

ПЕРЕМЕНКА

Летний выпуск!

Читайте в номере: Соц.опрос «Мой любимый учитель» (стр.3)

Патриоты нашей Родины! (стр.4-5)

Деятельность Совета Лицея (стр.6)



На фотографии Елена Ивановна Ларина учитель информатики



Валерий Ларин



Степан Веженков

Ларина Елена Ивановна - учитель информатики лицея. Закончила Самарский педагогический университет в 2001 году. В лицее работает с октября 2015года.

В 2019 году сразу двое её учеников из 9 «Г» класса показали блестящие результаты на муниципальном этапе Всероссийской олимпиады школьников по информатике. Валерий Ларин стал победителем, а Степан Веженков - призером олимпиады. Они начали изучать программирование с 11 лет.

Олимпиада по информатике (а посути по программированию) является , наряду с олимпиадами по физике и математике, одной из самых сложных, но в то же время и самых престижных. Участвовать в ней могут школьники начиная с 9-го класса. При этом задания одни и те же для девятиклассников и для учеников десятых и одиннадцатых классов.

Елена Ивановна убеждена, что сегодня - время программистов. Сейчас все сферы профессиональной деятельности человека тесно связаны с IP-сферой. Поэтому многим придется стать немного программистом. Выпускница нашего лицея 2017 года Ольга Павлова , являющаяся студенткой СПбГУ по специальности «лингвистика», столкнулась с программированием лингвистических систем уже на первом курсе университета. Ей помогают знания, полученные на уроках информатики в лицее. Знания, данные на уроках учителем, очень важны. Но не надо забывать, что знания-лишь сырье, убеждена Елена Ивановна. Программирование помогает тренировать ум, структурировать мышление, развивать логику.

Каникулы

Скоро начнутся
каникулы,
осталось лишь
несколько дней,
Дети отдохнут от
учителя,
Учитель отдохнет от
детей.
Каникулы - лучшее
время:
Высыпаться
можно всегда,
Во дворе в мяч играть
допоздна
И не делать уроки
три месяца.
Мальчишки пойдут
на озеро
По своим рыбачьим
делам,
А девчонки сидеть
на скамеечке
И делать из себя дам.
Лично я уеду к бабушке,
А подруга в
Тайланд улетит.
Каникулы длятся
три месяца,
и она хорошо загорит.
А мой брат
отправляется в лагерь,
Чтобы сильным и
ловким стать,
А двоечники
останутся в Питере,
Чтоб упущенное
наверстать.
Разнообразные у нас
каникулы,
И от них мы
можем устать.
Вот поэтому после
каникул
Так приятно всех
вновь нам встречать.
«До встречи в
следующем году!»
Алиса Сидоренко
Е.А.Тимофеева
учитель русского языка и
литературы!

ОСТРОВК БЕЗОПАСНОСТИ**Осторожно клещи**

С наступлением солнечных и теплых дней все больше людей пытаются выбраться на воздух. Планируются поездки на дачу, походы в лес, пикники. Но одновременно с приятными хлопотами важно не забывать о преснувшейся угрозе - клещи.

Как правило, они обитают в густой траве, кустарниках и на деревьях, с легкостью перебираются на одежду человека, а потом ищут открытый участок кожи, чтобы впиться своим тонким хоботком. Сам укус человека не чувствуется, потому что клещ выпускает вместе со слюной в ранку обезболивающие вещества. Кровь нужна насекомому для питания, но почему же клещ может быть опасен?

Опасность клещей

Само по себе ранка незначительна и быстро заживает, но клещ проникая под кожу, может заразить энцефалитом, сыпным тифом, клещевым параличом, вирусной лихорадкой, болезнью Лайма и т.д. Нередко заболевания приводят к серьезным осложнениям и даже смерти.

Именно поэтому укусов клещей надо опасаться. Конечно, заражены не все насекомые - многие из них абсолютно безопасны. Но лучше не рисковать, проще научиться защищать себя от этих опасных насекомых.

Как правильно одеваться, когда идете на природу?

Одежда и обувь должны быть полностью закрыты, штаны лучше заправить в носки, чтобы клещ не проник под штанину. Верхнюю часть одежды заправляют в штаны, чтобы у клеща не было доступа к коже. Куртки и кофты должны быть с молнией, а не на пуговицах - клещ легко проникнет в зазор

между ними. Лучше выбирать одежду светлых тонов - так будет легче обнаружить насекомое на ткани. Нужно всегда надевать кепки, шляпы, а волосы собрать под головным убором.

На прогулках важно осматривать одежду, потому что нередко удается поймать насекомое до того, как оно найдет себе питание.

Также важна обработка кожи и одежды специальными средствами для отпугивания клещей. Они продаются в виде кремов, но наиболее эффективны в виде спрея.

Придя домой, нужно тщательно посмотреть одежду и участки кожи, тщательно расчесать волосы расческой с мелкими зубьями.

Певая помощь

При обнаружении клеща необходимо оторожно его вынуть, прокручивая вокруг оси. Сделать это можно с помощью вилкообразного пластмассового прибора с двумя зубьями. Клеща поддевают так, чтобы он оказался между зубьями и осторожно прокручивают. Если нет инструмента, то можно сделать небольшую петлю из ниток и накинуть на насекомое. Когда петля затянется, то точно также вытянуть клеща из ранки. Желательно отвезти клеща в лабораторию, чтобы проверить на наличие заболеваний. При заражении понадобится прививка от обнаруженной болезни. Чтобы не испортить себе и вашим родным отдых, нужно заранее принять защитные меры против клещей.

Берегите себя и своих близких!

Денис Захаров,
А.Ф.Емельянова,
преподаватель - организатор
ОБЖ

Безопасность на воде

Вот и летние каникулы. Море, солнце...

Мечтается оказаться подальше от учебы и правил...Но без правил никак нельзя даже летом. Открытые водоемы, безуловно, источник опасности, и поэтому осторожность при купании и плавании вполне оправдана.

Когда и при какой температуре следует плавать

Плавать следует в солнечную, безветренную погоду при температуре воздуха не менее 20-23 градусов тепла, воды 20-24 градусов.

Лучшее время суток для купания - 8-10 часов утра и 17-19 часов вечера. Не следует купаться раньше, чем через час-полтора после приема пищи.

Правила безопасного поведения на воде:

1. Купаться только в специально оборудованных местах.
2. Не нырять в незнакомых местах.
3. Не заплывать за буйки.
4. Не приближаться к судам.
5. Не хватать друг друга за руки и ноги во время игры на воде.
6. Детям, не умеющим плавать, или тем, кто плохо плавает, купаться можно только в специально оборудованных местах глубиной не более 1,2 метра в «нарукавниках» или с помощью круга при контроле взрослыми.

Ольга Доможакова,
ученица 5 «а» класса,

А.Ф.Емельянова,
преподаватель-организатор
ОБЖ



Елена Кантамирова



Анастасия Потехина



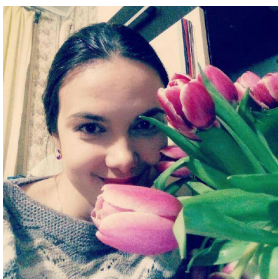
Валентина Доможакова

Призерами региона во Всероссийской олимпиаде школьников по ОБЖ стали ученики Анны Федоровны Емельяновой, преподавателя организатора ОБЖ: Кантамирова Елена ученица 10 «Б» класса, Потехина Анастасия ученица 9 «Б» класса, Доможакова Валентина ученица 6 «В» класса.

Поздравляем наших ребят с отличным результатом!

ИЗБРАННОЕ

Мой любимый учитель



Д.А.Большакова
учитель биологии и химии

Нельзя сказать, что есть хорошие и плохие учителя. Но таких, кто сможет заинтересовать любого своим предметом и найдет подход к каждому ребенку, встретишь редко. Именно такой я считаю Дарью Александровну Большакову - учителя химии и биологии. На своих уроках она не дает нам скучать, потому что каждый раз мы вместе открываем для себя что-то новое. К тому же она очень общительная и добрая.

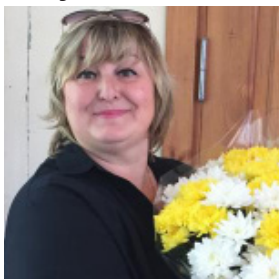
Ольга Платонова, 7 класс



В.В.Шаболтас,
М.М.Денисенко победители
соревнований профсоюзных
работников по плаванию

Мои любимые учителя Марина Марковна Денисенко и Виолетта Валерьевна Шаболтас - преподают плавание в бассейне. Они объясняют нам, как проплывать дорожки, и даже дают время на свободное плавание. Занятия наши проходят весело, потому что у этих педагогов хорошее чувство юмора.

Михаил Русальский и
Дмитрий Стальков, 5 класс



Е.В.Цветкова
учитель физкультуры

Мой любимый учитель Цветкова Елена Витальевна - обучает нас выполнять различные упражнения, играть в баскетбол, пионербол. Я очень люблю приходить к ней на уроки, так как время с ней проходит незаметно.

Лев Ванцовский, 8 класс



И.Н.Курохтина,
учитель английского языка

Курохтина Ирина Николаевна - очень заботливый и добрый учитель. Мне и моим одноклассникам на ее уроках не бывает скучно, потому что мы учимся английскому языку, играя. Она понятно объясняет и увлекательно ведет свой урок.

Богдана Рыбина, 5 класс



Д.Л.Георгиевский,
учитель физкультуры

Дмитрий Львович, учитель физкультуры и педагог по баскетболу, оставаясь профессионалом своего дела, может прийти на помощь в трудную ми-

нуту, помочь советом. Я учусь у него с 4-го класса играть в баскетбол и благодарю Дмитрию Львовичу добиваюсь успеха в этом виде спорта.

Андрей Миняев, 5 класс



М.А.Холоднюк
учитель начальных классов

Мой первый учитель - это Марина Анатольевна Холоднюк. Ее уроки всегда были интересными. Никогда не повышала голос на нас, потому что она добра, милосердна и мудра. Мы часто проводили различные праздники в классе и посещали выездные мероприятия. Я очень благодарен ей за все.

Данис Ганцев, 5 класс



Н.А.Маркина,
учитель русского языка и
литературы

Мне нравится Маркина Надежда Александровна, учитель русского языка. Она понятно объясняет свой непростой предмет и справедливо ставит оценки. Надежда Александровна отзывчивая, добрая, честная, бескорыстная.

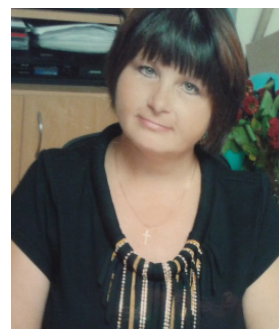
Кристина Мона, 5 класс



Т.Л.Акопян,
учитель английского языка

Акопян Тереза Левоновна - мой любимый учитель. Она хорошо знает английский язык, ставит нам произношение, справедливо оценивает нас. Она является не только учителем английского языка, но и моим классным руководителем. Я ее люблю!

Всеволод Сергин, 5 класс



Г.А.Самарина,
учитель начальных классов

Я очень благодарна своему первому учителю Самариной Галине Анатольевне. Она очень добрая, мудрая и справедливая. В 4-ом классе она вела у моего класса предмет ОМРК. На ее уроках очень интересно. Мне повезло, что меня учила Галина Анатольевна. Я ее люблю!

София Куликова, 5 класс



М.Ю.Абрамова,
учитель математики

Абрамова Мария Юрьевна, учитель математики, прекрасно знает своё дело. Мне очень нравится, как она ведет урок и объясняет свой сложный предмет. Она очень добрая и справедливая. Хочется стать таким же хорошим человеком как она. Мы очень любим Марию Юрьевну!

Ольга Доможакова, 5 класс

ПРОБА ПЕРА (ПАМЯТНЫЕ ДАТЫ)**За победу над Германией****О.П.Маликова**

Моя прабабушка Маликова Ольга Петровна тоже воевала. Она была

старшиной пулеметной роты, учила новобранцев стрельбе, участвовала в боях. У нее также есть боевые награды.

Все мои родственники встретили освобождение от блокады в Ленинграде и были достойными участниками событий огненных сороковых. А потому я буду передавать из поколения в поколение память о великом мужестве предков, чтобы и за плечами моих детей выросли могучие крылья.

**К.Терешин, ученик 6 кл.
Е.М.Бебишева,
учитель русского языка и литературы**

воевал в Латвии, в Литве. Был награжден орденами Боевого Красного знамени, Красной Звезды, медалями за Отвагу», «За обо-

рону Ленинграда».

**К.Терешин, ученик 6 кл.,
Е.М.Бебишева
учитель русского языка и литературы**

Патриоты нашей Родины**Н.И.Карасев**

Мои предешки Карасев Николай Иванович и Ягодина Олег Гаврилович были ветеранами Великой Отечественной войны.

Николай Иванович попал в плен, только с третьей попытки сумел бежать, и воевал до конца войны. Он награжден медалью «За отвагу» и орденом Красной Звезды.

Олег Гаврилович, окончив Высшее военное училище, участвовал в освобождении Югославии. Он награжден орденами Красной Звезды и Отечественной войны, медалями «За отвагу», «За оборону Ленинграда». Вышел в отставку в звании инженера-полковника.

Кристина Моня

**О.Г.Ягодин****Я гражданин России, или
Подвиги моих предков**

«Папа говорит - ты стоишь в начале пути. За твоими плечами множатся и множатся твои умершие в небитые предки. За левым плечом - по линии мамы. За правым - по линии отца. Они твои крылья, говорит папа. Они - твоя сила. Держи их всегда за спиной, и никто никогда не может сделать тебе больно. Потому что, пока помнишь о крыльях - ты неуязвим», - эту цитату из книги «Люди, которые всегда со мной» Наринэ Абгарян я запомнил сразу. Дело в том, что в нашей семье всегда с уважением относились и относятся к памяти о родных, которые участвовали в Великой Отечественной войне. Моя бабушка с каким-то особым трепетом рассказывает нам, внукам, о событиях прошлых лет, о героических подвигах своих родителей. А мы, молодое поколение, прислушиваемся к каждому ее слову и мысленно представляем, как наши крылья налива-

**Н.К.Машков**

ются нечеловеческой силой, а сердце переполняется гордостью.

Мое правое крыло - прадедушка Машков Николай Константинович. Он начал войну на Ленинградском фронте, был командиром батальона связи в сорок второй армии, которая стояла под Пулковом, защищала Ленинград от немецких войск. Вместе с армией прадедушка участвовал в боях за Воронью гору, освобождал Гатчину,

Прадеды твои

Недавно шла тяжелая, кровавая война. Спроси у ветерана, какой была она. Он сразу же ответит, что было не легко, Как умирали дети, везде творилось зло. Врагов всех победили прадеды твои.

Но в памяти остались кадры той войны. Мы не забудем никогда, Ведь вы спасли страну от страшного врага.

**Алиса Сидоренко
ученица 5 «В» класса,
Е.А.Тимофеева
учитель русского языка и литературы**

Печаль России

Серебряная даль, безоблачный рассвет. Великая печаль и громкий гул побед. Здесь, на полях России, на выжженных дугах, Рыдает мать над сыном, застывшим на века, Никто ей не поможет и сына не вернет. Над скорбью материнской

склонился небосвод... Печаль поют ей ветры, и плачет с ней земля - так скорбит Россия -

**Родина моя!
А.Д.Баранова,
ученица 6 «Г» класса,
С.М.Абрамян,
учитель русского языка и литературы**

Бессмертный полк

11 марта 2019 года 133 учащихся нашего лицея приняли участие в акции «Бессмертный полк». Они писали сочинения, самостоятельно подобрав тему. В каждой параллели было выбрано одно лучшее.

Свое название «Бессмертный полк» России получил только в 2011 году. Но это не значит, что акция не проводилась до этого момента. Возможно, первые попытки напомнить о человеческом самопожертвовании делались и раньше, но впервые задокументированной стал марш новосибирских школьников в 1965 году. На двадцатилетие Дня Победы ученики школы №121 вышли на парад с фотографиями фронтовиков, которые уже никогда не смогут поучаствовать в праздновании.

Следующая аналогичная акция повторилась только через 20 лет в Липецкой области. Местные школьники с 1985 года ежегодно проносят фотоснимки ветеранов по центральной улице в честь праздника. В том же году пермские женщины пронесли по Соликамску портреты погибших на фронтах мужчин.

2007 год и вовсе считается началом истории российского Бессмертного полка. Основателем традиции стал председатель Совета ветеранов батальона полиции из Тюмени. Перед 8 мая Геннадий Иванов увидел сон, что его земляки прошли по площади родного города с портретами родных, участвовавших в ВОВ.

За день до праздника мужчина написал статью для «Тюменских известий». Заметка «Семейный альбом на параде» помогла уже через сутки воплотить

сон одного человека в реальность. Геннадий вместе с друзьями пронес портреты родителей по городу. Через год по тем же улицам прошла целая колонна людей, поддержавших инициативу ветеранов. Тогда акция обрела название «Парад Победителей». В 2009 году в параде участвовало уже 20 регионов.

Ошеломительную популярность акция обрела благодаря 3 журналистам, которые заметили, что в их родном Томске ветераны все реже прихо-



На фотографии Андрей Миняев

дят на празднование Победы. Игорь Дмитриев, Сергей Лапенков и Сергей Колотовников решили, что это несправедливо. Ведь люди проливали кровь и гибли на войне. Они имеют право видеть, что их подвиг и жертвы не забыты потомками ни через 60, ни через 100 лет. Поэтому была начата подготовка полномасштабного парада с фотографиями ветеранов ВОВ. — источник: <https://bessmertnyy-polk.ru>

Практически в каждой семье есть герои. Таковы-

ми были наши бабушки и дедушки, а также отцы и матери. Речь идёт и о тех, кто прошёл всю войну до конца и смог увидеть победу, а также о тех, кто погиб в самом начале действий. Память о военных событиях не может исчезнуть бесследно. В каждой семье имеются свои истории, которые способны вызвать воспоминания о тех тяжёлых днях. Они хранятся в памяти, в письмах и фотографиях военных лет. Акция «Бессмертный полк» призвана напоминать всем и каждо-

дают им дань. Акция «Бессмертный полк» призвана сохранить в памяти людей воспоминания о Великой Отечественной войне и каждом отдельном человеке, который не пожалел отдать жизнь за правое дело. Торжественное шествие призвано показать, что большинство не может оставаться равнодушным к этому событию. Уважения заслуживают не только те люди, что пали на полях сражений, но и те, которых настигли вражеские снаряды. Акция «Бессмертный полк» - это также возможность почтить память невинно погибших в военное время. Стоит сказать, что таких было немало.

Акция «Бессмертный полк» - это словно напоминание жителям страны о тех людях, к кому судьба не была так благосклонна. Мероприятие посвящено памяти освободителям родной земли. Для каждого сознательного гражданина честь стать участником столь социально значимого проекта. Почётное шествие - это самое малое, что способен сделать каждый из нас, чтобы в народных массах жила добрая память о погибших воинах, защитниках земли и мирных гражданах. Подвиги предков должны переходить из поколения в поколение. Это единственно правильный путь. Источник: ООО «Регион центр»

От нашего лицея сочинение Терешина Константи́на было отправлено на III Межрегиональный конкурс творческих работ по литературе и истории «Я - гражданин России!» и получило 2 место в районе.

Г.А.Красникова,
учитель русского языка и литературы

СОВЕТ ЛИЦЕЯ**Все на субботник**

На субботник детвора
собралась вокруг,
Мама, папа, брат, сестра
и самый лучший друг.
Взяли грабли,
стали чистить весь наш
школьный двор.
Из кучи листьев
получился замечательный
сбор.
Другие классы стали чи-
стить школьные
тропинки.

Вот что занчит нногда



Активисты Совета Лицея

20 апреля состоялся об-
щегородской субботник,
в котором принял участие
Совет Лицея.

Была произведена тща-
тельная уборка террито-
рии нашего двора.
В этом году Совет Лицея
так организовал суббот-
ник: активисты расклеи-
вали объявления, агити-
ровали родственников,
соседей, друзей.

Сам субботник прошел

проводить разминки:
Мальчики и девочки
будто бы играли,
Заодно и всей природе
сильно помогли.
Я надеюсь мы все
дружно очень помогли,
Потому что вместе
этого мы поспать могли.

Алиса Сидорнеко
Е.А.Тимофеева
учитель русского языка и
литературы

что мы обошли лишь не-
большую часть экспона-
тов, но даже это надолго
запомнится.

Огромное спасибо орга-
низаторам экскурсии и со-
провождающим!

Денис Захаров

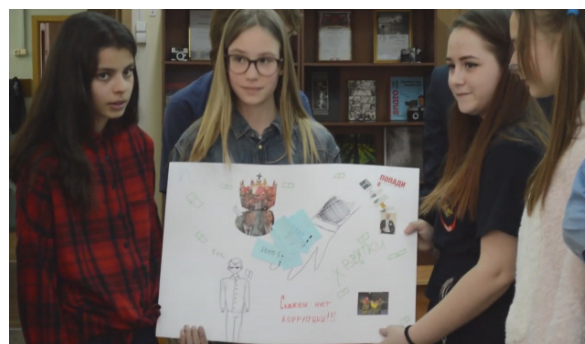
Мы против коррупции

22 апреля в Доме детско-
го творчества «Современ-
ник» состоялась районная
квест-игра «Вместе против
коррупции!». Её участни-
ками стали 6-11 классы ОУ
Выборгского района.

Команды отправились в
антикоррупционное путе-
шествие по станциям, на
которых педагоги пред-
лагали выполнить разные
задания. Ребята решали
кроссворд, рисовали агита-
ционный плакат, отвечали
на интересные вопросы.
особенно запомнилась

ребятам одна из станций
- игра «Намек понял», во
время которой надо было
при помощи пантомимы
объяснить участникам
квеста понятия, связанные
с коррупцией.

Команда нашего лицея:
Захаров Д., Гришин М.,
Булгакова Д., Осипова А.,
Джабиев Р., Шуклина А.,
Меркулов М., Димитрин
А., Трифонова П., педа-
гог-организатор Стерляде-
ва М.А. стали победителя-
ми мероприятия.



Активисты Совета Лицея на районном конкурсе

**Победители международного
конкурса**

На фотографии Софья Мержвинская и Оксана Пупкова

День военно-морского флота

22 мая активисты Со-
вета Лицея и 7»В» по-
сетили Центральный
Военно-Морской музей
(ЦВММ)

У нас было две экскур-
сии. Первая - об истории
города во время блокады
Ленинграда. «Вторая»,
самая интересная и по-
знавательная, началась в
самом музее. Экскурсовод,
честно скажу, попался от-
личный: манера, интона-
ция, с которой он расска-
зывал, сразу выдаёт в нем
специалиста своего дела.
Экскурсовод рассказал

про историю музея, со-
здание Русского флота и
много другое. Мы посети-
ли несколько залов, экспо-
зиций, выставок: это и 1
зал Славы Русского флота
с ботиком Петра 1, и экс-
позиция современного
морского вооружения, и
самолёт И-16 дважды Ге-
роя Советского Союза Б.
Ф. Сафонова, и даже па-
мятник «отцу» Русского
флота - Петру Великому.
Сегодня мы словно побы-
вали сразу в нескольких
эпохах, от 18 до 20 века.
Самое интересное в том,

7 мая в Анапе состоялся XI Междунаодный конкурс-фе-
стиваль «Созвездие талантов». Девочки из нашего лицея
Пупкова Оксана ученица 5 «Г» и Мержвинская Софья
ученица 2 «А» класса в составе ансамбля русской народ-
ной песни «Перезвон» заняли первое место.

ШКОЛЬНЫЕ НОВОСТИ**Мой мир**

12 апреля 2019 г. состоялась торжественная церемония награждения победителей XV районного антинаркотического конкурса «Мой мир». 429 работ учащихся 3–11-х классов из 35 образовательных учреждений были представлены в различных творческих номинациях. Ученицы нашего Лицея стали победителями конкурса. В литературно-художественной номинации победили А.Тукачева (учитель Н.А.Маркина), А.Дворак (учитель Е.А.Тимофеева).

В номинации «журналистика» А.Ашуров и две ра-

боты Д.Захарова (педагог М.А.Стерлядева).

В номинации «социальная реклама» победили работы Я.Захарова (Е.А.Тимофеева), Е.Шибалевой (Е.И.Суслова).

В номинации мультимедиа победили сразу три видеоработы С.Куликовой, М.Гришина, А.Андреевой и А.Осиповой (педагог М.А.Стерлядева).

Замечательно, что среди подрастающего поколения так много тех, кто проявляет свое отношение и позицию в столь важном вопросе!

Денис Захаров



На фотографии победители XV районного конкурса «Мой мир» С.Куликова, А.Осипова, М.Гришин

Лихачевские научные чтения

24 мая небольшая группа учеников 486 Лицея, в том числе и я, в сопровождении Маркиной Надежды Александровны, посетили Международные Лихачевские научные чтения-крупнейший в мире ежегодный форум гуманитарного знания.

Лично мы были в пятой секции, где победи-

тели форума читали и представляли свои работы на тему «Идеи Лихачева и современность». Было очень интересно слушать и смотреть такие качественные, увлекательные и полные смысла работы, и я очень надеюсь, что мы тоже будем участвовать в следующем учебном году.

Денис Захаров

Книжная мозаика

14 мая в рамках внеурочной деятельности «Книжная мозаика» в 1 «В» и 1 «Д» классах по теме «Детские периодические издания» прошло занятие, на котором представитель Совета Лицея Захаров Денис выступил с сообщением «Школьные СМИ». Денис рассказал ребятам, что в нашей школе издается газета «Переменка», а также кто работает над сбором статей и

фотографий, их редактированием. Первоклассники были заинтересованы и рассказом о деятельности школьного радио и кружка «Тележурналистики». Многие ребята даже захотели на будущий год записаться в этот кружок. Ребятам очень понравилось выступление Дениса.

Т.Т.Шмелева,
учитель начальных классов

День ПОБЕДЫ

7 мая состоялось совместное мероприятие, в котором участвовали Старший и Малый Совет Лицея.

Несмотря на дождливую, пасмурную погоду, нам все же удалось организовать и сходить на

Шуваловское кладбище, чтобы возложить цветы и почтить память героев Великой Отечественной войны.

А.Р.Скороплетова,
учитель начальных классов,
педагог-органizador



На фотографии А.Р.Скороплетова и активисты Совета Лицея

Будущий великий актер

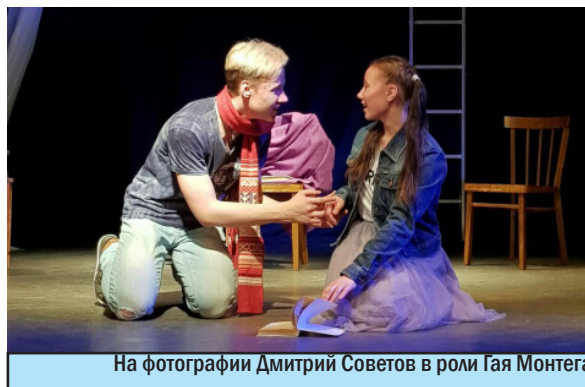
19 апреля в школе искусств №10 Выборгского района Санкт-Петербурга состоялся выпускной экзаменационный спектакль по мотивам Р.Брэдбери «451 градус по Фаренгейту». Главную роль Гая Монтега сыграл ученик нашего Лицея Дмитрий Советов.

Работа над этим спектаклем длилась весь год. Дмитрий выступил одновременно в роли актера, режиссера и звукорежиссера. Премьера увенчалась успехом, зрители испытали восторг.

На вопрос учителей: «Почему ты решил стать актером?» он ответил:

«Любовь к театру у меня родилась с детства, так как я рос в семье актеров. Мой

отец при жизни был профессором Российского Государственного Института Сценических Искусств. Поэтому у меня была возможность наблюдать как обучаются актеры. Он водил меня на спектакли и зачеты. Все это вдохновило меня на выбор будущей профессии. Мой нынешний педагог Черникова Н.С. училась у моего папы».



На фотографии Дмитрий Советов в роли Гая Монтега

ШКОЛЬНАЯ ЖИЗНЬ

Сестрорецкий рубеж

29 апреля и 8 мая учащиеся 1б, 1д, 2а классов лицея № 486 вместе с классными руководителями Рожковой И.И. и Скороплётовой А.Р.в сопровождении родителей посетили Мемориальный комплекс «Сестрорецкий рубеж» на 37 км Приморского шоссе.

История Сестрорецкого рубежа

Сестрорецкий рубеж являлся частью фортификационных сооружений Карельского укрепленного района (КаУР) Линии Сталина. В 30-х годах прошлого столетия Линия Сталина начала распро-

не являлся местом ожесточённых боёв. Следует отметить, что КаУР со своими батальонными районами фактически является единственным рубежом, который в 1941 году не смогли преодолеть вражеские захватчики.

Ключевым объектом

питание, ночлег и пр.)

Сестрорецкий рубеж сегодня

Комплекс «Сестрорецкий рубеж» был заброшен на протяжении нескольких десятков лет. Сегодня стараниями общественных организаций сам форт и близлежащая территория постепенно приводится в порядок и уже принимают своих посетителей. В музее проводятся экскурсии, устраиваются реконструкционные битвы, а в окрестностях участники военно-патриотических организаций ведут поиски

новятся частью экспозиции музея «Сестрорецкий рубеж».

В сквере на подступах к мемориалу посетителей встречает памятник пограничнику А.И.Коробицыну и два пограничных столба, найденных поисковиками и поставленных, в память о героях, защищавших границы Отечества в начале прошлого века. Интересной особенностью музея является его интерактивность, которая позволяет не только увидеть экспонаты музея, но и



страняться вдоль границ Советского Союза. Строительство Карельского укрепленного района началось в 1928 году, а Сестрорецкий рубеж начал возводиться в 1938 году. Необходимость строительства этого форта обуславливалась наличием границ финского государства в 40 км от него. К началу Великой Отечественной войны комплекс не был полностью оборудован. В полную боевую готовность Сестрорецкий рубеж был приведён только в 1942 году.

Во времена Великой Отечественной войны оборонительный комплекс под Сестроречком сыграл немаловажную роль в защите Ленинграда, хотя и

комплекс Сестрорецкий рубеж было артиллерийское сооружение, военное название – полукапонир, которое благодаря своим огромным размерам получило позывной «Слон», в форте размещалось до 36 человек гарнизона. Он простреливал подступы к реке Сестра и железнодорожный мост. Комплекс был оборудован долговременной огневой точкой (ДОТ), танковыми огневыми точками (ТОТ), пулемётными орудиями. Вентиляционная система форта обеспечивала фильтрацию воздуха, электрогенератор обеспечивал бесперебойную подачу энергии на протяжении трёх суток. Быт солдат был хорошо обустроен (вода,

свидетельств боёв, которые велись здесь во время Великой Отечественной войны. Предметы, найденные во время таких походов, как правило, ста-

стать частью форта, ощутить то, что чувствовали солдаты, защищавшие Родину в годы войны.

учителя А.Р.Скороплётова и И.И. Рожкова

Последний звонок



9 «В» класс

22 и 24 мая состоялось торжественное мероприятие для 9-х и 11-х классов «Последний звонок!»



ШКОЛЬНАЯ ЖИЗНЬ (спорт)**Готов к труду и обороне!**

7 апреля 2019 года в спортивном комплексе Легкоатлетического манежа, состоялись соревнования по выполнению испытаний ВФСК «Готов к труду и обороне» в рамках Спартакиады семейных команд Санкт-Петербурга.

Наш район в категории «папа и ребенок младшего возраста» представляла семья Филипповых.

Каждая из семейных команд продемонстрировала свои силы в 6 испытаниях.

Самый лучший результат в команде Выборгского района показала семья Филипповых – они стали бронзовыми призерами в своей категории. А Марк Филиппов, ученик 3 «А» класса, установил рекорд, выполнив 210 отжиманий.

Мы от всей души поздравляем семью Марка с отличным выступлением.

Гуля Иванютина,
учитель физкультуры

Подводя спортивные итоги учебного года в начальной школе, важно отметить возросший уровень физической подготовленности учеников, по сравнению с началом учебного года.

С помощью тестирования, проведенного в начале и конце учебного года, можно проследить повышение физической подготовленности учащихся в среднем на 35 процентов.

В течение всего учебно-

го года были проведены соревнования среди 2 классов: веселые старты, спартакиада по трем видам многоборья среди 3-4 классов и чемпионат начальной школы по Пионерболу среди 3 классов. Проведенная в лицее неделя физической культуры показала отличную теоретическую подготовку учеников: блестящие знания истории олимпийских игр, в судействе игры «Пионербол» и основы знаний о здоровом образе жизни. Желаем всем отличного настроения, новых достижений и побед.

Гуля Иванютина,
учитель физкультуры



На фотографии сборная команда учителей

Наш лицей, по приятной традиции, показывает высокие результаты по показателю участия в тестировании по выполнению испытаний ВФСК «Готов к труду и обороне».

В этом году на тестирование ГТО записалось 126 человек, но в реальности участвовало еще больше.

Ученики начальной школы на протяжении всего учебного года готовились к испытаниям, и мы уверены, что все участники выложились на сто процентов и доказали самим себе, что они самые сильные и выносливые.

Если вы еще не успели участвовать в сдаче норм

Всероссийского физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне», то в новом учебном году приглашаем всех желающих принять участие в движении ГТО. Присоединяйтесь!

Гуля Иванютина,
учитель физкультуры



ШКОЛЬНАЯ ЖИЗНЬ (увлекательный английский)**I love active reading**

16 марта учащиеся 8-9 классов лицея приняли участие в ежегодном конкурсе по чтению I Love Active Reading, которое проводит издательство Pearson. Хочется поблагодарить ребят за их за творческий подход, целеустремленность и кропотливую работу, проведенную в течении года.



На фотографии Д.Петров, В.Годунов, Ю.Каверина, А.Теплова

Welcome to London

Весенние каникулы для некоторых учащихся 8-10 классов и учителей английского языка Петровой Ирины Александровны и Кляузовой Вероники Юрьевны прошли край-

не необычно и незабываемо. В течении многих лет мы изучаем английский язык: составляем диалоги, читаем тексты о Великобритании, рассматриваем картинки досто-

примечательности, задаваясь вопросом, а сможем ли мы увидеть эти места в реальности... И вот он ЛОНДОН. Он встретил нас прекрасной погодой, цветущими магнолиями и вишневыми деревьями. Не возможно выразить словами тот восторг, который мы испытали осознав что мечта стала явью. Мы поселились в маленьком уютном отеле рядом с прекрасным Гайд парком, что давало нам великолепную возможность в свободное от экскурсий время прогуливаться по центру Лондона, наслаждаясь видами этого удивительного города. Мы побывали у Букингемского дворца, где проживает королева,

съездили в Виндзорский замок. В Тауэре мы посетили сокровищницу королевских драгоценностей и увидели ослепительную коллекцию корон королевы. Было очень интересно взглянуть на знаменитые символы Англии – бифиторов, черных воронов, Белую башню и Тауэрский мост. Незабываемые впечатления оставили прогулки по великолепным паркам Лондона.

Трудно передать словами весь восторг от нашей поездки. Лучше один раз увидеть, чем услышать. Присоединяйтесь к нам в следующем году.

И.А. Петрова, В.Ю.Кляузова
учителя английского языка

Step up to success

Спустя неделю после каникул 6 апреля Ассоциация языковых школ провела городскую олимпиаду для школьников 2-8 классов. В олимпиаде приняли участие учащиеся 3-х классов (учитель Жукова

Екатерина Михайловна), 4-х и 6-х классов (учитель Курохтина Ирина Николаевна) и 8-х классов (учителя Петрова Ирина Александровна и Кляузова Вероника Юрьевна).



На фотографии делегация учеников из 8-10 классов в Лондоне

ШКОЛЬНАЯ ЖИЗНЬ (увлекательный английский)**Курсы журналистики
по-американски**

В апреле в РГПУ им. Герцена проводились курсы журналистики с американским профессором Нэнси Бахалтэр. Нам повезло попасть на них. О чем это было? Нам рассказывали про то, как найти творческую идею, которая зацепит читателя. Затем про структуру статьи. Кроме того, нам рассказали про авторские права, плагиат и как его избежать. Мы поговорили и о том, как отличить фальшивую новость и пропаганду от реальной, достойной внимания статьи и как не попасть на фальшивый веб-сайт, который заполнит компьютер вирусами. Кроме того, помимо нас, на другой стороне земного шара в одной из школ Сиэтла ее ученики тоже трудились над статьями и связывались с нами по электронной почте, чтобы вместе разви-

ваться и просто общаться с такими же подростками, которые тоже увлекаются журналистикой, но в другой стране. Вместе с тем мы иногда отвлекались на обычные беседы о разнице жизни в разных странах, Нэнси рассказывала нам о своих путешествиях. Как итог мы написали свои статьи на английском языке и сделали из них небольшую газету. В ней собраны самые разные темы: скейтбординг, рок-музыка, иммиграция и многое другое. Это был замечательный опыт, позволивший нам понять не только то, что статьи писать намного легче, чем нам казалось, но и осознать, что наш уровень английского благодаря школьным урокам позволяет нам полностью понимать и свободно общаться с иностранцами.

Надежда Лощинина
ученица 10 «Б» класса

**Современные проблемы
экологии**

На фотографии ученики 4 «Б» класса
И.Н. Курохтина и Н.А.Маркина

В наше время экологические проблемы не чужды никому что подтверждают конференции и конкурсы, проводимые школами нашего города. В этом году мы впервые приняли участие в IV фестивале школьников и учителей на английском языке «Современные проблемы экологии,

окружающей среды и здоровья человека.» На ряду с ребятами из 10 «Б» класса группа Вероники Юрьевны, со спектаклем «Про капусту» с театральными постановками выступили учащиеся 4 «Б» класса (спектакль «Сломанное колесо») и 4 «В» класса (спектакль «Медведь и лесорубы»).

На уроках русского языка с Надеждой Александровной и Еленой Александровной ребята писали сказки на заданную тему, из которых потом были выбраны лучшие для постановки на сцене. К следующему этапу работы подключились учителя английского языка Ирина Александровна и Ирина Николаевна и помог-

ли перевести ребятам текст. Несмотря на то, что Ирина Николаевна пришла в нашу школу недавно, она активно и творчески включилась в работу и благодаря слаженной работе учителей и ребят все команды участники стали лауреатами и дипломантами фестиваля.

Кошмар перед Рождеством

2019 год объявлен годом театра и ребята нашего лица подготовили на районный конкурс, который проходил в школе №60, несколько миниатюр. Так 8 «Б» класс (учителя Кляузова Вероника Юрьевна и Петрова Ирина

Александровна) выступил со спектаклем «Кошмар перед рождеством» и занял III место. А 4 «Г» класса под руководством Ирины Николаевны Курохтиной представил мини постановку «Утренняя суета», которая принесла им I место.



На фотографии ученики 4 «Г» класса

**Победа на Всероссийском
уровне**

В нашем современном полном технологичном мире можно не только принять участие в конкурсе прочитав книгу или поставив спектакль на сцене, а снять видео и обработать его так, что бы работа была завораживающей.

Ларчин Артем, Борисов Филипп, Печорина Валентина (5 «Б» кл.), Козлякова Дарья (8 «В» кл.), Лощинина Надежда и Советов Дмитрий (10 «Б» кл.) подготовили театра-

лизованый пересказ прочитанных ими на английском языке книг вместе с Вероникой Юрьевной и Ириной Александровной.

Хочется сказать спасибо Стерлядовой Марине Александровне и Советову Дмитрию, которые помогли отснять и смонтировать оригинальные, реалистичные видео. Работа Советова Дмитрия принесла ему победу на Всероссийском конкурсе.



На фотографии Д.Советов

Закаливание

Закаливание - это отличное средство иммунитета и избавления от многих сезонных и даже хронических вирусных заболеваний. Оно помогает улучшить физ. форму, нормализовать работу многих систем организма. В предверии лета нам удалось узнать рекомендации по оздоровлению летом унашего лица.

- Олеся Славовна, расскажите немного о себе для знакомства с нашими читателями.

- В медицину я пришла в осознанном возрасте, имея за плечами полиграфическое образование. До школы работала в госпитале ГУВД. У меня две дочери - старшая учится в институте, младшая в 4-ом классе. **- Родители часто задают вопрос, почему „незакаленные“, дети так часто простужаются?**

- Известно, что при воздействии холода сосуды сужаются и организм с помощью методики закаливания выбирает индивидуально, в зависимости от возраста ребенка и состояния его здоровья. Ребенка неадаптированного к плохой погоде температура полости снижается на два градуса, следовательно, вдыхаемый воздух хуже нагревается, а вирусы быстрее размножаются, попадая в нижние отделы дыхательных путей. А вот при закаливании температура в полости носа снижается на 0,5 градуса. Вследствие этого реакция сосудов становится более умеренной, усиливаются процессы обмена, повышается устойчивость со-

судистой и дыхательной систем, а значит увеличивается сопротивляемость организма.

- Но как же нужно правильно закаливать ребенка?

- Поскольку теплопроводимость воды в тридцать раз больше чем у воздуха, водные процедуры - это более мощное влияние на организм, чем просто воздушные процедуры. Методику закаливания вы-



На фотографии Олеся Славовна Пупкова, медсестра лица №486 Выборгского района Санкт-Петербурга

бирают индивидуально, в зависимости от состояния его здоровья и возраста ребенка.

- Есть ли какие-нибудь противопоказания для проведения процедур закаливания?

- Да, есть несколько противопоказаний, например, острые заболевания, а также при состоянии, сопровождающимся лихорадкой или при перинатальном поражении ЦНС. Очень важно перед началом закаливания провести комплексную оценку со-

стояния здоровья ребенка (рост, вес, заключение невролога, офтальмолога, хирурга-ортопеда). После этого можно подобрать процедуру закаливания.

- С наступлением лета многие стремятся уехать на юг, но можно ли закаливать ребенка на море?

- До наших дней дошла цитата известного древнегреческого драматурга Еврипида, который сказал: «Море лечит все болезни», а знаменитый древнегрече-

зонный ОРВИ?

- Прежде всего, это употребление некоторых продуктов. Расскажу про несколько из них.

Мед. Эффективное средство против респираторных заболеваний. Его можно употреблять как в качестве общеукрепляющего лекарства, так и в качестве противовоспалительного и антисептического средства.

Горчица. Это отличный способ нейтрализовать последствия переохлаждения организма. Если вы замерзли, попали под дождь, обязательно сделайте горячую ванночку для ног с горчичным порошком или насыпьте горчицу в носки на ночь - отличный согревающий эффект и стимуляция иммунитета будет обеспечена.

Соль и вода. Самый простой и доступный способ, который очищает слизистую носа и горла от патогенных микроорганизмов. Эти и другие средства помогут защититься от сезонных ОРВИ.

- Чтобы вы пожелали читателям «Переменки»?

- Я желаю всем читателям хорошо отдохнуть, насладиться солнцем, природой! Поменьше сидеть в гаджетах, больше гулять, плавать, заниматься спортом, чтобы к сентябрю вернуться в школу здоровыми и окрепшими для получения новых знаний. **- Спасибо Вам за прекрасное интервью! Очень надеюсь, что многие последуют вашим рекомендациям и с наступлением лета начнут укреплять свой иммунитет.**

Денис Захаров

ский целитель Гиппократ выразился так: «Море - лекарство от всех болезней». Несомненно, море очень подходит для закаливания, но желательно ехать не в самую жару и не менее чем на три недели, чтобы организм благополучно прошел процесс акклиматизации. Наилучшее время для проведения водных процедур - утро до 11.00 часов и вечер, после 16.00. **- А есть ли нетрадиционные способы по профилактике се-**

Школьная газета «Переменка» государственного бюджетного общеобразовательного учреждения лицея №486 Выборгского района Санкт-Петербурга. Периодичность: 1 раз в квартал. Адрес редакции: г. Санкт-Петербург, ул. Композиторов д. 11 к. 2. Подписана в печать 19 июня 2019 г. Васильевой Ю. В. Тираж: 200 экземпляров.

Главный редактор

Ю. В. Васильева

Автор проекта

М. А. Стерляева

Литературный редактор

Г. А. Красникова

Технический редактор

М. А. Стерляева

Дизайн, верстка, контент

М. А. Стерляева

Корреспондент

Д. Захаров

Над выпуском работали:

Л. Р. Скороплетова,

И. А. Петрова, В. Ю. Кляузова, Г. А. Иванютина