



Газета пресс-центра «Школьное сродружество» МОУ «Ульканская СОШ №2»

Выпуск №1 (80)

сентябрь

2019-2020 учебный год

# с 1 сентября.



Вот и снова на пороге ещё один учебный год.  
От души желаем новизны и открытий, полёта  
мечты и побед. Пусть он станет плодотворным,  
счастливым для каждого из нас.

Редакция газеты

## ПЯТАЯ ТРУДОВАЯ

Территория школы всегда радует глаз, в этом заслуга всего школьного сообщества. Каждый, кто видит красоту и ухоженность пришкольной территории испытывает к образовательному учреждению, её руководителю, коллективу, детям, которые здесь учатся, уважение. Наша школа – это школа, которую мы делаем сами.



Пятая трудовая четверть у нас начинается сразу после окончания учебного года и завершается с началом нового. В этом году было сформировано 20 трудовых бригад: сельскохозяйственные, ремонтно-строительные, бригады вожатых у дошколят и в летнем лагере "Солнышко". Работа кипела на лыжной базе, в краеведческом музее, школьной столовой, в библиотеке; были убраны территории посёлка и оказана помощь пожилым людям.



Школа в июньские дни напоминала муравейник. Основная большая работа была сделана именно в этом месяце. В течение двух других месяцев летних каникул дети продолжали трудиться на пришкольном участке и огороде, оказывая помощь вспомогательному персоналу. Смотришь на огород, цветники и понимаешь – здесь живут хозяева. Заметим, что хозяева радушные и гостеприимные. Переступив порог здания, вы попадаете в такое же чистое, уютное помещение, где нет ни одного заброшенного уголка. Всё лето шли ремонтные работы, школа готовилась к приёму детей. Здесь рады своим ученикам, родителям, гостям и друзьям школы, выпускникам.



Спасибо всем  
за труд,  
заботу.  
Всё вокруг  
радует глаз.



## ПЯТАЯ ТРУДОВАЯ

До и после



*Фото Елены Созиновой, И.Сотниковой*



# МЫ ВЫБИРАЕМ ЖИВОЕ ОБЩЕНИЕ

## Летний отдых на базе отдыха «Талая»

Ежегодно с большим удовольствием детвора едет отдыхать на базу отдыха «Талая». Заявки начинают делать уже в 3 четверти, спешат, а вдруг места не хватит. Впечатлений всегда море, уезжать и расставаться не хочется. А с новыми друзьями из посёлка Магистральный и села Казачинское ребята продолжают поддерживать связь не только через соцсети, но и в гости ездят. При разговоре с ребятами выяснилось, что самое ценное для них – живое общение.



«Когда приезжаешь, сначала как-то непривычно, что нет Интернета, а потом привыкаешь, и это начинает нравиться, - *говорит Юра Климентьев*, - мы начинаем общаться. Нам весело и интересно. Я второй год еду отдыхать на Талую. В прошлом году на 2-х сменах побывал. На будущий тоже обязательно запишусь. Там здорово.»

То же самое *отмечает и Влада Людович*: «В посёлке скучно лето проводить. Одни уехали, других не вытянуть на улицу, сидят дома в Интернете. И сам сидишь, лазишь по разным страницам, читаешь что-нибудь, смотришь мультики и фильмы или переписываешься в Контакте. Надоедает. Хочется живого общения. Без инета на Талой мы совсем по-другому общаться начинаем. И время проходит весело. И как-то быстро день заканчивается. Мне нравится, что смены смешанные, не только дети из нашей школы. У меня появились новые друзья. Я уже два раза к ним в гости съездила. На Талой всё по-другому. Учителя, воспитатели, не такие строгие, общаются с нами не как в школе. Ещё мы привыкли, что в школе нас учат женщины, в основном в возрасте уже. А здесь много молодых воспитателей. Среди них есть мужчины. Мужчина-воспитатель – как-то необычно. Вообще от воспитателей много зависит. Какие мероприятия проходят, весело или нет проходит смена.» Ещё девочка отметила, что «на Талой всегда хороший аппетит», а «повара готовят вкусно и всегда подкармливали нас, особенно вечерами».

Влада отдыхает на Талой второй год. Мечтает на следующий записаться на несколько смен.

*Впечатления Кати Арбатской* перекликаются с мнением товарищей: «Талая для меня – это новые друзья, знакомства, интересные мероприятия и общение. Я любила проводить время у вечернего костра. У нас были классные воспитатели. Всем им огромное спасибо. Жалко, что редко ходили на источники. Ещё долго буду вспоминать наши дискотеки и флешмобы. В столовке всё было вкусно. Спасибо поварам! А ещё по вечерам ели разные вкусняшки (родительские гостинцы). Единственный минус – комары и мошка. Я рада общению со своими новыми друзьями, продолжаю с ними переписываться и надеюсь встретится с ними в следующем году на Талой!»



## СЕМЕЙНЫЕ СТАРТЫ ДЕТСАДОВЦЕВ

12 семей, это половина средней группы детского сада «Солнышко» 21 августа встретились на школьном стадионе.



«Марафон 2019» – так обозначили свой праздник воспитатели группы «Солнечные зайчики» Татьяна Михайловна Михеева и Евгения Александровна Имаева. Это, действительно, был праздник, а не просто спортивные семейные старты.

Весёлый клоун (инструктор ФИЗО Оксана Евгеньевна Кожан) вместе с воспитателями приветствовали участников. После

разогревающей разминки с шутками и подбадриваниями легко, на раз, вместе со своими четырёх- и пятилетними малышами мамы и папы, бабушки преодолели круг в 800 метров.

Бежать малышам вовсе не было трудно, заботливые родители подхватывали их, когда силы таяли: мамы – на руки, папы – на шею. Никто не сошёл с дистанции, даже бабушки. Впереди ждал ещё один круг, только уже на велосипедах и самокатах. Поэтому, устроив передышку, в перерыве провели конкурсы. Каждой семье после завершения мероприятия вручили сертификат участника, витаминку-аскорбинку и воздушный шарик. Настроение у всех было супер!



Идея провести такую встречу родилась спонтанно. Евгения Александровна с Оксаной Евгеньевной каждый день выходят на вечернюю пробежку. Иногда их воспитанники, завидев воспитателей на школьном стадионе, присоединяются к ним, заодно делятся, как им живётся. Как-то Татьяна Михайловна пошутила: «А что, солнечные зайчики, может соберёмся все



вместе?» Оброненную в шутку фразу воспитательницы тут же решили превратить в дело. Бросили клич в вайбере в своей группе. Родители с готовностью откликнулись. Назначили день и время. И спустя несколько дней школьный стадион огласили восторженные крики детворы, смех и счастливые возгласы родителей, азартная поддержка группы поддержки

из сестёр и братьев, бабушек, которые стали активными участниками действия.

Праздник удался. А самое важное в нём, на мой взгляд – это сплочение детей, родителей и воспитателей. Их единение.

*Ирина Сотникова. Фото Е.А.Имаевой*

## 5 РЕЗИНОК ДЛЯ «ЗЛОЙ» МАТЕРИ РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ

Все время от времени испытывают раздражение. Но что делать, если вы постоянно срываетесь на ребенка? Блогер и автор книги «Счастливая ты, счастливая семья» Келли Холмс поделилась методом, который помог ей избавиться от привычки повышать голос на дочь и сделать их отношения более дружескими.

### Резинки для волос в помощь каждой «злой» матери

На выручку придут привычки. Они переключают мозг в режим автопилота. Вы просто следуете привычному порядку. От дурной привычки грубо разговаривать с детьми помогут резинки для волос.

### Как это работает

Визуальные якоря — мощный научно обоснованный инструмент для борьбы с плохими привычками. Я решила, что мом визуальным якорем будут 5 резинок для волос. Этот прием помог мне избавиться от привычки включать злую мать. Если вы тоже срываетесь на ребенка и позволяете себе жесткость чаще, чем хотелось бы, [следуйте этим рекомендациям](#).



1. Выберите 5 резинок для волос, которые удобно носить на запястье. Тонкие браслеты тоже подойдут.

2. Утром, когда дети проснутся, наденьте их на одну руку. Важно дождаться момента, когда дети проснутся, потому что визуальные якоря перестанут работать, если вы к ним привыкнете. Поэтому их нужно носить, только когда дети рядом, и снимать, если они в школе или спят.

3. Если вы поймали себя на том, что начали раздражаться на ребенка, снимите одну резинку и наденьте на другую руку. Ваша цель — носить резинки на одной руке в течение дня, то есть не позволять себе срываться. Но что делать, если все же не удалось сдержаться?

4. Вы можете вернуть резинку обратно, если совершите 5 действий, чтобы наладить отношения с ребенком. В здоровых отношениях каждое негативное действие должно быть сбалансировано 5 позитивными. Этот принцип называют «волшебной пропорцией 5:1».

Не откладывайте позитивные действия — начинайте сразу после того, как совершили негативное, исправлять свои ошибки. Ваша цель — сохранить все пять резинок на одном запястье.

### Необходимое предупреждение

После негативного общения с ребенком вам может быть нелегко перестроиться и быстро наладить отношения. Мотивация вернуть браслет обратно должна помочь вам и ребенку почувствовать взаимную любовь и привязанность.

Настоящее, продолжительное ощущение счастья приходит в результате сознательной и длительной работы с собой по искоренению вредных и приобретению нужных привычек.



## РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ 10 ФРАЗ, КОТОРЫЕ НУЖНО ГОВОРИТЬ РЕБЕНКУ КАЖДЫЙ ДЕНЬ

Каждое наше слово, сказанное ребенку, может оставить в его душе след на всю жизнь, сформировать характер. Так о чём же стоит напоминать ребенку каждый день?

**Я тебя люблю** В любом возрасте ребенок должен слышать эти слова каждый день, это основа всех основ. Слова нужно подтверждать действиями: проводить время вместе, выслушивать ребенка, обсуждать его проблемы. Дети чувствуют себя спокойно и уверенно, зная, что их любят.

**Как прошел твой день?** Хорошо заканчивать день, обсуждая, как он прошел. Если эта фраза будет звучать ежедневно, ребенок привыкнет обсуждать с родителями то, что с ним происходит. Спрашивать нужно не «для галочки». Если вы хотите сохранить контакт с ребенком, нет лучше фундамента, чем привычка разговаривать по душам.

**Как здорово, что у нас родился именно ты** Важно, чтобы с самого раннего возраста дети понимали, что они уникальны, отличны от других, особенны. Поставьте перед собой цель ежедневно говорить детям о том, что их появление на свет – это лучшее, что случилось в вашей жизни.

**У тебя все получится (Я в тебя верю)** Детям важно родительское поощрение. Всегда напоминайте ребенку о том, что у него есть возможность выполнить любую задачу. Тогда он научится преодолевать трудности и будет расти с чувством уверенности в себе.

**Не сдавайся** «Никогда не сдавайся» – вот что нужно усвоить ребенку. И это то, о чем всегда нужно напоминать ему в случае какой-то неудачи. Любому человеку важно знать, что он имеет право на ошибку, без этого сформируются комплексы.

**Я тобой горжусь** Покажите ребенку, что вы высоко цените его успехи. Это даст ему силы для новых подвигов и открытий.

**Давай обнимемся** Исследования показывают, что объятия способны снимать стресс, улучшать физическое и психологическое здоровье. Если ребенок «недополучает» необходимое количество объятий, он может вырасти равнодушным, не способным любить человеком.

**Я всегда с тобой** Поддерживайте детей в трудных ситуациях. Напоминайте ему, что он в любой момент может на вас рассчитывать.

**Ты умный** Ребенку важно знать, что он умен. Его самооценка может быть занижена. Это приведёт к тому, что при малейших трудностях ребенок будет пасовать и спишет неудачи на собственную глупость. Поэтому при каждом подходящем случае хвалите его интеллект.

**Спасибо!** Не забывайте благодарить ребенка, если он убрал за собой, помог вымыть посуду или вытереть пыль. Неважно, насколько хорошо у него это получилось: на ошибки можно будет указать потом, а сразу – поблагодарить за стремление помочь. Это волшебное слово не только сближает и мотивирует, но и учит вежливости.