

ПЛАНЕТА «СОШ № 52»

ИНФОРМАЦИЯ



ИНТЕРВЬЮ С БАГРАМЯН ГАЯНЕ САМВЕЛОВНОЙ

5 ОКТЯБРЯ 2020

«При нынешней ситуации, конечно же, хочу пожелать здоровья всем нашим учителям. А также я хочу пожелать, чтобы все они реализовали себя в своей профессии, чтобы труд их приносил им удовольствие, чтобы у нас были умные и добросовестные ученики, чтобы у них в жизни было больше положительных моментов.»



**БАГРАМЯН Г. С.,
ДИРЕКТОР ШКОЛЫ
МОУ «СОШ № 52»**

АВТОР: ЕРЕМИНА НАТАЛЬЯ



Школа МОУ «СОШ № 52»

Поздравляем учителей с Днём учителя и школу с шестидесятилетием!

5 ОКТЯБРЯ 2020

День учителя

Пятое октября — всемирный день учителя. Этот день выбрали «датой педагогов» вовсе не случайно: именно этого числа много лет назад, в 1965 году, во французской столице состоялась общая встреча двух организаций — Международной организации труда и ЮНЕСКО.

Стихотворение, посвященное
Дню рождения школы

«Средь улочек «тюльпановых»,
«берёзовых» и «ягодных»,
Средь путников бесчисленных и
зелени садов
Стоишь ты — величавая, высокая и
важная,
Зовешь звонками детушек уж 60
годов. Пройдусь по коридорам я,
сверну к проёмам лестницы...
Меня встречаешь радостно
улыбкой и теплом.

Шестьдесят лет школе!

52-я школа была основана в 1960 г. под началом Александры Яковлевной Голодаевой. Этот прекрасный храм науки расцвел, а её последователи выводили школу на всё новые и новые вершины. «СОШ №52» выпустила 59 прекрасных выпусков учеников, которые всегда были и будут гордостью нашей школы.

АВТОР: УРСОЛОВ ПЕТР

*И в дождь, и в непогожий день
Встречаешь ты радушием.
Детишки на урок бегут сюда со
всех сторон.
Ты — школа наша милая, седая
ты, но юная.
Ты детям открываешь дверь и
знания даёшь.
Тебя мы называем все с любовью
«поливановская»
И имя пятьдесят второй ты с
гордостью несёшь».
© Думшева Т. И.*

В ЭТОМ ВЫПУСКЕ:

ОБЪЯВЛЕНИЯ,
СОБЫТИЯ

ГОТОВИМСЯ К ЗИМЕ И
УКРЕПЛЯЕМ ИММУНИТЕТ

ШКОЛЬНЫЙ ЮМОР

Объявления и события

COVID-19 ВЕРНУЛСЯ?

Новая волна COVID-19

ВТОРОЙ ВОЛНЫ КОРОНАВИРУСА В ОКТЯБРЕ НЕ БУДЕТ. СОТРУДНИКИ ЦЕНТРАЛЬНОГО НИИ ЭПИДЕМИОЛОГИИ РОСПОТРЕБНАДЗОРА ПРЕДУПРЕЖДАЮТ, ЧТО НУЖНО ЖДАТЬ РОСТА ЗАБОЛЕВАНИЯ. АЛЕКСАНДР ГОРЕЛОВ, ЗАМЕСТИТЕЛЬ ДИРЕКТОРА ФБУН ЦНИИ ЭПИДЕМИОЛОГИИ, ЗАЯВЛЯЕТ О НАРАСТАНИИ ПЕРВОЙ ВОЛНЫ. ПО ЕГО СЛОВАМ, ПОВТОРНОГО ПОДЪЁМА ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ НЕ СУЩЕСТВУЕТ. ЭТО ПРОДОЛЖЕНИЕ ВСЁ ТОЙ ЖЕ ВОЛНЫ РАСПРОСТРАНЕНИЯ ИНФЕКЦИИ. НО В ИНСТИТУТЕ ЗВУЧАТ И ОБНАДЁЖИВАЮЩИЕ ПРОГНОЗЫ. ВИКТОР МАЛЕЕВ, СОВЕТНИК ДИРЕКТОРА, ПРЕДСКАЗЫВАЕТ В ОКТЯБРЕ ВЫХОД НА ПЛАТО, ПОСЛЕ КОТОРОГО ДОЛЖНО НАЧАТЬСЯ НЕУКЛОННОЕ СНИЖЕНИЕ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ.



Профилактика COVID-19

COVID-19 распространяется по стране, с каждым днем количество зараженных становится все больше. Поэтому ВОЗ и Министерство здравоохранения призывают людей строго соблюдать меры профилактики коронавируса, чтобы остановить пандемию, защитить себя и своих близких от этого заболевания. Для этого разрабатываются инструкции, специалистами составляются четкие рекомендации, которые стоит взять на вооружение каждому жителю планеты.

Основные правила

Профилактика коронавируса у человека заключается в исключении контакта в возможных заражениями лицами. Для этого рекомендуется избегать мест скопления населения, не пользоваться общественным транспортом, исключить общение с родными и знакомыми, недавно приехавшими из мест с эпидемически неблагоприятной обстановкой. Основные правила защиты себя и близких от заражения COVID-19 состоят из нескольких пунктов.

Соблюдение режима самоизоляции Во всемирной организации здравоохранения пришли к выводу, что замедлить распространение заразы и уменьшить количество зараженных поможет введение карантина. В России объявлен режим самоизоляции, во время которого гражданам рекомендуется находиться дома.

не посещать общественных мест, выходить только при необходимости купить продукты и лекарства. Сделать это лучше в магазинах и аптеках, расположенных в непосредственной близости к дому. Такие ограничительные мероприятия нужны для снижения количества заболевших, замедления темпов распространения вируса и более эффективной борьбы с ним. Ответственное отношение к введённым ограничительным мероприятиям позволит предотвратить серьезные последствия. Особенно рекомендуется исключить выход на улицу людям старше 50 лет — группе риска. Чтобы не допустить заражения коронавирусом и не остаться без продуктов, во многих городах для этой категории граждан предусмотрены бесконтактные доставки. Также работают волонтеры и социальные работники.

Мыть руки с мылом В рекомендации ВОЗ также входит соблюдение гигиены рук. Гражданам рекомендуется чаще дезинфицировать их с использованием антибактериальных средств — это мыло, спиртосодержащие спреи, салфетки и прочие приспособления. Это важная профилактическая мера, позволяющая удалить с кожи болезнетворные бактерии и вирусы, в том числе COVID-19.

В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ — ЗДОРОВЬ ДУХ!

Готовимся к зиме и укрепляем иммунитет!



Осенне-зимний период печально известен - смотрит на учет иммунитета. Его часто называют сезоном гриппа или болезни, и он считается сезоном, в котором изобилуют инфекционные заболевания. Однако это не тот случай, и зима не должна быть такой плохой.

Существует три уровня иммунитета:

- Наследственный - врожденный уровень иммунитета, с которым вы родились.
- Сезонный - переменные уровни сопротивления из-за изменения сезонов, различных стадий жизни и планетарных циклов.
- Установленный - сбалансированный, постоянный уровень иммунитета, который может быть достигнут с помощью здорового питания и здорового образа жизни.

Если кто-то рождается с врожденным низким уровнем иммунитета, этот факт не может быть изменен. Вот почему мы должны укрепить второй тип сопротивления, который меняется в зависимости от времен года, возраста и планетарных циклов. Одной из причин, почему осенне-зимний период является хорошим периодом для укрепления иммунитета, является то, что пищеварение сильнее в холодные дни. Так же, как система отопления вашего дома работает в холодные дни, поэтому ваш внутренний «пищеварительный огонь» загорается, когда на улице прохладно.



УЛУЧШЕНИЯ ИММУНИТЕТА.

ТОП-6 продуктов
осенью и зимой

Свекла

Мы часто едим свеклу в виде красного борща, свеклы или свеклы, тушенной маслом (я люблю поесть (upd.: я тоже)). В дополнение к этим хорошо известным блюдам, жареные кусочки свеклы также имеют отличный вкус. Более того, свекла действует как дезоксидирующее и очищающее тело, которое, безусловно, будет благодарно за такую диету.

Капуста

Польза для здоровья от употребления капусты включает предотвращение рака, улучшение здоровья глаз, лечение язв, поддержание иммунной системы, устранение окислительного стресса, защиту от болезни Альцгеймера, увеличение минеральной плотности костей, увеличение метаболизма, фильтрацию крови и лечение гипертонии.

Орехи - особенно миндаль

Орехи являются одним из лучших блюд, которые обеспечивают здоровье в течение зимы. Они полны антиоксидантов, которые могут творить чудеса для здоровья путем борьбы с свободными радикалами, которые могут ослабить ваш иммунитет.

Имбирь и куркума

Основным веществом, которое отвечает за ряд оздоровительных свойств имбиря, является gingerol, который имеет эффект, похожий на капсаицин, присутствующий в перцах чили.

Авокадо

Хотя многие женщины, особенно те, кто находится на диете, боятся авокадо, только из-за количества содержащегося в нем жира. Следует помнить, что эти зеленые «электростанции» заполнены моносенасыщенным жиром, другими словами «хороший» жир, который поддерживает постоянный уровень сахара в крови.

Морковь и тыква

На оранжевый цвет тыквы и моркови отвечает важный антиоксидант бета-каротина, который защищает клетки от действия свободных радикалов и, таким образом, предотвращает многие хронические заболевания, включая раковые опухоли.

СМЕХ ПРОДЛЕВАЕТ ЖИЗНЬ!

Школьный юмор

- Запомни 3 правила:
1. Не отступай.
2. Не сдавайся.
3. Не с глаголами пишется раздельно.
- Мяч еще продолжал лететь в окно кабинета директора, а дети уже начали играть в прятки.
- Самый длинный сон зарегистрирован на уроке истории, ученик заснул на 15 веке, а проснулся в 18.
- 21:00 – именно в это время дети признаются родителям, что завтра в школу нужно принести поделку, доклад с фотографиями и пироги на чаепитие.
- Запись учителя в школьном дневнике Дарьи Донцовой: «По биологии подготовила доклад. Читаю уже третью неделю. Надеюсь убийца не зебра...»



- Учю английскому языку за три дня, методом жёсткого избиения!
- На первое сентября школьники дарят букет роз учительнице литературы и «Букет Молдавии» учителю труда.
- Смотрите во всех школах страны: суперблокбастер «Садись»! И продолжение «Садись — 2?!»
- Урок английского языка в деревенской школе. Учительница: – Иванов, как будет по-английски дверь? Иванов: – Dwear. Учительница: – What eto da!



- По итогам года “Лучшим учителем” был вновь признан отцовский ремень с пряжкой!
- Приходит сын домой... Отец: — Сынок, как успехи в школе? Сын: — Ну что я могу тебе сказать, папа, главное, что мы все живы и здоровы.
- На уроке географии: — Ванечка, ну почему ты смотришь каждую минуточку на часы? — Боюсь, Вера Ивановна! — Чего боишься? — Что звонок вот-вот прервет Ваш потрясающе интересный урок!
- У нас в школе есть примета: если в ночь перед экзаменом высунуться в форточку и... выучить все билеты, то обязательно сдашь.

