

Здравствуй, школа!

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



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



Так быстро ускользнуло лето и снова...
Сентябрь...

Шуршание страниц учебников, гул школьных перемен, встречи с одноклассниками и знакомство с новыми учениками... Все это привычно входит в нашу жизнь и незаметно становится обыденностью.

И как обычно, каждый год, наша школьная семья пополнилась новыми учениками!



Это малыши – первоклассники.

Первого сентября прозвучал для них первый звонок. По традиции, сложившейся в лицее, право дать первый звонок было предоставлено малышу-первокласснику и будущему выпускнику школы. Это Михаил Рыбка и Маша Цехановская.



Сколько радости, сколько тревог
Снова дарит нам школьный звонок.
Нам по классам шагать вместе с ним.
Много лет, много весен и зим!



Первоклассников поприветствовали Домовенок и Пеппи Длинныйчулок, они в ответ пообещали быть хорошими учениками.



После торжественной линейки ребята в сопровождении классных руководителей : Л. А. Ващиловой, О. В. Самариной, Г.П. Негореевой, И. Ю. Зпрудной отправились на первый урок. Успехов вам, первоклассники!

Читайте в номере:

- Стр. 2 День знаний
- Стр. 3/4 Летний отдых и путешествия
- Стр. 5 Летняя пушкинская школа
- Стр. 6/7 Наши успехи и достижения
- Стр. 8 Советы психолога



День знаний - мирный день, необходимый,
Как символ доброты и чистоты,
Давно и прочно горячо любимый,
И щедрый на улыбки и цветы.



В нашем лицее традиционная торжественная линейка проходит на площади ДКРА, где есть возможность собраться всем вместе.



Главными героями праздника были, конечно, первоклассники. Радостные и смущённые всеобщим вниманием, они стояли в центре площади и держали огромные букеты.



Вот прозвучали первые аккорды гимна России и флаг взметнулся над площадью. Право поднять флаг Российской Федерации было предоставлено ученикам физико-математического класса Яне Толстых и Дмитрию Карнаухову.



Слово было предоставлено высоким гостям праздника: депутату областного совета А.В. Савельеву, заместителю командира дивизии Ю.А. Киселёву, представителю МДМ Банка. Все выступающие пожелали успехов в учёбе и поздравили с началом учебного года.

Для наших ребят: В. Якушенко, А. Данилович, Г. Титова и Д. Тарасович - стало приятным сюрпризом сообщение о том, что они стали стипендиата-

ми МДМ Банка и будут получать каждый месяц вознаграждение за отличную учёбу.



Цветами и подарками отметили труд наших учителей и директора лицея А.А. Ятайкиной.



Тёплые слова прозвучали в адрес ветерана педагогического труда Заслуженного учителя России Людмилы Сергеевны Хуснутдиновой, воспитавшей несколько поколений достойных выпускников, среди которых Герои России



Сергей Амосов и Игорь Станкевич.

А завершилась торжественная линейка традиционно: в честь нового учебного года в небо отправились путешествовать разноцветные шары, прокладывая нам новые пути в страну Знаний!



А. Рюмина 11 кл.

Лето – пора отдыха детей. Ребята отправляются в детские лагеря, санатории, но можно хорошо отдохнуть и в летнем пришкольном лагере.

1 июня для учащихся нашего лицея свои двери распахнул летний оздоровительный лагерь «СОЛНЫШКО». Жизнь у ребят была очень насыщенной. За время работы смены все получили возможность проявить себя в спортивных мероприятиях и познавательных конкурсах, а также раскрыть свои творческие способности.

Работа пришкольного лагеря началась с организационных вопросов. Ребята были ознакомлены с правилами поведения в лагере, его традициями и законами. Каждый день начинался с зарядки, которая проходила на свежем воздухе.



В День защиты окружающей среды ребята побывали в гостях у лесной феи, познакомились с жителями лесного государства, а также показали свои глубокие знания об окружающей среде.

Очень интересной и увлекательной была встреча с Пятачком и Винни Пухом. Удалось также побывать во дворце у султана.

12 июня мы всем лагерем отправились в «Путешествие по России», в ходе которого все отряды показали свою эрудицию, смекалку, расширили свои знания о символике России.

22 июня в День Памяти и Скорби прошла линейка, по окончании которой ребята и воспитатели отправились к памятнику для возложения цветов погибшим воинам. Прошел конкурс чтецов стихотворений о Великой Отечественной войне.

Еженедельно в отрядах проводились викторины. Каждый четверг ребята посещали

кружки, участвовали в игровых программах.



Посмотрели театральное представление с участием кукол-великанов и веселого клоуна.

Ребята с удовольствием посещали спортивные мероприятия, среди которых была игра «Веселые старты», межотрядный чемпионат по футболу, традицион-



ный конкурс «Слабо». Проигравших не было: все команды и участники получили призы и хорошее настроение.



Завершился сезон прощальным концертом, где ребята пели, танцевали, читали стихи.

По окончании торжественного закрытия начальник лагеря Г.П. Негорева вручила детям грамоты и подарки, но главным подарком для детей стало хорошее настроение и отдых на свежем воздухе.

Е. В. Булаева и Г. П. Негорева

Сочи - город зимней олимпиады 2014 года.



Летом я побывал в прекрасном городе Сочи. Сочи - очень красивый курортный город, о котором можно долго рассказывать. Это город богат историческими событиями, о которых можно долго рассказывать, но для нас интересно и его будущее.

Всем известно, что Сочи - город олимпиады 2014 года. В городе и пригородах можно увидеть новые объекты строительства.



Это будущие гостиницы, спортивные центры и многое другое.

Но уже и сейчас можно полюбоваться тем, что



построили. Совсем недавно в Сочи открылась канатная дорога. Это первый олимпийский объект мирового уровня.

Но на мой взгляд, летом в Сочи намного интереснее. Тёплое море, цветущая природа – всё вызывает восхищение!

Есть много разнообразных мест, где обяза-

Аквапарк: горки на любой вкус!



тельно следует побывать. Например, в Аквапарке. Это множество водных горок и классных бассейнов! Единственный на курорте



Сочи круглогодичный аквапарк. На его территории находятся уникальный для Юга России пятикамерный волновой бассейн, создающий имитацию океанских волн.

Побывал я и в прекрасном парке Ривьера, где растёт много растений от бамбука до магнолии, и там не меньше разных аттракционов. Не хватает дня, чтобы всё посмотреть!



Но и то, что увидишь, не забудешь никогда! Понимал-



ся я и на гору Ахун, а там, на башню, откуда был прекрасный вид на весь Сочи. Спустился в ущелье, где, как нам рассказывали, живут духи гор, но я их не



Башня на горе Ахун в Сочи.

нашел. Есть в Сочи свой океанарий и дельфинарий.

В океанарии можно увидеть весь подводный мир Чёрного моря. Идёшь по тоннелю, а совсем ря-



дом проплывают разные морские обитатели! Такой вот он, Сочи, – город будущей олимпиады. Мы с сестрой не только хорошо отдохнули, но и узнали много нового.

Владислав Сень 7 «А»

В Калининском районе уже в третий раз в лагере «Сказка» проходит профильная смена, посвящённая А.С. Пушкину. Цель смены: знакомство с историей пушкинского творчества, встречи с интересными людьми, любящими произведения А.С. Пушкина.



В течение всего учебного года ребята старших классов участвовали во всевозможных предметных олимпиадах, научных кон-

ференциях, спортивных соревнованиях, вели общественную работу. И вот по итогам года администрация Калининского района отобрала самых успешных, чтобы пригласить их в профильный лагерь «Сказка», где в третий раз проводилась пушкинская школа «В преддверье пушкинской поры».



Нам посчастливилось не только хорошо отдохнуть, но и узнать много нового и интересного. Останутся в памяти незабываемая встреча с док-

тором филологических наук, профессором НГПУ Юрием Васильевичем Шатиным, его увлекательные рассказы о жизни и творчестве А.С. Пушкина.

Смена была насыщенной и интересной, ведь собрались яркие, увлечённые ребята, да и программу всех мероприятий составляли самые квалифицированные педагоги.

Алина Рюмина 11 класс

Помимо интеллектуальных викторин наш отдых был оживлён и спортивными мероприятиями. Мы участвовали в интересной игре, в которой нужно было пройти несколько эта-



пов. Например, всей командой, привязанные друг к другу, перешагивали через натянутые верёвки, придумать и спеть командную песню, ответить на вопросы по медицине и пожарной безопасности. Скучать не приходилось. Так незаметно пролетели три дня. За это время мы все сдружились, у меня появилось много новых друзей, по которым я скучаю. Это было незабываемое время!

Яна Дзыганская 11 класс

Я была очень рада, когда узнала, что именно мне предоставили такую честь: представлять себя и лицей на пушкинской смене. Безусловно, каждый день был незабываем, но особенно запомнились «Интеллектуальное казино» и «Прощальный бал». За время, проведённое в «Сказке», мы не только пополнили свой багаж знаний, но и добавили пару дипломов в наши портфолио.

Очень надеюсь, что в этом учебном году, смогу приумножить свои достижения.



Александра Боброва 10 «А»

Наш театральный коллектив «Капельки», о котором неоднократно рассказывала наша газета, стал известен не только в Новосибирске, но и в Москве. Спектакль, поставленный по пьесе Н. Гарнета «Полянка» показывало наше телевидение и многие его видели. Ребята стали победителями в I-Всероссийском фестивале детских любительских театральных коллективов «Школьный театр. Театр глазами ребенка» и были приглашены для награждения в Москву.

Успех к ним пришёл сразу, когда они, тогда ещё второклассники, впервые выступили на большой сцене! А произошло это 22 февраля 2008 года в ДКРА, где в честь защитников Отечества состоялся большой концерт. Дебют «Капелек»



Юные жители Пашино поздравляют ребятчиков с Днем защитника Отечества.



Юные жители Пашино поздравляют ребятчиков с Днем защитника Отечества.

был отмечен несомлаемыми аплодисментами. Ребята представили сказку Н. Гарнета «Полянка». О них написала газета «Советская Сибирь». Но «почивать на лаврах» ребята не собирались: ставились новые пьесы, шли репетиции и новые выступления. Они успешно участвовали в школьных, районных и городских конкурсах. Но успех выступления целиком и полностью зависит от режиссёра-постановщика. Напомним, что руководит творческим коллективом Г.П. Негорева:

- Последние 20 лет в своей педагогической практике я активно и успешно внедряю малый детский фольклор, фразеологию и лексику русского языка, эпос, знакомлю со спецификой и видами театрального искусства.



В спектаклях, которые мы ставим, каждый ребёнок получает роль, где раскрывает свои творческие способности, умение общаться не только с партнёром, но и со зрителем. -

Действительно, её малыши, как по мановению

волшебной палочки, становятся артистами.

За этим стоит кропотливая работа: ребят нужно научить красиво двигаться, правильно и выразительно говорить, танцевать и петь, а главное, не бояться сцены. И «Капельки» добились успеха! Но всё-таки приятной неожиданностью для Галины Петровны и «Капелек» стала телеграмма из Москвы:

«Поздравляем и приглашаем Вас на Торжественное награждение финалистов младшей и средней возрастной группы I Всероссийского фестиваля любительских театральных коллективов «Школьный театр. Театр глазами ребенка», которое состоится 10 апреля 2010 г.»

Три дня в Москве! Ребята играли на московской сцене отрывок из спектакля «Полянка», получили дипломы и подарки, но самым, пожалуй, лучшим подарком для них были экскурсии в Кремль,



в Троице-Сергиев Посад, на киностудию, узнали, как создают рисованные мультфильмы. Впечатлений осталось много! Теперь ребята стали пятиклассниками, но театральный опыт им ещё пригодится. Успехов вам, ребята!



Материал предоставила Г.П. Негорева

Все успели заметить, как «похорошели» после летнего ремонта рекреации и кабинеты, появилась новая мебель, компьютеры, в некоторых кабинетах интерактивные доски, полностью обновлён вестибюль и в нём установлен информационный киоск. Всё это делает лицей современнее и значимее. Наша задача относиться внимательно и бережно, предупреждать варварское отношение недобрых детей к нашему общему имуществу. Итак, немного о том, что изменилось в лицее.



А когда в последний раз вы были в нашем Музее? Приходите! Вас ждут новые обновлённые стенды и витражи. Появились новые экспонаты и поделки. Музей ждёт ребят, желающих помочь в реставрации документов, умеющих рисовать, лепить из глины, шить или вышивать. Вы можете оказать неоценимую помощь, а главное, частичка вашей души останется здесь на долгие годы. И когда-нибудь, став взрослыми, вы придёте в школу... Думаю, вам будет очень приятно увидеть

свой вклад в развитие нашего музея. Я благодарна всем нашим выпускникам, которые помогли материально в ремонте музея, в обновлении стендов и витражей. Но нам не только рано, но и недопустимо останавливаться на достигнутом. Музей должен развиваться и дальше.



Жду всех, кто готов помогать музею.

В. Н. Ледянкина-руководитель музея.



Информационный киоск



В лицее установили информационный киоск. Его цель: информировать учеников, родителей учащихся о расписании уроков, кружков и факультативов, о времени и месте их проведения.

Информация будет выводится на маленький и большой пламенный экран. Экран интерактивный, поэтому информацию можно получить путём прикасания пальцев к экрану.

Предусмотрена бегущая строка, которая будет демонстрировать новости лицея, объявления, всевозможные сообщения.

С. В Бутовченко – учитель информатики

Спасибо Вам, выпускники!

Наш первый номер «Лицейского вестника» вы видите на новом стенде. В честь 45-летия лицея №81 учителя, которые некогда окончили эту школу, сделали такой хороший и нужный подарок. Спасибо Вам, выпускники!



Л.А. Басурматорова

С.В. Бутовченко

О.А. Касаткина

И.Ю. Зарудная

А.А. Найдёнова

Е.Н. Сотникова

О.А. Толстых

О.Ю. Быкова

Н.А. Цехановская

Г.М. Косвинцева





Не секрет, что учебный процесс требует много физических и эмоциональных нагрузок. Как быстро включиться в учёбу и одновременно не испытать перегрузки. Конечно, придется поработать чуть больше, но избежать стресса можно. Психолог Е. Ф. Романовская советует соблюдать ряд простых правил.

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. То есть **сиденье у компьютера отдыхом, по сути, не является**, так как задействованы те же психические процессы (и

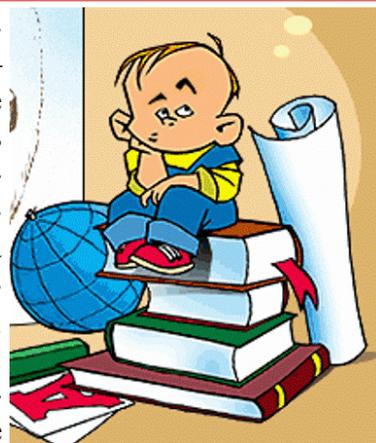
внимание, и мышления, и память), что и при выполнении уроков (я уже не говорю о нагрузке на глаза).

2. 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.

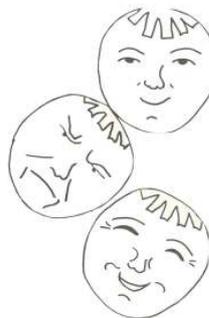
3. Активный образ жизни, регулярные физические упражнения (как минимум 3 раза в неделю по 30 минут). Отдавать предпочтение следует тем видам активности, которые вам нравятся (прогулки на свежем воздухе, танцы, плавание и пр.). Физические упражнения способствуют разрядке накопленной в результате стресса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

4. Правильное питание. Перед уроками

лучше съесть завтрак, а в школе — горячий обед, а не голодать весь день и переесть 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.



5. 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.



6. 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: В.Сень, Я. Дзыганская, А. Боброва, Г.П. Негорева, Е.В. Булаева
 Редактор: Алина Рюмшина
 Художественное оформление: А. Рюмшина, Г.М. Косвинцева
 Координаторы: Л.А.Басурматорова, Г.М. Косвинцева