

ПЕРЕМЕНА

ИНФОРМАЦИОННЫЙ ШКОЛЬНЫЙ ЖУРНАЛ. ШКОЛА №7

**ИНТЕРВЬЮ С СЕРАФИМОЙ ГРИГОРЬЕВОЙ -
ПОБЕДИТЕЛЬНИЦЕЙ ОЛИМПИАДЫ ПО
ИЗБИРАТЕЛЬНОМУ ПРАВУ (ЧИТАЙТЕ НА 5-6 СТР)**

МАЙ 2023



ШКОЛА №7

**ПЕРЕ
МЕНА**

ИНФОРМАЦИОННЫЙ
ШКОЛЬНЫЙ
ЖУРНАЛ

СОДЕРЖАНИЕ ВЫПУСКА

КАПИТАН ПЯТИ КОРАБЛЕЙ
ПРАВО ВЫБОРА
КАЛИНИНГРАД - ГОРОД С ИСТОРИЕЙ
СОЗВЕЗДИЕ ТАЛАНТОВ
КОЛОНКА ПСИХОЛОГА
ПОД ЗНАМЕНЕМ РУССКОГО ЯЗЫКА
НАУЧНЫЙ ОБОЗРЕВАТЕЛЬ
СПОРТИВНО-ПАТРИОТИЧЕСКИЕ НОВОСТИ
СДЕЛАЙ САМ

*С Днём
Победы!*

СЛОВО РЕДАКТОРОВ

Дорогой читатель, приветствую тебя в нашем новом и последнем для меня выпуске... Это были очень счастливые 2 года вместе с тобой, но всегда чему-то приходит конец. Вот и приходит к завершению моя работа в школьном журнале, но я не прощаюсь с вами! Думаю, что в будущем я себя хорошо реализую как личность. Желаю и вам успехов в вашей любимой деятельности и передаю своё руководство новому главному редактору журнала "ПЕРЕМЕНА" - Михаилу Галушко.

С уважением, экс-главный редактор журнала «ПЕРЕМЕНА»
Ева Тельнова

Спасибо, Ева, у тебя обязательно все получится!
Приветствую Вас на страницах журнала "Перемена"! Буду продолжать делать наш журнал познавательным, красочным и интересным!
И от всей души поздравляю с праздником Великой Победы! Мы помним о подвиге наших прадедов!

С уважением, главный редактор журнала «ПЕРЕМЕНА»
Михаил Галушко

Авианосный крейсер «Киев»

Владимир Николаевич
Пыков

КОМАНДИР ПЯТИ КОРАБЛЕЙ

Владимир Николаевич Пыков – человек совершенно особенной флотской судьбы. Ему выпало командовать пятью кораблями, начиная от сторожевика и кончая первым нашим авианосцем – тяжелым авианесущим крейсером «Киев», и всеми он командовал более чем талантливо. За его многие командирские годы на кораблях не было пожаров, взрывов и прочих аварий, которых тогда на флоте было не мало. Он был жесткий, бескомпромиссный, требовательный, порой язвительный, порой ироничный, и таким его знали, любили и побаивались. Возмутитель спокойствия благодушных начальников, возмутитель беспечной жизни иных офицеров, возмутитель спокойствия вероятного противника – таким был Владимир Николаевич Пыков.

Владимир Николаевич родился в марте 1938 года в городе Казатине Винницкой области УССР. С началом Великой Отечественной войны его отца сразу призвали в действующие Вооруженные силы на Западный фронт, где он провоевал до мая 1945 года. Владимир с матерью эвакуировались в Мордовскую АССР в городок Рузаевка, где никаких родственников и знакомых не имели, и прожили там до 1946 года, до окончания им первого класса. В 1946 году уже с отцом переехали в город Запорожье.

Во второй половине 1949 года отца пригласил на работу бывший его сослуживец по фронту в поселок Макопсе (теперь входит в состав Большого Сочи) на должность своего заместителя. В Макопсе Владимир закончил две четверти пятого класса и шестой класс. Отец административной должностью тяготился и нашел в Сочи должность, соответствующую его

специальности – механика в санатории Совета Министров СССР, мать устроилась в этом же санатории на должность старшего бухгалтера. В Сочи Владимир в 1955 году закончил десятилетку. Медаль не получил (получил лишнюю «четверку» по ботанике); категорически не хотел копать грядки.

По словам Владимира Николаевича, вопрос, куда поступать, перед ним не стоял, – он его решил ещё во время войны, когда ему было 5–6 лет. В журнале «Огонёк» увидел фото джентльмена в парике, на вопрос: «Кто это такой?» Бабушка ответила, что это адмирал Ушаков. На что Владимир ответил, что тоже будет адмиралом. Тогда он еще не знал, в каком соотношении совесть, чувство собственного достоинства и сила характера должны быть в человеке, решившем сделать эту карьеру. Как оказалось, все эти три качества у Владимира Николаевича Пыкова находились в избытке.

Поступил в училище им. Фрунзе, тогда безусловный флагман среди военно – морских ВУЗов. Достоинством училища являлось то, что абсолютное большинство преподавателей, да и все офицеры и мичманы, прошли десять лет назад закончившуюся войну, и воевать они нас научили как отменные практики. Но управлять подчиненными – нет. Никакой дисциплины, напоминающей этот предмет, не было, они его и не знали. Не преподают, не знают и сейчас. Набирают и учат отличников математики и физики, остальные качества абитуриентов их не интересуют, а сами выпускники это почувствуют, лишь став офицерами. Но почувствовать мало, надо учиться, причем самостоятельно. С первых дней службы.

После окончания ВВМУ им. Фрунзе в 1959 году Пыков был назначен на должность командира группы в БЧ-3 на ЭМ «Сведущий».

С САМОГО НАЧАЛА СЛУЖБЫ ПЫКОВ ПЫТАЛСЯ РЕАЛИЗОВАТЬ СВОЮ ИДЕЮ – ФОРМАЛИЗОВАТЬ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КОРАБЕЛЬНОГО ОФИЦЕРА.



СЧИТАЛОСЬ, ЧТО СЛУЖЕБНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ НАСТОЛЬКО РАЗНООБРАЗНА, ЧТО НЕ ПОДАЕТСЯ НИКАКОЙ ФОРМАЛИЗАЦИИ, ОДНАКО ОН ИНТУИТИВНО ЧУВСТВОВАЛ, ЧТО ЭТО НЕ ТАК. ПОСТЕПЕННО ОН СТАЛ ПОНИМАТЬ, ЧТО ПРЕЖДЕ ВСЕГО НАДО УЯСНИТЬ ТРЕБОВАНИЯ РУКОВОДЯЩИХ ДОКУМЕНТОВ ДЛЯ КАЖДОГО ЧЛЕНА ЭКИПАЖА И СИСТЕМАТИЗИРОВАТЬ ИХ. ПРАКТИЧЕСКИ НА КОРАБЛЯХ НИКТО НЕ ЗНАЛ ВСЕХ ТРЕБОВАНИЙ ЭТИХ МНОГОЧИСЛЕННЫХ ДОКУМЕНТОВ, НЕ СИСТЕМАТИЗИРОВАЛ ИХ И НЕ ЗАДУМЫВАЛСЯ НАД ЭТИМ.

ПЫКОВ С ПОМОЩЬЮ ОПЫТНЫХ ОФИЦЕРОВ СОЕДИНЕНИЯ И ФЛАГМАНСКИХ СПЕЦИАЛИСТОВ СТАЛ ЭТИ ТРЕБОВАНИЯ СИСТЕМАТИЗИРОВАТЬ. ВСЕ ЭТО ПОСТЕПЕННО ПРЕВРАТИЛОСЬ В ЗАЧЕТНЫЙ ЛИСТ, ГДЕ ОПРЕДЕЛЯЛОСЬ, ЧТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ ЧЛЕН ЭКИПАЖА ОТ МАТРОСА ДО КОМАНДИРА КОРАБЛЯ. ЭТИ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ЗАЧЕТНЫЕ ЛИСТЫ ПОМОГАЛИ ПОНЯТЬ НЕОБХОДИМУЮ МЕРУ ПОЗНАНИЙ ДЛЯ ПОЛНОЦЕННОГО ВЫПОЛНЕНИЯ СВОИХ ОБЯЗАННОСТЕЙ.

ВЕСНОЙ 1969 ГОДА КОМАНДИР ДИВИЗИИ КОНТР-АДМИРАЛ СОЛОВЬЕВ ПОПРОСИЛ ПЫКОВА НАБРАТЬ ЭКИПАЖ ДЛЯ СТРОЯЩЕГОСЯ В КАЛИНИНГРАДЕ СТОРОЖЕВОГО КОРАБЛЯ, ПРИНЯТЬ ЕГО И ПРИВЕСТИ В СЕВЕРОМОРСК, ПООБЕЩАЛ, ЧТО С ПРИБЫТИЕМ В СЕВЕРОМОРСК ПЫКОВА СРАЗУ НАЗНАЧАТ КОМАНДИРОМ БОЛЬШОГО ПРОТИВОЛОДОЧНОГО КОРАБЛЯ.

УМЕЛ ПЫКОВ ОРГАНИЗОВАТЬ СВОЙ ТРУД, УМЕЛ ОРГАНИЗОВАТЬ И ТРУД СВОИХ ПОДЧИНЕННЫХ. СКОРО ВСЕ НА КОРАБЛЕ УЖЕ ЗНАЛИ, ЧТО ЕСЛИ КОМАНДИР БЕРЕТСЯ ЗА КАКОЙ-ТО ВОПРОС, ТО ОН ОБЯЗАТЕЛЬНО ДОВЕДЕТ ЕГО ДО ЛОГИЧЕСКОГО КОНЦА.

ЧТО ЕЩЕ ХАРАКТЕРНО ДЛЯ ПЫКОВА, ТАК ЭТО ТО, ЧТО ОН УМЕЛ В СЛОЖНОЙ ОБСТАНОВКЕ СОХРАНЯТЬ ПОЛНОЕ ХЛАДНОКРОВИЕ И ВЫДЕРЖКУ, ПРИНИМАЯ РЕШЕНИЕ, ВСЕГДА СОВЕТОВАТЬСЯ С КОМБРИГОМ, УЧИТЫВАЛ МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТОВ, ЕСЛИ РЕЧЬ ШЛА О

КАКИХ-ТО ЭКСТРЕННЫХ СИТУАЦИЯХ.

«ГЛАВНОЕ, – ОТМЕЧАЕТ В СВОИХ ВОСПОМИНАНИЯХ ВЛАДИМИР НИКОЛАЕВИЧ ПЫКОВ, – ВЫСШЕЕ МОРАЛЬНОЕ УДОВЛЕТВОРЕНИЕ В СЛУЖБЕ Я ПОЛУЧИЛ, БУДУЧИ КОМАНДИРОМ «КИЕВА». НА МОЙ ВЗГЛЯД, НАШЕМО МНОГОЧИСЛЕННОМУ ЭКИПАЖУ ПОД МОИМ КОМАНДОВАНИЕМ УДАЛОСЬ ВЫВЕСТИ КОРАБЛЬ В ПЕРЕДОВОЙ КОРАБЛЬ, КОТОРЫЙ ПО СВОЕМО СУЩЕСТВУ, БЫЛ ПЕРВЫМ НАСТОЯЩИМ АВИАНОСЦЕМ В СОСТАВЕ СЕВЕРНОГО ФЛОТА.

БЛАГОДАРИ ПЕРВЕНЦУ АВИАНОСНОГО ФЛОТА НАША МОРСКАЯ АВИАЦИЯ ПОЛУЧИЛА СТАТУС КОРАБЕЛЬНОЙ. СОТНЯМ ЛЕТЧИКОВ - ПАЛУБНИКОВ ДАЛА ПУТЕВКУ В НЕБО ВЗЛЕТНАЯ ПАЛУБА НАШЕГО АВИАНОСЦА.

У ПОЭТА В. ГРИВДЕВА ЕСТЬ ЧУДЕСНЫЕ СТРОКИ, КОТОРЫЕ ОТНОСЯТСЯ К КАПИТАНУ 1 РАНГА В.Н.ПЫКОВУ, КО ВСЕМ НАМ ВОЕННЫМ МОРЯКАМ, В ТОМ ЧИСЛЕ ТЕМ, КТО СЛУЖИЛ НА ПЕРВОМ СОВЕТСКОМ АВИАНОСЦЕ «КИЕВ».

Прошли такие в океанах мили, Оставив след в истории самой.

Мы Родиной, присягой, флотом жили И нам судьбы не надобно иной!



4 МАЯ 2023 ГОДА НАШЕЙ ШКОЛЕ 6 КАДЕТСКОМУ КЛАССУ В ТОРЖЕСТВЕННОЙ ОБСТАНОВКЕ БЫЛО ПРИСВОЕНО ИМЯ ВЛАДИМИРА НИКОЛАЕВИЧА ПЫКОВА. ХОТИМ ПОЗДРАВИТЬ РЕБЯТ И ПОЖЕЛАТЬ ИМ С ЧЕСТЬЮ И ГОРДОСТЬЮ НОСИТЬ СЛАВНОЕ ИМЯ КАПИТАНА, КОТОРЫЙ ЖИЛ И УЧИЛСЯ В НАШЕМ ЛЮБИМОМ ГОРОДЕ СОЧИ!

БОЛЬШЕ О ЖИЗНИ И СЛУЖБЕ В ВМФ СССР В.Н. ПЫКОВА МОЖНО УЗНАТЬ, ПРОЧИТАВ ЕГО БИОГРАФИЮ "КОМАНДИР ПЯТИ КОРАБЛЕЙ СЕВЕРНОГО ФЛОТА"



Статью подготовила
Александра Камаева



ПРАВО ВЫБОРА

СИКRF.RU

RF.RU

18 марта в г. Москва прошел заключительный этап Всероссийской олимпиады школьников по вопросам избирательного права и избирательного процесса «Софиум», по итогам которой обучающаяся нашей школы Григорьева Серафима заняла первое место!



За титул победителя олимпиады боролись 40 старшеклассников из 28 регионов страны.

Сегодня мы побеседуем с Григорьевой Серафимой:

- Поздравляю тебя с такой серьезной победой! Расскажи, пожалуйста, подробнее об Олимпиаде? Почему ты выбрала именно это направление?

- "Софиум" - это Всероссийская олимпиада школьников по вопросам избирательного права и избирательного процесса. Эта олимпиада является относительно молодой - она проводится с 2019 года. В ней принимают участие обучающиеся 10-11 классов. Основной целью олимпиады является выявление и развитие у обучающихся творческих способностей и интереса к правовым дисциплинам, повышение правовой культуры будущих избирателей, а также повышение мотивации к получению и совершенствованию знаний в области избирательного права и избирательного процесса. Я выбрала именно это направление, так как оно мне интересно. В 10 классе я в первый раз приняла участие в олимпиаде по избирательному праву, где показала довольно неплохие результаты, поэтому в этом году я решила закрепить свой успех, участвуя во всех этапах данной олимпиады.

- Как готовилась, какие были сложности во время подготовки?

- К этой олимпиаде я готовилась довольно усиленно, так как осознавала всю серьезность этой олимпиады и ответственность, возложенную на меня. Подготовка шла в течение всего учебного года. Прежде всего это занятия в

школе, консультации учителя истории и обществознания Стрельцовой Е.В, индивидуальные занятия с учителем истории и обществознания Кучеровой И.И и занятия с секретарем ТИК "Приморская" Шевцовой Е.В. Самым сложное - это нехватка времени, так как я являюсь выпускницей 11 класса. А как вы сами понимаете, это по 6-7 уроков в день, дополнительные занятия для подготовки к ЕГЭ по определенным предметам.



- Как проходила олимпиада? Какой был формат проведения?

- Олимпиада "Софиум" проходит в два этапа: региональный и заключительный. Региональный этап включает в себя два тура, где сначала нужно решить ситуационные задачи и написать эссе, а после пройти дистанционное тестирование на базе сайта РСОИТ при ЦИК РОССИИ. Заключительный этап проходит в форме интеллектуальной игры, по типу "Умники и умницы". Игра проводилась по раундам. Число участников игры на игровом поле не должно превышать 5 человек. Им предлагается вытянуть конверт с вопросом, обдумать его в течение 30 секунд и дать развернутый ответ, который не должен превышать 2 минут. После каждого ответа жюри выставляет баллы и тогда участник имеет право вытащить следующий вопрос. Максимальное количество баллов, которое может получить игрок - 10. В случае если участник отвечает на вопрос неправильно, он покидает игровое поле и занимает место в числе зрителей.



- Что было самое волнительное?

- Я очень волновалась, когда стояла на игровом поле, вытаскивала конверт, мечтая только о том, чтобы вопрос оказался таким, на который бы я дала правильный ответ. Какие дополнительные привилегии при поступлении даёт участие во Всероссийских олимпиадах?

Каждая олимпиада даёт свои привилегии при поступлении. Что касается олимпиады, в которой я принимала участие, то это дополнительные баллы при поступлении в университет имени О.Е. Кутафина (МГЮА).



- Кто поддерживал и помогал?

- Меня поддерживала моя семья, друзья, одноклассники, учителя с которыми я готовилась к олимпиаде, они поддерживали меня морально. Отдельное спасибо хочется сказать Лихановой Е.А., которая сопровождала меня на олимпиаду в Москву. Помогали мне репетиторы и наставники, о которых я упоминала выше.

- Какие пожелания будущим участникам и сверстникам?

- Не бойтесь пробовать свои силы, участвуйте в олимпиадах, конкурсах различного уровня и успех не заставит себя ждать.

- Огромное спасибо, дальнейших успехов и удачи при поступлении!

Интервью подготовил
Михаил Галушко





КАЛИНИНГРАД - ГОРОД С ИСТОРИЕЙ

Добро пожаловать в Калининград!
Благодаря "Большой перемене", я смог поехать в это удивительное путешествие!

Город имеет интересную и многовековую историю, с ним связано множество значимых событий и выдающихся имен.

Калининград ранее именовался Кёнигсбергом и принадлежал Германии до 1946 года. Датой основания городка считается 1 сентября 1255 года и изначально это была небольшая крепость. Главной достопримечательностью города является Кафедральный собор. Начали его строительство в 1333 года, а завершено оно было спустя 50 лет.

Кёнигсберг - это своего рода музей фортификации, так как он представляет собой систему сооружений, состоящую из 12 больших и 5 маленьких фортов. Кёнигсберг является родиной всемирно известного философа Иммануила Канта, который за всю свою жизнь ни разу не выезжал за пределы своего городка. Его могила расположена на острове возле стен Кафедрального собора.

Калининградская область представляет собой регион, где находится одно из наибольших месторождений янтаря в мире. Стоит сказать, что на побережье можно найти кусочки этого солнечного камня, которые выбрасывает море. У меня была насыщенная программа: помимо обзорной экскурсии по городу, мы посетили интереснейших музей Мирового океана, музей Янтаря. Прогулялись по улочкам города.



Удивило недостроенное и громоздкое здание Дома советов, его начали строить в 70-х годах и так и не сдали в эксплуатацию.



Особенно мне понравилась экскурсия на Куршскую косу. Это уникальный культурный ландшафт внесен в список объектов Всемирного наследия ЮНЕСКО.

Длина Куршской косы составляет 98 км, а 49 км принадлежит России.

Чистейший пляж, золотой песок и простирающаяся в даль гладь моря и песка оставляют незабываемые впечатления.

Но особенно меня поразили небольшие городки в окрестностях Калининграда, например, Сестрорецк и Зеленоградск. Гуляя в центре Зеленоградска, ранее Кранц, я как будто снова очутился в Европе.

Красивые, кукольные домики, как в Зальцбурге или Мюнхене, чистота и приветливость местных жителей.

Милейшие памятники, то девушке, делающей селфи, то крошечная птичка в кораблике, то светофор специально для кошечек. Именно такие мелочи, создают уют и неповторимость городов.



В качестве сувениров туристы привозят янтарь и вкуснейший марципан.

Много можно рассказать об этом удивительном месте, приезжайте и запечатлите красоту своими глазами!

Статью подготовил
Михаил Галушко





СОЗВЕЗДИЕ ТАЛАНТОВ

21 апреля в нашей школе прошёл яркий и запоминающееся мероприятие о талантах под названием «Созвездие талантов»!

Созвездие талантов - это увлекательное зрелище, на которое всегда собирается большое количество зрителей.

Обучающиеся с 1-11 класс приняли активное участие в творческих номерах. Каждый мог проявить себя и заявить свой номер в различных номинациях! Ребята поддерживали друг друга громкими аплодисментами, подпевали участникам любимые песни, искренне радовались выступлениям своих друзей! Это было ярко, здорово и очень интересно!

Дети удивили зрителей танцами, песнями и своей оригинальностью. Ребята выступали с разными захватывающими номерами.

Все ребята обладают талантами и каждый решил продемонстрировать свой. Упорными репетициями они добились восхищения публики и громкие овации! Выдающиеся способности ребят удивили всех!

Одна из участниц рассказала, как готовилась к конкурсу:

- Привет! Почему ты решила участвовать в этом мероприятии?

- Я решила, что стоит показать, на что я способна, и мне очень нравится выступать. Для меня танцы - это все! Я живу ими. От любой мелодии я прихожу в движение. Танцы меня многому научили, теперь я стала меньше стесняться и приобрела уверенность в себе!

- Какие эмоции ты испытала при выступлении?

- Я испытывала волнение, но все же смогла перебороть его и выступила так, как мне и хотелось.

Многие ребята проявили себя на этом замечательном мероприятии и в будущем каждый добьется развития и успехов в своем деле!

Статью подготовила
Екатерина Кузьмина





ПОД ЗНАМЕНОМ РУССКОГО ЯЗЫКА

С 24 по 29 апреля в Сочинском государственном университете проходила V Международная неделя русского языка при поддержке Фонда «Русский мир» и Министерства науки и высшего образования РФ. Целью проекта стало привлечение внимания молодежи к проблемам русской культуры, а также повышение интереса к изучению русского языка и литературы.

В рамках Недели русского языка на площадке СГУ проводились научные конференции, дискуссии и обучающие научно-методические семинары, на которых мы смогли узнать много нового про русский язык. Также было проведено много различных конкурсов, такие как горячий микрофон: «Одна минута о русском языке», конкурс наглядности, конкурс статей «Платиновое перо», конкурс электронных постов по проблемам русского языка «Журналистский десант» и конкурсы: «Ораторский марафон», «Лучшая авторская песня», «Лучший декламатор (поэзия, проза)», «Лучшее авторское стихотворение», «Лидер дискуссии», «Ринг полемистов». В последний день конкурсной части была проведена олимпиада по русскому языку, разделённая для учащихся ссузов и 10–11 классов, учеников колледжей, студентов филологических направлений и профилей подготовки, для студентов-нефилологов и для студентов-иностранцев.



Участие в этой неделе приняли школьники и студенты не только из Сочи, но и разных регионов России, а также из разных стран: Палестины, Мьянмы, Казахстана, Эквадора, Кипра, Афганистана, Монголии, Китая, Сирии, Аргентины, Туниса, Того, Иордана, Туркменистана и других. Мы вместе с моей одноклассницей Стрельцовой Вероникой также приняли участие в этом проекте.



Завершилась неделя торжественным закрытием и награждением «Возьмемся за руки, друзья!», а продолжилось совместным чаепитием с песнями под гитару.

Мы, учащиеся творческого объединения «Родное слово» (руководитель Уколова Татьяна Викторовна), стали призерами и победителями V Международной Недели русского языка в Сочинском государственном университете. По итогам конкурсных мероприятий мне удалось занять 1 место в конкурсе электронных постов. Мы получили в подарок книги по русской филологии и языкознанию. И напоследок хочу процитировать фрагмент из своего поста, посвященного 130-летию поэта Владимира Маяковского как одного из самых значительных авторов, писавших на русском языке и внесших вклад в его развитие:

«Тот русский язык, который мы знаем сегодня, был создан благодаря труду множества великих людей: писателей, поэтов, ученых. Все они писали на этом языке, как бы отшлифовывая его. Даже зная разные новомодные эксперименты с русским языком, например, албанский язык (не путать с албанским), поэзия Маяковского не кажется устаревшей, наоборот стихи написанные более века назад, не теряют своей актуальности и сегодня.



Читая его поэзию, поражаешься той свободе и смелости обращения с языком, которые были у него. Видя и осознавая талант Маяковского в поэзии и видя сколько нового и свежего, он привнес в русский язык. Мне хочется ещё больше чтить и уважать этот замечательный - русский язык».

Цените и оберегайте русский язык!

**Статью подготовил
Александр Зимогладов**



СТЫД И ВИНА

Стыд и вина - две социальные эмоции, у животных их нет. Стыд выбивает Вас из контакта с собой: смущение, стеснение, неловкость.

Как я мог так поступить? Желание провалиться сквозь землю, исчезнуть.

Стыд в теле:

1. Жжение в диафрагме
2. Тахикардия
3. Красные пятна на лице
4. Частое дыхание

Здоровый стыд регулирует нормы и правила в обществе.

Токсический стыд - заставляет человека чувствовать себя неправильной.

#Тыжедевочка #Тынеумеа #Тыжеребенок
#Тыжемальчик



Болезни невыраженного стыда:

1. Кожа (отвращение)- угревая сыпь
2. Болезни самонаказания (язвы)
3. Излишек жира на бедрах и внизу живота- стыд демонстрации сексуальности
4. Травмы, несчастные случаи, как

САМОНАКАЗАНИЕ

5. Стокгольмский синдром- стыд за насильника, оправдание его, считая себя виноватой (жены алкоголиков, абызеров, дети)
Вина заставляет нас извиниться и исправить сделанное.

Вина в теле:

1. Склоненная голова
2. Согнутая грудь
3. Тяжесть в груди

КАКАЯ БЫВАЕТ ВИНА?

- истинная, Причинен реальный ущерб другому (материальный, финансовый);
- невротическая, Вы ответственны за чувства другого (родовая, за живых, мертвых);
- экзистенциальная - виновата перед собой, за неделанное.

Из чего состоит вина?

1. Сожаление и раскаяние
2. Желание все исправить
3. Страх близости
4. Страх потери себя
5. Страх предать свою совесть

Болезни невыраженной вины - болезни позвоночника (грыжи, ригидность, зажимы)

Что значит «психосоматика»?

Переводится с греч. PSYCHO - душа; SOMS, SOMATOS - тело.

Это направление в медицине и психологии изучающее влияние психологических факторов (чувств, эмоций, переживаний) на возникновение телесных заболеваний
СТРЕСС-ЗАЩИТНАЯ РЕАКЦИЯ ОРГАНИЗМА НА ОПАСНОСТЬ.

КТО ПРЕДРАСПОЛОЖЕН К ПСИХОСОМАТИЧЕСКИМ БОЛЕЗНЯМ?

НЕВРОТИКИ. В ОСНОВЕ НЕВРОЗА ВНУТРЕННИЙ КОНФЛИКТ МЕЖДУ ХОЧУ и НАДО, ХОЧУ и НЕ МОГУ. НЕРЕШЕННЫЙ КОНФЛИКТ РАНО ИЛИ ПОЗДНО СОМАТИЗИРУЕТСЯ.

ЛЕЧЕНИЕ ПСИХОСОМАТИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ ДОЛЖНО БЫТЬ КОМПЛЕКСНЫМ: МЕДИЦИНА + ПСИХОЛОГИЯ.

ГЛАВНЫЕ ПРИЧИНЫ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ:

1. ПРОБЛЕМЫ В СЕМЬЕ
2. БОЛЕЗНЬ РОДСТВЕННИКОВ
3. СЛОЖНЫЕ ОТНОШЕНИЯ В КОЛЛЕКТИВЕ
4. НАПРЯЖЕННЫЙ ГРАФИК РАБОТЫ

5. НАРУШЕНИЕ РЕЖИМА ПИТАНИЯ И СНА
6. СИТУАЦИЯ В СТРАНЕ И В МИРЕ В ЦЕЛОМ
7. ОТСУТСТВИЕ ПОЛНОЦЕННОГО, КАЧЕСТВЕННОГО ОТДЫХА
8. НЕПРОЖИТЫЕ ЭМОЦИИ

ЧЕМ БОЛЬШЕ ПОДОБНЫХ ПОСЛЕДСТВИЙ, ТЕМ ВЫШЕ РИСК РАЗВИТИЯ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ.

МЕТОДИКА РАБОТЫ С ПСИХОСОМАТИКОЙ:

1. ОПИСАТЬ ТО, ЧТО ЧУВСТВУЕШЬ В ТЕЛ
2. ЧЕГО МНЕ НЕ ПОЗВОЛЯЕТ ДЕЛАТЬ ЭТА БОЛЕЗНЬ ИЛИ СИМПТОМ
3. К ЧЕМУ МЕНЯ ВЫНУЖДАЕТ ЭТА БОЛЕЗНЬ?
4. ЕСЛИ БЫ Я ПОЗВОЛИЛ СЕБЕ РЕАЛИЗОВАТЬ ЭТИ ЖЕЛАНИЯ, КАК ИЗМЕНИЛАСЬ БЫ МОЯ ЖИЗНЬ?

СТАТЬЮ ПОДГОТОВИЛА
ЕВА ТЕЛЬНОВА

ОДИНОЧЕСТВУ ВЕЗДЕ ДОМ...

АННОТАЦИЯ: В СТАТЬЕ РАССМАТРИВАЮТСЯ ВОПРОСЫ ОСОБЕННОСТЕЙ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ.

ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК ПЕРИОДИЧЕСКИ ИСПЫТЫВАЕТ ЧУВСТВО ОДИНОЧЕСТВА. ЕСЛИ ПОСМОТРЕТЬ РАЗЛИЧНЫЕ ИСТОЧНИКИ ИНФОРМАЦИИ, ТО МОЖНО ЗАМЕТИТЬ, ЧТО ЭТО ОБЩЕПРИНЯТОЕ СОСТОЯНИЕ, ПРИСУЩЕЕ ВСЕМ ЛЮДЯМ. ОРИЕНТИРУЯСЬ НА ПРИНЦИПЫ ЭКОЛОГИЧНОСТИ И ВРЕМЕННОСТИ, МЫ ПОНИМАЕМ, ЧТО БЕСПОКОИТЬСЯ НЕ О ЧЕМ. ВЕДЬ В ЭТОМ СОСТОЯНИИ ЧЕЛОВЕК НАХОДИТСЯ В ТОЧКЕ СВОЕГО ДУХОВНОГО РОСТА, В НЕМ ОТКРЫВАЮТСЯ НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ САМОРЕАЛИЗАЦИИ. ОН НАЧИНАЕТ СМОТРЕТЬ НА СВОЮ ЖИЗНЬ ПОД ДРУГИМ «УГЛОМ». ПРОИСХОДИТ «ВЫХОД» ИЗ ЗОНЫ КОМФОРТА. ЧЕЛОВЕК НАЧИНАЕТ НАПОЛНЯТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ НОВЫМИ ИНТЕРЕСНЫМИ ДЕЛАМИ, ЗНАНИЯМИ, ПОЯВЛЯЮТСЯ НОВЫЕ ЗНАКОМСТВА.

НО ЕСЛИ ПРИНЦИПЫ «ЗАТЯГИВАЮТСЯ» ВО ВРЕМЕНИ, СТАНОВЯСЬ УЖЕ ИСТОЧНИКОМ ВРЕДА ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА ИЛИ ДАЖЕ ОКРУЖАЮЩИХ, ОН НАЧИНАЕТ «НОСИТЬ» С СОБОЙ ЭТО ЧУВСТВО ВЕЗДЕ, СЛОВНО УКРАШЕНИЕ ИЛИ ЭЛЕМЕНТ ОДЕЖДЫ. ВСПОМНИТЕ ХОТЯ БЫ ФИЛЬМ «ОДИН ДОМА» (1990).

ВАС ОКРУЖАЮТ ЛЮДИ: ЭНЕРГИЧНЫЕ, УВЕРЕННЫЕ, ЖИЗНЕРАДОСТНЫЕ, А КАК ЧУВСТВУЕТЕ СЕБЯ ВЫ СРЕДИ НИХ?

P.s: ПОМНИТЕ, ВО ВСЕМ ДОЛЖНА БЫТЬ МЕРА.

АВТОР СТАТЬИ
ОПАРИНА АЛИНА ИГОРЕВНА
СОЦИАЛЬНЫЙ ПЕДАГОГ МОБУ СОШ №7 ИМ.
МОСКВИНА А.П.

Автор проекта:
Жалолова Лайло, 9"В".



ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕЖДУ **ГРУППОЙ КРОВИ** ЧЕЛОВЕКА И ЕГО ХАРАКТЕРОМ

Кем работать, за кого выходить замуж и где жить - может подсказать группа крови, по крайней мере, так считают в Японии.

Всего существует 4 группы крови с положительным или отрицательным резус-фактором. Учёными было замечено, что люди, имеющие одинаковую группу крови, похожи некоторыми чертами характера, а также сходны некоторым образом в своих вкусовых предпочтениях. Мне стала интересна данная тема, и я решила более глубоко её изучить и доказать, что группа крови может влиять на характер человека.

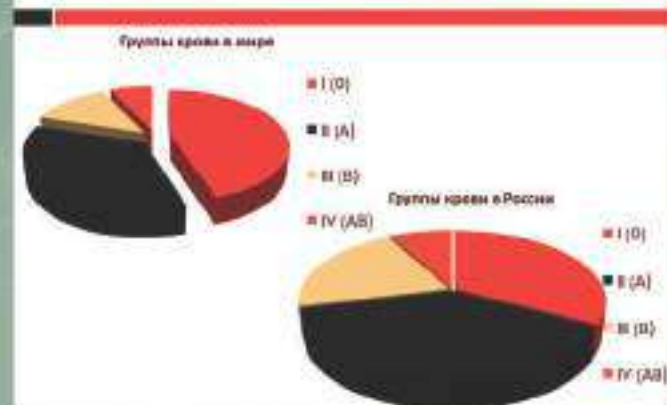
Я провела 4 опроса среди своих сверстников, чтобы убедиться в правдивости этой теории. Первым было тестирование (см. диаграмму 1). По итогам первого тестирования можно сделать вывод о том, что не все знают свою группу крови и тип темперамента. Население, обладающие какой то определенной группой крови, распределены по земному шару неравномерно: где-то преобладает одна группа, где-то другая. Так выяснилось, что среди девятиклассников нашей школы преобладают ученики со 2 группой крови - 22%, 1 группой обладает - 20%, 3 группой обладает - 20%, а 4 всего 7%.

С темпераментом все тоже самое, население с различным темпераментом распространено по земному шару неравномерно, поэтому было решено провести тест Айзенка на тип темперамента (см. диаграмму 2).

У учеников с 1 группой крови встречаются сангвиники и флегматики. Это лишний раз подтверждает энергичность этих людей. У людей со 2 группой крови наблюдаются сангвиники, холерики и флегматики, что говорит о разносторонности таких людей. У носителей 3 группы встречаются темпераменты отличающиеся сильной эмоциональной возбудимостью. Темпераменты выявленные у людей с 4 группой сангвиник и флегматик. Такие люди могут быть разными: тактичными и деликатными, резкими и грубыми, спокойными и взрывными.

Лидерские качества тоже показатель характера. Мне стало интересно проявляют ли разную степень лидерских качеств ученики и связано ли это с группой крови (см. диаграмму 3).

Распространенность групп крови



Историческая справка:

Еще в 1901 австрийский ученый Карл Ландштейнер открыл 3 группы крови. Позже, в 1903 году, чешский ученый Ян Янский открыл четвертую группу крови. В 1937-1940 годах Карл Ландштейнер вместе с Александром Винером и Филиппом Левиным открыли резус-фактор. Позже была установлена связь между группой крови и болезнями человека.

Выяснилось, что среди учащихся с I группой крови чаще всего встречаются лидеры (4 из 5 опрошенных).

Из всех протестированных «носителей» II группы крови всего лишь 2 из 5 опрошенных являются лидерами.

Быть настоящим лидером не способен ни один из протестированных учеников с III группой крови.

На лидерство учащиеся с IV группой крови не претендуют, им просто это не нужно.

Коммуникабельность я также считаю одним из важнейших качеств личности, поэтому четвертый тест был связан именно с этим качеством.

Так, преобладающее большинство «носителей» I группы крови (61,5%) действительно общительные люди, которые ни в одной компании не останутся незамеченными. Таким людям трудно оставаться в одиночестве, им нужно быть среди людей. 38,5% учащихся с этой же группой крови нравится быть с людьми, но их терпение не безгранично, и они счастливы, если проводят вечер с одним или двумя близкими друзьями, а не идут туда, где много людей. Учащиеся, обладающие II группой крови, как правило, общительны – некоторые более (52,5%), некоторые менее (47,5%). Они хорошо уживаются в коллективе. Прекрасные друзья и надежные партнеры.

3 группой крови обладают 10,8% учащихся девятых классов. Все протестированные – общительны. Они легко ладят с самыми разными людьми. Хорошо чувствуют самых разных людей, понимают их. Почти со всеми находят общий язык. Таким людям интереснее там, где есть коллектив. Люди с 4 группой крови – личности открытые общению.

Пришло время сделать выводы по исследованию и решить, влияет ли все таки группа крови на характер или нет.

Так как в работе я рассмотрела проблему влияния группы крови на характер человека, я пришла к выводу, что от группы крови зависит многое в жизни и судьбе человека. По моему мнению, японские ученые оказались правы. Теперь каждый из вас сможет пройти эти тесты и понять, какие у вас сильные или слабые стороны.

Статью подготовила
Лайло Жалолова

1. РЕЗУЛЬТАТЫ АНКЕТИРОВАНИЯ

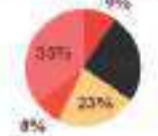
знаете ли вы свою группу крови?



знаете ли вы свой тип темперамента?



Какая у вас группа крови?



какой у вас тип темперамента?



как вы считаете группа крови влияет на характер человека?



2. РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТА АЙЗЕНКА

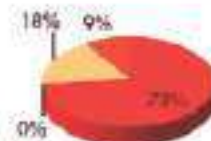
1 группа крови



2 группа крови



3 группа крови



4 группа крови

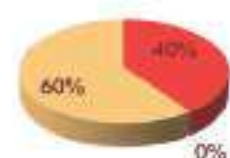


3. РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТА НА ЛИДЕРСТВО

1 группа



2 группа



■ высокий уровень
■ средний уровень
■ низкий уровень



• ПАТРИОТИЧЕСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ:

Спонтанное и волнительное "Поехали!" Юрия Гагарина, стало не просто фразой века, а ознаменовало начало космической эры. Этот самый первый, трудный и опасный полет стал гигантским прорывом в истории космонавтики. Безграничное стремление человека к покорению космоса преодолело все преграды. В честь этого исторического события 12 апреля празднуют Всемирный день космонавтики.

В честь праздника обучающиеся 6 кадетского класса (рук. Бабушкина О.Н.) и 7 кадетского класса (рук. Григорьева О.И.) приняли участие в городском торжественном мероприятии, посвященное Дню Космонавтики (фото вверху), а обучающиеся 8 Е класса, волонтеры школьного отряда «7Я» (рук. Каримов М.Ф.), приняли участие в торжественном митинге, который состоялся сегодня у памятника Ю. А. Гагарина.



19 апреля - особенный день в истории нашей страны - День памяти о геноциде советского народа в годы ВОВ. В нашей школе была организована выставка, на которой представлены основные факты о тех ужасных событиях.



Также были проведены единые уроки для школьников «Без срока давности».

«Без срока давности» - масштабный просветительский проект, направленный на сохранение у современников памяти о Великой Отечественной войне. Данный урок посвящен памяти жертв геноцида Советского народа от немецко-фашистских захватчиков.

Учащиеся написали письма, в которых они обратились к своим потомкам».



Мы чтим историческую память и сделаем все, чтобы трагические события прошлых военных лет никогда больше не повторились!

В Зимнем театре прошла творческая встреча, посвященная презентации фильма «Уроки Нюрнберга. Вселенское зло перед судом истории», где приняли участие обучающиеся 6 «К» класса. Ее провел заместитель директора института государства и права РАН, заслуженный юрист Российской Федерации, секретарь Союза писателей России Александр Звягинцев.



27 апреля в нашей школе прошла благотворительная ярмарка Победы! Все обучающиеся с 1-11 класс, родители, педагоги, приняли активное участие в проведении столь значимого и очень нужного мероприятия, собранные средства перечисляются в фонд поддержки военнослужащих СВО. Помощь в организации ярмарки оказал Совет школы и волонтеры отряда «7Я». **КОГДА МЫ ЕДИНЫ - МЫ НЕПОБЕДИМЫ!**



28 апреля состоялся финальный этап городского военно-патриотического конкурса «Отчизны верные сыны», среди кадетских классов города Сочи!
1 место - 5"К" класс (рук. Дубинский В.Э.)
1 место - 6"К" класс (рук. Бабушкина О.Н.)
1 место - 7"К" класс (рук. Григорьева О.И.)
Поздравляем! Гордимся!



• ЛИЧНОЕ ПЕРВЕНСТВО:

В городском теннисном турнире, до 13 лет, ученица 3"Б" класса Шилига Мария заняла 1 место.



Ученик 3"Б" класса Пирумян Георгий с Победой в спаррингах г. Краснодара по Армейскому рукопашному бою, среди юношей 8-9 лет (фото 1).

Егоров Никита, ученик 3"Б" класса, занял 1 место в учебно-тренировочных спаррингах по Армейскому рукопашному бою в г. Краснодаре, в возрастной категории 8-9 лет (фото 2).

Полубабкина Виолетта, обучающаяся 7"Е" класса заняла 3 место в первенстве Краснодарского края по самбо, а также 2 место в чемпионате города Сочи по Самбо и 2 место в турнире города Сочи по дзюдо (фото 3).

В п. Лазаревское завершился турнир по самбо, посвященный первому Чемпиону мира по самбо Алексею Исааковичу Шору. Обучающиеся нашей школы показали отличные результаты: Доброхотов Артур (обучающийся 4"В" класса) - 3 место, Козару Амиран (обучающийся 5"А" класса) - 1 место (фото 4).

9-го апреля прошли Всероссийские соревнования в г. Перми. Результаты команды «Жемчужина»: Чир-Джаз Группа юниорки (20 чел) 1 место; Чир-Фристайл Группа юниорки (17 чел) 2 место. Также клуб «Жемчужина» стал Победителем Общекомандного зачета Всероссийских соревнований по Перфомансу. Поздравляем Лысенко Леру, ученицу 8"Г" класса с таким результатом (фото 5).

Туренко Георгий, ученик 2"Б" класса, стал победителем Международного детско-юношеского футбольного турнира «Весенний кубок Чёрного моря 2023» Команда «Динамо» (фото 6).

Неркарян Ваагн, ученик 8"Г" класса, занял 2 место в Первенстве Краснодарского края по спортивной гимнастике в командном Многоборье среди юниоров по программе КМС.

Авджян Натан, ученик 8"Г" класса, признан лучшим игроком футбольной команды в Открытом Кубке ЮФО – СКФО среди команд 2007-2008 года рождения, проходившим в г. Новомихайловское. Благодаря отличной спортивной подготовке ребята заняли 2 место (фото 7).

Ученица 2"Б" класса, Гордизиани Екатерина, в составе команды «Жемчужина» заняла 2 место на Первенстве Краснодарского края по чир спорту «Кубок юга».

Таюрский Иван, ученик 7"А" класса, на краевых соревнованиях по шорт-треку среди юношей среднего возраста, г. Сочи занял 1 место в дистанции 1500 метров, 1 место в дистанции 1000 метров, 1 место в многоборье, 2 место на 500 метров (фото 8).

Во 2"Б" классе состоялось награждение участников движения ГТО! (фото 9)





• ИСКУССТВО И НАУЧНО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ:

6 АПРЕЛЯ В РЕСУРСНОМ ЦЕНТРЕ НАШЕЙ ШКОЛЫ СОСТОЯЛСЯ ТУРНИР НА ЗНАНИЯ ИЗБИРАТЕЛЬНОГО ПРАВА МЕЖДУ СОЧИ И ВЛАДИВОСТОКОМ. В СОСТАВ СБОРНОЙ КОМАНДЫ 11-Х КЛАССОВ ГОРОДА СОЧИ ВОШЛИ ОБУЧАЮЩИЕСЯ ШКОЛЫ: ГРИГОРЬЕВА С, ХОХЛОВ Г, СОКОЛОВА С, БУЙДАЛИН Д.

ПО ИТОГАМ КОМАНДНЫХ СОСТЯЗАНИЙ ПОБЕДИТЕЛЕМ ПРИЗНАНА СБОРНАЯ КОМАНДА 10-Х КЛАССОВ Г. СОЧИ «БУДУЩИЕ ДЕПУТАТЫ». НА ВТОРОМ МЕСТЕ – СБОРНАЯ КОМАНДА 11-Х КЛАССОВ Г. СОЧИ «МАЖОРИТАРИИ», НА ТРЕТЬЕМ – «СЧАСТЛИВЫЙ ВОПРОС» ГИМНАЗИИ №1 Г. ВЛАДИВОСТОК. КОМАНДА «ЮРИСТЫ ДВ» СОШ №2 Г. ВЛАДИВОСТОК.



СТАРТОВАЛ ЧЕТВЕРТЫЙ СЕЗОН ВСЕРОССИЙСКОГО КОНКУРСА «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА», КОТОРЫЙ ПРОВОДИТСЯ ПРИ ПОДДЕРЖКЕ МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ. ЭТО ПРОЕКТ ФЕДЕРАЛЬНОГО АГЕНТСТВА ПО ДЕЛАМ МОЛОДЕЖИ (РОСМОЛОДЕЖЬ), ОН ВХОДИТ В ЛИНЕЙКУ ПРЕЗИДЕНТСКОЙ ПЛАТФОРМЫ «РОССИЯ – СТРАНА ВОЗМОЖНОСТЕЙ».

10 АПРЕЛЯ В РАМКАХ ПОДГОТОВКИ К КОНКУРСУ, КОТОРЫЙ ЕЖЕГОДНО ПРОВОДИТ КЛУБ «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА», МИХАИЛ ГАЛУШКО ПРОВОДИЛ МЕРОПРИЯТИЕ ПО РЕШЕНИЮ КЕЙСОВ.

РЕБЯТА ИЗ 5"В", 5"Г", 5"Д" И 6"Б" УСПЕШНО ЗАРЕГИСТРИРОВАЛИСЬ НА САЙТЕ И ВЫПОЛНИЛИ КЕЙСЫ ПО СОЗДАНИЮ ОДЕЖДЫ ИЗ ЭКОЛОГИЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ. МЕРОПРИЯТИЕ ПРОШЛО АКТИВНО, ОЖИВЛЕННО, ВСЕ РЕБЯТА С УДОВОЛЬСТВИЕМ БЫЛИ ВОВЛЕЧЕНЫ В ПРОЦЕСС.



Обучающиеся 8^Е класса (рук. Каримов М.Ф.), прослушали урок-лекцию, посвященную дню принятия Крыма, Тамани и Кубани в состав Российской империи. Лекция состоялась в Центральной городской библиотеке.



Прощание с букварём состоялось в 1^В классе (рук. Исмаилова С.Н.). Сказочные герои Чиполлино, Пеппи, Кощей, Водяной, Ужасики, бабы Ежки. Дети и родители получили незабываемые эмоции.



Ученица 2^В класса Истомина Елена заняла 1 место в фестивале-конкурсе "Играем джаз", который прошёл на базе МБУ ДШИ "Детская школа искусств №1".



Красикова Даша, ученица 5^В класса, в составе Образцового ансамбля народного танца «Семицветик» награждена тремя дипломами Лауреата I степени в рамках XXV Всероссийского фестиваля-конкурса «Мы - Мир будущего»!



Ученица 2^Б класса Константинова Ева в составе коллектива "Школа современного хореографического искусства "Ника" заняла 1 место на VI Международном хореографическом фестивале-конкурсе "Кубок Поволжья" в Казани.



12 АПРЕЛЯ СРЕДИ 7-Х КЛАССОВ ПРОШЛА ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНАЯ ИГРА «Что? Где? Когда?», посвященная Дню космонавтики. По результатам игры определились победитель и призеры: 1 место - 7"Б" класс, 2 место - 7"А" класс, 3 место - 7"К" класс.



15-16 АПРЕЛЯ В СИРИУСЕ НА БАЗЕ АНОО ПРЕЗИДЕНТСКИЙ ЛИЦЕЙ «СИРИУС» ПРОШЛИ ОТКРЫТЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ ПО РОБОТОТЕХНИКЕ. В НОМИНАЦИИ 3D-МОДЕЛИРОВАНИЕ 2 МЕСТО ЗАНЯЛ УЧЕНИК 8«Б» КЛАССА СОШ 7 МАТЕРИКИН ЕВГЕНИЙ.



Обучающиеся нашей школы, приняли активное участие в составе детского жюри в финале городского конкурса педагогов дополнительного образования «СЕРДЦЕ ОТДАЮ ДЕТЯМ» - 2023 г.



ПЕРЕМЕНА | СТРАНИЦА 22

Советники директора по воспитанию нашей школы Сергей и Екатерина Лихановы стали участниками Всероссийского форума «Новая философия воспитания».

Событие собрало более 500 человек, среди которых руководители органов исполнительной власти субъектов РФ, осуществляющих государственное управление в сфере образования, заместители министров и советники директоров по воспитанию!



Открытый «Урок Цифры» сегодня прошел для обучающихся 11 класса нашей школы. Спикерами выступили Давриенко Нонна Роальдовна, начальник управления информатизации и связи администрации города Сочи; Михаил Михайлович Насибулин, заместитель генерального директора по реализации дорожной карты ООО «СП «Квант»; Татьяна Вадимовна Казиева, кандидат физико-математических наук, доцент НИЯУ МИФИ, научный сотрудник МИСИС и ООО «Курэйт».

Организаторами Урока выступают Минцифры России совместно с Минпросвещением России, АНО «Цифровая экономика» и Госкорпорацией «Росатом» в партнерстве с ключевыми российскими компаниями сферы информационных технологий. Урок направлен на развитие ключевых компетенций цифровой экономики у школьников, а также на их профориентацию для осуществления дальнейшей деятельности в сфере информационных технологий.

«Урок цифры» состоял из двух блоков: учебного фильма и тренажеров. Главным героем фильма стал школьник на пороге выбора будущей профессии.





Пономарева Даниэлла, Малхасян Даная, Берекашвили Саба, обучающиеся 2^Б класса, участвовали в различных творческих конкурсах: XXXVI Международный фестиваль молодых исполнителей «Хрустальная магнолия», XXV Всероссийский фестиваль – конкурс «Мы – Мир будущего», Фестиваль «Мир на ладони». Вместе со своими коллективами они завоевали несколько наград различной степени.

Букия Е. (обучающаяся 7^Д кл.) и Казарян Р. (обучающийся 9^Б кл.), участники образцового хореографического ансамбля грузинского танца "IMEDI", стали обладателями Гран при и Лауреатами 1 степени в Международном конкурсе-фестивале «Энергия звезд»!

3^А класс «Почемучки» (классный руководитель Салитон Л. Н.) приняли участие в краеведческом квизе «Водопады Сочи». Ребята решали кроссворды, ребусы, отвечали на вопросы о водопадах Сочинского национального парка.



26 апреля среди вторых классов, прошло замечательное мероприятие "Добру откроются сердца". В мероприятии принимали участие все ученики 2-х классов, их классные руководители и родители.

Встреча была наполнена тематическими песнями, стихами и танцами.

Ученики каждого класса представили деревья "Доброты", на которых висели сердечки - символы добра с иллюстрациями добрых дел ребят. Все ребята являются волонтерами школьного отряда «7Я» и ни одно волонтерское мероприятие не обходится без них!

Затем прошёл квест, где ребята, получив маршрутные листы, посетили разные станции. На станциях они выполняли увлекательные и



Обучающаяся 2^В класса Плетнева Валерия в составе кандидатского хора "Классика" ДМШ №1 им. И.А. Шмелева стала лауреатом 1 степени в IX Открытом городском конкурсе-фестивале русской православной духовной музыки хоровых коллективов и вокальных ансамблей музыкальных школ и школ искусств "Хвали душе моя", проходившем на базе Сочинского колледжа искусств.



• ВОЛОНТЕРСКОЕ И ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ

1 апреля в международный день птиц, юный волонтерский отряд «7Я» совместно с родителями изготовили и установили кормушки на территории школы.

В апреле школа активно подключилась к общегородским экологическим субботникам. Активное участие приняли ребята из волонтерского отряда «7Я».

Объединение спортивный туризм ШСК «Олимпийские резервы» (рук. Филатова М.Н.) в составе 4^Б, 5^А, 5^К, 10^А класса и юные туристы 1^А класса (рук. Зубова С.Г.), совершили поход выходного дня на Ореховские водопады, прошли по эко тропе 11 км. Полюбовались красотами Сочинского национального парка. На Буковой поляне перекусили, потренировались спуску и подъёму спортивным способом, счастливые и здоровые успешно закончили свой маршрут.

Волонтеры 3^А класса школьного волонтерского отряда «7Я» (классный руководитель Сапитон Л. Н.) участвовали в изготовлении сувенирной продукции парка «Дендрарий», послушали лекцию сотрудников нацпарка, посмотрели творческие работы детей Краснодарского края, совершили экскурсию по весеннему парку. Время провели с пользой и наслаждением.

Сегодня ученики 2^В класса (кл.рук.Беззубикова И.Е.) в рамках VIII городской краеведческой игры «КВЕСТ – 2023» посетили водопады Лазаревского района Псыдах и Шапсуг. Ребят очень впечатлили водопады своей невероятной красотой и мощностью каскадов воды. По дороге к водопадам заехали в дольменный комплекс, а в аule Калеж посетили этнографический дворик семьи Гербо и попробовали наивкуснейший адыгейский сыр. Наичистейший горный воздух, весенний лес, завораживающие водопады, весёлое общение с одноклассниками и их родителями дали заряд энергии и сил детям и взрослым на предстоящую рабочую неделю.

22 апреля в Международный день Земли, обучающиеся 6^Б класса-волонтеры отряда «7Я» (кл.рук.Лиханова Е.А.), отправились в поход к Черкесскому камню в Кудепсте. Мистический ровесник пирамид, пробковые деревья, секвойи и невероятно красивое озеро... Но самое главное - ребята организовали и провели экологическую акцию, собрали весь мусор по всему маршруту следования и вынесли все за пределы леса. **СБЕРЕЖЕМ НАШУ ПЛАНЕТУ!**

Статью подготовила
Агния Антипова



ПАСХАЛЬНЫЙ КУЛИЧ

Совсем недавно был большой и светлый праздник - Пасха. Вкуснейшие куличи, крашеные яйца, служба в храме - все эти действия олицетворяют этот день. Но что может быть лучше, чем в это день съесть куличи, сделанные своими руками? Давайте приготовим это блюдо вместе.

Для этого нам понадобится:

- * Молоко: 500 мл
- * Пшеничная мука: 1 кг
- * Сливочное масло: 200 гр
- * Сахар: 300 гр
- * Яйца: 6 шт.
- * Сухие дрожжи: 12 гр
- * Изюм: 275 гр
- * Ванильный сахар: 1 чайн.л.
- * Соль: 0.25 чайн.л.

Шаг 1: Подготовьте продукты для приготовления кулича. Яйца и масло выньте из холодильника заранее, они должны стать комнатной температуры. Сухие дрожжи посмотрите на пакете, чтобы они были рассчитаны на кг муки.

Шаг 2: Сначала поставьте опару. Для этого возьмите половину от общего количества муки, смешайте ее с сухими дрожжами. Молоко подогрейте до теплого состояния. Оно должно быть на ощупь приятно теплым, но не горячим. Влейте молоко в муку при постоянном размешивании. Опара будет довольно жидкой, сильно замешивать ее не надо.

Шаг 3: Накройте посуду с опарой полотенцем и уберите в теплое место на полчаса. За это время она должна подрасти и увеличиться в размере в два раза.

Шаг 4: Яйца разделите на белки и желтки. Желтки взбейте с сахаром и ванильным сахаром до пышной светлой массы. Шаг 5 Белки взбейте до крутых пиков. Чтобы белки хорошо взбились, посуда должна быть чистой. Обязательно помойте насадки миксера после желтков.

Шаг 6: Добавьте взбитые желтки в опару, перемешайте. Положите соль и размягченное сливочное масло. Хорошо вмешайте его руками. Добавьте взбитые белки. Аккуратными движениями снизу вверх перемешайте массу с белками.

Шаг 7: Просейте оставшуюся муку. Муку добавляйте постепенно, небольшими порциями, ориентируйтесь на нужную консистенцию теста. Учитывайте тот факт, что муки может понадобиться чуть больше или меньше, ориентируйтесь на консистенцию теста.

Шаг 8: Замесите тесто. Я месила руками, оно довольно быстро стало однородным, но ни в коем случае не густым. Тесто для куличей не раскатывается, оно и должно быть очень мягким. Накройте посуду с тестом полотенцем и уберите в теплое место на час.

Шаг 9: Подготовьте формочки для выпечки. При необходимости смажьте их маслом. Разложите тесто по формам, заполняя их на одну треть, не больше. Куличи при выпечке вырастут в размере. Оставьте тесто в формах отдохнуть еще на 10 минут.

Шаг 10: Разогрейте духовку до 100°C. Поставьте формы с куличами и держите при такой температуре 10 минут, затем нагрев увеличьте до 180°C и пеките куличи до готовности, 45-50 минут. Мои пеклись 40 минут. Ориентируйтесь по времени приготовления на особенности своей духовки. Во время выпечки духовку не открывайте. Готовые куличи остудите, накрыв полотенцем.

Ну и самое главное, это пробуем наши куличи и угощаем всех вашим творением! Приятного аппетита!

Статью подготовила
Соня Сафонова

Основы безопасного поведения при встрече с собаками



1

При встрече с собакой - остановись, сохраняй спокойствие.

2

Никогда не убегай. Не размахивай руками.
Не поворачивайся спиной.



3

Не смотри собаке в глаза.

4

При нападении собаки - брось в нее куртку
рюкзак, палку.



5

Если собака сбила тебя с ног - падай лицом вниз,
ноги вместе, руками закрывай шею и голову.



Никогда не дразни собак



6

Не подходи к собаке, если она ест,
спит, гуляет со щенками

7



ПОЗДРАВЛЯЕМ С ДНЁМ РОЖДЕНИЯ, ДОРОГИХ УЧИТЕЛЕЙ!

05.05 - ГРИГОРЕВСКАЯ АЛЕКСАНДРА СЕРГЕЕВНА

06.05 - УРАЛОВА СВЕТЛАНА АНАТОЛЬЕВНА

06.05 - КОЛГАНОВА СВЕТЛАНА ПЕТРОВНА

10.05 - ФИЛАТОВА МАРИНА НИКОЛАЕВНА

14.05 - ГЕРАСИМЕНКО НАТАЛЬЯ АЛЕКСАНДРОВНА

15.05 - КАРИМОВ МИРАТ ФУАТОВИЧ

24.05 - НОВИКОВА НАТАЛЬЯ МИХАЙЛОВНА

24.05 - СТРЕЛЬЦОВА ЕЛЕНА ВАЛЕРЬЕВНА

24.05 - ХИЛЬ СЕРГЕЙ ВЛАДИМИРОВИЧ

30.05 - САПИТОН ЛЮБОВЬ НИКОЛАЕВНА



НАД ВЫПУСКОМ РАБОТАЛИ:

МИХАИЛ ГАЛУШКО - ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР ЖУРНАЛА

ЕВА ТЕЛЬНОВА - ЭКС-ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР ЖУРНАЛА, ЖУРНАЛИСТ

СОНЯ САФОНОВА - ЖУРНАЛИСТ

АЛЕКСАНДРА КАМАЕВА - ЖУРНАЛИСТ

ЕКАТЕРИНА КУЗЬМИНА - ЖУРНАЛИСТ

ЛАЙЛО ЖАЛОЛОВА - ЖУРНАЛИСТ

АЛЕКСАНДР ЗИМОГЛЯДОВ - ЖУРНАЛИСТ

АГНИЯ АНТИПОВА - ЖУРНАЛИСТ

ЕКАТЕРИНА ЛИХАНОВА - КОРРЕКТОР ТЕКСТА

СЕРГЕЙ ЛИХАНОВ - ДИЗАЙН, ВЕРСТКА ЖУРНАЛА, КУРАТОР ПРОЕКТА