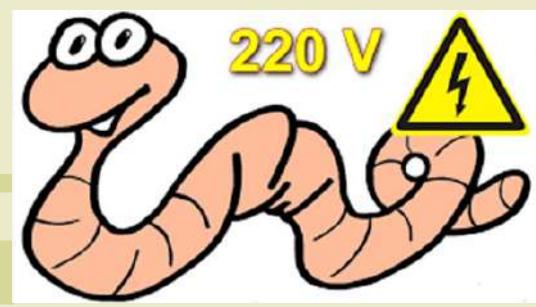


220V-next

Мы не можем без движения,
мы всегда под напряжением!



В этом выпуске:

Голодомор—вічна пам'ять і біль українців	2
Будьмо толерантними!	2
Крутые учителя!	3
Экскурсия в музей	3
Интеллектуальные конкурсы	3
Мои успехи	4
Мое хобби	4

День Святого Николая



Каждый год мы отмечаем праздник Святого Николая 19 декабря. Праздник Николая, особенно «зимнего», празднуют торжественно, приглашают гостей. Святого Николая люди любят, так как он — защитник всех бедных и обездоленных.

Народ о Святом Николае составил много легенд. В них рассказывается, как он обороняет людей от стихийного бедствия, а особенно, на воде. Все рыбаки имели в своих шалашах образ святого Николая и брали его с собой, выходя в море на промысел.

Известно, что всю жизнь он нес людям Добро и Милосердие. Больше всех любят и

уважают его дети.

Для них он — почетный охранник и всегда к ним приходит с подарками.

Легенда повествует, что в детстве (а род Николай в захиточной семье) сочувствовал мальчик бедным, нуждающимся, обиженным, голодным и калекам. Делал добро, не ждал в знак благодарности и славы. И потому его еще при жизни называли «отцом сирот, вдов и бед-

ных». После смерти родителей продал имение и раздал деньги бедным, а сам стал священником. Своими молитвами исцелял больных, слепых и калек. Он также умирал море, бурю, гасил пожары, предохранял от напастей, был покровителем путников в пути, а также всех животных - диких и домашних.

Этот праздник отмечают весело и искренне благодарят Святого Николая за помощь и поддержку в жизни.

Учащиеся старшей школы поздравили театрализированным представлением дошкольников, учеников младших классов. Этот год не стал исключением для малышей, которые хорошо сидели весь год — им достались сладости и подарки. А лозинку Святой Николай оставил на следующий год!

Каролина Айдарова



Святой Николай с помощниками поздравляют детей

День школы—есть чем гордиться

Ежегодно подводятся итоги первого семестра в День школы. Эта хорошая традиция помогает отметить лучших ребят, познакомить с достижениями не только одноклассников, но и других учащихся школы.

В первую очередь, наградили грамотами и дипломами участников районных олимпиад, интеллектуальных конкурсов. Особые аплодисменты достались ученице 9-а(ф) класса Миросниченко Анне (3 место в олимпиаде по английскому языку, конкурс «Флекс») и Уткиной Екатерине—ученице 8-а (ф) класса (олимпиада по химии, научная конференция в Ботаническом саду).

Замечательной традицией является выбор лучшего класса в учебе. Им стал 8 –а (ф) класс, - классный руководитель Гатич Е.М., а лучшим классом по дисциплине—7 а (ф) класс (Тарасенко И. В.) . Лучшим в



рейтинге городов «Республики Мечта» стал город «Эксклюзив» (9 -а(ф) класс) - классный руководитель Гриценко Е.В. , а наш город «220V-next» стал вторым.

Награждали активных участников самоуправления, творческих конкурсов, спортивных мероприятий, редколлегий.

Практически каждый ученик 6-а ф) класса получил грамоту. Рекордсменом по количеству грамот в нашем классе стал Руслан Ткаченко—3 награды.

Это станет стимулом для одноклассников активнее принимать участие в жизни класса и школы.

Надеемся, что каждый ученик найдет себе интересное занятие в школе и будет реализовывать свои способности и таланты!

Игорь Василько



Посвящение в Республику Мечта! Новый город «БЭМС» 2-а (ф) класс

(боевые, энергичные, молодые, симпатичные)



Военно-патриотическая игра «Джура»

Военно-патриотическая игра «Джура» проводилась ко Дню Вооруженных сил Украины. Каждый класс готовил команду из 6 мальчиков за ранее. К тому же, класс разучивал казацкую песню и мог заработать еще дополнительные баллы для команды.

Конкурсная программа состояла из представления команд, строевой подготовки, викторины на знания украинской истории и традиций, спортивных соревнований. Дополнительно оценивался герб команды.

Первое место заслужено получила команда 9-а (ф) класса, которые в конкурсе перетягивания каната победила все.

Наша команда «Степные волки» оказались лучшими в силовом конкурсе—отжимание от пола. Наш одноклассник Нечиталюк Михаил отжался от пола более 50 раз. Это самый лучший результат!

Вероника Гретченко



Представление команд



Чай п'єш—до 100 років живеш!

Для учнів 7 –а (ф) класу Запорізького НВК №19 ученицею 6-а (ф) класу Давиденко Алікою був проведений майстер-клас чайної церемонії.

Виявляється, що чай - це найпопулярніший напій на планеті. Про його цілючі властивості знали здавна, але іноді люди перестають цінувати те, що дає нам природа.

Лікарі рекомендують вживати по 1-2 чашки чаю на день, краще зеленого. Знайдені в зеленому чаї поліфеноли вбивають і пригнічують бактерії, що спричиняють карієс і перешкоджають формуванню зубного нальоту. Чай знижує ризик розвитку діабету, раку, інсульту. Вчені довели, що амінокислоти L-теанін, які є у чорному та зеленому чаї, допомагають краще розслабитись і концентруватись. Цей напій також зменшує рівень гормону

стресу кортизолу за умови помірного і регулярного вживання. До того ж, у чаї є танини, здатні боротися з вірусами. А це означає, що вони бережуть нас від застуди, шлункових інфекцій та інших вірусів, які атакують нас у повсякденному житті. Мала кількість кофеїну в чаї допомагає посилити приплив крові до мозку без надмірного стимулювання серця, тому його можна вживати і людям з гіпертонією.

Треба пам'ятати, що в другій половині дня, а також місний чорний чай, необхідно пити обачно. Велика кількість напою виводить з організму людини корисний елемент магній, який відповідає за стан нервової системи людини. Після вживання місного чорного чаю необхідно обов'язково чистити зуби, щоб не залишалося жовтого нальоту на зубній емалі. Традиція пиття зеленого чаю

прийшла до нас зі східних країн, де церемонія чаювання – це не просто прекрасне проведення

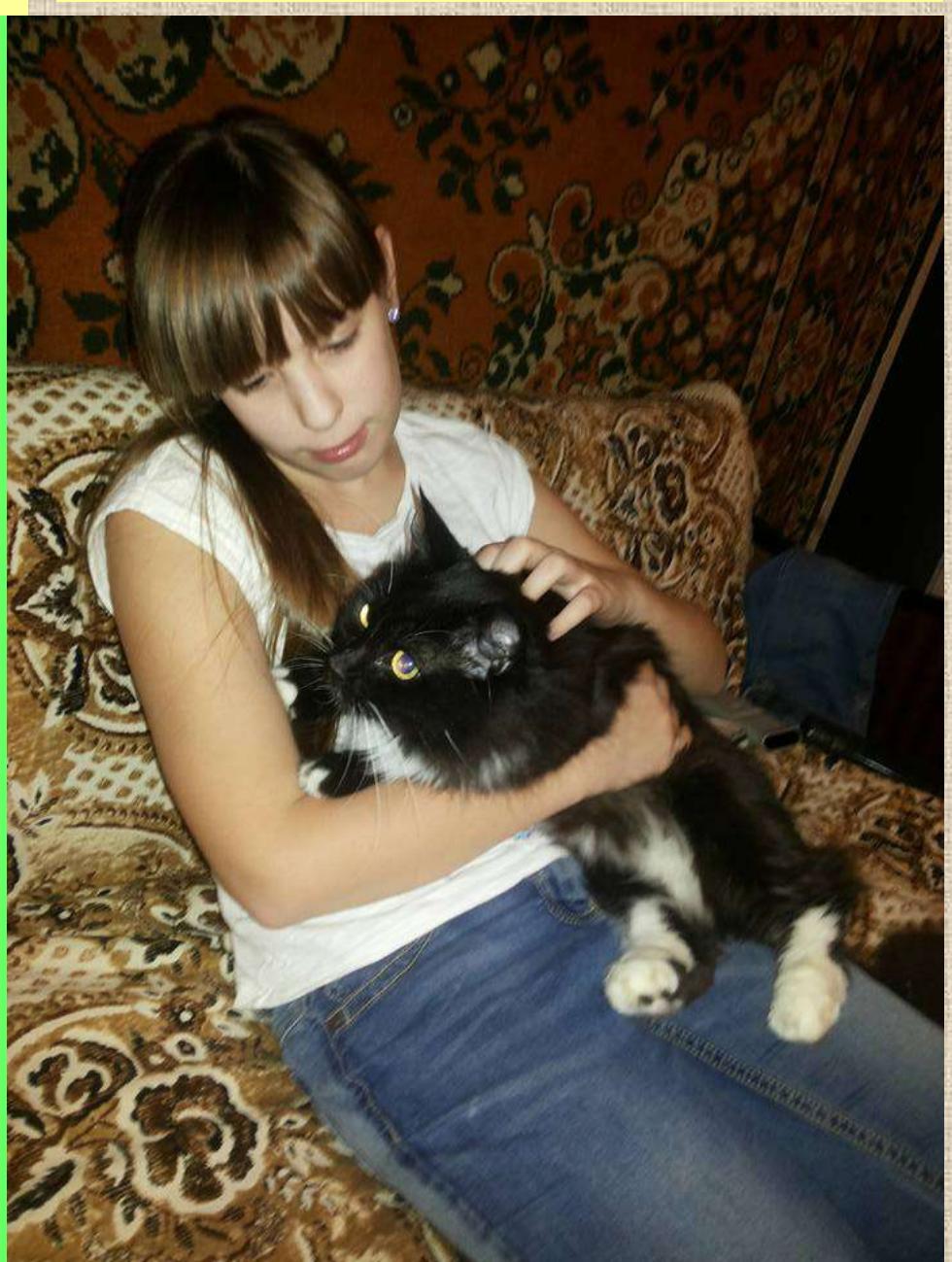


часу, але цілий ритуал, пов'язаний окрім усього іншого з обміном енергіями між учасниками процесу. В Японії та Китаї чайна церемонія є частиною культури, справжнім мистецтвом.

Пийте чай та зміцнюйте своє здоров'я!

Аліна Тімошина

Поздравляем!



Тоцкой Камиле
12 лет!



2018/12/30 08:42