

Здравствуй, школа!

**Здравствуй, год учебный, школьный!
Всюду вас, ученики,
Перзвоном колокольным
Славят школьные звонки!**

**И пускай немало славных,
Разных дней в календаре,
Но один из самых главных —
Самый первый в сентябре!**

1 сентября — это первые звонки и волнение, море цветов и белых бантов, это самый долгожданный день для тех, кто впервые переступит школьный порог.

Во всех школах нашей огромной страны начинается новый учебный год! Мы снова отправляемся в Страну Знаний! А впереди нас ждут не просто уроки и перемены, контрольные и экзамены, будни и праздники, а покорение новых вершин, погружение в неизведанную глубину, исследования и новые открытия!

Для выпускников это будет последний учебный год. А вот для первоклассников все будет впервые! Именно для них первый звонок стал первым звонком. С огромными для них букетами, смущёнными и взволнованными всеобщим вниманием, они выходили на площадь, на первую в их жизни тор-



тёплые слова и пожелания, к ним обращались все выступающие, на них сосредотачивались объективы фотоаппаратов и видеокamer.

О том, что теперь они стали частью большой лицейской семьи, сказала директор лицея Алла Аркадьевна Ятайкина — директор лицея, слова напутствия прозвучали и от наших гостей, и от старшеклассников.

Они передали первоклассникам символический Факел Знаний

Слова напутствия прозвучали и от наших гостей: В.В. Илюхина - депутата Совета депутатов и его помощников, Н.В. Меншиковой - главного специалиста отдела образования администрации Калининского района, П.Н. Буркова - командира дивизии и ветеранов дивизии.



жественную линейку.

Это им сегодня в первую очередь были адресованы

Читайте в номере:

- Стр. 2 Здравствуй, школа!
- Стр. 3 День Знаний в лицее
- Стр. 4 Летние путешествия
- Стр. 5 Летние каникулы
- Стр. 6 Летний лагерь «Солнышко»
- Стр. 7 День физкультурника
- Стр. 8 Советы психолога

**Задорной песней лето отзвенело,
И золотая осень началась.
Скорей, друзья, у вас немало дел,
Вас ждет ваш школьный класс.**

**Вы побывали в лагере, в походах,
Окрепли, повзрослели, развились -
Позвольте вас поздравить с новым годом,
С учебным годом - новым шагом в жизнь!**



А для нас этот год знаменателен тем, что мы будем отмечать юбилей школы - 50 лет со дня открытия!

С первых лет существования школы и до сих пор в нашей школе работают замечательные педагоги, учителя с большой буквы: Заслуженный учитель РФ, учитель физики Хуснутдинова Людмила Сергеевна.



Мастер спорта, учитель физкультуры Головин Михаил Иванович. На торжественной линейке присутствовали и учителя - ветераны педагогического труда.

Это учитель изобразительного искусства Мальчугова Нела Петровна, учитель географии - Волчкова Нина Павловна, учитель биологии - Бронзова Галина Алексеевна, учителя начальных классов - Шандрова Лидия Дмитриевна - Заслуженный учитель РФ и Боровинская Любовь Валентиновна.

Это и для них в пятидесятый раз прозвенел первый школьный звонок - многие годы они дарили свое сердце ученикам, ведя их по дороге знаний.

Право дать первый звонок юбилейного учебного года было предоставлено победителю международного конкурса по английскому языку, победи-

телю областного конкурса французской песни, лауреату городских конкурсов художественного чтения ученику математического губернаторского 11А класса - Шор Владимиру и ученице 1Г класса - Булаевой Марии.

С первыми трелями школьного звонка отправились в свой пер-



вый полёт 50 разноцветных шариков, знаменующих «путешествие в Страну Знаний». С первыми трелями школьного звонка отправились в свой первый полёт 50 разноцветных шариков, знаменующих «путешествие в Страну Знаний».

Но вот прозвучали заключительные аккорды Гимна России, и ученики выпускных классов по проводили первоклассников в их учебные кабинеты.



Уходили ребята с торжественной линейки со своими первыми учителями:

**1А - Т.С. Нефёдовой, 1Б - И.Ю. Зарудной,
1В - Г.П. Негореевой, 1Г - О.В. Самариной и
1Д - Л.А. Ващиловой.**

**Снова школьный звонок
Нас зовет на урок.
Значит, кончилось шумное лето.**



Первые классные часы прошли у ребят - перво-классников. Они посмотрели мультфильмы, поговорили о правилах поведения в школе, учились правильно сидеть за партой, отвечать учителю, дисциплинированно вести себя во время урока, узнали много новых для других школьных «премудростей».



А для ребят, пришедших из начальной школы, а именно для пятиклассников, состоялось знакомство с кабинетами, в которых они будут заниматься.



Для ребят 5А и 5Б это было своеобразное «путешествие в мир знаний». Провели это «путешествие» ребята – старшеклассники:

**В первый день сентября,
Детям радость дая,
Каждый раз повторяется это!**

Самутина Соня, Мызникова Лера, Морозова Катя, Влад Сень и Кузин Антон.



Ребята 7-х классов свой первый урок провели в школьном музее, где руководитель музея В. Н. Ледянкина познакомила ребят с историей нашего городка,



историей нашей школы, они посмотрели фотографии и экспонаты, собранные

учениками и учителями нашей школы. Итак, Страна Знаний гостеприимно распахнула свои двери, и мы отправляемся в длительное и увлекательное путешествие в Мир Знаний!

Желаем всем нашим лицеистам и учителям успехов, творческого вдохновения и хорошего настроения на весь учебный год.



Редколлегия

Лето – чудесная пора, когда каждый человек может задуматься об отдыхе. Для кого-то отдых заключается в общении с друзьями, а некоторые хотят посвятить своё свободное время работе, творчеству или путешествиям. И, действительно, что может быть увлекательнее, как не знакомство с новым городом и даже страной!

Я всегда любила путешествовать. И, если была такая возможность, всегда отправлялась на прогулки по незнакомым и таинственным местам города. Это лето было полно таких прогулок по удивительным местам очень старинного города. Этот город называется Рига.

Рига – столица Латвии. История этого города насчитывает более восьми веков. В прошлом году население Риги составило 695 тысяч человек.

В Риге живут весёлые и интересные люди, которые очень любят свой город. Основные мероприятия проходят днём, но и ночью можно прогуляться по мощёным улицам.



В старой Риге очень интересно гулять по вечерам. Сверкают огни, доносится громкая музыка из баров, всюду проезжают велорикши, водители которых приглашают тебя прокатиться по улицам. Можно купить сувениры или посмотреть выставку каменных скульптур, латыши очень изобретательны на развлечения. Но в этом году, проходя днём по улицам старой Риги, можно было стать свидетелем международного события.

Летом 2014 года в Риге проходило мероприятие под названием «Олимпиада хоров». Все претенденты выступали в Домском соборе, который находится в старой Риге.



И днём и ночью на улицах города можно было встретить людей всех стран и национальностей. Армения, Австралия, Китай, Греция.... И это лишь малая толика участвующих стран.

Ещё одно интересное место в Риге – это зоопарк. В нём содержатся 475 видов животных и 2925 экзотических животных. В этом зоопарке можно наблюдать многих животных, от тапиров до жирафов и птиц



- от фламинго до сов.

Всем посетителям зоопарка можно войти в секцию домашних животных, для которых перемещение тоже свободное. Осо-

бенно запоминается секция под названием «Тропический мир». Там можно увидеть аллигаторов, змей или зайти в отсек ночных животных. В этой секции воссоздана картина тропического мира, где обитают живущие там животные.

Но если вам не по вкусу животные и хоровые пения, то, возможно, вам подойдёт знаменитый город Юрмала.

Самое знаменитое место в Юрмале – это аквапарк «Ливу». Он расположен на нескольких этажах, имеет около десяти горок



только во внутреннем помещении. Также в аквапарке имеется и летняя площадка, где есть горки, детская площадка. Ещё на ней находятся бассейны и батут с вырывающимися из него струями воды. В этом аквапарке можно хорошо отдохнуть или же прекрасно повеселиться. Это прекрасное место для поездок с семьёй или друзьями.



Но это ещё не все достопримечательности Юрмалы. Самое главное – это море и пляж.

Но не для всех это море может показаться волшебным. Дело в том, что оно не очень глубокое и только, зайдя далеко от берега, можно достичь нормальной глубины. Но на пляже жизнь интереснее. Там стоят несколько ресторанчиков, где мож-

но отдохнуть и хорошо поесть. Также по всему пляжу льётся весёлая музыка, которая способствует хорошему настроению.

Но, если, путешествуя на электричке обратно в Ригу, мы выйдем на станции Майори, то сможем попасть в знаменитый зал Дзинтари. Именно в нём проходит крупнейший музыкальный конкурс «Новая волна». Зал Дзинтари ещё одно знаменитое место в Юрмале. Каждый год там собираются не только латышские и русские звёзды, но и певцы из разных стран. Многие из нас смотрят летом этот конкурс по своим телевизорам.

Рига и Юрмала – два прекрасных города, куда можно поехать за приключениями, знаниями, удовольствием или просто отдыхом. Досуг для всех разный, но, на мой взгляд, именно Рига и Юрмала смогут удовлетворить потребности многих отдыхающих. Вот таким познавательным стало моё летнее путешествие.

Анна Бурачкова - 7В

Наши поздравления

Летние каникулы для участниц вокальной группы «Школьные годы» оказались творческими и плодотворными. Поздравляем Решетникову Дарью, Степанову Евгению, Скосыреву Дарью и руководителя вокальной группы Клевако Валентину Николаевну с победами в конкурсах международного уровня.



Вокальная группа «Школьные годы» приняла участие в IV Международном многожанровый фестивале-конкурсе «Здравствуй, Абхазия!» и стала Лауреатом этого конкурса.

С 3 по 9 июля 2014 г в городе Сухум, Республика Абхазия проходил II - этап конкурса, в котором участвовала и вокалистка группы «Школьные

годы» Дарья Скосырева. Она была награждена «Дипломом Лауреата» в номинации «Эстрадный вокал».



«Диплом» участника был вручён 1 сентября Решетниковой Дарье за участие в V областном фестивале - конкурсе «Звёзды Континентов». «Диплом лауреата III - степени» завоевала Евгения Степанова в XXV Международном конкурсе вокальных исполнителей.



Лето - наилучшая пора для общения с природой, с друзьями, постоянная смена впечатлений, встреча с неизвестными. Это время, когда можно увидеть, что удивительное рядом. Для ребят младших классов уже с 1 июня начал работать летний лагерь «Солнышко», который подарил много ярких, запоминающихся событий, интересных встреч и массу новых впечатлений.

Со 2 по 27 июня была организована работа первого сезона лагеря «Солнышко». Основной состав лагеря - это учащиеся начальных классов.

Жизнь ребят в эти 18 дней была увлекательной, насыщенной, познавательной и очень интересной. Было проведено огромное количество мероприятий разных направлений: познава-



раскрыться по-новому, «зажигается его звезда на небосклоне». Главной оценкой работы лагеря стали отзывы детей и родителей. Ребята с желанием посещали лагерь, не хотели расходиться по домам. А на утро приходили с новыми идеями и предложениями.



На закрытие лагерной смены дети, под руководством вожатых, самостоятельно организовали концерт для воспитателей и своих товарищей. В лагере царили дружба и взаимовыручка. Старшие ребята помогали во всем младшим, малыши брали пример со старших.



тельные, спортивные, патриотические, развлекательные, творческие и многие другие.

Прошло большое количество тематических мероприятий: например, ставший традиционным и очень любимый детьми, конкурс «Мисс и Мистер 2014», конкурс «Алло, мы ищем таланты!», «День Пушкина».

Впервые проводился праздник «День Нептуна», который стал незабываемым для детей и многие другие. Именно такие мероприятия помогают каждому ребёнку



Благодаря музыкальному руководителю Клевако В.Н., старшей вожатой Зубковой Е.Г., спортивному руководителю Кузнецовой М.В., воспитателям: Яковлевой Т.С., Ергаевой В.П., Рендяк С.А., Архиповой С.М., Лапшиной Н.П., Вашиловой Л.А., Нефедовой Т.С., Негоревой Г.П., Латфулиной З.Р., Обуховой М.Н., Горбенко С.В, Ткаченко Л.И., Ярковой Е.А. и всем работникам лагеря, дети получили полноценный отдых, оздоровление, хорошее настроение и набрались сил для следующего учебного года.

Начальник лагеря «Солнышко»: М. С. Бочкарь



День физкультурника отмечается в России с 1939 года. В этом году Всероссийский День физкультурника отметил 75-летие. Это праздник всех, кто любит спорт, занимается физической культурой сам и приобщает других! Это праздник спортсменов и тренеров, работников физической культуры и ветеранов спорта!

Физкультура является залогом здоровья, красоты, жизненной энергии.



Впервые День физкультурника отмечался 18 июля 1939 года и в те времена носил титул всесоюзного. Из старых газетных заметок можно узнать, что улицы

столицы в честь этого мероприятия были обильно украшены, а веселые физкультурники дружными рядами шли на парад.

Широкое распространение получил День физкультурника в первые десятилетия существования Советского Союза. Именно тогда начали пропагандировать хорошо известную нам идею:

«В здоровом теле - здоровый дух».

В Новосибирске День физкультурника традиционно проводится в Центральном парке, но давно стал народным праздником, и теперь в каждом районе города не только лучшие из лучших воспитанников спортивных школ показывают своё мастерство, но и все, кто любит спорт могут принять участие в спортивных состязаниях.

Так было и 7 августа на стадионе «Электрон», где состоялось ежегодное празднование Дня физкультурника.



Наши спортсмены тоже приняли участие в этом празднике - День физкультурника. Команда лицея была довольно многочисленной, ребята приняли участие в разных видах спортивных состязаний.



Команда футболистов: А. Чех, А. Островских, В. Мельников, Д. Мокрушин. Лёгкоатлетическая команда:

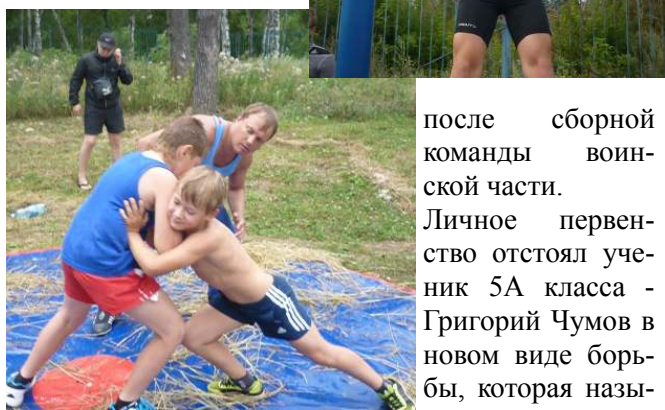
Д. Консур, В. Садовщикова, В. Быков, А. Федорова, Н. Никифоров, Д. Антипов, Е. Долгова.

Команды выступили очень достойно и порадовали прекрасными результатами. В лёгкоатлетических соревнованиях и младшая и старшая подгруппы заняли

I - место.



В «комической» эстафете наши ребята завоевали **II - место**



после сборной команды воинской части.

Личное первенство отстоял ученик 5А класса - Григорий Чумов в новом виде борьбы, которая называется

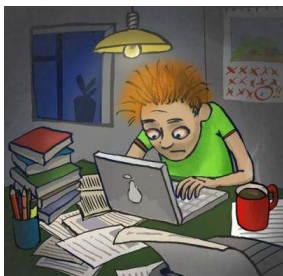
«Толчун».

Поздравляем нашу команду с их нелёгкими победами, желаем им успехов и побед!

Не секрет, что учебный процесс требует много физических и эмоциональных нагрузок. Как быстро включиться в учёбу и одновременно не испытать перегрузки. Вот несколько советов на каждый день. Выполняя эти правила, вы обеспечите себе высокую работоспособность и бодрое состояние в течение длительного времени.

1. Регулярный отдых, правильная организация своего рабочего времени. Так, частые, короткие перерывы в работе (5-10 мин. каждый час) более эффективны, чем длинные, но редкие. Помните: лучший отдых — это смена видов деятельности.

2. Сиденье у компьютера отдыхом не является, так как задействованы те же психические процессы (и внимание, и мышления, и память), что и при выполнении уроков (я уже не говорю о нагрузке на глаза).



3. Продолжительность сна должна составлять в среднем 7-8 часов. Сон считается хорошим, когда люди просыпаются отдохнувшими, чувствуют себя энергичными днем и легко пробуждаются утром, когда звонит будильник.



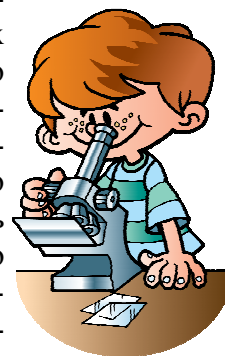
4. Активный образ жизни, регулярные физические упражнения (как минимум 3 раза в неделю по 30 минут). Отдавать предпочтение следует тем видам активности, которые вам нравятся (прогулки на свежем воздухе, танцы, плавание и пр.). Физические упражнения способствуют разрядке накопленной в результате стресса негативной энергии.



5. Правильное питание. Перед уроками лучше съесть завтрак, а в школе — горячий обед, а не голодать весь день и переедать по вечерам. Для поддержания иммунитета ешьте больше овощей и фруктов, пейте витамины. Желательно сократить потребление кофеина (кофе, чай, шоколад, кола), так как кофеин является стимулятором, способствующим развитию стрессовой реакции.



6. Чтобы расслабиться, можно выполнить простые упражнения: сделать 10 глубоких и медленных вдохов-выдохов; подумать о чем-нибудь приятном, вспомнить приятное событие собственной жизни и мысленно снова пережить его; принять теплую ванну; спеть песню или станцевать (или все вместе), заняться любимым делом, хобби.



7. И самое главное. Научитесь оптимистично смотреть в будущее, жить с юмором. «Юмор - соль жизни, - говорил Карел Чапек. - Кто лучше просолен, дольше живет».



Издательская группа:

Корреспонденты: А. Бурачкова, Д. Скосырева, О.Ю. Быкова, М.С. Бочкарь.
Редактор: Анна Бурачкова
Художественное оформление: Г.М. Косвинцева
Координаторы: Л.А.Басурматорова, Г.М. Косвинцева