

# P.S. Встретимся в школе!

2015 год

*Счастлива та школа, которая учит ревностно изучать и делать хорошее, еще ревностнее — лучшее и всего ревностнее — наилучшее.*

МБОУ АСОШ №5

Выпуск №3

Ян Коменский

## День математика = День смеха

1 апреля традиционно в России, странах СНГ, США и Канаде отмечают **День смеха**. Но, наверняка, мало кто знает, что этот день знаменателен и тем, что все математики мира празднуют и свой профессиональный праздник: **День математика**.



Так сложилось исторически. Возможно потому, чтобы доказать большинству, что “математический” народ не сухарь, не зануда, а веселый и любящий шутки.

Курьезы и смешные случаи, связанные с математическими вычислениями, часто происходят из-за того, у человека отсутствует навык быстрого *устного счета*. Ну и конечно, от его способности не реагировать на раздражающие факторы, а сконцентрировать на решаемой задаче.

### Новый метод быстрого счёта

В купе поезда едут два англичанина. Разговор не клеится. Поезд проходит мимо пастбища, на котором пасутся коровы. Один из пассажиров изрекает: - 1356.

Второй удивлён, но молчит. Через некоторое время – новое стадо. Первый пассажир произносит: - 1693.

Его сосед не выдерживает и спрашивает: - Сэр, поезд движется со скоростью 60 миль в час. Как вы умудряетесь так

быстро считать ?

- О, сэр, это очень просто! Я считаю число ног и делю на четыре.

История математики знает множество великих имен . Их вклад , безусловно , бесценен. Но кроме огромной любви к математике и глубокого знания предмета, ученые-математики отличаются еще и отличным чувством юмора, смекалкой и нестандартным мышлением. Убедитесь в этом сами.

### Мудрость Евклида

Евклида спросили:

- Что бы ты предпочёл: два целых яблока или четыре половинки ?

- Конечно, четыре половинки.

- Почему ? Разве это не одно и то же ?

- Нет. Взяв два целых яблока, я не смогу определить, червивые они или нет.

Ох уж , эти уравнения! Как же их усвоить? Несмотря на то, что все они так или иначе выражают практическую сторону нашей жизни, познание многих школьников, к сожалению, сводится к наличию в них переменной  $x$  (икс). А чтобы виды уравнений, методы освоить, и т.д. – это уж извините, не к нам.

### Быстрое решение

Учитель математики записывает на доске уравнение и обращается к ученику:

- Витя, найди, пожалуйста,  $x$  .

- Я нашёл, вот он! – отвечает ученик и показывает на  $x$  пальцем.

Раздел “Геометрия” зачастую дается с трудом для каждого ученика. Много формул, терминов, свойств и теорем, которые нужно держать в голове и правильно их применить в задаче. От такого переизбытка информации, у некоторых учеников возникает “сбой в программе”. И тогда на выручку приходят юмор и детская непосредственность.

### Новое определение дроби

Учитель математики:

- Если взять один помидор и разрезать его на 4 части, то каждая долька – это одна четвёртая часть помидора. Теперь понятно, что такое дробь?

- Да, это часть салата!

Сегодня  
в номере:

День смеха -  
ст.2

Шутки в истории - ст.3

Школьный  
стенд - ст.4

Кабинет экологии - ст.5

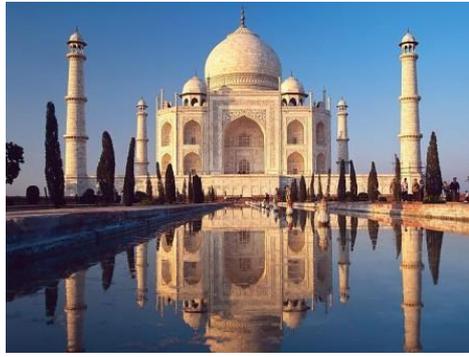
Кабинет химии - ст.6

После уроков - ст.7

Перевал  
кочующих  
стихов - ст.8



## История происхождения праздника 1 апреля - День смеха



Денек весёлый! С давних пор  
Обычай есть патриархальный  
У нас: и лгать, и всякий вздор  
Сегодня всем пороть нахально.  
Хоть ложь-то, впрочем, привилась  
Так хорошо к нам в самом деле,  
Что каждый день в году у нас  
Отчасти — первое апреля.  
А.Н.Апухтин

Брови царь нахмуря,  
Говорил: «Вчера  
повалила буря  
Памятник Петра».  
Тот перепугался:  
«Я не знал!.. Ужель?» -  
Царь расхохотался:  
«Первый, брат, апрель!»  
А.С.Пушкин

### 1 апреля – День невинных обманов, или День дурака

Праздник 1 Апреля не внесен ни в один календарь знаменательных дат и всенародных праздников, но он с большим успехом отмечается и в России, и в Германии, и во Франции, и в Англии, и даже на Востоке. Отличается только название: в одних странах 1 Апреля называют Днем смеха, в других — Днем дурака.

О возникновении этого праздника существует немало различных предположений, которые, однако, схожи в одном: корни его уходят глубоко в средневековую европейскую карнавальную балаганную традицию.

Одни утверждают, что День шуток и смеха отмечался еще в Древнем Риме. Назывался он праздником глупцов. Другие говорят — это торжество отмечалось еще в древней Индии, где 31 марта праздновали также День шуток. Третьи считают, что 1 Апреля в древнем мире шутили исключительно ирландцы. Исландские саги подтверждают, что традиция обманывать именно 1 Апреля была введена богами в память о Скадеи, дочери Тиасса.

Есть и такое странное мнение, что этот праздник появился благодаря неаполитанскому королю Монтерею, которому в этот день по случаю прекращения землетрясения преподнесли в дар рыбу. Через год царь потребовал точно такую же рыбу, но ее не смогли найти, и королевский повар приготовил другую, очень похожую на прошлогоднюю. Но царь раскрыл под-

лог, однако это его ни капельки не разозлило, а только насмешило от души. И с тех пор, видимо, в традицию празднования 1 Апреля вошел обычай кого-нибудь обязательно разыгрывать.

### История появления Дня смеха в России

В России шутками отмечали 1 Апреля придворные-иностранцы. Петру I понравился этот обычай. «Шутки немало забавляли царя, и каждый год он выдумывал около этого времени что-нибудь подобное», — писал один из его современников. В 1700 году один содержатель труппы факиров объявил москвичам, что он влезет в горлышко обыкновенной стеклянной бутылки. Народ повалил в театр. Когда поднялся занавес, собравшиеся увидели на сцене бутылку с надписью «Первое апреля». Царь Петр тоже присутствовал на этом представлении, которое его немало позабавило и совсем не разгневало. Он только сказал по этому поводу: «Вольность комедиантов». Таким образом, традиция праздновать 1 Апреля начала распространяться и среди русских.



### Как отмечают 1 апреля в разных странах

Во Франции день обмана называется «апрельская рыба». Он по-

явился в 1564 году когда Карл IX перенес празднование Нового года с 1 апреля на 1 января. Конечно, многие этого не одобрили, и на следующий год 1 апреля подданные короля разослали своим друзьям новогодние поздравления и подарки — то ли в знак протеста, то ли по традиции. А французы решили, что название «апрельская рыба» вполне подходит для подобных проделок и в будущем. Они не просчитались, и такая интересная шутка в народе прижилась.

В Англии время розыгрышей ограничено — только до 12 часов дня.

А вот в Германии и Австрии 1 апреля ранее считалось несчастливый днем. Немцы и австрийцы верили, что человек, родившийся в этот день, будет невезучим, так как в этот день якобы родился Иуда — предатель Христа, и именно 1 апреля сатану свергли с небес во тьму ада.

В Финляндии 1 Апреля — сравнительно молодой праздник, распространенный как у городских, так и у сельских жителей. Благодаря последним он приобрел самобытный характер шуток «горячих финских парней», которые связаны со старым деревенским обычаем во время серьезных тяжелых осенних работ — обмолота, чистки хлебов или убоя скота — поручать детям шуточные задания. Ребят, например, просили сбегать в соседский двор за каким-либо несуществующим, но якобы очень нужным инструментом: стеклянными ножницами, мякинным плугом или угломером для навозной кучи.

А те, к кому приходил бедный ребенок, «вспоминали», что уже отдали этот инструмент другим, и отправляли его в следующий двор, и так длилось до тех пор, пока кто-нибудь жалел малыша и не говорил ему, что это была шутка.

*1 апреля пожелаем друг другу больше поводов для веселых шуток, доброго смеха, счастливых улыбок!*



## Смейтесь на здоровье!

И почаще. Ведь мы, особенно взрослые, используем мышцы лица намного реже, чем любые другие. Если у детей выражение лица меняется по 20 раз в день, то у людей, которым за тридцать, — только три. А как установили ученые, существует взаимосвязь между активностью лицевых мышц и кровоснабжением головного мозга. Когда вы смеетесь или хотя бы улыбаетесь, приток крови к мозгу усиливается, он получает больше кислорода, что положительно сказывается и на эмоциональном состоянии. В ходе исследований доказано, что человек, который часто смеется, легко решает все проблемы, отличается щедростью и готовностью прийти на помощь, а также редкой способностью любить и внушать доверие и любовь.

### Интересные факты о смехе:

- Воздух, который вырывается из легких со скоростью 100 км/час, освобождает бронхи от скопившейся там слизи и облегчает дыхание при воспалительных процессах, например при бронхитах или астме.

- Смех повышает творческие способности и умение решать различные проблемы. Он активизирует лимбическую систему мозга, соединяя левое и правое полушария.

- Сравнив продолжительность жизни знаменитых театральных актеров за последние 270 лет, шведские врачи выявили неожиданную закономерность: комики живут гораздо дольше трагиков.

- На одном из конгрессов Международного общества по изучению смеха приводились данные относительно раковых заболеваний: у больных, которых регулярно смешат, выше процент излечения и лучше медицинские показатели по сравнению с контрольной группой.

- В XVII веке врачи говорили: «Прибытие паяца в город значит для здоровья больше, чем десять нагруженных лекарствами мулов!»

- Врач Тисо уверял, что вылечивал золотушных детей щекоткой, принуждая их смеяться.

- На Западе был проведен такой эксперимент: обследовали группу продавцов. Оказывается, у самых улыбчивых с течением времени не только характер изменился к лучшему, но и стали исчезать заболевания, вызванные психологическим напряжением.

- Английский философ и врач

Уильям Ослер назвал смех музыкой жизни и советовал непременно смеяться каждый день хотя бы в течение 10 минут. Подсчитано, что если человек смеется не менее 17 минут в сутки, он продлевает себе жизнь на один год.

- Врачи не отказываются и от такого примитивного воздействия, как щекотка, — помогает!

- А ученые из Гарвардского университета считают, что веселый нрав снижает шанс проявления различных недугов на 50 %.

- В Японии с большим успехом проводят сеансы смехотерапии в туберкулезных больницах.

- Смех не помешает и тем, кто совершенно здоров. В Малайзии накануне сессии студентов обучают особым дыхательным упражнениям, имитирующие смех. Опыт показал, что все участники эксперимента успешно и легко, абсолютно не волнуясь, сдают экзамены.

- В США, например, при отборе кандидатов в астронавты специально проверяют, умеет ли кандидат шутить и обладает ли он чувством юмора. А на семинары по юмору уже более 10 лет в обязательном порядке отправляют высшее командование военно-вооруженных сил США, а также руководителей крупных корпораций. Ведет занятия известный актер и сценарист Чарльз Меткаф и называет их юморобикой.

Источник: <http://lavrovpsy.ru/smehoterapiya/gelotologiya-nauka-o-smehe-2.html>

## Некоторые самые удачные в истории первоапрельские шутки

Особенно преуспела в розыгрышах британская компания «Би-би-си». Самый знаменитый (1957 г.) ее телерепортаж рассказывал о том, как швейцарцы собирают с деревьев урожай спагетти. Начался он так: «Весна нынче рано пришла в Европу, вот и урожай спагетти в Швейцарии снимут раньше обычного...» Около 200 зрителей обратились потом с вопросами, где приобрести саженцы.



В 1962-м в Швеции был всего один телеканал, естественно, в черно-белом вещании. В новостях 1 апреля сообщили, что новая технология позволит сделать изображение цветным, но для этого нужно надеть на экран нейлоновый чулок. Сотни тысяч шведов надели. Но настоящее цветное телевидение пришло в страну 1 апреля 1970 года.

1950 — западногерманская газета «Висбаденер тагблатт» (нем. *Wiesbadener Tagblatt*) публикует сенсационную фотографию пилота НЛО, потерпевшего аварию вблизи города. На снимке пилот идет в сопровождении двух офицеров американской армии. Инопланетянин метрового роста в кислородной маске; под фотографией поясняется, что у него одна нога и передвигается он прыжками. Фотографию перепечатают почти все газеты мира. Лишь через много лет сотрудники газеты сознаются, что это была первоапрельская шутка; за инопланетянина сошла дочь одного из них.

В 1976-м британский астроном Патрик Мур на «Би-би-си» сообщил слушателям, что уникальное противостояние планет обеспечит отсутствие гравитации на Земле ровно в 9.47 утра. Он предложил всем точно в это время подпрыгнуть и испытать «необыкновенное ощущение полета». Десятки людей звонили на радио, чтобы сказать: получилось!

В 1986 году газета *Le Parisien* потрясла своих читателей сообщением о том, что правительство приняло решение о демонтаже Эйфелевой башни. После демонтажа башня должна была быть перевезена в строящийся французский Диснейленд и там собрана заново.

Источники: <http://www.bugaga.ru/news/thisday/1146738036-samye-udachnye-pervoaprelske-shutki-v-istorii.html#ixzz3VsYP35Ku>

## Великие тоже шутят

Незадолго перед смертью Пушкин в Александрийском театре сидел рядом с двумя молодыми людьми, которые беспрестанно, кстати и не кстати, аплодировали Асенковой, знаменитой в то время актрисе.

Не зная Пушкина и видя, что он равнодушен к игре их любимицы, они начали шептаться и заключили довольно громко, что сосед их дурак, Пушкин, обратившись к ним, сказал:

— Вы, господа, называли меня дураком. Я — Пушкин и дал бы теперь же каждому из вас по оплеухе, да не хочу: Асенкова подумает, что я ей аплодирую.

\*\*\*

Кто-то, желая смутить Пушкина, спросил его в обществе: «Какое сходство между мною и солнцем?». «Ни на вас, ни на солнце нельзя взглянуть не поморщившись», — быстро ответил поэт.

\*\*\*

Великий физик Альберт Эйнштейн, на счету которого множество остроумных изречений и цитат, отвечал на вопросы американской журналистки:

- Какова на ваш взгляд разница между временем и вечностью?  
- Милая моя, если бы у меня было время, чтобы объяснить вам эту разницу, пройдет вечность прежде чем вы ее поймете...

\*\*\*

Когда знаменитый Ле Корбюзье спроектировал дом-башню с круглыми комнатами, его спросили:

- Чем вызвано столь необычное архитектурное решение.  
- В детстве меня часто ставили в угол, - признался знаменитый зодчий.

\*\*\*

Однажды Марк Твен получил в редакции пачку плохих стихов под заголовком «Почему я живой?». Возвращая рукопись неведомому стихотворцу, Твен написал ему:

«Потому, что послали стихи по почте, а не пришли в редакцию лично».

\*\*\*

Как-то Оскар Уайльд проиграл в казино все деньги, которые у него были с собой. Когда швейцар распахнул перед ним дверь, Уайд спросил его:

- Вы не могли бы мне одолжить двадцать франков?  
- С удовольствием, - ответил швейцар и подал писателю деньги.

Уайльд вежливо отвел его руку и сказал:  
- Прошу оставить их себе. Это вам!

\*\*\*

На лекции датского астронома Ремера один из его слушателей спросил:

- Скажите, профессор, куда я попаду, если я, допустим, из этого зала просверлю отверстие через весь диаметр Земли?

## Школьный стенд

*Закончилась самая длинная четверть! А значит, можно подвести некоторые итоги.*

В начальной школе из 170 учащихся 2-4 классов по итогам 3 четверти отстающих нет. На «отлично» закончили 13 учеников, на «хорошо» - 72 и 27 учащихся начального звена имеют одну тройку.

В основной школе из 239 учащихся не справились с образовательными программами 5 учащихся, на «отлично» в среднем звене закончили четверть 14 учащихся, на «хорошо» - 85, с одной тройкой - 31 ученик.

В целом по школе количество отличников составило 27, хорошистов - 157, с одной тройкой закончили 58 учащихся, отстающих - 5.

**Наши отличники:**

2а - Кардаков Александр  
Чудинов Артём  
2б - Меркульева София  
3а - Бернгардт Роман  
Иляхина Елизавета  
Дорожинский Данил  
3б - Куклина Александра  
4а - Казанцева Анастасия  
Нагорных Роксана  
Серебренникова Анастасия  
Вернигор Екатерина  
Леушина Ксения  
4б - Маклакова Ксения  
5а - РаевВадим  
5а - Шурыгина Елизавета  
7а - Мильникова Регина  
7а - Левичева Елизавета  
7а - Кучерюк Виктория  
7а - Самойлова Елена  
8а - Кузнецова Алина  
8а - Морозова Софья  
8а - Лебедева Ольга  
9а - Гусейнова Арзу  
9а - Михайлюк Алексей  
9а - Туманова Мария  
9б - Коршунов Виктор  
9б - Гербер Ангелина

В первый день весенних каникул состоялся муниципальный этап Олимпиады младших школь-

- Вы, молодой человек, попадете прямо в психиатрическую клинику, - ответил Ремер.

По материалам сайтов:

<http://subscribe.ru/group/na-zavalinke/6017487/>

[http://www.gumfak.ru/otech\\_html/pushkin/referat/050.html](http://www.gumfak.ru/otech_html/pushkin/referat/050.html)

ников. Организатором этого мероприятия выступил коллектив МБОУ АСОШ №5 при поддержке Комитета по образованию и делам молодёжи Администрации Алтайского района. Всего в олимпиаде участвовало 292 ученика общеобразовательных школ Алтайского района.

По результатам проверки олимпиадных работ определены победители и призёры. От нашей школы была представлена самая многочисленная делегация в количестве 82 участников, из них победителями стали 47 учащихся 2-6 классов, это 57% от общего числа участников. Мы поздравляем призёров Олимпиады, гордимся их успехами и надеемся, что Олимпиада младших школьников станет ежегодной и традиционной! Отдельная благодарность педагогам МБОУ АСОШ №5, принявшим активное участие в организации данного мероприятия!

21 марта учащиеся нашей школы (Манаев Александр, Гусейнова Арзу и Серебрякова Виктория) приняли участие в V Международной конференции учащихся и студентов «Первые шаги в науку - 2015». В конференции участвовали делегации из Казахстана, республик Алтай, Хакасии и Тувы (около 150 человек). В ходе конференции работало 12 секций по разным направлениям: историческое и географическое краеведение, культурология, экология и многие другие.

По итогам работы конференции были названы призёры и победители, среди которых были и учащиеся МБОУ АСОШ №5: Манаев Александр (руководитель Манаева Светлана Васильевна) - 3 место; Гусенова Арзу (руководитель Кудинова Ирина Николаевна) - 2 место. Поздравляем наших краеведов и желаем дальнейших успехов в исследовательской деятельности и побед на конкурсах разного уровня!



## Кабинет экологии

### ЧТО БЫ Я НИ ДЕЛАЛ, КОЛИЧЕСТВО ДОБРА В МИРЕ ДОЛЖНО УВЕЛИЧИВАТЬСЯ.

Ежегодно 1 апреля вся планета отмечает **Международный день птиц** (International Bird Day) - интернациональный экологический праздник. Он возник в США в 1894 году. Вскоре праздник, получивший популярность благодаря СМИ, начал массово проводиться во всех штатах, а затем пришел в Европу.

Интересна история развития Дня птиц в России. Добравшись до нашей страны в 19 веке, идея помогать пернатым попала на благодатную почву. Уже в то время в царской России была организована охрана птиц, к началу 20 века этим делом занималось уже несколько десятков организаций. В их числе — орнитологический комитет при Русском обществе акклиматизации животных и растений, Постоянная природоохранительная комиссия при Русском географическом обществе, Российское общество покровительства животным, основанное в 1865 году. В городах открывались и детские организации — так называемые Майские союзы для изучения и защиты птиц. Они создавались на базе школ и объединяли детей девяти-одиннадцати лет, носивших на головных уборах эмблему — летящую ласточку.

В 1910 году школьный учитель Петр Бузук в селе Хортица основал первое в стране Общество охранителей природы, символом которого стало птичье гнездо. Участники общества подкармливали птиц и развешивали для них гнездовья. После революции 1917 года детские Майские союзы прекратили свое существование, но идею охраны птиц подхватили юннатские организации. Летом 1924 года прошел первый и единственный в СССР Всесоюзный съезд юннатов, на котором преподаватель Центральной биостанции Николай Дергунов предложил вновь учредить День птиц. С 1926 года эту дату отмечали в СССР уже как официальный праздник. В 1927 году День птиц прошел во всех районах Москвы, в нем приняло участие около 5 тысяч ребят. В 1928 году количество участников достигло 65 тысяч детей, они развесили более 15 тысяч скворечников. Ежегодное празднование Дня птиц оборвала война, но в 1948 году движение возродилось, и праздник набрал еще больший размах. В 1953 году к участию в нем было привлечено 5 миллионов школьников. Но уже к 60–70-м годам 20 века празднова-

ние Дня птиц снова сошло на нет.

Возродился праздник в 1999 году — благодаря Союзу охраны птиц России, основанному в 1993 году. В первый же год только в Москве в проведении Дня птиц приняли участие 500 человек, они развесили более 500 скворечников. В 2000 году к организации праздника подключилось правительство Москвы, принявшее День птиц как общегородское мероприятие. И сегодня он является самым известным из «птичьих» праздников в нашей стране.

Дата проведения праздника выбрана не случайно: как раз в это время из теплых краев возвращаются пернатые. Взрослые и дети в этот день благоустраивают места обитания водоплавающих птиц, вывешивают новые кормушки и скворечники.

В нашей школе создан кружок «Я – исследователь!», участники которого проводят систематические наблюдения за птицами, обитающими в нашей местности. Проводим экскурсии по окрестностям села, совмещая с исследовательской деятельностью. В один из каникулярных дней (25 марта) участники кружка «Я – исследователь!» совершили прогулку на слияние рек Сараса и Каменка. Участвуя в краевом конкурсе «Птицы на кормушке», организованном Геллеровским экологическим обществом, мы ставили задачу провести наблюдения за птицами, обитающими в наших краях.

Первыми встретившимися нам птицами были сороки, важно расхаживающие по оттаявшей земле и выискивающие себе пропитание. В кронах деревьев распевали песни черноголовые щеглы. Свиристели, летевшие веселыми стайками, «свистели», извещая о том, чтобы остальные покорители воздушного пространства посторонились. Снегири, как спелые яблочки, расселись по веткам, а некоторые спускались на проталины, чтобы с овсянками подкрепиться семенами растений, оставшимися с прошлого года. Необычной для нашего района (по словам А. Эбеля) была встреча с зеленушкой, ареал обитания которой, по мнению орнитологов, так далеко на юг не заходил. В завершении нашей экскурсии мы наблюдали, как галки, выбрав для гнездования (как мы думаем) место под крышей ДЮЦа, суегились, отыскивая на земле подходящие строительные материалы для гнезда. Некоторые птицы, проворно, как альпинисты, могли держаться

на стене здания, зацепившись коготками.

Экскурсия была очень познавательной и плодотворной, так как за один день мы могли наблюдать 12 видов птиц.

Скоро приход весны означает прилет перелетных птиц, которым нужны наши внимание, помощь и поддержка. Главным для птиц становится выбор места для создания гнезд, и мы с вами в силах помочь, изготовив разнообразные гнездовья. Как правильно построить птичий дом, можно посмотреть в группе «Проект «Усынови заказник» в разделе «Документы» (<https://vk.com/docs?oid=-55566547>). Желающие присоединиться к участникам эколого-краеведческого кружка – добро пожаловать, мы рады новым участникам, любящим и понимающим природу!



**Зеленушка – редкий гость в Алтайском районе**



Источник: <http://www.calend.ru/holidays/o/o/3036/>  
© Calend.ru

## Кабинет химии

**Йод** – это редкий, но чрезвычайно рассеянный в природе элемент, который в небольших количествах находится в воде, воздухе, почве и практически всех живых организмах, от растений до млекопитающих. Йод и его соли хорошо растворяются в воде, поэтому основная «кладовая» йода – это моря и океаны. На тонну морской воды приходится 20–30 мг солей йода (йодидов).

Человек получает йод преимущественно из пищи, относительно небольшие количества также поступают вместе с воздухом и водой.

Водоросли, рыбы, моллюски и другие живые существа, живущие в море, накапливают в своем организме йод. В тонне высушенных морских водорослей (ламинарий) можно найти уже до 5 кг йода! Поэтому основными источниками йода в питании являются различные морепродукты: рыба, водоросли, моллюски, креветки и т.д.

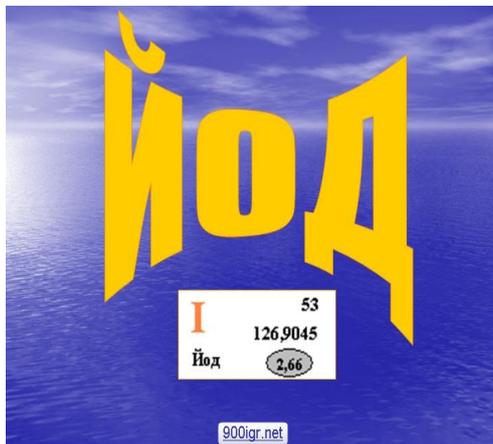
Количество йода в «сухопутных» растениях и животных зависит от почвы, на которой они живут. Если местность располагается достаточно близко к морю, то почва там достаточно насыщена йодом, и растения будут содержать достаточно этого элемента. В организмах животных, которые едят эти растения, тоже будет довольно много йода.

Если же местность располагается далеко от моря (горы, большие равнины и т.д.), то продукты там будут бедны йодом.

Наиболее богаты йодом следующие продукты:

- Жирная рыба, рыбий жир, морепродукты, морские водоросли
- Яблоки, виноград, вишня, сливы, абрикосы (только при выращивании на почвах, богатых йодом)
- Сыр, творог, молоко (только при достаточном количестве йода в питании животных)

Свекла, салаты, помидоры, морковь (только при выращивании на богатых йодом почвах) Содержания йода в растениях, молочных и мясных продуктах непостоянно и сильно зависит от того, в какой области были выращены фрукты и овощи и какой корм получали жи-



вотные. Там, где йода в почве мало, растения содержат в 10–30 раз меньше йода, чем их «собратья» в тех приморских регионах, где почва насыщена йодом. К сожалению, в России почва практически на всех территориях бедна йодом!

При сравнении содержания йода в разных продуктах становится ясно, что без действительно большого количества рыбы и морепродуктов в питании, нужное количество йода получить невозможно. Ведь чтобы обеспечить необходимую суточную норму йода без морепродуктов необходимо ежедневно выпивать больше литра молока или съесть почти 2 кг мяса (которые должны быть получены от животных, которые получали достаточное количество йода с питанием)!

Более того, даже при наличии морепродуктов в питании, содержание йода в них очень сильно зависит от того, в каких условиях они хранились и как были приготовлены. Заморозка и интенсивная термическая обработка заметно снижают количество йода в готовом блюде.

Интересные факты о йоде и йододефиците

- За всю жизнь человек употребляет всего 3–5 г йода (примерно одну чайную ложку).
- Организм человека содержит около 25 мг йода, из которых 15 мг находятся в щитовидной железе.
- В морской воде, богатой йодом, живут самые крупные животные нашей планеты (киты, вес которых может достигать 150 тонн) и самые большие долгожители (морские черепахи живут 200–300 лет). В приморских районах травы вырастают более высокими, чем на равнине или в горах.

- Зоб – это собирательное название всех заболеваний, протекающих с увеличением размеров щитовидной железы. У птиц зобом называют расширение пищевода, которое служит для накопления пищи. Наполненный зоб выпячивается, и птичья шея становится похожа на шею человека с увеличенной щитовидной железой.

- Свое имя йод получил от греческого «iodes» – фиолетовый, т.к. пары йода обладают насыщенным темно-фиолетовым цветом.

- Йод был открыт французским химиком-фармацевтом Бернардом Куртуа. Он выделил его из морских водорослей. Легенда гласит, что у химика был любимый (и очень ленивый!) кот, который потянулся и столкнулся с пол двумя сосудами, в одном из которых был спиртовой раствор золы морских водорослей, а в другом – серная кислота. Растворы смешались, и лабораторию затянуло красивым темно-фиолетовым облаком. По другой версии, химик обратил внимание на то, что медные котлы, в которых выпаривали раствор морских водорослей для получения селитры, очень быстро разрушаются. Он стал исследовать этот раствор и выделил новое, неизвестное доселе, вещество.

- Частое написание «йод» – не совсем верно. С точки зрения международной классификации химических элементов этот элемент называется «иод».

- Йодированную соль не рекомендуется использовать для засолки или квашения, т.к. получившиеся продукты быстро забродят или начнут горчить.

- Йодированная соль имеет очень небольшой срок годности. Через 3–4 месяца большая часть йода из нее улетучивается, поэтому ее нужно хранить в герметично закрытой посуде.

- Дефицит йода – это проблема для 153 стран мира!

- В Европе только 4 страны никогда не сталкивались с дефицитом йода и его последствиями, это – Исландия, Финляндия, Норвегия и Швеция.

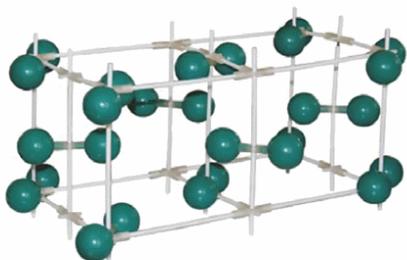
- Связь между увеличением щитовидной железы

и морепродуктами заметили очень давно. Упоминания о лечении зоба морскими водорослями можно найти в древнекитайских трактатах о медицине, в шумерских и древнеиндийских рукописях и т.д. Гиппократ считал причиной зоба плохую воду и советовал лечь его водорослями.

- Существует теория, что гибель неандертальцев 30 000 лет назад связана с нехваткой йода в их питании. Это привело к снижению интеллектуальных способностей и выраженной физической слабости.

- В эпоху Возрождения «припухшая» женская шея с увеличенной щитовидной железой считалась очень красивой. На картинах того времени большинство женщин и детей (включая Мадонну с младенцем Иисусом) имеют все признаки диффузного зоба. Вероятно, это связано с широчайшим распространением этого заболевания в то время.

Первые массовые исследования людей для исключения заболеваний щитовидной железы связаны с Наполеоном. Дело в том, что многие юноши из горных районов, которых он пытался определить на службу в армию, страдали от дефицита йода со всеми вытекающими отсюда последствиями: зоб, тугоухость, резкое снижение интеллекта. Это делало их непригодными для службы. Поэтому Наполеон велел ощупывать щитовидную железу у всех новобранцев и не допускать до службы тех, у кого она сильно увеличена.



## После уроков Представляете?!

**А знаете ли вы, что арабские цифры 1,2,3,4,5... придумали вовсе не арабы, они пришли к нам из Индии.** Просто арабы принесли оттуда эту форму записи чисел, которая потом распространилась через Северную Африку и Испанию в Европу. Истинное преимущество арабских цифр по сравнению с римскими не в их написании, а в гениальном изобретении — позиционной системе счисления, при которой \*вес\* цифры определяется ее положением. Так, 5 в числе 15 означает всего лишь пятерку, а в числе 2523 — пять сотен (ведь 2523 — это 2 раза по тысяче, 5 раз по сто, 2 раза по десять и 3). Источник: <http://salda.ws/razvl/fakty/2/8.html>

**А знаете ли вы, что в России имеется «слоеное» озеро?** За тысячелетие существование озера Могильное, расположенного на острове Кильдин в Мурманской области, в нем сложился уникальный баланс между пресной и соленой водой, что, собственно, и создает несколько слоев в озере. Причина такого удивительного строения озера Могильное — проток морской воды через перемычку в виде вала в южной части озера. В нижнем слое водоема, расположенном над вязким илистым дном, — большая концентрация сероводорода, поэтому жизнь в нем отсутствует. Второй слой отличается особой красотой, которую придают ему пурпурные бактерии, обитающие здесь и окрашивающие воду в летнее время в розоватый цвет. Бактерии служат щитом: они поглощают сероводород и не пропускают его в слой, находящийся выше.



Третий слой представлен солёной водой, где содержание соли около 32%. Четвертый слой содержит смесь солёной и пресной воды. А вот уже поверхностный четырехпятиметровый слой — это прозрачная пресная вода. Действительно, озеро Могильное по праву называется гидрологическим памятником природы. (Источники: Г.П. Пивоварова. Занимательная география)

**А знаете ли вы, что газированным напиткам уже около 200 лет?** Секрет напитка открыл британский химик Джозеф Пристли. Пристли был очень разносторонний человек: кроме естественных наук изучал философию, богословие. Джозеф Пристли изучил процесс фотосинтеза, открыл «веселящий» газ, кислород. Многие открытия рождались из наблюдения за процессами, мимо которых проходили другие исследователи. Так получилось и с открытием газировки. На местной пивоварне Пристли задался вопросом: из чего состоят пузырьки, которые выделяются при брожении? Он предположил, что газ этот должен хорошо растворяться в воде и установил емкости с этой самой водой над готовящимся пивом. Вода «зарядилась» и ученый установил, что в пузырьках находится углекислый газ. Джозеф попробовал на вкус раствор диоксида углерода. Вкус нашел приятным и в 1767 году изготовил первую в мире бутылку газированной воды. (Источники: <http://znaeteli.ru/2011/08/gazirovka-i-ee-sozdatel/#more-3204>)



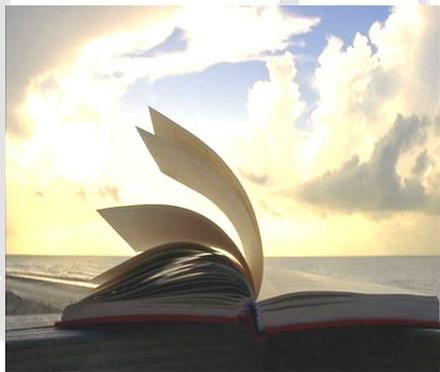
**А знаете ли вы, что такое «ежовые рукавицы»?** А кого ими надо держать? И не из ёжиков ли их делают? Смысл выражения понятен — держать кого-то жёстко, на «коротком поводке», не допуская слабину. После печально памятного сталинского правления утвердилось мнение, что выражение пошло от наркома НКВД Ежова. В 30-х годах он прославился своими репрессиями. Образ закрепил плакат художника Ефимова «Ежовые рукавицы». На нем нарком держит в колючих (всё-таки из ежей?) рукавицах многоголовую гидру — олицетворение троцкистов и бухаринцев.

## Перевал кочующих стихов

**Сиренко Вадим,  
ученик 5 «б»**

Ох, и выдался денёк:  
Я пример решить не мог,  
У доски стоял, кривлялся,  
Надо мною класс смеялся!  
- Два на три - ведь будет шесть?  
Мне в ответ:  
-Тебе бы сесть!  
- Будет девять – и не больше!  
Что ж, стоять я буду дольше.  
Думал, думал – всё никак...  
Вот так да, попал впросак...  
Просто я, друзья, забыл,  
Что апрель уж наступил!

\*\*\*



**Колесникова Л.А, учитель  
русского языка и  
литературы**

Каждый по-разному жизнь про-  
живает:  
Кто-то, кружась, над землею ле-  
тает,  
Кто-то грустит в уголке и страда-  
ет,  
Кто-то твердит, что он жизни не  
знает.  
Каждый по-разному ловит мгно-

венья:  
Кто-то услышит листов дуновенье,  
Кто-то, зарывшись в подушку, мол-  
чит.  
Мир наслаждений для слуха закрыт.  
Кто-то, запутавшись в мыслях, не  
знает,  
Что его ждет? Почему так бывает?  
Как быть счастливым? Никак не  
поймет,  
Ищет от жизни хоть тонкий намёк...  
Скучно, тоскливо душе, одиноко,  
Так и живет он с той раной глубо-  
кой,  
Кто бы пришел, пожалел, приголу-  
бил,  
Кто бы согрел в эти серые будни...  
Эх! Маета! Ох! Куда бы податься?  
Может быть, просто удачи дождать-  
ся?  
Проще не видеть сих истин простых,  
Всех обвиняя в несчастьях своих....

\*\*\*

### **Святой-нищий**

"Подарите любовь, - просит нищий  
у двери.  
- Я иссох без неё, не хватает тепла.  
Лишь частичку любви, и я вновь  
буду верить  
В то, что есть благодать, - не гоните  
меня!  
Не смотрите, что худ, что изношено  
платье:  
Измотали меня тропы горных до-  
рог.  
Отворите мне дверь. Чтобы  
жить, должен знать я,  
Что не зря долго шел, что не зря  
изнемог!"  
Не откликнулись, нет, на признания  
старца  
Приговором щелчок у дверей про-  
звучал-  
Не впустили в дома, не согрели ски-  
тальяца...  
И блаженный листок весь измятый  
достал.

"Сто дорог ты пройдешь, будешь в  
души стучаться,  
Но не внемлет тебе хладнокровный  
народ,  
Вот тогда ты поймешь, что был дол-  
жен остаться  
И с небес наблюдать, как жесток  
людской род..."

Век прошел или два...но легенда  
гласит:  
Так и ходит по миру святая душа,  
То скулящей собакой у двери си-  
дит...  
То ребенком немым вопрошает теп-  
ла.

\*\*\*

**Васильева Марина,  
ученица 11 класса**

Выбелилось небо, опустело.  
Солнца тусклый блеск рябит лицо.  
Исказилось дрожью моё тело.  
Сердце тяжким налилось свинцом.

Я бреду в бреду бродяжьей стопью.  
Хруст и хрип. Окашлена зима.  
Рядом люди. Бродят колобродью,  
Не глядят в знакомые глаза.

Страх схватил иссохшею рукою  
Горло мне и сгорбленным стволем  
Выситя, качаясь, надо мною.  
Снег всё льётся кислым молоком.

Жмурюсь, корчусь. Корка на губах.  
Бледность зашетижилась на щёках.  
Сердца гул заглохнул и исчах.  
Только эхо шепчет на высотах.

\*\*\*



Ждем ваших работ, отзывов и пожеланий по адресу:  
659650 Алтайский край, Алтайский район, с.Алтайское, ул. Советская, 120  
E-mail: asosh5@mail.ru