

Сузір'я

1 вересня свято великих та малих!



В цьому випуску:

- | | |
|--|---|
| 1 вересня свято великих і малих | 1 |
| Нова Українська школа. Яка вона? | 2 |
| 2017—рік Німецької мови в Україні | 2 |
| Як навчитися щодня виділяти час для читання книг | 3 |
| 5 корисних хобі | 4 |

У День знань, 1 вересня, подвір'я нашої школи наповнилося радісним гомоном.

Як і зазвичай для одинадцятикласників і першачків це свято було особливим. Малеча вступала у велику шкільну родину, тримаючи за руки випускників, кожен з яких розумів, що залишається остання нагода, щоб надолужити та примножити свої знання, реалізувати й розкрити себе якнайповніше.

Директор школи привітала присутніх з початком нового навчального року, наголосивши на досягненнях учнів

попередніх випусків. Свято пройшло швидко, яскраво й урочисто. Здавалося, ще жодного разу Гімн України не звучав так потужно, сплітаючи в одне ціле багатоголосся дітей, батьків та вчителів.

Вітаємо всіх із початком вдалого підйому сходинок знань і бажаємо нових досягнень і пере-

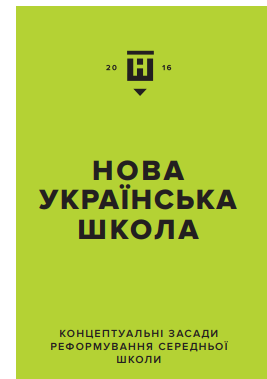


Нова Українська школа. Яка вона?

В Україні, як і в усьому світі, набирає ваги так зване покоління Y, або “діти тисячоліття”, які народилися між 1990 і 2000 роками. Їхні погляди, спосіб життя кардинально відрізняються від старших поколінь. Досить поглянути на організацію офісів провідних технологічних корпорацій, щоб зрозуміти, на що орієнтується креативний клас,

який визначає обличчя сучасної економіки. Для них немає чіткого розмежування між роботою, навчанням і відпочинком. Робота не обов'язково має бути серйозною і нудною. Життя для них – це постійне творення, гармонія між зароблянням коштів, пізнанням нового, самовдосконаленням, грою та розвагою. На підході покоління Z. Сучасні діти значно відрізняються від попередніх поколінь. Вони не обов'язково будуть поділяти погляди старших. Яке життя

оберуть сьогоднішні першокласники? Якою б не була відповідь, маємо запропонувати майбутнім поколінням українців школу, яка буде для них сучасною.



Детальна інформація на сайті nus.org.ua

Мова – це наша національна ознака, в мові – наша культура, сутність нашої свідомості.

(Іван Огієнко)

2017- рік вивчення німецької мови в Україні

Сьогодні вона – перша найпоширеніша мова у Європі і друга за популярністю іноземна в Україні. Більшість найвідоміших інноваційних компаній розташовані саме у Німеччині. Навіть прогресивні японці зосереджуються на німецькій – її вивчають 68% студентів у Японії. Тож варто детальніше розглянути та пізнати цю мову.

Поради для вивчення німецької мови:

• Зосереджуватися треба на меншому. Не варто думати глобально, радше потрібно розділити слова на частини, рубрики, сфери. Наприклад, в один день можна вчити медичну лексику, в інший – побутову. При цьому варто застосовувати мнемотехніку. Ця методика полягає у постійному повторенні завчених слів. До прикладу, якщо в день вивчає 100 слів, то наприкінці тижня потрібно методично перевірити себе на знання всіх 700 слів. Та, на

мою думку, результативніший метод запам'ятовування усіх слів на невеликі клаптики паперу, з одного боку – німецьке слово, з іншого – переклад українською. Упродовж дня витягайте карточки та перевіряйте, знаєте ви це слово чи ні. Візуалізація слова допоможе мозку швидше зорієнтуватися.

• Швидко опанувати німецьку лексику можна, якщо підбирати асоціації. Шукайте схожість німецьких слів з українськими або зі словами інших мов, які ви знаєте, наприклад, з англійськими. Деякі слова є дуже схожими. Запам'ятати їх легко. До інших можна придумати ситуацію, яка б їх поєднувала. Наприклад, слово *der Winter* (зима) схоже на українське вітер. Взимку дме вітер, зима – *der Winter*. Звичайно, до усіх слів асоціації

не підбереш, тоді треба вдаватися до інших методів. Найважчим може видатися те, що рід деяких німецьких слів не збігається з родом українських. Наприклад, *das Mädchen* (дівчинка) в німецькій мові середнього роду, *der Spiegel* (дзеркало) – чоловічого роду, а *die Sonne* (сонце) – жіночого роду. Для кращого запам'ятовування рекомендую записувати слова різних родів різними кольорами: слова чоловічого роду – синім кольором, жіночого – червоним, а середнього – зеленим. Використовуйте електронні додатки. Нині існує величезна кількість мобільних програм, за допомогою яких можна додатково поглиблювати свої знання німецької мови.



Бернард Вербер казав: "Люди діляться на дві категорії: на тих, хто читає книги, і тих, хто слухає тих, хто читає."

З читанням дуже часто відбувається те ж саме, що і з фізичними вправами: ніхто не сперечається з їхньою користю для здоров'я, але далеко не всі проводять хоча б по кілька годин на тиждень у спортивному залі. Відсутність часу, інертність, лінь стають на шляху наших благих намірів.

Звичку читати необхідно культивувати в собі цілеспрямовано, і з цієї статті ви дізнаєтеся, як це зробити.

Складіть список книг для читання

У кожного з нас є книги, дивлячись на які ми зітхаємо й говоримо: "Ну ось вийду на пенсію, піду у відпустку, закінчу проект ... і обов'язково прочитаю". Потім назви цих книг благополучно вивітрюються з пам'яті, і в той щасливий момент, коли дійсно починається відпочинок, відпустка, пенсія, ви розумієте, що читати-то вам і нічого. Тому складіть і повісьте на видному місці список книг, які ви хочете прочитати. От нехай висить, нагадує і докоряє.

Слідуйте своїм інтересам

Основна причина відсутності інтересу до читання — це неправильний вибір книг. Тобто ви сідаєте читати жажливо популярну книгу, якою всі захоплюються і рекомендують один одному, і тут розумієте, що це вам взагалі нецікаво. Та кидати ніби як незручно, треба дочитати до кінця. Так і мучитеся, засинаючи на ходу і дивлячись на кількість сторінок, що лишилися. В результаті цю книгу ви, може, й подужаєте, але наступну візьмете в руки не скоро. Тому намагайтеся читати тільки те, що вам дійсно цікаво. Не звертайте уваги на модні тренди. Читання — це захопливе і приємне заняття для вашого мозку.

Виберіть відповідний носій

Сьогодні для любителів читання справжнє існує

справжнє роздоріжжя. Ви можете гортати сторінки паперової книги, водити пальцем по екрану планшета або електронної книги, вдивлятися в екрани мобільних гаджетів. Кожен спосіб читання має право на існування, головне, щоб він підходив особисто вам. Вам повинно бути не тільки зручно читати, але й приємно взяти книгу в руки, в якому б вигляді вона не була.

Робіть записи

У виробленні кожної звички важливе відчуття прогресу і усвідомлення своїх успіхів. Тому не лінуйтеся записувати назви прочитаних книг, основні висновки та знання, які ви отримали, цитати, що сподобалися, і своє загальне враження. Коли пройде деякий час, ви будете самі вражені, скільки цінного, цікавого, нового почерпнули з прочитаних книг, і з ще більшим ентузіазмом будете продовжувати читати.

Виберіть час

Одна з основних перешкод на шляху до читання — це відсутність часу. Дійсно, в наші божевільні дні досить важко виділити час для того, щоб повалятися з книжкою. Важко, але необхідно. Тому постарайтеся спеціально розгребти у своєму графіку хоча б півгодини для читання. Не сподівайтесь, що у вас випадково з'явиться вільний проміжок і ви візьмете в руки книгу. Не з'явиться, не сподівайтесь. Тільки спеціально виділений особистий час врятує початківця-книголюбів.

... і місце

Чомусь вважають, що читання — це таке заняття, яким можна займатися, тримаючись однією рукою за поручні електрички, пріючи на біговій доріжці у спортивному залі або загоряючи на спекотному пляжі. Так, для професійних читачів і таке середовище не стане перешкодою, але для початку варто вибирати менш екстремальні варіанти. Обладнайте собі комфортне і, найголовніше, спокійне місце, де ніхто не буде вас відволікати. Вимкніть телевізор та Інтернет, відгородіться від сторонніх звуків та інших подразників. Зробіть собі чашечку кави і, можливо, побалуйте себе тістечком. Доведіть не тільки своєму мозку, а й всьому тілу, що читання — це дійсно задоволення.





П'ять корисних хобі, результат від яких не змусить себе довго чекати.

1 РЕГУЛЯРНЫЕ ЗАНЯТИЯ СПОРТОМ

Мы все знаем, что занятия спортом полезны. Но они могут сделать нас не только физически здоровыми, а и более умными.

Усиливаем способность распознавания объектов, помогаем различить те, которые вы видели раньше.

Вырабатываем нейротрофический фактор мозга (BDNF) — белок, связанный с когнитивными функциями, вроде работы долговременной памяти.

Регулярные физические упражнения не должны быть рутинной. От йоги до бега — делаем то, что вам нравится больше всего.

2 ИГРА на МУЗЫКАЛЬНОМ ИНСТРУМЕНТЕ

Обучение игре на музыкальном инструменте — одно из самых приятных занятий, и вам оно принесет намного больше, чем просто познания в музыке.

Усиливаем когнитивные навыки и академическую успеваемость, содействуем развитию определенных исполнительных функций.

У детей, играющих на музыкальном инструменте, улучшается плавность речи и быстротечивости.

Научились играть можно как самому, так и с учителем. Для максимальной пользы от этого хобби, играй, конечно, лучше заниматься с самого детства.

3 ВИДЕОИГРЫ

Регуляция у видеоигр не из лучших, но они не настолько плохи — некоторые на самом деле тренируют мозг.

Развивают рабочую память — систему, определяющую способность «держать в уме» небольшие фрагменты информации, необходимые для спонтанной мыслительной деятельности.

Улучшают пространственную навигацию, стратегическое планирование и двигательную активность — 90-минутные игры могут в день помочь повысить количество серого вещества в мозге.

Каждый может найти для себя видеоигру по вкусу: от стратегий, как надо всех победить, до спокойных квестов. Главное — не застрять в 24-часовой игровой сессии YouTube и т.д.

5 ЧТЕНИЕ

Чтение пополняет словарный запас, но какие еще преимущества ожидаем книжных червей?

Ежедневное чтение существенно влияет на левую височную долю головного мозга — область, связанную с восприимчивостью к языку.

Чтение активирует нейронные связи между мыслями и действием. То есть, если вы почти не читаете о вождении автомобиля, но когда действительно садитесь за руль, ваш мозг сразу же свяжет действие с прочитанной информацией.

Не обязательно выбирать сложные книги, чтобы пожинать плоды — сам факт чтения будет держать ваш мозг в тонусе (это отличная новость для любителей комиксов).

4 ИЗУЧЕНИЕ нового ЯЗЫКА

Изучение иностранного языка полезно не только для путешественников — оно также способно замедлить старение мозга и положительно повлиять на познавательную способность в старости.

Знание нескольких языков улучшает исполнительную функцию мозга, а значит сложные для ума задачи могут выполняться лучше.

Люди, знающие два языка, лучше справляются с планированием и управлением задачами, благодаря большей внимательности и лучшим способностям к переключению от одной задачи к другой.

Обучение языку никогда не было проще, чем сегодня. Сегодня для учебы достаточно иметь при себе мобильное устройство с интерактивными материалами.

