



Экомир

Январь 2022

Всероссийское образовательное издание

Поздравляем с Новым Годом и Всемирным днем МИРА!



1 января, суббота – Всемирный день мира

10 января, понедельник – День признательности комнатным растениям

11 января, вторник – День заповедников (День заповедников и национальных парков)

16 января, воскресенье – Всемирный день снега

28 января, пятница – День открытия Антарктиды

Новый год – самый волшебный и любимый праздник с детства. Мы все ждем чуда, которое, как известно, творится в тишине. Все природа тоже готовится к чудесам, которые произойдут чуть позже, ближе к весне.

1 января – Всемирный день МИРА! В этом мире живем не только мы – люди, в нем живут сотни тысяч видов других существ и все они любят покой, тишину и мир! В тишине царит атмосфера восторга и сказки, в тишине мы слышим биение наших сердец. У православных людей Рождественский пост, который тоже предполагает творение тихой молитвы о мире и благополучии в тишине. В тишине спокойно спят дети,

радуются животные, хорошо растут растения, спокойно и радостно себя чувствуют пожилые люди; больные и немощные могут крепко спать и выздоравливать в эту волшебную ночь. И тогда МИР царит во всем мире!

Современное празднование Нового Года напоминает войну человечества с собой. Хочется пожелать встретить Новый год мирно, а не в пьяном угаре и чревоугодии ночью, с безумным грохотом пестард, от которых ежегодно в отделениях "скорой помощи" оказываются тысячи человек с ожогами и контузиями. Громкие залпы вызывают страх и панику у птиц и животных. После новогодней ночи от пиротехники остаются горы мусора и грязный воздух. Тысячи людей оказываются на больничных койках от пищевых и алкогольных отравлений. Надо помнить, что наши кишечные симбионты тоже любят тишину и постоянство внутренней среды. Если мы создадим всем мир и тишину, то счастье придет к нам, мы проснемся здоровыми, обновленными, радостными!



Экология в семье и школе...



14 декабря семиклассники одной из московских школ отметили яркую и значимую юбилейную дату – 110-летие покорения Южного полюса Руалем Амундсенем. Амундсен Руаль (1872-1928), норвежский полярный путешественник, первый арктический кругосветный мореплаватель, первооткрыватель Южного полюса.

Ребята проводили исследование с использованием литературных источников, читали книги с путевыми заметками мореплавателей, изучали их путешествия по атласу Антарктиды, выпустили газету к юбилейному событию, оформили небольшую выставку-экспозицию.

Исследовательская работа приурочена еще к одной дате – к 70-летию Фёдора Филипповича Конюхова – знаменитого российского путешественника и художника, обладателя множества наград и мировых рекордов, первого

россиянина, поднявшегося на высочайшие вершины каждого континента. От проектной группы, где принимали участие школьники, учителя и родители, один представитель готовится совершить новогодний круиз в Антарктиду вместе со знаменитым путешественником.



Антарктида – полюс южный,
Климат там суровый, вьюжный,
Сильный холод, снег и льдины,
Ходят важно там пингвины.

В чёрных фраках, как артисты,
И в рубашках белых чистых
Чередой шагают чинно
Королевские пингвины.

Всем, кого они встречают,
Головой слегка качают –
Очень уж собой гордятся:
Ведь во фраках все родятся.

В. Масалова

Краеведение, экология, здоровье...

Здоровье школьников



Из определения Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) следует, что здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов. В соответствии с этим определением, забота о сохранении здоровья должна осуществляться на трёх уровнях: физическом, духовном и социальным.

Физическое здоровье определяется состоянием и функцией организма. Физическое здоровье в светском понимании зависит от следующих основных факторов: здоровье питание, здоровый сон, разумное сочетание труда и отдыха, оптимальная физическая активность, отсутствие длительных разрушительных стрессов, благоприятные экологические факторы.

Душевное здоровье определяется тем, насколько человек доволен собой, насколько успешно составляет своим ежедневные обязанности. Душевное здоровье: человек оптимистичен верит в будущее и делает все для того чтобы это будущее было светлое.

Социальное здоровье определяется тем, насколько человек ладит с другими людьми. Социальное здоровье – это

коммуникативные умения человека, его умения общаться. Душевное и социальное здоровье ещё называют одним общим термином «психосоциальное здоровье». Все уровни здоровья тесно связаны между собой, взаимно дополняют друг друга.

По данным Минздравсоцразвития России, состояние здоровья детей и подростков в Российской Федерации характеризуется следующими показателями:

- из 13,4 миллионов детей школьного возраста более половины – 53 % – имеют ослабленное здоровье;
- две трети детей в возрасте 14 лет имеют хронические заболевания;
- лишь 10 % выпускников общеобразовательных учреждений могут быть отнесены к категории здоровых;
- общая заболеваемость детей в возрасте до 14 лет возросла за последние пять лет на 16 %, а юношей и девушек в возрасте 15-18 лет – на 18 %;
- продолжается рост показателей болезней органов дыхания, сердечно-сосудистой, нервной системы, крови и кровеносных органов, врожденных аномалий и анемий.



*Е. Обухова, О.Н. Ридигер
(окончание в Приложение 1)*

Как прекрасен этот мир))



22 декабря редкое оптическое явление «Гало-22» наблюдалось в Подмосковье и Москве. Гало – необычно красивое природное явление, как двойное яркое солнце. Оно как радуга, оставляет радостное впечатление в душе надолго. Гало обычно появляется вокруг Солнца или Луны, иногда вокруг других мощных источников света, таких как уличные огни. Существует множество типов гало и вызваны они преимущественно ледяными кристаллами в перистых облаках в верхних слоях тропосферы на высоте 5-10 км.

Солнце радугой-дугой
Подарило весть душой.
Обнимает Гало солнце,
Полукружьями ладоней.

Птицы в радугах парят,
Примеряя счастья ряд.
Два моста сияют в небе,
Поднимают цвета гребень.

На дуге, качая свет,
Всплыл из радуги ковчег!
Чудеса из радуг-счастья
Простирают к нам объятья.

В небе нежно-голубом,
Демонстрируя нам Ом,
Радость радуги качает,
Дарит счастьем, освещает!

Джамрина

Снегири

Выбегай поскорей
Посмотреть на снегурей.
Прилетели, прилетели,
Стайку встретили метели!
А Мороз-Красный Нос
Им рябинки принес.
Хорошо угостил,
Хорошо подластит.
Зимним вечером поздним
Ярко-алые грозди.

А. Прокофьев



Редакция: В. Масалова, Е. Обухова,
О.Н. Ридигер С.М. Килина, Н.С. Пархоменко
Редколлегия: Д.Д. Ридигер, О.Н. Ридигер,
Станислав Макухин, И.А. Шапошникова,
Э.С. Зиннатуллина, А.А. Черечукин
Вёрстка: А.А. Черечукин
Редакционный Совет: И.А. Шапошникова,
В.П. Александрова, Н.П. Лой, В.В. Вашков,
Т.С. Кулькова, О.Н. Ридигер, А.А. Черечукин
Главный редактор:
Ридигер Ольга Николаевна
e-mail: ridiger.olga@yandex.ru
*Газета "Экомир" зарегистрирована в
Федеральной службе по надзору в сфере связи,
информационных технологий и массовых
коммуникаций (Роскомнадзор). Свидетельство
Эл № ФС 77-55226 от 4 сентября 2013 г.*