

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.



В центре внимания, конечно, были первоклассники. Именно для них первый звонок стал первым звонком. С этого дня они лицеисты. С огромными для них букетами, смущённые и взволнованные всеобщим вниманием, они выходили на площадь, на первую в их жизни торжественную линейку. Это им сегодня в первую очередь были адресованы тёплые слова и пожелания, к ним обращались все выступающие, на них сосредотачивались объективы фотоаппаратов и видеокамер.

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. Поприветствовал всех присутствующих и Городовичок — символ нашего города Новосибирска. А чтобы ученье не было мученьем, Городовичок попросил прикоснуться к «пятёрочкам», которые прокатились на самокатах мимо первоклассников.

Понравились всем собравшимся и выступления хореографической и вокальной группы.

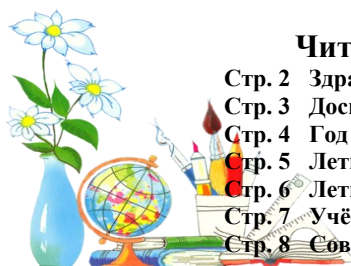


Здесь же, на линейке, состоялось награждение особо отличившихся ребят, награждение

провела председатель ТОС Турышева С.В.

Читайте в номере:

- Стр. 2 Здравствуй, школа!
- Стр. 3 Доска почёта
- Стр. 4 Год Германии в России
- Стр. 5 Летний лагерь «Солнышко».
- Стр. 6 Летние путешествия
- Стр. 7 Учёба и отдых
- Стр. 8 Советы психолога.





Аплодисментами встретили и наших «Гвардейцев», которые накануне вернулись с победой, завоевав III – место в областной военно-спортивной игре «Победа», а особенные аплодисменты нашей троекратной победительнице Марине Верхотуровой, занявшей призовые места в таких видах, как стрельба и сборка автомата Калашникова.



Право дать первый звонок, возвещающий начало нового учебного года было предоставлено Александру Терехову – «золотому голосу»

лица.

Но вот прозвучали заключительные аккорды Гимна России, и ученики выпускных классов по окончании линейки проводили первоклассников



в их учебные кабинеты. Уходили ребята с торжественной линейки со своими первыми учителя-

ми: 1А – М.Н. Обухова, 1Б – З.Р. Латфулина, 1В – М.С. Бочкарь, 1Г – И.С. Маханькова и 1Д – Я.И. Терехова.

Для ребят, пришедших из начальной школы, а именно для пятиклассников, состоялось знакомство с классными руководителями и с кабинета-



ми, в которых они будут заниматься. Творческая группа музея под руководством В.Н. Ледянкиной подготовила для пятиклассников своеобразное пу-

тешествие в мир наук, которые им придётся изучать. Роль экскурсоводов по миру наук исполнили «три сестрицы-мастерицы», да и сами «науки» рассказали о своей красоте, занимательности и необходимости для жизни.

День Знаний со-



стоялся!

Впереди нас ждут новые знания, открытия, свер-

Поздравляем команду «Гвардеец», завоевавшую III- место в финальной областной игре «Победа»!



Военно-спортивная игра «Победа» проводится в три этапа:

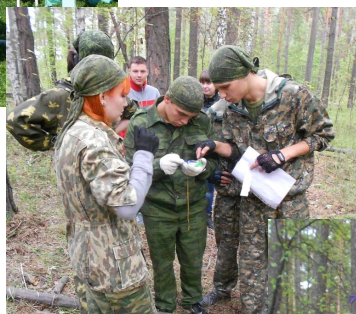
- 1 этап – проходит на уровне района;
- 2 этап – проводится на уровне районов города;
- 3 этап – финал областного соревнования.

Наша команда, занявшая II-место на городских соревнованиях, была приглашена на финал игры, что само по себе очень почётно и значимо. И хотя у ребят было всего три дня на подготовку, они смогли достойно пройти все этапы конкурсной программы.



Конкурсная программа включала в себя соревнования по различным направлениям: исторический блок, спортивный

и тактическая игра на местности. Финал областной игры «Победа» проходил с 27 по 29 августа



на территории г. Бердска. Погода особенно не баловала участников соревнования, но ребята проявили и муже-

ство, и стойкость, и волю к победе!

Вот какие результаты показали наши ребята по следующим направлениям соревнований:

1. Визитка – I-место.
2. Ратные страницы истории – I место.
3. Строевая подготовка – II место.
4. Огневой рубеж – III место.
5. Полоса препятствий – IV место.

В личном зачёте Верхотурова Марина стала победителем в историческом конкурсе и стрельбе – I место и призёром – III место – в конкурсе «Разборка и сборка автомата Калашникова».

В итоге общекомандное III – место.

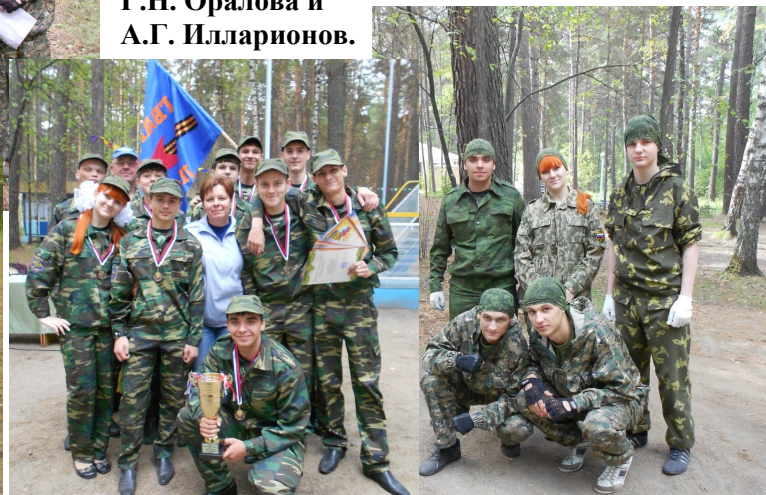
Молодцы ребята!

Состав команды:

1. Черноусов Роман – 9А,
2. Лобочкий Илья – 11Б,
3. Захаренко Денис – 11Б,
4. Мишута Даниил – 9А,
5. Шикалов Александр – 9А,
6. Аппретов Алексей – 9А,
7. Верхотурова Марина – 11Б,
8. Пешкова Елена – 11А,
9. Бузгубов Сергей – 8Г,
10. Савин Алексей – 11А,
11. Паршин Илья – 8Г.

Руководители команды:

**Г.Н. Оралова и
А.Г. Илларионов.**





26 августа, с 13 до 17 часов в Новосибирске в самом сердце города, перед Новосибирским театром оперы и балета, жители и гости Новосибирска собрали самый большой в мире пазл 300 кв.м. из 1023 частей, каждая размером 70x70 см и весом около 800 граммов –



известнейшую картину Альбрехта Дюрера «Автопортрет в шубе». Организаторы акции – Гёте-Институт и город Нюрнберг. Эта символичная и зрелищная акция стала неофициальным открытием

Года Германии 2012-2013г. в Новосибирске. Город Нюрнберг в 2011 году уже с успехом организовал похожие акции в Китае, Италии, Польше и самом Нюрнберге. Первый раз



в России пазл собрали на Красной площади в Москве в июне 2012 года в честь открытия года Германии. Далее в России пазл собирали в Екатеринбурге, Новосибирске и соберут в Санкт-Петербурге.

С помощью этой зрелищной ак-



цией, собравшиеся переносят в Россию частичку немецкой культуры и создают ощущение сопричастности к великому творению Дюрера. Музыкальное настроение в течение акции в Новосибирске создавал Дмитрий Веснин (Big

Echo), а закончилось мероприятие выступлением хорового ансамбля «Маркеловы голоса».

Всё событие провели известные ведущие Новосибирска - А. Данилов и А. Туманов.

Учащиеся нашего лицея и члены глобальной группы «Вундеркинды» - Тютюнник Валентина и Валерия, приняли активное участие в культурной акции и записали видеосюжет, который будет представлен на **Dnevnik.ru**.

Т.Е. Стецкая - учитель немецкого языка



Лето - наилучшая пора для общения с природой, с друзьями, постоянная смена впечатлений, встреча с неизвестным. 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.

«...Здесь детства рай со вкусом мармелада!»



Специально для работы с детьми были направлены талантливые и опытные педагоги. Они поощряли творческие интересы детей и помогали их развитию. Особо проявившим себя детям и подросткам в той или иной творческой, спортивной дея-



тельности лагеря, выдавались рекомендательные письма для дальнейшего совершенствования в секциях, студиях, кружках по месту жительства.

А как приятно ребятам принести домой благодарности и грамоты! Родители узнали



много нового о своем ребёнке и его проблемах, поскольку во временном коллективе, каждый ребёнок раскрывается по-

новому, «зажигается его звезда на небосклоне». Некоторые ребята становятся уверенней в себе, проявляют свои скрытые таланты и возможности, освобождаются от комплексов и стереотипов. А помогают им в этом – воспитатели и вожатые, опытные педагоги. В помощь педагогам, вожатые назначаются из числа старшеклассников, которые работают под руководством старшей вожатой. В лагере педагоги и вожатые сделали все, чтобы ребятам было весело. У каждого отряда

своя игровая комната. В актовом зале готовились к конкурсу художественной самодельности, в иг-



ровых комнатах дети играли, рисовали, готовились к разным мероприятиям. Ребята были участниками игр по станциям, концерта «Знакомьтесь: это мы». В лагере проводили дни здоровья и сказок, а также день театра. Многие игры были посвящены

безопасному дорожному движению.

А как работали с детишками из разных отрядов вожатые! Вожатые Анжелика Аксенова и Настя Архипова работают в пришкольном лагере уже третий год. Им очень нравится, и ребятам с ними было интересно и весело. Они помогали отрядам организовать отдых, подбирали для ребят интересные игры, учили ребят общаться.

А уж о старшей вожатой Юлии Кротовой надо сказать особо! Юлия из тех, о которых говорят, что они зажигают идеями. На какой бы площадке в



школе она не работала, ее всегда окружали дети. Задумок у нее хоть отбавляй! И, естественно, когда ребёнку хорошо, тогда ему хочется проявлять свои способности: петь песни, рисовать, сочинять стихи. Приятно до слёз, когда, по окончании смены ребята дарили замечательные слова и стихи любимому лагерю.

Вот так отдыхали в «Солнышке». Наверняка, эти летние дни, проведенные вместе, у них надолго останутся в памяти.

Г. П. Негореева - начальник оздоровительного лагеря «Солнышко»

Лето - чудесная пора, когда можно не только отдохнуть от повседневных учебных дел, но и узнать много нового и интересного. Путешествия - ещё одна возможность познакомиться с новыми местами нашей удивительной планеты.

Начались мои летние каникулы с Алтая. И хотя я уже здесь была, но для меня стало новым посещение Денисовой пещеры. Эта пещера знаменита на весь мир. Здесь в 2005 году была найдена фаланга пальца неизвестного вида человека, которого называли «человек



Вход в пещеру

алтайский». Археологи ведут раскопки и восстанавливают события, происходившие на Алтае много тысячелетий назад.



А знаете, где самая узкая улица в мире? Оказывается в Стокгольме. По ней можно пройти только вдвоём!

Очень интересно было узнать о системе образования в разных странах. Оказалось, что в Швеции дети находятся в школе с 8 утра до 17 часов. Это время они не только учатся, но и отдыхают. Правда, каникулы у них летом в два раза короче, чем у нас.

В Швеции - монархия. До недавнего времени королевская семья проживала во дворце, сей-



Дом студентов в Стокгольме



час живёт за городом, но приезжают ежедневно во дворец. Покои дворца охраняет королевская стража.

В настоящее время многие помещения отданы под музей, где можно увидеть, как жили короли в Швеции, начиная с XVI века.



Самая главная проблема, с которой может столкнуться турист - это языковой барьер. Благодаря Л.Л. Носовой, для меня эта проблема была решена. Я поняла, как важно знать английский язык, ведь он является международным.

По пути в Новосибирск мы ехали в одном купе с туристской из США - Кэрин и разговаривали только на английском. От неё я узнала, что в США пятидневная учебная неделя, но зато каникулы летом всего полтора месяца.

Вот такими познавательными и интересными оказались у меня летние каникулы.

Ксения Касаткина 9В

Лето - это ещё и время, чтобы пополнить свои знания, приобрести новый опыт, узнать профессиональные тонкости своего пока ещё увлечения и познакомиться с людьми, добившимися высокого мастерства.

Этим летом в Москве состоялись танцевально-спортивные сборы на площадке ТСК «Магнолия». Проходили они с 1 по 7 августа. Я тоже был туда приглашён. Мне как человеку, увлекающимся танцами, было интересно побывать там, чтобы получить новую интересную информацию и набраться опыта.



Отправились мы в поездку всем нашим танцевальным клубом «Мастер-Dans» и руководителем студии Еленой Олеговной Коляенко. Были ещё ребята из нашего лицея и из школы №34. В программе танцевально-спортивных сборов была очень обширная программа по разностороннему развитию танцоров, которая включала в себя физическое, психологическое, тактическое воспитание.

Занятия длились все семь дней с 9 утра до 10 часов вечера, времени на отдых почти не было. Зато мы узнали много интересного. Познакомились



с актёрским мастерством, хореографией, танцевальной пластикой и другими особенностями и профессиональными тонкостями танцевального искусства. Проводили лекции во время съезда очень интересные и занимательные люди - профессионалы в области танцев. Все было здорово и занимательно. Это были такие люди, как:

Luca Bussolletti - чемпион мира по 10 танцам, написал новую книгу по венскому вальсу,
Zoran Plohl и Tatsiana Lahvinovich - чемпионы мира в «Латине - 2011 года»,

Benedetto Ferruggia - трёхкратный чемпион мира,

Paolo Bosco - шестикратный чемпион мира,
Anna Matus - бронзовый призер Чемпионата мира в «Латине - 2012»,

Fabio Bosco - основной разработчик новых книг по технике бальных танцев,

Бекмаматов Станислав и Наталия Урбан - двухкратные чемпионы мира..



Каждый из них в течение недели с удовольствием делился с нами своими познаниями в области танцев, проводил лекции и различные занятия. Всё проходило в красивом и большом клубе. Нас было очень много - учеников и преподавателей танцев.

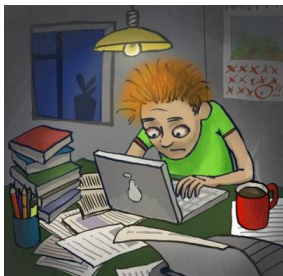
Самое главное, что я понял, что надо всю жизнь совершенствовать свое мастерство. Я считаю, что время потрачено, не зря и если будет ещё возможность, то обязательно поеду на следующий съезд. Жаль, что неделя пролетела очень быстро, и я мало ходил на экскурсии, но я ехал работать, а не отдыхать.

Влад Сень - 9А

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: Г.П. Негорева, К. Касаткина, В. Сень, Т. Е. Стецкая
 Редактор: Яна Байшева
 Художественное оформление: Г.М. Косвинцева
 Координаторы: Л.А.Басурматорова, Г.М. Косвинцева