



# БОЛЬШАЯ ПРОГРАММА

№ 2 (78)  
Октябрь 2016

Печатный орган МБОУ Школа № 99 городского округа Самара

ПОЗДРАВЛЯЕМ  
НАШИХ  
УЧИТЕЛЕЙ!

## Сегодня в номере:

- Праздник месяца.....1
- Калейдоскоп школьных дел.....2
- Путь к здоровью шаг за шагом.....4
- Другая школа.....5
- Шевельни извилинами.....6
- О тебе, моя Самара.....7
- Поздравления.....8

*Учитель – это звучит гордо! Учитель – это гораздо больше, чем просто профессия! Учитель – это состояние души и желание передавать свой опыт другим людям! Учитель — это уникальная профессия, вне времени, моды и географии.*

*Наверное, каждому учителю хочется, чтобы именно его ученик в будущем добился успеха. Но самой главной радостью для учителя является благодарность учеников.*

*Мы хотим сказать огромное спасибо нашим учителям за все, что они сделали и делают для нас, не щадя сил и времени.*



*С Днем  
учителя!*



# Калейдоскоп школьных дел

## Учитель для меня - это...

Мы спросили учащихся нашей школы, что означает для них слово «Учитель». И вот их мнения.

**Учитель** - это одна из самых сложных профессий. Учитель помогает вступить во взрослую жизнь, учит уважению, любви к ближнему, вечным ценностям, вкладывает нравственные понятия в души своих учеников. Учитель - один из важных людей в нашей жизни. Талант учителя заключается в умении передать знания ученику и в умении делать трудные вещи легкими.

**Учитель** - это наш старший товарищ, который всегда поможет, научит, многое объяснит. Учитель - это тот человек, который открывает в нас новые возможности, рассказывает нам про все на свете.

**Учитель** - один из самых важных людей на земле.

**Учитель** - это хороший помощник, он дает тебе новые знания, которые пригодятся тебе в дальнейшей жизни.

**Учитель** - это тот человек, который вкладывает в тебя знания.

**Учитель** - это добрый волшебник, который помогает вступить во взрослую жизнь, учит уважению, добру, любви к ближнему.



**Учитель** - это не просто профессия, но и образ жизни для многих людей. Те, кто смог встать на этот нелегкий путь, вкладывают в работу душу, свои чувства и переживания, с ответственностью подходят к любому полученному ими заданию.

**Учитель** - это человек, который каждый день учит тебя чему-то новому, воспитывает твой характер.

**Учитель** - это книга. Открываешь ее, и она словно светится изнутри. Но не каждому дано стать учителем.

**Учитель** - самое важное звено в цепочке образования. Это человек, благодаря которому дети познают что-то новое и передают это другим.

**Учитель** - это тот человек, который делится с нами своими знаниями и учит различать плохое и хорошее.



**Учитель** - это человек, дающий знания новому поколению людей, не берущий ничего взамен. Учитель помогает развиваться и узнавать новое. Люди, идущие в эту профессию, должны обладать терпением и хорошей нервной системой, чтобы терпеть детей, ведь дети тоже бывают разными. Учитель очень важен для нашего общества, потому что он похож на родителя, желающего для нас хорошего будущего.

**Учитель** - это твой наставник в жизни, ведь он всегда поможет, поддержит и направит по верному пути.





# Калейдоскоп школьных дел

*Примите слова благодарности  
от ваших учеников!*



...Со светлым и солнечным праздником! Желаю, чтобы вы всегда оставались такими же умными и справедливыми. Спасибо вам за вашу доброту, терпение и заботу. Вы всегда поможете и поддержите в трудной ситуации...

...Желаю, чтобы вы всегда были счастливы, а дети, которых вы учите, были готовы ответить только на 5!..

...Пусть ваши глаза всегда блестят, а на губах всегда сияет улыбка!..

...Желаю получать от работы только удовольствие...

...Мы желаем вам терпения, крепких нервов и здоровья, так как мы не сахар, любим побаловаться, нам неохота делать уроки, а лень нас пересиливает. Но мы вас уважаем и любим!

... Как бы мы, ученики, ни ленились и ни отзывались о вас, вы нам очень нужны, и мы по-своему вас любим и дорожим вами.

...Я хочу пожелать вам терпения, сдержанности и благородства. Не будьте с нами такими строгими. Мы любим вас, хоть иногда и скрываем это. Научите нас всему хорошему...

...Желаю каждому учителю быть всегда уверенным на уроке

...Желаем вам побольше терпения и внимательных учеников! Ведь вы знаете, что вы самые любимые и хорошие наставники в нашей жизни!..

...Поздравляем вас с Днем Учителя! Вы всегда помогаете нам усвоить сложные темы по всем предметам: разобраться в непростых теоремах и аксиомах, использовать формулы по физике, правильно ставить знаки препинания, грамотно выражать свои мысли, определять функции нашего организма. Спасибо вам за то, что вы есть!..

Спасибо вам за все годы, проведенные на ваших уроках, спасибо за знания, полученные от вас. СПАСИБО!..

...Всем учителям я от всей души желаю терпения, душевных сил, здоровья и счастья. От себя хочу поблагодарить всех учителей за мужество, благородство, доброту и нежность...

**СПАСИБО ОТ ВСЕХ НАС, ВАШИХ УЧИТЕЛИКОВ!**



# Путь к здоровью: шаг за шагом



## Вкусная и полезная карета для Золушки?

Многие знают о том, что эта солнечная ягода — и подарок нерадивым женихам, и Золушкина карета, и атрибут Хеллоуина, но мало кому известно, что это еще и очень полезный, лечебный продукт.

Причем польза таится во всех ее частях – мякоти, семечках и соке. В

чём же её секрет?

### Немного истории

Родиной тыквы считают территорию современной Мексики, выращивали ее еще за 3-4 тыс. лет до нашей эры и даже считали знаком солнца. Первые американские поселенцы вырезали верх у тыквы, удаляли семечки, наполняли внутренность молоком, специями и мёдом, потом запекали тыкву в горячей золе, а индейцы жарили ломтики тыквы на костре, а из полосок вяленой тыквы делали коврики.

На Руси тыква появилась в 16 веке и сразу стала популярной у крестьян благодаря своей урожайности, неприхотливости, исключительной полезности и способности к длительному хранению. Российский климат позволял выращивать тыкву практически во всех регионах страны.



### Польза

☉ Тыква - это полноценный кладёз огромного количества витаминов и минералов, к тому же практически не содержащий жиров.

Тыква богата **витаминами С, Е, РР, В1, В2**. В ней содержится железо, магний, калий, кобальт, фтор, кремний, цинк и медь.

☉ **Улучшает зрение.** В тыкве содержится витамин А (каротин), хоть не столько сколько в моркови, тем не менее это положительно влияет на наши глаза и защищает их от недугов.

☉ **Тыква полезна для гипертоников.** В тыкве содержится много калия, тыква полезно включать в рацион людям с сердечно-сосудистыми заболеваниями, так как калий избавляет от отеков, способствует укреплению сосудов и улучшает работу нашего сердца. Регулярное употребление мякоти или тыквенного сока поможет снизить, а со временем и нормализовать кровяное давление.

☉ **Отличное профилактическое средство.** Улучшает кровообращение, выводит вредный холестерин из крови. Это отличная профилактика инсульта и инфаркта миокарда.

☉ **Чемпион по содержанию железа и витамина Т**, который отвечает за ускоренный обмен веществ в организме, образование тромбоцитов и за свертываемость крови.

☉ **Противовоспалительные свойства.** Противостоит воспалительным процессам в кишечнике. Часто применяется как наружное средство. Например, при ожогах, ранах, прыщах, сыпях и экземах «кашица» из тыквы хорошо уюляет боль и способствует к их быстрому заживлению.

☉ Тыква - это очень низкокалорийный продукт, с низким содержанием жиров, её полезно употреблять при ожирении.

☉ **Хотите быть молодыми даже в пожилom возрасте?** Благодаря тыкве у человека улучшается регенерация тканей. Быстрее обновляются клетки. Укрепляются кости, повышается продуктивность, улучшается сон.

☉ Тыква – обладает хорошим **мочегонным эффектом**, так как нормализует водно-солевой баланс человека.

☉ **Поднимает тонус, жизненную силу.** Помогает при бессоннице и расстройствах нервной системы.

☉ **Защищает и укрепляет иммунитет.** Благодаря содержанию в себе **витамина С**, тыква способна противостоять вирусным заболеваниям целый год.

☉ **Тыквенные семечки** очень полезны благодаря содержанию в них большого количества высококачественного пищевого масла и цинка. Поэтому они будут полезны при жирной перхоти, себорее, угрех.



### Вред

☉ Нельзя употреблять при диабете (из-за высокого содержания углеводов и сахаров), а также язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

☉ При злоупотреблении тыквенными семечками может возникнуть гастрит (воспалительные процессы оболочки желудка)

☉ При расстройствах кишечника тыква противопоказана.



☉ Конечно же, мякоть, сок и семечки тыквы следует употреблять с чувством меры, как и любой другой продукт.

## "Фото на развалинах"

## Книга-room

Просто хорошая отечественная реалистическая проза для подростков - сегодня явление достаточно редкое. Повесть "Фото на развалинах" писателей Николая и Светланы Пономарёвых заслуживает внимания подростков. Не только потому, что была удостоена Первой премии конкурса имени Сергея Михалкова на лучшее художественное произведение для подростков в 2007 году, но прежде всего потому, что авторы – психологи. А когда на страницах произведения соединяются знание психологии ребёнка и литературный дар, то получается хорошая литература.

После прочтения сюжет не отпускает, оставляя в памяти образы. Сломанный фонарный столб, который Елисей фотографирует через залитое дождём окно автобуса в самом начале повести. Что это символ - символ ли это надлома в душе 15-летнего героя или символ отчуждения, царящего в семье Фёдоровых? Мать, которая эгоистично замкнулась в своём горе и хочет вдобавок переложить груз своих бед на ребёнка. А в 15 лет человеку самому ох как необходимы и поддержка и понимание! Отец давно по-настоящему не интересуется делами сына. Фёдоровы несчастливы по-своему, но несчастье это характерно для очень многих семей.

Все мы родом из детства и из своей семьи. Разлад в семье, разлад и в душе героя - об этом надо читать, над этим необходимо размышлять, это надо знать...



## Характер человека

### по письменному столу

Психологи утверждают, что характер людей можно с большой точностью вычислить, посмотрев на его рабочее место. По тому, что творится на письменном столе, можно судить о деловых качествах его хозяина.

Если на Вашем рабочем столе царит **"художественный беспорядок"**, - это вовсе не признак (во всяком случае не главный) неорганизованности хозяина. Многие люди просто чувствуют себя комфортно именно в обстановке хаоса. Ваш стиль жизни - лихорадочная деятельность и вечная спешка, и, много креативных и творческих идей.

А вот когда на столе **каждая вещь** значит, Вы фанат порядка, великолепный серватор.

Присутствие на столе **фотографий в рамках, сувениров, кашпо с цветами** говорит о том, что Вы тихоня и у Вас податливый и дружелюбный характер.

Если на рабочем месте присутствуют **игрушки и яркие канцелярские принадлежности**, Вы яркий индивидуалист. Вас больше всего волнуют личные успехи, а не достижения других.

Наличие на Вашем письменном столе **забавных предметов** обычно означает веселый характер, принадлежащий легко идущему на контакт человеку.

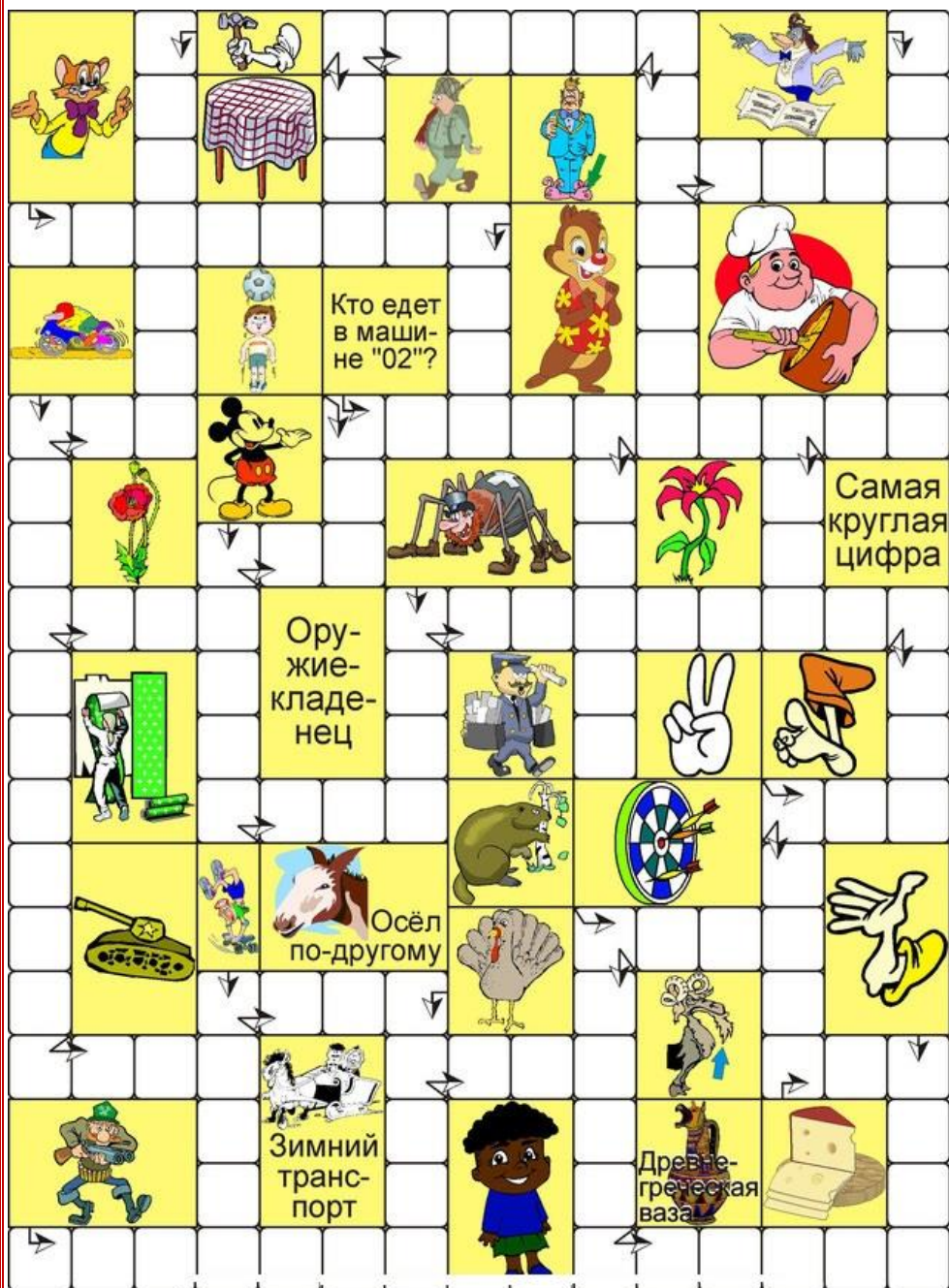
А теперь за дело – взгляните на свой рабочий стол и сделайте выводы о себе.

## Другая школа



как правило, у Вас **знает свое место**, - исполнитель и кон-







## *Поволжский музей железнодорожной техники*

9 ноября 2010 г. на учебном полигоне Самарского государственного университета путей сообщения открылся **Поволжский музей железнодорожной техники**.

Место для музея выбрано неслучайно. Во-первых, близость к станции Безымянка, куда прибывали эшелоны с эвакуированными в годы Великой Отечественной войны заводами, где начиналась новая промышленная Самара.

Во-вторых, на полигоне СамГУПС проходят обучение студенты разных специальностей, для которых история развития железнодорожной техники представляет особый интерес.

Экспозицию подвижного состава открывает макет паровоза Черепановых.

Здесь же расположился редкий сегодня экспонат – паровоз серии П-36№232 из выпущенной в XX веке партии паровозов всего в 251 единицу, которого за характерные полосы – лампасы называли «генералом».

Особое место занимает головной вагон электропоезда Сд, отправившегося в первый рейс 7 ноября 1944 года по участку Куйбышев–Безымянка. Это был первый электрифицированный участок на Куйбышевской магистрали.

В экспозиции представлены различные виды вагонов как грузовые, так и пассажирские, в том числе трофейная немецкая цистерна, вагон-теплушка, вагон-кухня, вагон-пекарня.

Административное здание – вокзал станции Дашково, построенный в 1874 году, – исторический артефакт. Бревна, из которых было построено здание вокзала, за почти полтора века эксплуатации практически не испортились и послужили строительным материалом для воссоздания здания.



Название станция получила в честь княгини Е.Р. Дашковой – соратницы Екатерины Великой, президента Российской академии наук. Несколько имений семьи Воронцовых-Дашковых располагались вблизи строящейся Моршанско-Сызранской железной дороги.

На открытой площадке музея, кроме подвижного состава установлены семафоры и светофоры, узлы ферм старинных металлических мостов, в том числе знаменитого Александровского моста, стрелочный перевод с замком Мелентьева. Контактный



провод растянут на различного вида опоры контактной сети. Путьевые инструменты разместились на отдельном щите, рядом установлены образцы путевых рельсов выпуска от 1873 по 1949 гг. Путьевые знаки установлены у будки путевого обходчика, сложенной из сосновых бревен.

Экспонаты музея можно не только увидеть, потрогать руками, но и представить себя в роли машиниста, облачившись в форму железнодорожника.

**От всей души поздравляем  
С Днём Рождения!**

*Боханова Германа Степановича,  
Горожанину Наталью Николаевну,  
Дорошенко Людмилу Павловну,  
Сычеву Елену Александровну,  
Штаренко Ольгу Геннадьевну!!!*

*С днем рождения поздравляем  
И от всей души желаем:*

*Счастья — море через край,  
Любви — ладони подставляй,  
Здоровья — чтоб на всё хватило,  
Чтоб жизненная была сила!*

*Всех исполнения желаний  
И радостных всегда гуляний,  
Подарков самых разных,  
Друзей верных, прекрасных!*



Октябрь крадется по дорожкам,  
Ступает тихо солнцу вслед.  
Грибы и ягоды в лукошке.  
И сентябрю он шлет привет!

В багряном бархатном кафтоне,  
Из листьев шляпа набекрень,  
Он целый месяц будет с нами  
Встречать рассвет, и ночь, и день.

Он волю осени исполнит -  
Раскрасит поле, луг и лес.  
И красотой мир наполнит!  
И пригласит в страну чудес!

Средняя общеобразовательная школа № 99  
городского округа Самара



Адрес редакции: г.Самара, ул. Алма-Атинская, д.122, каб.307.  
Сайт в Интернете <http://www.shkola-99.ru/>

Главный редактор – Селиверстова Т.Н..  
Корреспонденты - учащиеся 8а класса.  
Компьютерная верстка – Нагайцев Илья, Лифанов Илья.  
Корректор – Ибрагимова С.К.

Принимаем материалы в газету. Обращаться в каб. 307, e-mail: T31@yandex.ru