

Учиться никому не рано и никогда не поздно!



Журнал Экспресс

№ 1 5 октября 2012 г.

Открытие

Счастье зависит от уровня IQ, доказали ученые



Британские ученые из лондонского University College провели исследование и доказали, что самые счастливые люди - умные.

В исследовании приняли участие 6870 человек, в результате 43 % людей с уровнем IQ от 120 до 129 оценили себя как «очень счастливые», а 12% респондентов имеющие IQ от 70 до 79 посчитали, что они «не слишком счастливые», передает Би-би-си.

Специалисты проанализировали результаты и пришли к выводу, что люди с низкими интеллектуальными способностями занимают не самые лучшие должности от этого и возникает не удовлетворенность жизнью, которая отражается на здоровье: плохое материальное состояние приводит к стрессам.

Ученые советуют развивать свои интеллектуальные способности. «Если человек будет развивать интеллект, в будущем он сможет лучше чувствовать себя по многим показателям», - сообщила глава исследования доктор Анджела Хассиотис.

Результаты были опубликованы в журнале Psychological Medicine.

НИА «Кубань»

От редактора

Сказать, что выход пилотного выпуска «Экспрессо» случайно совпал с преддверием Дня учителя - значит, лукавить. Конечно, мы специально старались успеть сделать приятный сюрприз коллективу школы «Экспресс» в канун профессионального праздника. Сюрприз, который, хочется верить, станет ещё одной доброй традицией сплочённой команды объединённых общей миссией людей.



В школе «Экспресс» учат детей, молодежь и даже родителей. А сегодня мы начинаем «уроки», которые пригодятся также учителям и сотрудникам школы. Эти уроки будут не всегда серьёзные, но, надеюсь, всегда интересные.

И, несмотря на праздник, занятия обязательно состоятся!

Надежда Костырева

Дата

Сложно продержаться на диете? Виновата память

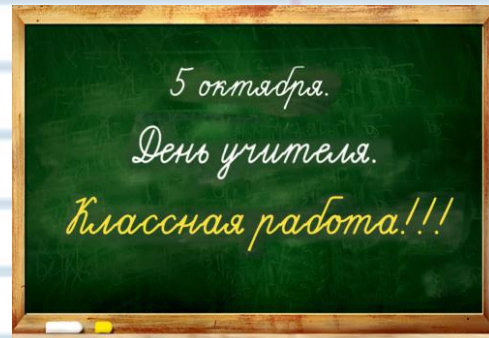
Серия исследований, проведенных учеными во главе с Юлией Аллан (Julia Allan) из университета Абердина (Шотландия), показали, что память виновата в том, что вам сложно продержаться на диете.

Как выяснилось, человеческая память имеет исполнительную функцию, которая отвечает за многозадачность и планирование, способность взвешивать варианты и приоритеты, а также включает в себя перспективную память - форму напоминания.

В ходе исследований было установлено, что люди с плохо развитой исполнительной функцией

едят меньше фруктов и овощей и больше сладких закусок, чем могли бы себе позволить. Чтобы помочь таким людям, ученые изучили, как карточки с перечнем продуктов и их калорий влияют на предпочтения в еде. Как оказалось, такие карточки-напоминания увеличивают спрос на низкокалорийные продукты и облегчают диету.

Людмила Глазунова, kedem.ru



**Душою красивы и очень добры,
Талантом сильны вы и сердцем щедры.
Все ваши идеи, мечты о прекрасном,
Дела и ученье не будут напрасны!
Вы к детям дорогу сумели найти,
Пусть ждут вас успехи на этом пути!**

**А теперь...
Пора на урок!**



Мысли великих людей "Талант – это неуверенность в себе и мучительное недовольство собой и своими недостатками, чего я никогда не встречала у посредственности" **Фаина Раневская**

Урок русского языка



Правда ли, что слово «кофе» теперь среднего рода?

Правда - что слово кофе можно употреблять в разговорной речи как существительное среднего рода, неправда - что **теперь**: указание на допустимость такого употребления находим еще в словарях 1970-80-х гг. (см., например: Скворцов Л. И.

Правильно ли мы говорим по-русски? М., 1980).

Необходимо подчеркнуть: средний род слова кофе (и раньше, и сейчас) - допустимое разговорное употребление; согласно строгой литературной норме слово кофе (и раньше, и сейчас) - существительное мужского рода. (gramota.ru)

Урок математики

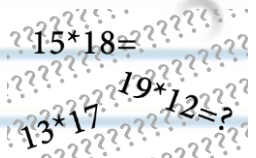
Как быстро считать в уме

Существует определенный набор простейших арифметических правил и закономерностей, которые не только нужно знать для устного счета, но и постоянно держать в голове, чтобы в нужный момент оперативно применить самый эффективный алгоритм.

Вот основные алгоритмы, которые нужно знать, помнить и применять мгновенно, автоматически:

Умножение на 2. Для устного счета очень важно уметь быстро умножать любое число на 2. Для умножения на 2 некруглых чисел пробуйте округлять их до ближайших более удобных. Так $139 \cdot 2$ проще считать, если сначала умножить 140 на 2 ($140 \cdot 2 = 280$), а потом вычесть $1 \cdot 2 = 2$ (именно 1 нужно прибавить к 139, чтобы получить 140). Итого: $140 \cdot 2 - 1 \cdot 2 = 280 - 2 = 278$.

Продолжение следует...



Урок английского языка

Эмоции - Emotions



Tired Normal Disappointed Happy Thinking Angry Sad



Интегрированный урок

Физика в литературе. Относительность движения

Стихотворение А.С. Пушкина "Движение"

Движенья нет, сказал мудрец брадатый.
Другой молчал и стал пред ним ходить...
Сильнее бы не мог он возразить;
Хвалили все ответ замысловатый;
Но, господа, забавный случай сей
Другой пример на память мне приводит:
Ведь каждый день пред нами Солнце ходит,
Однако ж прав упрямый Галилей. (physics03.narod.ru)



Урок успеха

5 уроков успеха, которые преподносит нам природа

1. Первому из уроков успеха мы можем научиться у дятла. Да, у дятла!

«Урок реалистичной фокусировки»

Дятел во многом умнее нас. Да, он бьется головой о дерево, но делает это он очень успешно. Он реалистичен - он не пытается разбить дерево пополам одним ударом, как это хотят сделать многие из нас, и он сфокусирован - он не стучит в дерево со всех сторон. Он фокусировано бьет в одну и ту же точку, медленно продвигаясь к своему червячку. Нам же нужен не червяк, а сразу змей, и найти его мы хотим не в плотном дереве, а лишь присыпанным листьями на земле.

Продолжение следует...

(muslipravilno.ru)

ТЕРЕМЕНА!

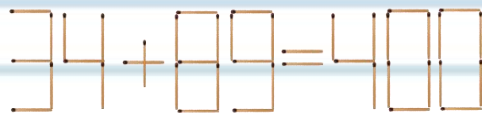
Криптарифм

Криптарифмом называют математическое выражение, в котором все цифры заменены буквами. Каждой букве соответствует своя цифра: надо разгадать, какая. Замените буквы цифрами, чтобы получилось верное равенство:

ДА + ДА + ДА = ЕДА

Загадка со спичками

Переставьте одну спичку так, чтобы равенство получилось верным.



Задача с весами

Арбуз уравнивается на чашечных весах огурцом и кабачком. Два баклажана уравниваются тремя огурцами. Арбуз и кабачок уравниваются баклажаном.

Сколько кабачков уравновесят арбуз?

Ответы на задания - в следующем выпуске «Экспресс».

Редактор «Экспресс» Надежда Костырева. Вопросы и предложения направляйте на anade@yandex.ru.