



# ШПОРД

Газета Малинської загальноосвітньої школи №6 I-III ступенів для учнів 5-11 класів

Газета виходить  
з 1 лютого 1998 року

№ 99

Понеділок  
9 листопада 2015 року

## 9 ЛИСТОПАДА – ДЕНЬ УКРАЇНСЬКОЇ ПИСЕМНОСТІ ТА МОВИ

9 листопада наша країна святкує День української писемності та мови.



Традиційно цього дня всіх українців запрошуюють написати Всеукраїнський диктант національної єдності і перевірити свої знання.

За православним календарем 9 листопада вшановують пам'ять Преподобного Нестора-Літописця — послідовника Кирила і Мефодія. Вважається, що Нестор Літописець став прабатьком української писемної мови. Існують версії, що раніше на території України застосовували кілька видів писемності, деякі з них використовували грецьку абетку або латиницю. Сучасний алфавіт української мови здебільшого складається з аналогів грецьких літер і декількох слов'янських знаків, однак раніше, крім кирилиці, використовувалася так звана глаголиця.

Українською мовою розмовляють майже 45 мільйонів людей і вона належить до найпоширеніших мов світу.

Генеалогічно українська мова належить до індоєвропейської мовної сім'ї. Про це свідчать і архаїзми, і деякі фонетичні та

морфологічні ознаки, які зберегла наша мова протягом століть.

Давньою українською мовою написані козацькі державні документи й хроніки, створена самотутня художня писемність епох – від Івана Вишенського до Григорія Сковороди. Українці мають свою могутню класичну літературу, визнаних світом геніїв: Тараса Шевченка, Івана Франка, Лесю Українку, Михайла Коцюбинського, Василя Стефаника...

Щодо початку писемності в українських землях тривають наукові дискусії. Археологічні знахідки засвідчують наявність писемних знаків на глиняному посуді, пряслицях, зброї тощо, ще за трипільської доби.

Кілька століть нас привчали до думки про нібито «вторинність» української мови, ретельно приховуючи від українців величезний масив української ж писемності, історії та культури, що сягає глибокої давнини і налічує багато тисячоліть.

Давніший із літописів, який дійшов до нас, був написаний у 1377 році на пергаменті – вичиненій телячій шкірі. Він носить назву Лаврентіївського, за іменем монаха-переписувача Лаврентія. Зокрема до цього списку входить «Повість врем'яних літ» (або «Повість минулих літ»), написаний на початку XII століття.

Автором «Повісті» вважається монах Києво-Печерського монастиря Преподобний Нестор-літописець (близько 1050 – 1114 рр.). Мощі святого покояться в Ближніх печерах Києво-Печерської лаври.

## ІНТЕЛЕКТУАЛЬНА ГОРДІСТЬ ШКОЛИ

51 учень школи взяв участь у I етапі олімпіад з базових дисциплін, це 88% учнів 6-11 класів. Найактивнішими учасниками стали учні 10 класу, з яких кожен взяв участь хоча б в одній з олімпіад. На другому місці учні 9 класу – 93%, III місце – 7 клас (88%), IV місце – 8 клас (70%), V місце – 11 клас (67%), VI місце – 6 клас (20%). У загальношкільному рейтингу I місце посів Богданов Андрій, набравши 90 балів, II – Ігнатенко Євгенія (70 балів), III – Андрійчук Дмитро й Осадчий Владислав (65 балів). 17 учнів спробують свої сили у міському етапі олімпіад. На сьогодні уже маємо призера II етапу олімпіад з української мови – Лиман О., Ігнатенко Є., Черняк Д. (9 кл.), Богданов А. (11 кл.)

## ШКІЛЬНИЙ ТЕЛЕТАЙП

02 листопада стартував місячник «Таланти твої, школо!». Долучайтеся, проявляйте свої таланти, вигравайте дипломи та призи, які отримаєте на гала-концерті 27 листопада.

31 жовтня олімпіадою з української мови розпочався II етап олімпіад з базових дисциплін. Завершаться випробовування для найрозумніших 20 грудня олімпіадою з інформаційно-комунікаційних технологій.

18 дерев врятували наші учні, які зібрали 1813 кг макулатури. Найбільше здали шестикласники – 256 кг, 4 клас – 239 кг, 2-а – 238 кг, 2-б – 221 кг. Але поскільки до уваги ще й бралася маса паперу на одного учня, то місяця розподілилися таким чином: I місце – 4 клас (15 кг на учня), II місце – 2-б клас (13,8 кг на учня), III місце – 2-а клас (13,3 кг на учня), 6 клас – 12,8 кг на учня. Пам'ятайте, що кожні 100 кг зібраної макулатури рятують від вирубки 1 дерево.

Завершився Всеукраїнський місячник бібліотек, у ході якого було оголошено акцію «Подаруй дитячу книгу бібліотеці». 63 книгами для наймолодших поповнився шкільний бібліотечний фонд. Найактивніше до акції долучилися третьокласники – 15 книжечок, не відставали учні 2-б, 5, 7 класів (по 9 кн.), 2-а клас – 7, 10 клас – 5, 4 клас – 4, 8 клас – 3, 6 і 9 класи по 1, 11 клас – жодної.

35 навчальних днів залишилося до закінчення I семестру.

### «ЛЮДИНА, ЯКА ПЕРЕСТАЄ ЧИТАТИ, ПЕРЕСТАЄ МИСЛИТИ» (Д. Дідро)

Книголюби стверджують, що людина, яка читає книги, розумніша за людину, яка дивиться телевізор. Чи не так? Чи це вигадали фанати читання заради власного задоволення?

Давайте розглянемо переваги людини, яка читає, перед людиною, яка не читає:

- в активного читача великий словниковий запас і придбане з гарною літературою відчуття мови, що значно допомагають у спілкуванні;
- книголюб більш грамотні. Звичайно, комп'ютерні програми самі перевіряють і виправляють помилки, але бувають ситуації, коли потрібно написати щонебудь «від руки». Ось у цей момент і з'ясується, хто більше читає;

- з людиною, яка читає, завжди можна знайти тему для розмови: вона багатша духовно, цікаво може розповісти про різні речі та ін.;

- той, хто читає, обов'язково аналізує текст, робить свої висновки. У того, хто не читає, логічне мислення і здатність робити висновки слабо розвинені;

- ті, хто не є фанатом книг, дні і ночі зазвичай проводять у Мережі, а це, як відомо, псує здоров'я, позбавляє

можливості живого спілкування. А ось фанати читання включають комп'ютер в основному для того, щоб купити книгу через Інтернет. Ігри та соцмережі для них занадто нудні;

- пам'ять людини, яка читає, може зберігати значно більший обсяг



інформації, ніж пам'ять того, хто не любить це заняття. Читання книги - найкраща зарядка для розуму.

Хочете виблискувати розумом у будь-якому місці? Наша порада проста і корисна: читайте більше гарної літератури. Втім, це зовсім не означає, що ви повинні відключати Інтернет: він вам стане в нагоді для отримання цікавої та корисної інформації, наприклад, щодо новинок літератури. Всебічний розвиток можливий тільки

при об'єднанні читання, комп'ютера, телевізора (не всі програми однаково шкідливі). А багатогранна людина завжди цікава.

Ми спробували з'ясувати, чи люблять читати наші учні і які їхні вподобання. Було опитано 71 учня. Виявилось, що тільки 18 з них читають книжки, які не є програмовими. Найпопулярнішою книгою є "Гаррі Поттер", учні 5-7 класів із задоволенням читають «Лісову школу» В. Нестайка, учні 9 класу знайомляться з творчістю Джона Гріна ("В пошуках Аляски"), Ульфа Старка ("Диваки і зануди"), Джона Толкіна «Володар пернів».

Тому хочемо навести ще 8 причин, чому потрібно читати книги:

1. Ви станете спокійнішими, впевненішими і забудете про депресію.
2. Ви знайдете кращих співрозмовників і вірних друзів.
3. Ви навчитеся добре говорити і писати.
4. Ви забудете, що таке нудьга.
5. Ви станете більш приємною людиною.
6. Ви зрозумієте, як влаштований світ.
7. Ви станете більш креативними.
8. Ви станете більш сфокусованим.

### «НАЙВАЖЛИВІШЕ – ПОВАГА УЧНІВ І КОЛЕГ»

Посаду хранительки шкільної бібліотеки уже 6 років займає Корж Тетяна Василівна. Саме з нею спілкувалася наша нова учениця 10 класу, яка активно долучилася до створення шкільної газети, Назаренко Діана.



Щоразу, коли ви заходите до бібліотеки, вас зустрічає привітною посмішкою Тетяна Василівна, яка ще й соціальний педагог нашої школи. Вона може легко знайти ключик до кожної дитини, тому що уважна, чуйна, спостережлива. Допомагає у роботі й те, що має двох синів різного віку, тому добре розуміється на проблемах як молодшого підліткового віку, так і старшого. Тетяна Василівна вміє запалити у дітях бажання читати, адже сама вважає, що чим більше людина читає, тим кращою й розумнішою вона стає. Як справжня шанувальниця української літератури захоплюється творчістю Т.Г. Шевченка. Не подобається фантастика. Любить подорожувати, відвідувати концерти. Займається спортом (бадмінтон, теніс). Якщо дозволяють погодні умови, до школи їде велосипедом, хоч інколи лінь може взяти гору над життєвою активністю. На питання, чи хотіла б Тетяна Василівна прославитися як найкращий бібліотекар міста, відповіла, що найкраща слава – це повага друзів, дітей,

учнів, батьків та колег, і, звичайно ж, безкінечний потік відвідувачів у бібліотеці

### 24 ЖОВТНЯ - ДЕНЬ ООН

Організація Об'єднаних Націй (ООН) — глобальна міжнародна організація, заснована 24 жовтня 1945 на конференції у Сан-Франциско на підставі Хартії Об'єднаних Націй. Декларованою метою діяльності організації є підтримання і зміцнення миру і міжнародної безпеки та розвиток співробітництва між державами світу.

Кореспонденти нашої газети запропонували своїм читачам розшифрувати аббревіатуру ООН. Учні 8-11 класів справилися із цим завданням легко. А от учні 5-7 класів запропонували свої варіанти: означення, опис, настрої; особливий осінній настрої; організація особливих націй.



### УЧНІВСЬКЕ САМОВРЯДУВАННЯ В ІНШИХ КРАЇНАХ

«Не питай, що школа робить для Тебе, але скажи, що Ти робиш для неї». Сьогодні президентів, віцепрезидентів, депутатів, голів комітетів із фінансів, культури, спорту тощо можна зустріти майже в кожній сучасній школі. Вони очолюють шкільні парламенти, уряди, ради, конференції.

А ось у Великобританії традиційним видом учнівського самоврядування є система префектів або капітанів. Учні, обрані на цю посаду, допомагають учителям підтримувати дисципліну. Іноді вони мають право накладати на своїх товаришів догани. Префекти та капітани обираються з представників класних колективів учнями школи або призначаються адміністрацією. Ними можуть бути лише старшокласники. Вони складають раду на чолі із загальношкільним префектом, яка співпрацює з адміністрацією. Рада координує позакласну роботу (спорт, гуртки, клуби). У результаті ротачії в ролі префектів і капітанів можуть побувати всі старшокласники за час навчання.

У Німеччині шкільні ради називаються конференціями. На них делегують своїх представників класні учнівські ради. Делегати мають право голосу під час складання розкладу та планів щодо позакласної роботи (екскурсії, видання газети, гуртки та клуби, благодійність, дискусії, вечори відпочинку і т. д.). А ще в школах працює «учнівське представництво». Кожен клас обирає спікера: він представляє учнів на зборах класних спікерів. Учніське представництво поділено на три ступені. До першого

входять класи середньої ланки. Збори спікерів другого ступеня, до якого входять старші класи, мають ще більше прав. З ними обов'язково узгоджуються такі питання: чи варто застосовувати ті чи інші покарання, які заходи належить включити до плану роботи школи, скільки та які завдання можна задавати додому. В учнівському представництві є й третій ступінь: його формують учні, які досягли 18 років. Збори спікерів (повнолітні учні), отримують право брати участь у розв'язанні фінансових питань. Щотижня в класі проводиться «година учнівського представництва», що поставлена в розклад занять (як у нас — класні години). Але проводить її не вчитель, а спікер класу. Він обговорює з однокласниками найбільш актуальні питання з життя школи. Діти сперечаються, дискутують, висловлюють свої пропозиції. А спікер після таких зустрічей може сформулювати думку класу під час розв'язування питань на зборах спікерів.

У Франції шкільні ради формуються за моделлю команди, тобто рада — це команда. Учні й учителі кожного класу об'єднуються в команду, члени якої працюють за власним планом позаурочних занять, регулярно зустрічаються з дирекцією для обговорення важливих справ. Представники команд проводять загальношкільні асамблеї, на одній з яких вибирають раду школи.

Самоврядування в американських школах має різні форми в різних штатах. Але спільним є те, що школярі до своїх обов'язків ставляться

### НАША СТАРОСТА – НАЙКРАЩА

Ми вважаємо, що наша староста 5 класу - Забродська Дарина - найкраща, тому що вона добра й справедлива і завжди нагадує про наші обов'язки.



Староста 6 класу – Сотніченко Дарина – скромна, відповідальна, завжди готова прийти на допомогу, ще й майстриня на всі руки.

Богданова Любов – талановита й розумна дівчинка. Уже 6 рік поспіль виконує доручення старости. Це права рука Олеси Пантелеймонівни. Наш клас завжди прислухається до Люби, яка, крім того, що гарно навчається, танцює, співає, дотепно розповідає цікаві історії. Й усі учні 7 класу можуть рішуче заявити: «Наша староста – найкраща».

Староста 8 класу - Огороднік Дар'я. Це успішна дівчина, яка завжди все встигає. Вона не лише здібна учениця, а й віртуозна піаністка.

Староста 9 класу – Лісовська Тетяна. Їй доручили цю справу вже вдруге, бо вона дуже добре виконує свої обов'язки. Таня любить вишивати, займається кулінарією.

Зі старостою 10 класу ви вже знайомі, адже Пампура Анна не тільки староста, а й міністр із суспільно корисної діяльності.

Ну хто не милувався чарівною вродою цієї дівчини, не заслухався, коли звучали вірші з її вуст? У кого не збігала по обличчю сльоза, коли демонструвала свою акторську майстерність Горленко Альона – староста 11 класу.

## ЯК ПОВИННІ ХАРЧУВАТИСЯ ПІДЛІТКИ

Вже давно відомо, що правильне харчування впливає на життя людей. Від харчування залежить те, наскільки часто людина хворіє, яка тривалість її життя, а також її розвиток і навіть розумові здібності. Тому правильне харчування підлітка відіграє величезну роль у формуванні підростаючого організму.

### Харчування підлітків від 10 до 13 років

Вчені виділяють три етапи розвитку підлітка. Перший етап припадає на вік з десяти до тринадцяти років. У цей період всі сили організму підлітка витрачаються на активний ріст. Саме тому в цей період підлітку потрібна підвищена кількість кальцію, так як його неолік може спровокувати захворювання опорно-рухового апарату, такі як сколіоз і остеохондроз. Щоб уникнути виникнення цих проблем в раціон харчування необхідно включити велику кількість молочних продуктів: сиру, молока, кефіру, йогуртів. Також для підлітків необхідна достатня кількість тваринного білка, який міститься в м'ясі, так як саме він служить будівельним матеріалом для м'язової системи.

### Харчування підлітків від 14 до 16 років

За статистикою, майже 70% українських школярів снідають бутербродами з маслом, сиром чи ковбасою. 10% - їдять вранці варене яйце. 15% - найчастіше вибігають з дому без сніданку, жуучи на ходу печиво. 4% - зазвичай снідають яєчною. І тільки 1% - їдять вранці кашу.

Кореспонденти газети «Шпора» провели дослідження, чи снідають наші школярі і що саме. Більшість іде до школи поснідавши. Це можуть бути різноманітні страви: гречка, суп, чай, вівсянка, молочні каші, пельмені. Найпоширеніший сніданок – це, звичайно, бутерброд і чай. Дехто може себе вранці побалувати кавою з кардамоном, або чаєм з халвою.

Медики неодноразово наголошували на тому, що відмовлятися від сніданку в жодному разі не можна. Вони акцентують: їсти вранці потрібно для того, щоб «завести» травну систему. Оскільки вночі організм залишався без харчування, вранці він особливо потребує «доз» енергії.

Відмова від сніданку може позначитись і на якості виконання роботи. Відчуття голоду притуплює увагу, а в результаті знижується працездатність.

Крім того, відмовлятися від ранкового прийому їжі особливо не варто тим, хто хоче скинути кілька зайвих

кіло. Другий етап дорослішання припадає на період з чотирнадцяти до шістнадцяти років. У цей час спостерігається активне формування залоз внутрішньої секреції, викликаючи у багатьох підлітків хворобу акне (вугровий висип). Підліткам в цей період не варто зловживати їжею з підвищеним вмістом жирів. Однак повністю виключати з



раціону жири не можна. Дуже корисно вживати продукти, багаті клітковиною і харчовими волокнами, такі як овочі та фрукти, цільнозернові продукти.

### Групи продуктів, корисних для підлітків

Існує кілька груп продуктів, які необхідні для повноцінного росту і розвитку підлітка. Перш за все, підліткам необхідно вживати складні вуглеводи, так як саме вони є основними постачальниками енергії,

такої необхідної при швидкому зростанні. Складні вуглеводи в достатній кількості містяться в крупах і злаках. Такі продукти, як м'ясо, птиця і риба містять білок і обов'язково повинні входити в раціон підлітка. Білок є будівельним матеріалом для м'язової системи та внутрішніх органів, крім того в м'ясі, особливо в червоному, міститься залізо, яке охороняє від виникнення анемії. Рослинна клітковина міститься в овочах, коренеплодах і фруктах. Вона необхідна для нормальної роботи шлунково-кишкового тракту, а також для очищення організму від токсинів, тому що ці продукти містять природні антиоксиданти. Рослинні жири, які містяться в рослинних оліях і горіхах, перешкоджають випаданню волосся і ламкості нігтів у підлітків. Для отримання організмом підлітка необхідної кількості кальцію, вітаміну D і фосфору в раціоні повинні бути присутніми молочні продукти, такі як молоко, сири, кефір і так далі. Дотримання підлітком принципів здорового харчування допоможе йому уникнути проблем зі здоров'ям не тільки в період дорослішання, але й протягом подальшого життя.

За матеріалами сайту «Udoktora.net.»

## ЧИ ВЖЕ ТАК ОBOB'ЯЗKOBО СНІДАТИ?

кіло. Лишившись без снідання, не тільки не схуднете, але й, навпаки, це сприятиме накопиченню жирових клітин. Також науковці довели, що люди, які їдять вранці, менше схильні до серцево-судинних захворювань.

### Корисні продукти на сніданок

Найпоживніший і дешевий продукт, що дозволяє школярам заповнити сили на весь день, - каша. Можна приготувати гречку, вівсянку (геркулес, мюслі), пшеничну, пшоняну або рисову кашу. Підійде й молочна каша, але набагато корисніше готувати крупи на овочевому відварі або подавати з овочами та фруктами - дрібно натертою морквою, невеликими кубиками печеного гарбуза, яблука або бананів, хурми, айви, будь-яких ягід або сухофруктів. Другий варіант сніданку - білковий. Підійде шматочок вареної курки, яловичини або риби, варене яйце або омлет. З напоїв корисними будуть неміцний чай, компот або какао.

### Що їсти небажано?

У списку найбільш непотрібних продуктів на сніданок перше місце займає ковбаса. Вона абсолютно не втамовує голод, а значить, вже через годину Ви відчуете, що хочете їсти.

Над номером працювали: *Ігнатенко Євгенія, Лиман Ольга, Сотніченко Наталія, Лісовська Тетяна, Хіля Марина, Тищенко Тетяна, Сотніченко Дарина, Назаренко Діана, Мороз Анастасія*