муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
Ордынского района Новосибирской области -
Ордынская средняя общеобразовательная школа №3
Дата основания: 10 ноября 1995 года
633261 Новосибирская область, р.п.Ордынское, ул.Западная 3а
e-mail: 3ordsh.coll@nsga.ru телефон: 8-(38359)25-235

2021
ГОД НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ

ШКОЛЬНЫЕ ВЕСТИ

ВЫПУСК 8(1четверть 2021-2022 учебный год)

В этом выпуске:

День знаний ПДД Уроки доброты Питание во время пандемии

День Знаний

Итак, началась осень, новый учебный год. Что-то изжившее себя, старое, уходит, а на смену приходит что-то новое. Это происходит и в человеческих душах, мировоззрении, и в самых различных предприятиях, учреждениях.

1 сентября -День знаний отмечает почти весь мир. Мы не исключение. В первый день осени для школьников и студентов приходит время науки. Зазвонит звонок, в котором как будто звучит призыв к мотивации, стремлению!

Для первоклассников и обучающихся 10-11 классов прошли, с соблюдением мер безопасности, торжественные линейки. Особое внимание было уделено первоклассникам, которые радушно были приняты в школьную семью. Словами приветствия и поздравления открылапраздник директор школы Севрюк Н.А. Добрые пожелания прозвучали от гостей нашего праздника: священника отца Сергия, который вручил подарки первоклассникам. О начале нового учебного года возвестил долгожданный школьный звонок. В этом году право дать звонок предоставлено выпускнику 11 класса Агафурову Максиму и ученице 1 класса. Затем выпускники проводили первоклассников на первый в их жизни урок.

Автор статьи Богателия Н.В.

Правила дорожного движения (ПДД)

Мы за безопасное движение!

В первых классах прошли уроки, посвящённые правилам дорожного движения.

Правила дорожного движения обязаны знать все его участники – водители и пешеходы, взрослые и дети. Незнание этих правил не освобождает нас от обязанности их придерживаться, в противном случае может случиться беда.

Уже в раннем возрасте ребенок становится участником дорожного движения.
Он осваивает роль пешехода, пассажира, велосипедиста сначала вместе со взрослыми (родителями, воспитателями, учителями и т.д.), а затем включается в этот процесс самостоятельно.

Наиболее эффективно обучение детей «дорожной грамоте» происходит на основе интеграции разных видов детской деятельности. Поэтому процесс овладения детьми правилами дорожного движения представляется нам как система действий познавательного, информационного, конструктивного, двигательного, рефлективного, имитирующего и игрового характера.
Ребята активно участвовали в мероприятии, проявляли свою заинтересованность.

Автор статьи Грецкая Н.Ю.

Уроки доброты

Доброта во все времена приносила человечеству силу и энергию жизни.

Это качество играет большую роль в нашем мире, так как совершая добрые поступки мы наполняемся радостью и наполняем ею других людей — становимся более счастливыми. Многие считают, что доброта — это проявление силы, а некоторые думают, что это — слабость.

Стоит понимать, что доброта должна проявляться без всякой корысти, иначе это уже не доброта.

Делая хорошие дела, мы вызываем в людях ответную реакцию, чувство благодарности и радости переполняют всех окружающих. Также есть такое мнение, что, делая добро, оно возвращается к нам в большем количестве.

Несмотря на то, что доброта подразумевает бескорыстность, каждый человек подсознательно хочет получить какое-то «вознаграждение», ведь совершая добрые поступки, мы тратим свои силы и энергию.

Когда наши поступки принимают как должное, это может сильно разочаровать человека, сломить его волю, после чего пропадает всякое желание помогать людям и творить добро. Поэтому важно, чтобы на добро отвечали добром.

Такие выводы сделали ребята по завершению наших уроков доброты.

Все отлично провели время и разобрались в таких важных этических понятиях.

Автор статьи Грецкая Н.Ю.

Осенний листопад 2б класса

Наступила осень чудесная пора.
Ветер гонит листья с нашего двора.
Улетают птицы далеко на юг,
Но они вернутся после зимних вьюг.
(Метрякова Света)

Осень наступила и летит листва.
Птицы пролетают над лесами.
В это время года много волшебства,
Словно всё покрыто чудесами.
(Кулиева Анжелика)

Золотой ковёр под ногами,
Из листьев шатёр над нами.
Иду я по аллее,
Как по осенней галерее.
(Тимошенко Дима)

Мы качались на качелях
И смотрели вокруг:
С деревьев листья полетели,
Словно птицы на юг.
(Лихошерст Алексей)

Лихошерст Алексей

Дедюхина Екатерина

Холодильщикова Дарья

Питание во время пандемии (главные правила)

1) Планируйте использование продуктов – начните со свежих

Используйте в первую очередь свежие и скоропортящиеся продукты. Если фрукты, овощи и нежирные молочные продукты по-прежнему доступны, отдайте предпочтение именно им. Хорошим вариантом питания являются замороженные фрукты и овощи. Чтобы не выбрасывать еду, остатки можно заморозить и употребить позже.

2) Готовьте дома

В повседневной жизни многим из нас часто не хватает времени готовить самостоятельно. Сейчас не только появилось время на приготовление еды, но и дополнительные причины готовить дома. Свежеприготовленная горячая пища вкуснее и безопаснее, чем полученная по доставке и разогретая дополнительно.

3) Следите за размерами порций

Долгое пребывание дома, особенно в одиночестве или без дела, может способствовать перееданию. Изучите действующие в вашей стране инструкции по правильному питанию, выясните, какова нормальная порция для взрослого, и помните о том, что детская порция должна быть меньше порции для взрослого человека.

4) Соблюдайте правила безопасности при приготовлении пищи

Безопасность пищевых продуктов - необходимое условие продовольственной безопасности и здорового питания. При приготовлении пищи для себя и других важно соблюдать требования гигиены, чтобы избежать заражения продуктов и вызванных этим заболеваний.

5) Ограничьте потребление соли

Если придется употреблять в пищу больше консервированных, замороженных или переработанных продуктов, нужно учесть, что в них, как правило, содержится избыточное количество соли. Рекомендованная ВОЗ норма потребления соли составляет менее 5 г в день. Чтобы достичь такого уровня, отдавайте предпочтение продуктам с пониженным содержанием или без

добавления соли. Старайтесь не солить блюда в процессе приготовления и за столом. Лучше добавляйте специи и сушеную зелень для вкуса.

6) Ограничьте потребление сахара

Согласно рекомендациям ВОЗ, оптимальное потребление свободных сахаров взрослыми - это максимум 6 чайных ложек сахара в день. Предпочтение всегда следует отдавать свежим фруктам. Приемлемой альтернативой являются также замороженные фрукты, фрукты в собственном соку (не в сиропе) и сухофрукты без добавления сахара. Ограничьте количество добавляемого в еду сахара или меда и старайтесь не подслащивать напитки.

7) Ограничьте потребление жиров

Так, лучше готовить еду на пару, использовать гриль или тушить, но не жарить. При необходимости используйте для приготовления пищи небольшое количество ненасыщенных жиров, таких как рапсовое, оливковое или подсолнечное масло. Отдавайте предпочтение продуктам, содержащим полезные источники ненасыщенных жиров, таким как рыба и орехи.

10) Потребляйте достаточное количество клетчатки

Клетчатка полезна для пищеварительной системы и надолго оставляет ощущение сытости, что помогает избежать переедания. Поэтому при каждом приеме пищи старайтесь включать в рацион овощи, фрукты, бобовые и цельнозерновые продукты.

11) Потребляйте достаточное количество жидкости

Самый полезный и дешевый напиток - водопроводная вода (при условии ее доступности и безопасности). Кроме того, водопроводная вода лучше бутилированной с точки зрения принципа устойчивости, так как позволяет избежать отходов. Замена сахаросодержащих напитков водой - лучший способ сократить потребление сахара и излишних калорий.

Также необходимо пить витамины, заниматься спортом и гулять на свежем воздухе. Будьте здоровы!

Автор статьи Гурбанова Велина, 11 класс

Открытие Центра «Точка роста»

22 октября 2021 года Центр образования естественнонаучной и технологической направленности «Точка роста», созданный в рамках федерального проекта «Современная школа» национального проекта «Образование» торжественно открыт в Ордынской СОШ №3. С открытием этого Центра и в этой школе у ребят появилась возможность совершенствовать свои знания и умения с помощью современного оборудования.

С приветственным словом выступили почётные гости, в том числе глава Ордынского района Новосибирской области Орёл Олег Анатольевич, председатель Совета депутатов Ордынского района Новосибирской области Наталия Ориненко, начальник управления образования, молодежной политики и спорта администрации Ордынского района Новосибирской области Шкундалев Сергей Александрович. Они отметили значимость открытия образовательных центров в школах. Пожелали дальнейших успехов не только ученикам, кому выпала возможность обучаться, используя современные технологии и оборудование, но и педагогам, на чьих плечах лежит ответственность за качество знаний будущего поколения.

В свою очередь, педагоги центра провели для гостей подробную экскурсию по образовательному пространству, продемонстрировав возможности нового оборудования. Образовательный центр состоит из трёх кабинетов, оснащенных для занятий по профилям «Биология», «Физика», «Химия».

Для создания центра был проведен капитальный ремонт школьных кабинетов, приобретена новая мебель и оборудование. В кабинете биологии показали работу современных микроскопов, дав гостям вспомнить свои школьные годы, а в кабинетах физики и химии наглядно продемонстрировали ход проведения опытов с использованием лабораторий, оснащенных по последнему слову техники. Благодаря современному техническому оснащению у учеников нашей школы появилась возможность для получения более развернутых современных технологических и гуманитарных знаний и навыков.

На этом развитие образования Ордынского района не останавливается, готовятся новые проекты по сотрудничеству образовательных учреждений с целью передачи опыта, готовятся к открытию новые образовательные пространства.

Автор статьи Агафуров Максим, 11 класс

Рубрика «Финансовая грамотность»

Банки и золото: как сохранить сбережения в драгоценных металлах

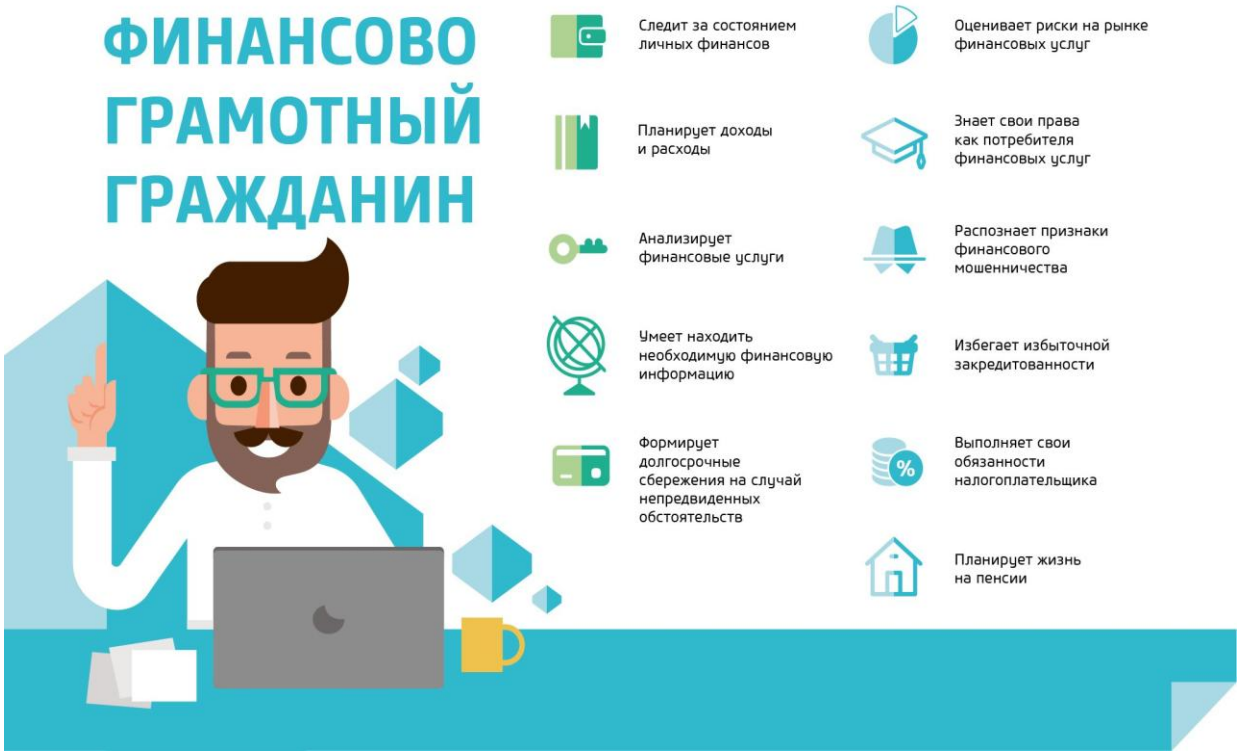
Золото всегда считалось очень хорошим средством сбережения. Однако следует помнить, что золото чаще всего рассматривается в качестве долгосрочных сбережений, получить значительный доход от покупки драгоценных металлов сроком на несколько месяцев, а то и на 1-2 года, вы вряд ли сможете, поскольку их цена подвержена значительным колебаниям. Кроме того, вкладывать сбережения в золото необходимо с умом. Покупка золотых серёжек, браслетов или колец не имеет ничего общего с инвестированием накоплений в драгоценные металлы.

Драгоценный металл гражданин нашей стороны может приобрести несколькими способами. Первый способ- покупка золотых или серебряных изделий. Второй способ вложения в драгоценные металлы-слитки. Многие банки сегодня предлагают своим клиентам слитки разного веса-от 1 г. до 1 кг, на сколько у вас хватит денег. Стандартные слитки золота, которые очень часто показывают в фильмах, весят, 11,3 кг. Стоимость приобретения слитков золота меньше стоимости приобретения ювелирного изделия той же массы, однако дополнительные издержки всё же есть-это 20 % налога на добавленную стоимость (НДС) и 2-3% наценки банка. Да и проблем с хранением золотых слитков у вас тоже будет немало. Дело в том, что банки выкупают, как правило, слитки драгоценных металлов, купленные в их же отделениях и хранящиеся в их сейфовых ячейках.

Третий способ вложения средств-покупка монет из драгоценных металлов. Сегодня можно выделить 2 вида драгоценных металлов- коллекционные и инвестиционные. Коллекционные монеты-это монеты, выпускаемые Центральным банком России к определённым юбилейным датам. Такие монеты обладают не только материальной, но и художественной ценностью.

Центральный банк Российской Федерации ведёт специальный каталог, в котором вы можете ознакомиться со всеми темами монет Банка России (http://www.cbr.ru/Bank-notes_coins/, раздел «База данных по памятным и инвестиционным монетам»).

Автор статьи Богателия Н.В


ФИНАНСОВО ГРАМОТНЫЙ ГРАЖДАНИН
Следит за состоянием личных финансов
Планирует доходы и расходы
Анализирует финансовые услуги
Умеет находить необходимую финансовую информацию
Формирует долгосрочные сбережения на случай непредвиденных обстоятельств
Оценивает риски на рынке финансовых услуг
Знает свои права как потребителя финансовых услуг
Распознает признаки финансового мошенничества
Избегает избыточной закредитованности
Выполняет свои обязанности налогоплательщика
Планирует жизнь на пенсии

ФИНАНСОВЫЕ МОШЕННИКИ
Фальшивые деньги
Махинации с заимствованием
Махинации в Интернете
Махинации с платежными картами
Обманные предложения по вложению денег
Аферы с мобильными телефонами
Будьте бдительны!