



ЛІДЕР

№ 9 (25)

жовтень 2017



Сьогодні у номері:



Майстерня
професій

Свято
хранителів
мудрості

«Україна-
країна

Знайомство з
«Пізнайками»

«Провісник
духовної
свободи»

Учительська
сторінка

Галерея
талентів

Школа
безпеки



Майстерня професій



4 жовтня на площі міста відбувся профорієнтаційний тренінг «Карта життя: самостійний вибір майбутньої професії», який був спрямований на активізацію інтересу учнів до самостійного вибору майбутньої професії



на основі індивідуальних властивостей, схильностей, здібностей та вимог до сучасного ринку праці; оволодіння інструментами для свідомого і відповідального вибору професійної діяльності.



В основу даного тренінгу була покладена формула вибору професії «Хочу – Можу – Треба». Учні різних районів поступово проходили ряд вправ, набуваючи практичний досвід використання цієї



формули при вирішенні проблеми професійного самовизначення.



Команду Звенигородського району від нашої школи представляла учениця 10 класу Утятнікова Дарина. Приємно відзначити, що збірна команда Звенигородщини виборола I місце.

Провісник духовної свободи



26 жовтня у Вільхівецькому НВК за участі членів учнівського самоврядування відбулася науково-практична конференція «Провісник духовної свободи», присвячена В. Чорноволу.



Учні НВК щиро вітали гостей-учасників конференції. Заступник директора з виховної роботи Золотар Олена Леонідівна презентувала життєвий і творчий шлях В. Чорновола. Працівник ЦДТ ... Галина Василівна провела роботу в групах «Моральні цінності людини». Учениці 11 класу Термінака Тетяна та Снігур Ліза провели міні-екскурсію «України любий син.» Закінчилася конференція екскурсією до садиби-музею В. Чорновола, яку провів Стрижиус Василь Васильович-директор музею. І учні, і вчителі отримали масу позитивних емоцій.

Україна-країна нескорених!

14 жовтня: Покрова, День козацтва і захисника України

14 жовтня українці святкують одразу три свята. Перше – Свято Покрови Божої Матері, друге – День українського козацтва, третє свято, дуже молоде – День захисника України. Усі ці свята дуже взаємопов'язані й виникали послідовно. 14 жовтня православні християни святкують день Покрови Пресвятої Богородиці. У народі говорять: «Покрова накриває траву листям, землю снігом, воду – льодом, а дівчат – шлюбним вінцем». Це свято вважається одним із найбільш шанованих свят в Україні. Не виникає навіть суперечок між православними українцями й рідновірами, котрі хоч і вкладають у це свято зовсім різний зміст, ставляться до нього дуже шанобливо.



Зі святом Покрови співпадає святкування Дня українського козацтва. З давніх-давен Божу Матір вважалася покровителькою усього українського козацтва. А на Січі запорозькі козаки збудували церкву на честь Покрова Богородиці з її іконою. І, до речі, саме у цей день, козаки збирали Велику раду, на котрій обирали гетьмана й визначалися з подальшими військовими планами.

Відомий український етнограф Олекса Воропай писав, що після зруйнування Катериною II Запорозької Січі, козаки, ідучи за Дунай, несли з собою ікону Покрови Пресвятої Богородиці

Цікаво, що козаки настільки глибоко й щиро шанували образ Покрови Божої Матері, вірили у її силу й урочисто святкували цей день, що у народі закріпилася й друга назва свята – Козацька Покрова.

Отже, знаємо, що перший потужний спалах відродження власної державності припав на Козацьку добу. Друга спроба вибороти незалежність українського народу й держави здійснювалася у тяжкі 1917-1920 роки.



Третя – уже в наш час – під час розпаду радянської імперії, коли прокинувся волелюбний інтерес до власної історії й генетичної пам'яті.

Четверта хвиля цього інтересу, – напевно, сьогоднішня. Адже, з 2015 року 14 жовтня є державним святом і неробочим днем – Днем захисника України.

2014 року українське суспільство відреагувало на російське збройне вторгнення, внаслідок чого підсилилися європейські та антирадянські тенденції декомунізації. Так, наш народ поступово відмовляється від радянських свят та символів.

Президент України Петро Порошенко встановив 14 жовтня святкування Дня захисника України й скасував святкування Дня захисника Вітчизни 23 лютого.



Свято хранителів мудрості

23 жовтня бібліотекарі шкіл всіх країн відзначали своє професійне свято-Міжнародний день шкільних бібліотек. В цей день в Звенигородській ЗОШ-інтернаті І-ІІ ступенів-спортивному ліцеї відбувся районний



семінар, присвячений Дню шкільних бібліотек. Учні 3 класу щиро привітали гостей семінару і у віршах розповіли про професію бібліотекаря.

Не залишив нікого байдужими і виступ методиста районного відділу освіти Снісаренко Олени Миколаївни, яка у своїй презентації висвітлила невтомну працю шкільних бібліотекарів. Бібліотекар школи №2 Мельниченко Галина Анатоліївна у своєму виступі розповіла про засновників цієї календарної події та привітала всіх шкільних бібліотекарів району з їх професійним святом.



Обережно:гриби!

Гриби - це дарунок лісу, але водночас вони є небезпечним продуктом харчування, який може привести до отруєння, а іноді й смерті.

Основні причини отруєнь: вживання отруйних грибів; неправильне приготування умовно їстівних грибів; вживання старих або зіпсованих їстівних грибів; вживання грибів, що мають двійників або змінилися внаслідок мутації (навіть білі гриби і підберезники мають своїх небезпечних двійників).

Симптоми отруєння: нудота, блювота, біль у животі, зниження артеріального тиску, судом, розвиток симптомів серцево-судинної недостатності.



Не збирайте гриби:

- якщо не впевнені, що знаєте їх - якими б апетитними вони не здавалися;
- поблизу магістралей, на промислих, колишніх смітниках, в хімічно-, радіаційно небезпечних зонах;
- ніколи не збирайте пластинчаті гриби, отруйні гриби маскуються під них;

Ще раз перевірте вдома гриби, особливо ті, які збирали діти. Усі сумнівні - викидайте. Гриби промийте!

Перша допомога при отруєнні грибами:

1. Викличте "Швидку допомогу" (103).
2. Одночасно, не очікуючи її прибуття, негайно промийте шлунок: випийте 5-6 склянок кип'яченої води або блідо-рожевого розчину марганцівки; нажміть пальцями на корінь язика, щоб викликати блювоту; прийміть активоване вугілля (згідно ваги: 1 табл. на 10 кг ваги тіла)
3. Після надання первинної допомоги дайте випити потерпілому міцний чай, каву, або злегка підсолону воду, покладіть на живіт і до ніг потерпілого грілки для полегшення його стану.

Запам'ятайте: Отруєння грибами дуже важко піддається лікуванню.

Учительська сторінка

Поради вчителю: піклуйтесь про себе та своє здоров'я

Чим ближче кінець шкільного робочого тижня, тим важче вчителю утримуватись на поверхні й не захлинутись у водоверті буднів. Усі знають, що прямим обов'язком учителя є постійна турбота й підтримка своїх учнів, але не менш важливо навчитися піклуватися про себе і своє здоров'я. Професор психології Гейл Кінман на сторінках Гардіан акцентує увагу на трьох порадах учителям на кожний день протягом п'яти днів робочого тижня, спрямованих на зняття стресу та підтримку свого розумового, тілесного й душевного здоров'я.

Понеділок. Загальновизнаною є істина, що ніхто не любить понеділок, але саме вчителю так важливо спокійно розпочати свій робочий тиждень.

Спробуйте розслабитись упродовж хоча би двох-трьох хвилин, перш ніж ваші учні зберуться вранці на перший урок. Уявіть собі весь день у позитивному плані, наскільки це можливо, що позитивно позначиться на вашому душевному стані. На найближчій перерві між уроками постарайтеся вийти зі стану «на автопілоті» й очистити свій розум, просто з'ївши якийсь фрукт. Зосередьтесь саме на процесі його поїдання, відволікаючись від шкільних проблем. Після роботи хоч би трохи погуляйте. Зосередьтесь на тому, що ви бачите навкруги: відчуйте запахи, прислухайтеся до шуму, відчуйте «смак» оточуючого світу. У жодному випадку не використовуйте цей час, щоби будувати якісь плани чи концентруватись на рішенні якихось проблем.

Вівторок. Це хороший день для того, щоби звернути увагу на перші ознаки прояву втомленості. Подумайте про те, як проходить тиждень, і просто придивіться до речей, що починають вас турбувати. Із другої половини дня почніть виконувати спеціальні вправи для зняття м'язової напруги, наприклад, просто напружте плечі при вдиху, а потім розслабтесь при глибокому видиху. Відчуйте, як напруга поступово зникає. Вівторок має бути днем прощення. Більшість із нас схильні до накопичення численних негативних емоцій, які слід просто відпустити, пробачивши й себе, й інших.

Середа. До середини тижня переконайтеся, що відчуваєте себе нормально, не забуваючи при цьому, що здоровий сон для будь-якої людини є життєво важливим чинником. Уникайте «ворогів» вашого сну. Регулярно дотримуйтесь вашого графіка сну й харчування, прослідіть за якістю сну, харчування та регулярними фізичними навантаженнями. Влаштуйте собі кілька 2-3-хвилинних перерв протягом робочого дня. Сядьте зручніше та сконцентруйте на своєму диханні. Постарайтеся свій «блукуючий стан» м'яко повернути до нормального. Після обідньої перерви влаштуйте собі п'ятихвилинну «відпустку». Уявіть себе в найспокійнішому місці, яке ви можете уявити. По поверненню з «відпустки» ви відчуватимете, що посвіжішали та відпочили.

Четвер. Кращим лікарським засобом у четвер є безтурботний сміх. Добре, якщо у вас знайдеться мотив похихотіти з колегами або подивитись улюблене комедійне шоу. Сміх має величезні переваги, покращуючи функцію серцево-судинної системи та допомагаючи вам спілкуватися з іншими людьми. Тож починайте свій день з посмішки! Перестаньте відчувати та думати про себе в негативному стилі. Відкиньте нескінченні внутрішні заяви типу: «Повинна - не повинна, зобов'язана – не зобов'язана», щоби знизити рівень стресу й максимально підвищити впевненість у собі. Визначте свою так звану «буферну зону». Старайтесь у домашній обстановці не допускати «пережовування» своїх робочих проблем, що, урешті-решт, добре позначиться й на вашому здоров'ї, й на вашій продуктивності. Подумайте, що ви можете зробити після роботи, щоби відновити сили.

П'ятниця. Це якраз той час, щоби вимкнути свій «ментальний фільтр». Ви – на порозі вихідних, часу, щоб розслабитись і заспокоїтись після вашої непростой вчительської роботи. Переконайтеся, що ви дотримуетесь режиму харчування та вживаєте заходи проти обезводнення вашого організму, простіше кажучи, прослідіть, чи вживаєте ви достатню кількість води. Це особливо важливо, коли у вас настає період гострої завантаженості або з'являються ознаки стресового стану. Думайте тільки позитивно. Концентрація всієї уваги на негативних рисах свого характеру та поведінки означає, що ви просто заплющили очі на ваші позитивні якості. Складіть список речей або дій, що допоможуть вам розслабитись, і чимось порадуйте себе, кохану. Потім виберіть щось одне, наприклад, полежіть в ароматній ванні, з'їжте маленьке тістечко, купіть шарфік... І робіть це, не відчуваючи за собою жодної провини. Бо ви того варті, дорогі вчителі!

Знайомство з «Пізнайками»

«ПІЗНАЙКИ»

1 КЛАС

«У грі і навчанні ми світ пізнаємо, спілкуємось, граємось, життєвого досвіду набираємось»



ВІЗИТКА

Першокласники з перших днів навчання зарекомендували себе як старанні, уважні, допитливі. Учні відразу ж познайомились і потоваришували. Колектив класу, а це-17 хлопчиків і 14 дівчаток, живий та енергійний.



**«Любити життя і
цінувати кожну його
хвилину,
нести радість;
у книгах – шукати
істину, у людях –
мудрість»**

**Світлана Вікторівна
Кармазин-класовод.**

Вчитель вищої категорії.
Педагогічний стаж-29
років.

Наша вчителька є
оптимістом щодо будь-
якої дитини в будь-яких
випадках. Завжди
поспішає до дітей, радіє
кожній зустрічі з ними.



*Є у нас на всіх одна
мета – бути
вихованими та
мати відмінні
результати в
навчанні, спорті
та мистецтві.*



Ось такі ми – 1 клас!!!

Галерея талантів



*Сьогодні в нашій галереї-
учениця 10 класу
Утятнікова Дарина.
Знайомство з цією
дівчинкою відбулося задовго
до того, як Даринка
прийшла до нас навчатися.
Мама Даринки працює в
школі вихователем, і
дівчинка дуже часто після
садочка приходила до
мами на роботу.
Потоваришувала з усіма*

*учнями, набагато старшими за неї. Спочатку гралася з ними, а
потім почала брати активну участь в усіх виховних заходах,
які готувала її мама, Зеленюк Наталія Володимирівна. Дійсно,
виступи Даринки були прикрасою будь-якого свята, адже
дівчинка змалечку займалася хореографією. Та й по
сьогоднішній день Дарина-активна учасниця шкільних,
районних та обласних заходів. По хореографії має високі
досягнення: чемпіонат України з хореографії м. Київ - 1 місце,
м Євпаторія - 1 місце, м. Львів -1 місце, м. Умань « Квітнева феєрія» -2 місце, м. Одеса -1
місце, м. Дніпро -1 місце, м. Черкаси неодноразово -1 місце і 3 місце, м. Київ « kiev art time» 1-
2 місце.*



Ми розмовляємо з Дариною:

-Чим займаєшся у вільний час?

-Звичайно, хореографією, а ще люблю робити різні декорації своїми руками.

-Якою б ти хотіла бути?

-Веселою, креативною і успішною людиною.

-Що для тебе найголовніше в житті?

-Сім'я, близькі люди та друзі.

-Ще рік-і ти зі своїми однокласниками вирушите у самостійне життя. Що б ти побажала своїм друзям?

-Любі однокласники! Я хочу побажати вам ніколи не здаватися, завжди йти до своєї мети і бути успішними людьми. Я маю надію, що після школи ми і далі будемо зустрічатися і згадувати щасливі миті дитинства та юності. Ви найкращі!

-Дякуємо, Дашо, за відверті відповіді. Успіхів тобі та здійснення всіх твоїх мрій!



Галерея талантів

До галереї талантів завітала учениця 8 класу Гербич Ангеліна. Ангеліна-дуже тиха, скромна, замріяна дівчинка,



часто думає про щось своє. Ми дуже дивувались, коли дізналися, що Ангеліна росте в сім'ї байкерів. Мама з татом сідлають залізних коней та мандрують історичними місцями України. А Ангеліна малює. Малює постійно: на

уроках образотворчого мистецтва, на перервах, в художній школі, яку відвідує з 10 років. Запитуємо, звідки такий потяг до малювання, відповідає, що від дідуся, який жив у місті Ватутіне та навчав дівчинку цьому мистецтву з дитинства. Ангеліна згадує: «Коли їхала до дідуся в гості, брала з собою лише папір і олівці.» Дівчинка захоплюється живописом, пейзажем, а також створює малюнки в графічному стилі. Її роботи брали участь у конкурсах «Ми за мир», «Діти і квітуча Україна», «Ілюстрації до творів Т. Шевченка» та багато інших. Ангеліна мріє стати дизайнером інтер'єру, а ще дуже мріє намалювати нічне місто. «Поки що не виходить - сміється дівчинка, - але я вперта. Коли не виходить якийсь елемент, слухаю музику і малюю знов. Я обов'язково намалюю моє нічне місто». Ми розмовляємо з Ангеліною і дивуємося: зазвичай мовчазна, скромна дівчинка, як тільки мова заходить про її захоплення, перетворюється на щире, відкрите і товариське. До вашої уваги роботи юної художниці, а Ангелінці – наснаги, терпіння та творчих злетів!



Іменинники листопада

Дудник Світлана Андріївна (02.11)
Білоус Катерина Іванівна (03.11)
Підружна Олександра Анатоліївна (04.11)
Сас Людмила Василівна (19.11)
Пісоцька Наталія Валентинівна (26.11)
Литвин Ольга Дмитрівна (28.11)
Смілянець Марія Олексіївна (30.11)

