



ПОСЛЕ ЗВОНКА

Выпуск №1(3) 19 февраля 2016
Школьный пресс-центр

Ума палата

Закаляем дух

Аплодисменты

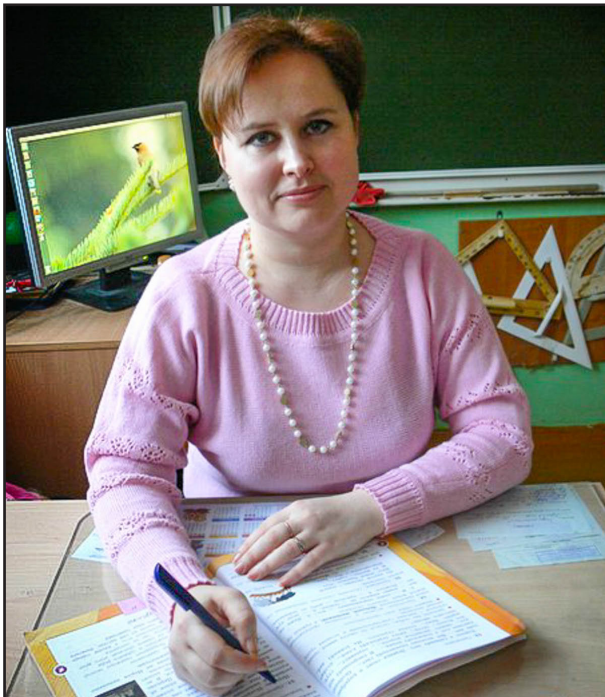
Вокруг света

Переменка

Послушай-ка

Миг Вдохновения

УЧИТЕЛЬ ГОДА



Встретиться с победительницей городского конкурса «Учитель года» Еленой Вячеславовной Брагиной оказалось довольно сложно. Сейчас у нее очень мало свободного времени, так как обычная работа учителя начальных классов сочетается с подготовкой к окружному этапу конкурса. Елена Вячеславовна выделила нам только несколько минут на перемене для короткого интервью.

– Елена Вячеславовна, Вы впервые участвуете в конкурсе «Учитель года»?

– Да, в этом конкурсе впервые, но я принимала участие в похожем мероприятии «Педагогический каледойскоп» в 2014 году (Там она также стала победителем).

– Какая цель конкурса «Учитель года»?

– Конкурс проводится с целью выявления творчески работающих педагогов, расширения их педагогического опыта и повышения престижа труда учителя.

– Из каких этапов состоял нынеш-

ний конкурс?

– Всего этапов было четыре: визитная карточка, методический семинар, мастер-класс и урок. В визитной карточке каждый участник должен был представить себя и свой предмет. Методический семинар – представление деятельности, обобщение своего педагогического опыта. На мастер-классе присутствовали учителя, которых нужно было обучить новым и интересным приемам работы. На своем мастер-классе я рассказывала и показывала, как можно легко и быстро сделать оригинальную новогоднюю открытку.

– Какой из перечисленных этапов был для Вас наиболее сложным?

– Думаю, что урок. Он проходил в незнакомом классе другой школы. Было трудно, ведь неизвестно, как тебя воспримут ученики, как будут работать, что хорошо знают, а что не очень. Очень рада, что ученики восприняли меня хорошо.

– Что бы Вы посоветовали будущим участникам конкурса?

– Главное – быть уверенным в своих силах, не бояться участвовать, не отказываться, если предлагают. Вы увидите, что достоинь этого конкурса! Не сомневайтесь – Вы не будете одиноки. Коллеги и администрация школы Вас обязательно поддержат и помогут в подготовке!

– Отличается ли проведение конкурса на окружном этапе от муниципально-

– Основные этапы такие же, но есть и отличия. Конкурсных заданий больше. Например, в программу окружного этапа включены два заочных конкурса: «Интернет-ресурс»,

для которого нужно создать и наполнить информацией собственный учительский сайт, и конкурс написание эссе «Я – учитель».

– С какими эмоциями Вы готовитесь к окружному этапу?

– Сейчас я испытываю волнение, но надеюсь, что конкурс даст возможность получить новые знания и опыт.

– Елена Вячеславовна, а почему Вы решили стать учителем? Нам кажется, что это очень сложная профессия. Что повлияло на ваш выбор?

– Быть учителем – мечта детства. Я никогда не хотела быть кем-то другим. Моя мама – учитель, поэтому я представляла особенности профессии еще с детства. Особенно мне нравились дни самоуправления в школе, там я могла почувствовать себя настоящим учителем.

– Почти каждый третий ученик встает с мыслью: «Снова в школу, надоело!» А с какой мыслью встаете Вы, учитель?

– У меня никогда не было мысли, что я не хочу идти в школу. Ни в детстве, ни сейчас, когда школа стала моей профессией. Каждое утро я иду на работу с удовольствием, зная, что там меня ждут дети.

– У вас на уроке дети приучены отвечать полными и умными фразами, не каждый старшеклассник так говорит на уроке. Что самое главное должны перенять ученики от учителя в начальной школе?

– Быть первым учителем очень ответственно и волнительно. Ведь именно нам родители доверяют самое дорогое. Учитель должен создать такую атмосферу на уроке, чтобы класс стал для ребенка семьей, где ему и тепло, и уютно. Он учит не только читать, писать, считать, но и дружить, уважать старших, любить Родину. Именно первый учитель должен зародить в ребенке желание учиться, что станет основой успешной учебы и в следующих классах.

Ольга АФАНАСЬЕВА, 10 класс

ОЛИМПИЙЦЫ



В этом учебном году наша школа показала самые лучшие результаты в предметных олимпиадах по городу. Учащиеся нашей школы принимали участие в олимпиадах по всем предметам. По итогам муниципального этапа Всероссийской предметной олимпиады на «область» были вызваны Ксения Кузнецова (по английскому языку, 11 класс), Ольга Гулина (по английскому языку, 10 класс), Алексей Буторин (по химии, 9 класс), Елизавета Блинова и Сергей Кропотин (по ОБЖ, 9 класс). Ребята согласились ответить на наши вопросы:

– Кто или что мотивирует вас на участие в олимпиадах по различным предметам?

Ксения: Моя мотивация для участия в олимпиаде – попробовать что-то новое, неожиданное, применить свои знания в непривычной обстановке. Ведь большинство заданий в школьной программе сделаны по стандарту, и со временем решать их становится просто не интересно.

Елизавета: Меня мотивирует мой старший брат. Я всегда стараюсь быть похожей на него. Он для меня живой пример и ориентир.

МЕЧТА СБЫЛАСЬ!

С Алексеем я знакома всего 2 года, с 8-го класса. Именно в 8 классе начинается новый предмет химия. Нельзя было просто не обратить внимания на этого симпатичного, доброго и любознательного мальчишку. Алексей сразу показал способности и интерес к новой науке. Став победителем школьного этапа Всероссийской олимпиады школьников по химии, был выдвинут на защиту чести школы на городской уровень. Выступил очень достойно, заняв первое место.

И в этом году не подвел меня, став по-

– Есть ли у вас личные способы успешной подготовки?

Ольга: Я стараюсь не гнаться за уезжающим поездом, всё за пару недель не выучить. И, конечно, пытаюсь быть честной в оценке собственных способностей по предмету.

Алексей: Особого способа подготовки нет, я просто стараюсь учить, что мне дает учитель для более качественного участия в олимпиаде.

– Какие личные качества помогают вам защитить честь нашей школы?

Ксения: Во-первых, это ответственность за то, что ты представляешь свою школу. Во-вторых, уверенность в себе. Быть уверенным в себе – это уже половина успешного выступления.

Елизавета: Ответственность, любовь к школе, стремление узнать что-то новое.

Алексей: Наверное, желание идти до конца и не останавливаться на достигнутом.

– Как вам удается все успевать: учиться, участвовать в олимпиадах, жить обычной жизнью?

Ксения: Трудно, но удаётся. Иногда приходишь домой просто без сил, зато с таким удовлетворением, что всё успела! Нужно научиться планировать свои дни. Рассчи-

тать как, где и в какое время будет удобнее, быстрее. Не тратить время попусту, и тогда всегда найдётся минутка для любимого занятия.

Ольга: Все успевать – это не какое-то достижение. Многие заняты побольше меня.

– Как вы считаете, пригодится ли вам участие в олимпиадах в дальнейшей жизни?

Алексей: Этого я точно предположить не могу. Если даже и не пригодится, для себя я много узнал нового и интересного. Самое главное – можно применять эти знания на практике.

Елизавета: Да, опыт общения с одаренными ребятами из других школ и городов, решение заданий на более высоком уровне – это все в будущем пригодится при поступлении.

– Какие слова благодарности вы бы хотели сказать своим педагогам-наставникам?

Ольга: Спасибо, что терпите меня! Знаю, что я не самая прилежная ученица, иногда не выполняю задания и ленюсь!

Ксения: Хочется сказать всем огромное СПАСИБО! За все старания и силы, которые вы вкладываете в каждого ученика, за безграничное терпение, понимание и доброту. В моем сердце навсегда останется частичка теплоты от каждого моего наставника.

Елизавета: Огромное спасибо Сергею Анатольевичу, Учителю с большой буквы, который вкладывает в нас свою душу.

Поздравляем наших участников и призеров городских и муниципальных олимпиад!

Особую благодарность хотим выразить ученикам, отстаившим честь нашей школы, а именно Елизавете Блиновой (призёр областного этапа олимпиады школьников по ОБЖ), Сергею Кропотину (призёр областного этапа олимпиады школьников по ОБЖ) и Алексею Буторину (призёр областного этапа олимпиады школьников по химии)!

Татьяна БЕРЕЩЕВА, 9 класс

этому рады, но времени на подготовку оставалось совсем немного. Ведь областная олимпиада по химии в 2016 году была запланирована на 18-19 января. Все каникулы, начиная с 1 января мы решали олимпиадные задачи по химии регионального уровня, повторяли теорию, отрабатывали на практике качественные задачи, изучали новые темы, которые еще не прошли по программе в 9 классе. В пятницу 15 января Алеша показывал мастер-класс по качественному определению неорганических веществ для своих



одноклассников, тоже влюбленных в химию, что очень пригодилось в практическом туре олимпиады.

И вот этот ответственный момент настал! 20 лучших ребят были приглашены на олимпиаду из различных школ, лицеев и гимназий Кировской области. Соревноваться с ребятами из лицея естественных наук и из других учебных заведений города Кирова, где химия изучается углубленно (для сравнения: у нас в школе 2 часа химии в неделю, а в лицее – 6), Алексею было достаточно сложно, но по итогам теоретического тура он стал третьим. Впереди был практический тур. Алеша попал в группу с более сильными ребятами, поэтому немножко волновался. Набрал половину баллов из 30 возможных, хотя мог показать и более лучший результат. Ох уж эти эмоции!!!

Немножко расстроенные, мы уезжали с олимпиады: ведь еще были не известны результаты по олимпиаде в целом. С нетер-

пением ждали, когда на сайт «Олимпиады Кировской области» выложат результаты олимпиады. Это случилось в Татьянин день, День студента. По итогам практического и теоретического туров Буторин Алексей стал ПРИЗЕРОМ регионального этапа Всероссийской олимпиады школьников по химии. Мечта сбылась!!! Мы все за него очень рады и поздравляем с таким достойным выступлением. Поощрением будет не только Диплом призера, но и материальное поощрение в размере 5000 рублей от ЦДООШ г. Кирова. Желаем ему дальнейших побед. А победа легкой не бывает. Это признал и сам Алексей. Теперь впереди новая цель – поступить в ЛМШ на химическое отделение.

Ольга БЕЛЫХ,
учитель химии и биологии

СНОВА В ИГРЕ!

18 декабря в поселке Ленинская Искра состоялся 3 этап Чемпионата Школьной баскетбольной лиги «КЭС-БАСКЕТ». За право быть лучшими боролись девушки и юноши команд Котельнича, Юбилейного и Оричей. Среди юношей первое место заняла команда Котельнича (представлять город выпала честь школе №2), второе место – команда Оричей, а третье – Юбилейного. Среди девушек победу одержала команда Оричей, на втором месте – команда Юбилейного, а на третьем – Котельнича. Защищать наш город среди девушек выпала честь ученицам нашей школы, которые одержали победу в муниципальном этапе соревнований.

Самая захватывающая игра была между юношами команд Юбилейного и Оричей. С самого начала команда Котельничского района навязала борьбу, уступая и снова догоняя соперников. Лишь к концу четвертого периода оричане вырвались вперед, опередив примерно на 12 очков команду Юбилейного.

Среди девушек этих же районов шла зрелищная борьба за первое место, в которой оричанки одержали победу с отрывом в 12 очков. Но стоит отметить команду Котельнича, которая отыграла последнюю игру составом в пять человек. Все победители и призеры были награждены грамотами и медалями. Команда юношей нашего города получила право защищать Котельнич на региональном этапе «КЭС-БАСКЕТА». Пожелаем ребятам удачи!

Екатерина ГУСЕВА, 11 класс

ЗАКАЛЯЕМ ДУХ

ВОЛЕЙБОЛ

В преддверие ожидаемого праздника Дня рождения школы прошла товарищеская встреча по волейболу между учителями и учащимися старших классов. Обе команды достойно себя показали. Игра была волнительной и интригующей как для учителей, так и для учеников: всем было интересно, кто же одержит победу. Ни одна из команд не уходила в отрыв надолго. Болельщики до последнего поддерживали игроков. Но все-таки у команды учителей оказалось больше опыта. Все участники были довольны результатами: педагоги – победой, а старшеклассники – серьезной тренировкой перед городскими соревнованиями между школьниками, которые состоятся весной. Обе команды получили сладкие призы.

Екатерина ЮДИНЦЕВА, 11 класс

ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ

В зимние каникулы старшеклассники нашей школы не теряли время зря. Исходя из результатов опроса, проведенного среди учащихся 8-11 классов, мы выяснили, что постоянными посетителями катка были ученики десятых и восьмых классов.

Сейчас многие подростки интересуются спортом. Мы решили взять интервью у ученика 9 «б» класса Даниила Козлова, который занимается в хоккейной секции.

– Привет, Данил, расскажи о секции хоккея в Котельниче. Кто из нашей школы играет в команде?

– Привет! Из нашей школы кроме меня занятия посещают: Алексей Буторин, Семён Шестаков, Евгений Плюсин. Всего в команде 17 игроков.

– Кто вас тренирует?

– Нас тренируют руководитель спортивного клуба «Барс» Александр Владимирович Костиков, сотрудник МЧС Никита Александрович Неверов и индивидуальный предприниматель Андрей Михайлович Перминов.

– А тренировки не снижают вашу успеваемость в школе?

– Нет, мы тренируемся каждый день у ФОКа на катке с 19:00-21:30, к этому времени уроки уже готовы!

– Как проходят ваши занятия по хоккею?

– Когда мы приходим, начинается разминка, дальше – силовые упражнения, затем упражнения на технику, а в конце у нас проходит игра. Благодаря частым и интенсивным тренировкам, мы совершенствуем навыки в игры в хоккей.

Мы узнали, что 24 января на хоккейной площадке поселка Ленинская Искра состоя-

лись соревнования по хоккею. Первая встреча между командами Искры и Свечи закончилась убедительной победой свечинцев 4:2! Игра была очень напряженной, упорной, но справедливой. После небольшого перерыва команда Свечи встретилась с командой из Котельнича. И снова свечинцы не оставили шансов соперникам 2:0! Здесь было всё: и силовая борьба, и красивые голы. Много опасных моментов было у ворот команды из Свечи, но голкипер сыграл блестяще. Игра за второе место между командами Котельнича и Искры закончилась в основное время вничью. Только серия после матчевых буллитов выявила победителя. Здесь праздновала победу команда из Котельнича. Единственный гол забил Семен Шестаков. А Антон Суслов – лучший игрок и вратарь матча.

Анастасия КИВЕРИНА, 8 класс
Юлия МАТЫШЕВА, 8 класс

АЛЫЙ ПАРУС



В декабре состоялся ежегодный, двадцатый по счету, Всероссийский фестиваль видеофильмов туристской, краеведческой и природоохранной тематики «Алый парус». Традиционно организаторами мероприятия стали областной кировский «Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» и «Федеральный Центр детско-юношеского туризма и краеведения» Москвы. Фестиваль собрал

у телеэкранов большую аудиторию с разных уголков нашей страны: участники приехали из Владивостока, Ярославля, Перми, Евпатории, Нижневартовска, Глазова, Йошкар-Олы, Москвы, Кирова и других городов. Воспитанники котельничской киностудии «Горизонт» под руководством А. И. Таранова решили не упускать свой звёздный час — тоже принять участие в киномарафоне, представив на суд внимательных зрителей и компетентных судей свои работы. И правильно сделали! Из пятидесяти семи фильмов, заявленных на фестиваль, были отмечены работы именно котельничских юных режиссёров, операторов и монтажёров. Второе место в номинации «Туризм» занял фильм Марии Тарановой (школа №1, 5а класс) «Мой первый поход». Как понятно из названия, в ролике мы видим рассказ о походе, а именно — о велопоходе в посёлок Юбилейный с целью

участия в соревнованиях по конкурсу «Серебряный конь», которые состоялись в июне этого года. Закадровый голос автора фильма погружает нас в походную атмосферу, мы узнаем все сложности бытия туриста: «встречный ветер мешает балансировать», «карман рюкзака лезет в цепь»... Но тем не менее, по словам Маши, «поход — это истинное удовольствие!» Для неё фильм оказался дебютным и сразу призовым.

Кроме фильма Марии Тарановой, были отмечены почётными третьими местами в номинации «Краеведение» — фильм Анастасии Тарановой (школа №1, 11 класс) «Герой Вятки», в котором рассказана история жизни первого Героя Советского союза — нашего земляка — Петра Тихоновича Михалицына; в номинации «Природа» — игровой фильм «Йети» учащихся и выпускников киностудии «Горизонт» (Максим Колбин, Антон Мамаев, Кирилл Екатеринбург, Ксения Прозорова, Екатерина Сысуева, Влада Вагина и Анастасия Смирнова). По итогам голосования, приз зрительских симпатий также завоевала работа «Йети».

Анастасия СМЕРНОВА, 11 класс

НАША ЗВЕЗДОЧКА



Ученица 6 «б» класса Варвара Котова (6 «б», классный руководитель Т. Ю. Пунгина) за отличную учёбу, активное участие в предметных олимпиадах и конкурсах различного уровня была награждена поездкой на губернаторскую ёлку в Киров.

Вот, что рассказывает сама Варя: «От нашего города на губернаторскую ёлку ездили 4 человека. До Кирова мы добирались на «Газели». Всю дорогу нашу машину сопровождали полицейские. Доехав до места, мы переоделись и сразу же пошли на мастер-классы, где нас научили изготавливать своими руками ёлочные игрушки и новогодние открытки. А потом нам показали новогоднее представление с участием различных мультипликационных героев и подарили сладкие подарки. Мы все были очень довольны!»

А ещё Варя недавно одержала победу в конкурсном отборе детей и подростков в возрасте 11-15 лет для участия в образовательно-оздоровительных программах детских лагерей. В начале февраля наша ученица поедет отдыхать во Всероссийский детский оздоровительный лагерь «Орлёнок». Так держать!

Анна ЮДИНЦЕВА, 6 класс

ВОКРУГ СВЕТА

КАНИКУЛЫ С ПОЛЬЗОЙ

Новогодние каникулы — время для путешествий, открытий, отдыха и занятий любимым делом. Ребята из котельничской киностудии «Горизонт» Центра дополнительного образования детей решили не терять зря драгоценные выходные дни и с 5 по 10 января отправились в Казань за новыми знаниями, знакомствами и опытом. Все это юные журналисты и кинооператоры смогли получить на Всероссийской смене «Визуальная Россия», XII смене актёрского мастерства, кино и телевидения «АЛГА» в

рамках Всероссийской заочной школы визуальных искусств. В ней приняли участие 164 школьника в возрасте от 9 до 17 лет из Оренбурга, Екатеринбург, Казани, Липецка, Стерлитамака, Москвы и многих других городов нашей страны.

Каждый день ребята узнавали много нового и интересного, они посещали вертушки по телевизионной режиссуре, основам монтажа, телевизионной журналистике, основам драматургии, основам психологии общения и культуре речи. Лишней минуты

у юных любителей кино и телевидения совершенно не было: тренинги, обдумывание идей, съёмка фильмов, монтаж, просмотр фильмов, обсуждение, вечерние отрядные огоньки — жизнь в гостиничном комплексе «Регина» кипела круглосуточно. С ребятами работали режиссёр монтажа ОАО «Первый канал» Александр Дибривный, преподаватель казанского института кино и телевидения Антон Шутов, продюсер Павел Косов и многие другие профессионалы. Кроме того, гостями смены стали актёры сериалов



«Молодёжка» Макар Запорожский, «Зайцев +1» Филипп Котов и Иван Громов, «Физрук» Артур Сопельник, которые были кураторами детских групп во время съёмки «фильмов

для детей».

Каждое утро организаторы лагеря ставили перед участниками новые задачи. За пять дней смены ребята успели создать во-

семь фильмов: фильм за 60 секунд, фильм в пять планов, фильм для детей, художественный опрос, лаврик (экранизированный анекдот), социальный ролик, информационный сюжет и фильм одним планом. Более того, юными журналистами велся лагерный видеодневник, в котором были показаны все события дня.

Так же ребята побывали на экскурсии «Ночная Казань», где они смогли полюбоваться красотой ледяного городка, послушать легенды и сделать фотографии на память.

По словам представителей нашего города, больше всего из «Алги» запомнились процессы съёмки самих фильмов, а также тренинги по психологии. Ребята получили море ярких впечатлений и эмоций.

Хочется поблагодарить родителей тех ребят, которые нашли средства для поездки в этот лагерь, так как все расходы семейный бюджет брал на себя.

Мария КОШКАРЁВА, 8 класс

СОЗДАВАЯ ТРАДИЦИЮ



Приближался Новый год, и мы с мамой поняли, что не хотели бы провести его как обычно. Так мы и решили уехать куда-нибудь на новогоднюю ночь.

30 декабря ранним утром мы направились на вокзал, чтобы первым делом поехать в Нижний Новгород, где мы провели целый день. Располагая таким количеством времени, мы, конечно, не остались на вокзале, а поехали в центр города. Прогулялись

по пешеходной улице, по-новогоднему украшенной к предстоящему празднику. Вечер не прошёл впустую: нам удалось посетить Нижегородский театр драмы. После чудесного дня мы, наконец, сели в автобус до Москвы.

Когда мы приехали, Москва еще спала. Машины там, конечно, ездят круглые сутки, а вот люди, к нашему удивлению, вышли на улицы только ближе к обеду. Столица была великолепна: всюду огни, гирлянды и ели, которые были украшены по-разному, не было ни одной одинаковой. Царила чудесная праздничная атмосфера.

Проехались мы по самым популярным и красивым местам Москвы: ВДНХ, Воробьевы горы, Театральная площадь, парк Горького, — виды которых до сих пор стоят перед моими глазами.

К сожалению, Красная площадь была закрыта для посещений в тот день, но мы всё-таки побывали там на следующий. Везде вокруг площади были арочные металлоискатели, и нас проверили за этот вечер столько раз, что я даже не берусь считать. Когда наступил Новый год, я даже не поняла этого! На мосту, где мы стояли, не было слышно курантов, и мы поняли, что уже 2016, когда люди вокруг нас начали кричать и поздрав-

лять друг друга. Я слышала голоса множества иностранцев, которые тоже приехали отпраздновать Новый год, и они, кажется, мёрзли даже меньше россиян. Именно из-за холода мы вернулись в гостиницу немногим позже салюта. Я никогда не забуду, как холодно тогда было.

Самым запоминающимся событием первого дня Нового года стал поход в Цирк на Цветном бульваре. Представление завораживало своей красотой и невероятной технической сложностью. Я, как маленький ребёнок, с открытым ртом наблюдала за забавными и зачастую опасными выступлениями артистов. Рассказывая про цирк, я чуть было не забыла упомянуть про Красную площадь! Я не думала, что поход туда вызовет у меня такую бурную реакцию: масштабность и величественность просто поражали воображение.

Мне очень не хотелось уезжать из этого прекрасного города, где я провела лучшие в своей жизни выходные. Нам так понравилось, что мы с мамой решили, что и следующий Новый год проведём не дома. Надеюсь, что встречать 2017 с нами будут и другие члены нашей семьи.

Ольга ГУЛИНА, 10 класс

ИСКОРКА

Уже в течение нескольких лет ансамбль песни и танца «Искорка» посещает различные творческие фестивали, проходящие за границей. В нашей школе есть ученики, которые в составе группы посетили два таких фестиваля летом 2015 года. Мы решили узнать о впечатлениях, полученных одной из участниц — Владой Спивак.

— *Добрый день, Влада. Какие именно страны вы посетили за время поездки?*

— *Первой страной была Беларусь, затем проездом были в Польше, Венгрии, Словакии. Сами фестивали проходили в Боснии и Герцеговине, и Словении. В Хорватии мы провели целый день – посетили Адриатическое море.*

— *Расскажи о самих фестивалях.*

— *Первый фестиваль, DucatFest, проходил в Боснии, второй – Jurjevanje - в Словении. Боснийский фестиваль длился 3 дня, словенский – 4.*

— *Какой фестиваль запомнился тебе больше всего? Чем?*

— *Наверно DucatFest запомнился больше. Мы жили совместно с другими коллективами, общались, проводили*



вечера, совершали выходы в город. Сам фестиваль проходил более оживленно и интересно.

— Видимо, значительную часть поездки заняла дорога. Как дался переезд из страны в страну?

— Да, действительно, в целом дорога заняла шесть дней от всей поездки. Мы передвигались в большом комфортабельном автобусе. Конечно, долгая дорога утомляет, поэтому совершались остановки примерно каждые два часа. К тому же, нам приходилось часто проходить проверку на таможне.

— Как проходили концерты? Были ли какие-нибудь выступления вне фестивалей?

— Концерты проходили в бешеном темпе. Коллективам необходимо было спешно переодеваться и выходить на сцену — все за

максимально короткое время. Вне фестивалей прошли несколько концертов — мы выезжали в другие города и выступали там.

— Было ли у вас какое-то свободное время? Что вы делали в свободные от концертов часы?

— Да, были целые дни, в которые у нас не было концертов. В это время у нас проходили репетиции, либо мы всем коллективом выезжали на экскурсии или самостоятельно выходили в город.

— Планируются ли еще поездки? Если да, то когда они состоятся, и какие страны вы собираетесь посетить?

— Следующий выезд на фестивали планируется в августе. Будет три фестиваля в разных странах — Румынии, Венгрии и Сербии. Поездка по своей продолжительности займет почти весь август.

Беседовал Роман СЕЛЮНИН, 11 класс

ПЕРЕМЕНКА

НЕ ПОДЛОЖИ СЕБЕ «СВИНЬЮ»



— Юлия Павловна, каждый год осенью и зимой нас пугают эпидемией гриппа. Скажите, неужели эта болезнь настолько опасна?

— К сожалению, это заболевание действительно опасно. Проблема в том, что грипп — это быстро распространяющаяся вирусная инфекция. К тому же вирус гриппа очень быстро размножается и за считанные часы после заражения приводит к глубоким поражениям слизистой оболочки дыхательных путей. Это объясняет большое число бактериальных осложнений, возникающих при гриппе. Иногда у человека могут наблюдаться тяжёлые формы течения вплоть до смертельного исхода.

— А какие именно осложнения могут возникнуть?

— Грипп опасен несколькими видами осложнений, поражающими весь организм: прежде всего, легочными. Именно пневмония является причиной большинства смертельных исходов. Также опасны осложнения верхних дыхательных путей и ЛОР органов. После тяжело перенесенного гриппа человек может получить поражение сердечнососудистой и нервной системы. Кроме того, грипп часто сопровождается обострением имеющихся хронических заболеваний. Последствия могут быть очень серьезными.

— Какие симптомы у гриппа? Как

отличить грипп от обычной простуды?

— Во-первых, заболевание начинается стремительно, зачастую резким повышением температуры тела, возможно и до 40°С, ознобом, головной болью, болью в мышцах, общей слабостью, кашлем, ощущением ломоты во всем теле, мышечными и суставными болями. Однако виды гриппа разнообразны и не обязательно наличие полного набора вышеперечисленных симптомов.

— Какие меры можно использовать, чтобы защитить себя от гриппа?

— Каждый из нас в силах снизить риск заболевания и распространения гриппа, выполняя простые санитарно-гигиенические правила. Чтобы не заболеть самому и не заразить окружающих, нужно избегать контакта с больными людьми, стараться не подходить к больному ближе, чем на 1 метр, при контакте с больными людьми надевать маску. Чаще мойте руки с мылом или антибактериальными средствами (спиртсодержащие растворы) для предотвращения распространения инфекции. Закрывайте нос и рот во время кашля и чихания, используя одноразовые носовые платки. Постарайтесь избегать большого скопления людей. Чаще проветривайте помещение. Ведите здоровый образ жизни. Полноценный сон, свежий воздух, активный отдых, сбалансированная пища, богатая витаминами — все это поможет организму бороться с любыми инфекциями.

— Могут ли помочь какие-то народные средства?

— Самым популярным и всем известным народным средством, используемым для профилактики гриппа, является чеснок. Во время сезонных эпидемий гриппа в холодное время года полезно съедать по 2-3

зубчика каждый день. Обильное питье также очень полезно для очистки организма от токсинов. В качестве профилактики гриппа можно употреблять напиток из шиповника, липы с калиной, морсы из брусники, клюквы, чай с малиной, медом, имбирем. Помните, что профилактика гриппа народными средствами требует ежедневных мероприятий, а не разовых процедур. Только тогда она будет иметь эффект.

— Юлия Павловна, что делать, если заболевания не удалось избежать?

— Первое, что необходимо предпринять — немедленно обратиться к врачу. Самолечение при гриппе недопустимо. Именно врач должен поставить диагноз и назначить лечение, соответствующее состоянию и возрасту пациента. Необходимо строго выполнять все рекомендации лечащего врача: своевременно принимать лекарства и соблюдать постельный режим во время болезни, так как при заболевании увеличивается нагрузка на сердечнососудистую, иммунную и другие системы организма. Рекомендуется обильное питье: например, горячий чай с лимоном. Для предупреждения распространения инфекции больного следует изолировать от здоровых людей (желательно, выделить отдельную комнату). Помещение, где находится больной, необходимо регулярно проветривать, предметы обихода, а также полы протирать дезинфицирующими средствами. При уходе за больным гриппом следует использовать медицинскую маску или марлевую повязку. Если контакта с заболевшим гриппом избежать полностью не получится, то необходимо максимально защититься от заражения.

Беседовала Ольга САПОЖНИКОВА

ОТ УРОКА ДО УРОКА...

Так много предметов изучается в школе, и у каждого есть свой любимый. Мы решили провести исследование, какой самый любимый школьный предмет у наших учащихся. Приняло участие в опросе 10 человек:

- Эльвира Польшакова 3 «а» — «Математика»
- Соня Колпакова 4 «а» — «Математика»
- Наташа Гулина 4 «а» — «Физкультура»
- Марина Мартыанова 5 «в» — «Математика»
- Карина Патрушева 5 «в» — «Музыка»
- Иван Сметанин 6 «б» — «ОБЖ»
- Полина Порошина 6 «б» — «Математика»
- Таня Исупова 7 «а» — «Физкультура»
- Даша Козлова 8 «б» — «История»
- Ирина Изергина 8 «б» — «ОБЖ»

Итак, любимый предмет наших учеников - математика!

Арина ВЫЛЕГЖАНИНА, 5 класс



ПОСЛУШАЙ-КА

ВСПОМНИ, ЧТО ВЗОРВАЛОСЬ У ТЕБЯ!

Школьникам каждый день приходится сталкиваться с большим объемом информации по совершенно разным предметам, и с каждым годом запоминать, и, главное, усваивать материал становится все сложнее.

Память – одно из свойств нервной системы, заключающееся в способности какое-то время сохранять информацию о событиях внешнего мира и реакциях организма на эти события, а также многократно воспроизводить и изменять эту информацию.

Эффективность памяти зависит от целей запоминания. Если цель – выучить, чтобы сдать экзамен, то вскоре после экзамена материал забывается, если цель – выучить надолго, для будущей профессии, то информация мало забывается.

Существует несколько видов памяти, для каждого из которых требуется своя тренировка. **Сенсорная.** Удерживает информацию, полученную непосредственно от органов чувств. Это зрительная, слуховая память. Информация не удерживается долго, всего 0,1–3 секунды. **Кратковременная.** Удерживает информацию ограниченное время (до 30 секунд) и не может хранить данные о большом количестве объектов. Чтобы запомнить что-то, существует проверенный способ — повторение. Без повторения информация просто исчезает с течением времени. **Долговременная.** Хранит информацию долго (часы, годы, иногда всю жизнь). Причём простое механическое заучивание не поможет надёжно запомнить что-то — необходима мысленная интерпретация, переработка материала, а также установление связей с уже имеющимися знаниями. Вот несколько способов тренировки памяти:

– **Учите наизусть.** Этот же принцип работает и с памятью. Учите наизусть: стихи, списки дел и покупок. Запоминайте всё подряд, причём старайтесь не просто механически заучивать, а придумывать ассоциации. Результаты не заставят себя ждать.

– **Ходите разными маршрутами.** Дайте своему мозгу новые впечатления. Будьте внимательны, когда идёте домой: запоминайте вывески, дома, магазины. В целом любые новые мероприятия усиливают мозговую деятельность.

– **Сочиняйте истории.** Этот метод подходит, чтобы запоминать списки: перечни дел, покупок, событий. Просто свяжите всё в единую историю. Сюжет должен развиваться последовательно и логично, но фантазию можно включать на полную. Более яркие образы запомнить легче.

– **Сосредоточенность.** Для того, чтобы начать тренировать сосредоточенность, попробуйте посчитать обратно и вперед одновременно. Вслух посчитайте: «Один, два, три...» до десяти, одновременно представьте себе числа от десяти до одного. Итак, когда вы говорите: «Один», то представляете себе десять, когда говорите: «Два», видите девятку и т. д.

– **Тренировка слуховой памяти.** Это упражнение можно выполнять где угодно. Для тренировки нужно пытаться запомнить детали разговора прохожих и окружающих людей

Не глядя на говорящих людей, стараться, лишь слыша голоса, соотнести голоса с лицами говорящих. Поскольку голос является индивидуальной чертой каждого человека, упражнение будет иметь успех. Чтобы заметить результаты, нужно лишь регулярно тренироваться в течение 10-15 минут.

И еще один полезный совет. Не можете вспомнить куда положили ключи или телефон? Нервничаете при поиске нужной вещи? Просто в следующий раз, кладя что-либо в то или иное место, представьте, что оно взрывается. Например, оставили ключи на столе, бац, стол «взорвался». На следующий день останется вспомнить, что взорвалось вчера.

ДЕНЬ ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА

Изначально в 1922 году эта дата была официально объявлена Днем Красной Армии. Позднее 23 февраля ежегодно отмечался в СССР как всенародный праздник — День Советской Армии и Военно-Морского Флота. После распада Советского Союза дата была переименована в День защитника Отечества. Но, как и на все праздники, появляется вопрос – что дарить? Мы провели опрос среди юношей и мужчин школы, что бы они хотели получить в подарок на 23 февраля. Вот то, что у нас получилось:

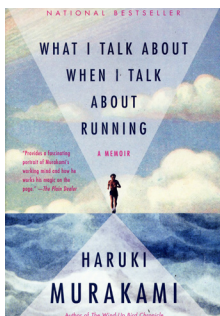
- туалетная вода
- шапки, шарфы, варежки
- банный набор
- PlayStation 4
- хоккейная клюшка + ленты для неё
- эластичные бинты
- новый компьютер
- ВАЗ-2114
- радиоуправляемый вертолет
- любой подарок от любимой женщины

Елизавета БЛИНОВА, 9 класс

Надежда ПТАШИНСКАЯ, 10 класс

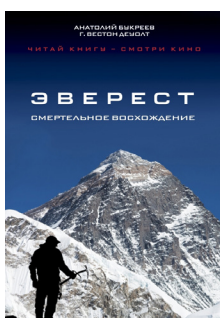
ЧТО ПОЧИТАТЬ?

«О чем я говорю, когда говорю о беге»
(Харуки Мураками)



Это сборник автобиографических очерков Харуки Мураками, выпущенный в 2007 году. В своих воспоминаниях писатель рассказывает о своих занятиях бегом на длинные дистанции, упоминая о своём участии в марафонах и ультрамарафоне, а также сравнивает спорт с литературным трудом. С фирменной легкостью и недосказанностью, виртуозно балансируя на грани бытового очерка и аллегории, Мураками фиксирует свои размышления о беге, приобретающем в силу ежедневного повторения «некую медитативную сущность».

«Эверест. Смертельное восхождение»
(Анатолий Букреев, Г. Вестон ДеУолт)



Трагические события мая 1996 г. на Эвересте – это история столкновения запретных амбиций, стальной воли, фатальных ошибок и небывалой самоотверженности. Международная экспедиция неожиданно обернулась катастрофой – и уникальной, не имеющей аналогов в мире, спасательной операцией.

Книга непосредственного участника восхождения, выдающегося альпиниста Анатолия Букреева подробно, день за днем, описывает ход событий.

«Вольные упражнения»
(Михаил Андросов)



Повесть «Вольные упражнения» рассказывает о судьбе девочки. Гимнастка, отчисленная из спортивной школы, переведена в обычную. Теперь ее спортивный характер служит тому, чтобы одолеть трудности в новом коллективе. Но она остается верной спорту. Целеустремленность – суть спорта, а в этой повести звучит еще и великая сила спортивных тренировок. Но и это не все: в повести прослежен путь девочки, прямо-таки поднимающей себя из небытия в жизнь, к признанию своей личности и даже к победам.

ЧТО ПОСМОТРЕТЬ?

«Форрест Гамп»
(Роберт Земекис, США)



От лица главного героя Форреста Гампа, слабоумного безобидного человека с благородным и открытым сердцем, рассказывается история его необыкновенной жизни.

Фантастическим образом превращается он в известного футболиста, героя войны, преуспевающего бизнесмена. Он становится миллиардером, но остается таким же бесхитростным, глупым и добрым. Форреста ждет постоянный успех во всем, а он любит девочку, с которой дружил в детстве, но взаимность приходит слишком поздно.

«Невидимая сторона»
(Джон Ли Хэнкок, США)



Оставшийся без крова молодой афроамериканец взят под опеку зажиточной семьей. Жизнь в новом окружении полностью меняет судьбу замкнутого подростка, помогает реализовать свой потенциал. Поступив в университет, он играет в студенческой команде и познаёт скрытую сторону спортивной игры, учится стратегии и тактическому анализу. Знание того, что в игре зачастую именно мозг побеждает мускулы, вскоре поможет попасть Майклу в профессиональную лигу.

Оставшийся без крова молодой афроамериканец взят под опеку зажиточной семьей. Жизнь в новом окружении полностью меняет судьбу замкнутого подростка, помогает реализовать свой потенциал. Поступив в университет, он играет в студенческой команде и познаёт скрытую сторону спортивной игры, учится стратегии и тактическому анализу. Знание того, что в игре зачастую именно мозг побеждает мускулы, вскоре поможет попасть Майклу в профессиональную лигу.

«Прогулка»
(Роберт Земекис, США)



Вы боитесь высоты? А можете представить себя идущим по натянутому канату на высоте более 400 м без всякой страховки? Потоки ветра обдувают вас, а внизу — город и тысячи взволнованных взглядов, устремленных вверх.

История о том, как французский канатоходец Филипп Пети отважился совершить легендарный трюк — пройти без страховки по канату, натянутому между небоскребами в Нью-Йорке.

ПОБЕДИТЕЛИ СЕЛФИ-КОНКУРСА #ПОСЛЕЗВОНКА1

