



Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Лицей №2»

# Лицей news

№ 76 апрель 2012

## Виват, ассамблея!

Ассамблея – это праздник,  
Ассамблея – путь побед,  
Это творчество и поиск,  
И проблемы, и ответ.

Для лицея словно веха  
Ассамблея на пути  
В ней все отзвуки успеха  
И задачи впереди.

Пусть приходит год от года  
Этот праздник в наш лицей,  
Дарит радость и поддержку,  
Новых спонсоров, друзей!

Скоро! Скоро! Состоится долгожданный  
торжественный и волнующий праздник! Мы ждём от  
него веселья, лёгкости, непринуждённости.  
Зазвучат приветствия, поздравления, напутствия...  
А потом, наверное, будут яркие выступления  
лицейстов и аплодисменты...

Мы ждём этот праздник, потому что он посвящен  
всем учащимся нашего лицея, тем знаниям, которые  
мы получили благодаря учителям... Зазвучит гимн...  
И сами собой рождаются поэтические строчки:

Избрали мы тропу ученья.  
Благослови нас, наша Русь!

Гранит науки, без сомненья, я разгрызу...

Клянусь! Клянусь!

И, как великий Ломоносов,  
Похвал учителя добьюсь,  
С науки мраморных утёсов  
Я не сорвусь...

Клянусь! Клянусь!

И коль достигну, несомненно,  
Вершины, славой не упыюсь,  
Лицей любимый непременно  
Я навещу!

Клянусь! Клянусь!

Совет лицея

### Сегодня в номере

Дела лицейские...  
Поздравляем победителей!  
Юбилей Распутина  
посвящается  
Поэтическая страничка  
Путь к успеху  
Семь законов  
здорового питания



# Дела лицейские...

2

О самых интересных событиях в лицее рассказала Мухоедова Людмила Валерьевна, завуч по воспитательной работе:

- Вот и подошло время ежегодной ассамблеи. Настало время подведения итогов. И в первую очередь нужно отдать должное деятельности совета лицеистов, без которого внеклассная жизнь лицея была бы не такой насыщенной и интересной.

В начале своей работы совет лицеистов поставил для себя определенные задачи и все это время пытался их реализовать. Аббревиатурой совета стало слово ПОКА, то есть Планируем, Организуем, Контролируем, Анализируем – это и есть основная функция совета лицеистов как органа самоуправления. За этот год, на мой взгляд, совет вырос и вырос очень сильно в плане организации, подготовки и проведения внеклассной работы. Появились свежие силы среди девяти и десятиклассников.

Действительно, во втором полугодии было проведено много ярких, замечательных мероприятий: «Вечер встречи выпускников», месячник военно-патриотического воспитания, тематические классные часы, встречи с воинами-интернационалистами, с ветеранами, с тружениками тыла, фотоконкурс «Пою, моё Отечество», конкурс чтецов, встреча с клубом собаководства «Олимп»,



игры: «Зарница», «Военный полигон», - соревнования по волейболу и баскетболу.

В марте советом лицея был подготовлен благотворительный концерт для общества инвалидов «Оптимист». На каникулах проведена экскурсия на БрАЗ (9-11 классы).

Ребята 7А класса успешно выступили в городском конкурсе инсценированной песни и заняли первое место. Взаимодействие лицея с социумом микрорайона, города – деятельность, которую планируют и организуют, прежде всего, классные руководители. В течение всего года прослеживалась тесная взаимосвязь с драматическим театром, ОДШИ, центром репродуктивного здоровья «Ариадна», городской библиотекой, выставочным залом, юношеской библиотекой, ООО «Оптимист», приютом «Дружок». Налажено очень активное взаимодействие лицея с различными учреждениями города, школами, вузами. Появились новые идеи, перспективы... Я желаю всем лицеистам огромной творческой энергии, успехов в учебе, исполнения всех желаний и новых блистательных побед.

Мухоедова Л.В., завуч по воспитательной работе

## Поздравляем активистов!

Победителями в номинации «Активист» стали самые творческие ребята: Фадеева Валерия (9В), Труш Игорь (10А), Лень Дмитрий (10А), Волкова Юлия (6Г), Рыжова Полина (6Г), Большаков Илья (10Б), Оржиховский Ярослав (10В), Костылев Никита (6Г), Чеснокова Даша (8В), Малышева Алина (6А), Рева Лиза (9Б), Баранова Дарья (10В), Савертокина Софья (8А), Машукова Татьяна (9Б), Подольская Наталья (10Б), Исаев Никита (11В), Руднева Галина (11В), Мылков Евгений (10Б), Решина Виктория (6В), Плоткина Елизавета (6Г), Чащина Мария (6В). Поздравляем!

### В номинации «ЗОЛОТЫЕ РОССЫПИ ЛИЦЕЯ»

поздравляем с победой Кирову Дарью (11В), Мамонова Дмитрия (11А)



### В номинации «НАДЕЖДА ЛИЦЕЯ» победителями стали

Галюк Семен (7А), Соколовская Ангелина (8Б), Гвон Диана (5Б), Терлыга Никита (8Б), Бондарчук Дарья (8Г), Короленко Анастасия (8Г), Кириевская Яна (8В), Ларионова Юля (8Г), Пиликуев Андрей (8Б), Каверзина Анастасия (7А), Лилянская Виолетта (8А), Овчинников Александр (9А), Ражев Миша (9А), Глебушкин Иван (9А), Хаперская Настя (9Б).

### В номинации «ОТКРЫТИЕ ГОДА» за особые достижения в творчестве были отмечены

Скакунова Ксения (6Б), Думбрис Валя (5Б), Белов Никита (5Б), Кузнецов Никита (6Б), Лыжина Римма (8Г), Петруня Алена (11Г), Федорович Женя (6Б), Кибирева Мария (6Г), Зартдинова Таня (8Г), Кравчук Алена (8Г), Гирько Наталья (9В), Доленко Катя (9В), Исько Илья (5Б), Соколов Глеб (5Б), Бобкова Алина (6А), Извекова Мария (6А), Войнаровский Василий (5А), Дейлова Настя (6Д), Пестюрин Иван (6Б), Чубарь Саша (6А), Фунтикова Лиза (5А), Чабан Степа (6Б), Никонов Семен (5Б), Лыжина Римма (8Г), Кузнецов Никита (6Б).

### В номинации «НАУЧНЫЙ ПОИСК» победителями стали

Рябова Мария (9Б), Янчукович Павел (9Б), Мартынова Алена (9Г), Манукян Левон (9Б), Баженова Анастасия (9А), Гладышева Анастасия (10Б), Болдырев Антон (10Б), Сухарников Владислав (9А), Набокина Кристина (11А), Козырева Валентина (11В), Гусев Максим (11Б), Мамонов Михаил (5В), Исаев Никита (11В), Логненко Илья (11В), Королев Павел (11В), Мотовилова Анна (11А), Денисова Ксения (9Г), Стахив Василий (11А), Стахив Владимир (10А), Солодков Марк (9А), Веснина Виталия (9Б), Доленко Катя (9В), Шутов Илья (9А), Клепов Никита (9В), Синицина Лиля (9Б), Кожухарь Анастасия (11А), Васильев Егор (11Б), Соколов Кирилл (11В), Феоктистова Наталья

(11Б), Щекотовский Вячеслав (11А), Костюченко Кристина (10В), Азизова Шовкет (9А), Гарипова Мария (11Г), Шунаев Никита (11Г), Лащук Настя (11В), Кравчук Илья (10Б), Таханова Дарья (10В), Зазулин Александр (10Б), Руднева Галя (11В), Дряницын Алексей (11Б), Хузин Руслан (11Б), Кошелик Жанна (10В), Мылков Евгений (10Б), Травин Василий (10В), Любимов Егор (10Б), Сухарев Филипп (10А), Набокина Кристина (11А), Казанцев Арсений (7А), Истомин Кирилл (8Б), Михайлов Антон (8А), Антонов Артем (9А), Завьялова Анастасия (11Б), Гаспарян Гаянэ (11Б), Обухова Татьяна (11Г), Соловьева Ангелина (9В).

### В номинации «ЮНЫЙ ЭРУДИТ» победу одержали



Волошук Евгений (5Б), Илюхина Елена (5В), Кулешов Андрей (8А), Михалюк Евгений (6Б), Мухоедова Татьяна (5А), Горшков Егор (7В), Овод Иделина (6Д), Плоткина Елизавета (6Г), Соколов Глеб (5Б), Ильченко Дмитрий (6В), Дормастукова Карина (5В), Бочкар Наталья (5Г), Быстров Павел (5А), Петрова Арина (6Б).

### В номинации «КОМПЬЮТЕРНЫЙ ГЕНИЙ» поздравляем

Чистякову Юлию (10Б), Ефимова Владислава (10В), Игнатову Анастасию (11А), Петрушкину Яну (10Б), Болдырева Антона (10Б), Литвинцева Павла (6В), Никонова Семена (5Б), Симакову Настю (6В), Исько Илью (5Б).

### Усердие окупится...



Ежегодно в лицее проводится множество конкурсов и олимпиад, и каждый лицеист может в них принять участие. Это стоит того. Можно получить хорошие призы при победе, опыт при простом участии. На ранних этапах олимпиад ты закрепляешь свои знания, полученные в ходе занятий. Но в заданиях школьного тура уже есть такое, над чем стоит хорошо подумать, что уже выходит за рамки программы. Именно умение не бояться трудностей отделяет действительно талантливых учеников от тех, кто не ставил перед собой цель выполнить олимпиаду полностью.

Увлекаясь разными дисциплинами, я регулярно участвую в конкурсах, пытаюсь занять призовые места, накапливаю знания. В этом году было огромное количество событий. Не буду перечислять все, но мне удалось стать участником III интеллектуального турнира чемпионов «Лидер». Он проходил в Екатеринбурге. Я хотел занять призовое место и не поверил своим глазам, когда увидел результаты. Победа! Может быть, это чистое везение, но сам факт этого резко поднял самооценку.

Через месяц я стану девятиклассником. Меня ждут самые главные школьные олимпиады, где приз – место в университете! Мой опыт должен помочь в достижении цели. Если ты хочешь стать интересным человеком и получить в будущем хорошую специальность – стоит участвовать в олимпиадах и конкурсах. Усердие обязательно окупится.

Михайлов Антон, 8А

## Я полюбил олимпиады и конкурсы...



С первых школьных дней я не только стал учиться на «отлично», но и полюбил различные олимпиады и конкурсы.

Благодаря моей замечательной первой учительнице – Светлане Викторовне Денисенко – уже во втором классе я участвовал в игре «Русский Медвежонок», где занял первое место в Иркутской области и второе в России. В четвёртом классе победил в городской и региональной олимпиадах по русскому языку. Моя исследовательская работа на тему «Гарри Поттер» Джоан Роулинг: секреты популярности» заняла первое место в научно-практической конференции «Юные исследователи».

Когда я пришел учиться в лицей, то очутился в атмосфере творчества и науки среди лучших из лучших талантливых одноклассников и замечательных учителей: Коневои Веры Юрьевны, Пестеревой Виктории Александровны, Бухариной Нины Яковлевны и многих других. Здесь, в лицее, я продолжил участие в олимпиадах, конкурсах, интернет-тестировании по различным предметам и областям знаний.

Мне нравится читать интересные книги по языкознанию, они помогают мне побеждать в конкурсе «Русский Медвежонок», в различных гуманитарных номинациях Обнинской олимпиады «Познание и творчество», в Международной Олимпиаде по основам наук по русскому языку и литературе.

Интерес к занимательным фактам, делам давно минувших дней со временем перерос в любовь к истории – Истории Отечества, Всемирной Истории. Став старше, я начал изучать жизнь современного общества, основы экономики и правовой культуры, благодаря чему мне в этом году удалось победить в городских олимпиадах не только по истории, но и по обществознанию, с командой лица заняв первое место в конкурсе «Правовой эрудит». Мне всегда был интересен не только родной, но и английский язык. Не только потому, что знание языка поможет мне в будущей карьере, но и потому, что today English is a language of world communication, computer technologies, the Internet and great classical literature. Я стараюсь читать английскую классику в оригинале. С удовольствием прочитал «Алису в стране чудес» и шекспировского «Гамлета». Есть в моем портфеле диплом победителя городской олимпиады, призера Международного конкурса «BRITISH BULLDOG», призёра Обнинской олимпиады.

Математические, компьютерные и естественнонаучные конкурсы и олимпиады тоже не прошли мимо меня. Я увлекаюсь компьютерной графикой, редактором Photoshop, и мне удалось хорошо выступить на творческих конкурсах, посвящённых графическому дизайну. С детства я полюбил чтение, интересовался классической литературой и фантастикой, историческими романами и поэзией. Я сочинял и сочиняю юмористические стихотворения и басни, стихи о природе, раньше писал сказки, а сейчас пытаюсь написать серьёзную книгу о

выдуманном мире.

Большой радостью для всей нашей семьи стало то, что в 2011 г. меня наградили стипендией мэра г.Братска и премией губернатора Иркутской области. Эти немалые для школьника деньги я хочу потратить на свои увлечения. Меня всегда привлекало коллекционирование, и я увлёкся нумизматикой и бонистикой. Поначалу, как и многие, я собирал памятные десятирублёвые монеты, привозил мелочь из своих поездок или получал от родственников деньги тех стран, где они побывали. Но сегодня я всерьёз занялся своей коллекцией. В ней присутствуют такие интересные экземпляры, как старинные русские деньги – монета времён ордынского ига, денга XVIII века, а также банкноты разных стран мира – от Белоруссии до Северной Кореи.

Я еще не выбрал свою будущую профессию. Меня интересуют гуманитарные, общественные науки и естественные, например, химия – предмет, который мы начали изучать в 8 классе.

В следующем году я планирую обязательно принять участие в научно-практической конференции. Надеюсь, что в 9 классе мне выпадет честь представлять наш город на региональных олимпиадах, в будущем мечтаю поучаствовать в замечательной телевизионной олимпиаде «Умницы и умники». И конечно, очень хотелось бы побывать на родине английского языка, в Великобритании, увидеть своими глазами достопримечательности Лондона.

Истомин Кирилл, 8Б,  
победитель городского конкурса  
ученических портфолио

### В номинации «ОТЛИЧНИКИ» за высокие достижения были отмечены

Антонов Артем (9А), Подольская Наталья (10Б), Варданян Аида (6Д), Дейлова Настя (6Д), Вигдорчик Виталий (6Д), Волковский Борис (7В), Истомин Кирилл (8Б), Михайлов Антон (8А), Кенжаев Тимур (6Д), Обухов Петр (6Г), Мазманян Офелия (5В), Кузнецова Настя (10Б), Исько Илья (5Б), Алексанян Алекс (6Д).

### В номинации «ЛИЦЕЙСКИЙ ОЛИМП» лучшими стали

Скойбеда Евгений (11А), Кондратьев Николай (11А), Каленчук Анатолий (6В), Голик Миша (6Б), Баев Владимир (6Г), Постнов Андрей (6Г), Шехов Егор (6Г), Карнаузов Никита (6Б), Аблогина Анна (6А), Манакова Марина (6Б), Кузина Настя (6Б), Пидотова Диана (6Г), Левкина Нина (6А), Каркавина Ксения (6Б), Тян Олеся (6А), Демидов Евгений (11Г), Кияшов Антон (11Г), Кожевин Илья (11Г), Мазуренко Никита (11Г), Морковкин Игорь (11Г), Ларионов Влад (11Г), Селезерцев Анатолий (11Г), Соколова Катя (11В), Сутько Таня (11Г), Логненко Семен (6Д), Чабан Степан (6Б), Никитин Артем (6Б), Логненко Илья (11Г), Чуйкевич Степан (11Г), Моделян Артем (8А), Стругинский Герман (7А), Казимирчик Федор (7А), Рябцева Татьяна, Соколов Кирилл (11В), Тарасова Анита (11В), Обухов Петр (6Г), Ильченко Дмитрий (6В), Петруня Алена (11Г).

## Давайте будем милосердными!

«Инвалид - это отсутствие Духа, а не части тела». Я согласен с этим высказыванием: очень часто видишь по телевизору, в интернете и других СМИ информацию о людях с ограниченными возможностями, о людях, которые готовы бороться, борются за свою жизнь и выражают благодарность Богу за то, что он дал им такое чудо, как жизнь. Эти люди не сдаются, а продолжают жить, проводить время с близкими, радуются каждому прожитому мгновению, не падают духом. Они дарят тепло и радость окружающим, но общество, к сожалению, не отвечает взаимностью.

Общество презирает таких людей, относится к ним как к ущербным: для них инвалиды занимают самую низкую нишу в обществе. Некоторые подростки любят подшучивать над инвалидами, хотя, сами того не понимая, грубыми словами наносят человеку «удар прямо в сердце». Ограниченные в возможностях дети, взрослые, старики - это те же люди. Да, они многое не могут делать

физически, но это не значит, что к ним нужно так относиться.

«Если вас унизили, посмеялись вслед или презрительно назвали инвалидом, помните: дураков на свете мало, но они расставлены так грамотно, что встречаются на каждом шагу. Не обижайтесь на них, ведь зло имеет тенденцию возвращаться к тому, кто его выпустил», - прочитал я на одном интернет-сайте сообщества людей-инвалидов. Вообще я считаю, что нужно убрать слово «инвалид» из повседневной речи, это слово звучит как приговор, ведь люди не виноваты, что с ними судьба сыграла такую злую шутку, обычно в этом виноваты или родители, или несчастный случай.

Хочется закончить размышление небольшим высказыванием оптинских старцев: «Бывает, что болезнь схватывает, чтобы пробудить душу заснувшую.» Давайте же будем милосердными!

Гришин Марк, 8Б



Выступление лицеистов с концертом для общества инвалидов «Оптимист»

## О фотовыставке «Пою, мое Отечество!»

Недавно, проходя по холлу, я увидела большое количество фотографий. В лицее такую большую и красивую фотовыставку я видела впервые. Мне стало интересно. Первое, что обратило на себя внимание, – множество фото с изображением красивых мест. «Интересно, где это?» - подумала я сначала. И очень сильно удивилась, когда поняла, что это Братск. Как часто мы живем и не замечаем красоты окружающего нас мира! И в нашем городе есть столько прекрасного. Надо только уметь разглядеть эту красоту.

Фотографии, представленные на выставке, вызывают какие-то особые, патриотические чувства у любого, на мой взгляд, даже самого равнодушного человека.

Когда я полностью рассмотрела все фотографии, возникло желание и самой принять участие в подобном конкурсе. Но был уже конец четверти, и подходящих снимков у меня не нашлось.

Очень хотелось, чтобы такие фотовыставки устраивались чаще. Тогда, я уверена, в лицее и во всей нашей стране будет больше патриотов и активистов.



Игнатова Настя, 11А



Голюдова Алина, 8А

# С победой в финале КВН!

6

22 апреля состоялась финальная игра КВН юниор-лиги. В ней принимали участие 7 команд: «Попкорн», «18 минус», «Мы похожи» и многие другие. Ну и, конечно же, «Сборная лица №2» - наши любимые лицеисты. Ребята сильно выделялись среди других команд. Они отлично подготовили приветствие за что и получили высший балл. В последнем музыкальном туре наши участники доказали, что достойны первого места. Они долго и упорно трудились и, я думаю, что они заслужили высокую оценку. Все команды играли хорошо. Стоять на сцене - это уже здорово! Не каждый сможет выйти и достойно показать себя. Когда ты стоишь перед огромным количеством

людей и нужно что-то говорить, делать, то у тебя внутри все сжимается и думаешь, что не сможешь победить. Но тут зал начинает аплодировать, ты чувствуешь эту поддержку, делаешь вдох и начинаешь. Начинаешь и понимаешь, что это счастье - стоять на сцене. А ребята выступили на «отлично». Мы все в них верили и знали, что первое место наше. И вот настал этот момент, которого мы все так долго ждали... Оглашение результатов. Пятое место, четвертое, третье... И вот: «Первое место занимает «Сборная лица №2». Все аплодируют, кричат. Мы счастливы. Для ребят из 11 класса это было последнее выступление. На глазах

слезы, но это слезы радости. У нашей команды все получилось, все, к чему они так стремились. Кто-то не верил, что все уже прошло... Завершение сезона. Все так ждали этого дня, а команды репетировали, репетировали... Проводили вместе на сцене большое количество времени и, я думаю, очень сблизились. Я очень рада, что смогла попасть на финал КВН, посмотреть на лучшие команды, увидеть действительно достойную игру. Вернулась домой с уймой впечатлений и отличным настроением. Спасибо командам! Все молодцы! Еще раз хотелось бы поздравить наших лицеистов с победой. Мы все желаем им удачи в дальнейших играх.

Филичева Екатерина, 8А



## Феерическое шоу

Недавно у нас в гостях побывали артисты из гимназии №1 с необыкновенным концертом. В программе принимали участие солисты коллектива «Вдохновение».



Это было настоящее феерическое шоу. Звучали прекрасные песни, были исполнены блистательные танцевальные номера. Мы словно погрузились в волшебный мир музыки, огня, задора! Удивительно сплоченно выступали и ученики, и учителя. Чувствовалось во всём настоящее вдохновение. Это был незабываемый праздник!

Трушина Арина, 8А



Два года подряд наша команда юношей «Лицей №2» успешно выступала в юниор-лиге КВН города Братска. Наблюдая за ребятами, болея за них и радуясь их успехам, мы видели, как от игры к игре росло их мастерство. И результат не заставил себя ждать – победа в финале игр КВН юниор-лиги в 2012 году. Какие наши ребята молодцы! Они научились главному – шутить так, чтобы всем было весело, шутить элегантно, тонко, артистично. Спасибо вам, ребята, за то удовольствие, которое вы доставили своим выступлением. Удачи вам!

Стройнова Т.И., психолог лицея





Достоевского, лауреат премии Солженицына, награжден орденом «За заслуги перед Отечеством».

Валентин Григорьевич Распутин — наш современник. Родился 15 марта 1937 года в Иркутской области, в посёлке Усть-Уда. Имя Валентина Распутина известно сегодня во всем мире. Произведения сибирского писателя читают на более чем сорока языках мира. В России всегда ждут его новых публикаций. Известность нашему земляку принесла повесть «Деньги для Марии», опубликованная в 1967 году в альманахе «Ангара».

Упрочивают писательскую славу В.Г.Распутина повести «Последний срок»(1970), «Живи и помни» (1975), «Прощание с Матерой»(1976). Валентин Григорьевич - лауреат Международной премии имени Федора

### **Изумительный автор и просто хороший человек**

15 марта вся страна поздравляла с 75-летним юбилеем Валентина Григорьевича Распутина. В честь этого события в лицее состоялась «Распутинские чтения». Лицейсты рассказывали о произведениях сибирского писателя, обсуждали прочитанное, делились впечатлениями.

Во все времена всегда ценились рассказы, написанные о людях, о правде жизни. Но куда важней, интересней изучать психологию других людей, оценивать их поступки, извлекать жизненные уроки и просто сочувствовать героям.

Валентин Григорьевич - наш земляк, поэтому, я считаю, его творчество мы обязаны знать. В своих произведениях Распутин рассказывает о простых людях, об их радости и горе, об их счастье и боли. Жизнь его героев мы словно проживаем. Читая произведение, успеваем привязаться к ним, полюбить.

Первое произведение, которое произвело на меня сильное впечатление, - это рассказ «Уроки французского». Когда его читаешь, то невольно понимаешь и тоску матери, и переживания героя. Многого узнаешь и о детстве самого писателя, и о его тяжелой жизни. Но за все свои жизненные испытания Валентин Григорьевич был награжден даром - необыкновенным талантом, ведь только особенные люди могут так проникновенно писать.

15 марта наш город поздравлял Валентина Григорьевича с юбилеем. Во всех школах прошли уроки, посвященные творчеству сибирского писателя. Я считаю, что произведения Валентина Григорьевича Распутина нужно всем читать обязательно, потому что он изумительный автор и просто хороший человек.

Яковлева Алена, 8А

#### Дебют

#### Циркач

Моя жизнь будто цирк, есть в ней яркие краски,  
Есть в ней глянec и перья, громкой музыки звуки...  
У меня есть лицо, что сокрыто под маской,  
Ну а я - шарлатан, мастер - ловкие руки!

В душном зале играют тривиальные песни,  
Цвет арены всегда убийственно-алый.  
Знаю я, что все зрители падки до лести,  
Знаю тонкости лести - ведь артист я бывалый.

Много лиц у меня, на всех хватит сполна!  
То я плачу навзрыд, в пароксизме отчаяния,  
То внезапно нахлынет эйфории волна,  
То я зол, словно черт, от любого касания.

Моим маскам нет счета, я меняю их ловко,  
И мой истинный лик не зреет никто.  
Пусть все думают, что безликий я клоун,  
За вульгарные речи не осудят зато!

Я привык к балаганной и пафосной жизни,  
Но не я на показ, а костюм мой и маска,  
Пусть они восклицают в ответ на кульбиты,  
Улыбаются грим мой, лишь мертвая краска.

Как же осточертели мне их красные лица,  
И в ответ на старания придирчивый свист...  
Не дают полетать под куполом птицей,  
Букетами роз меня сбивают вниз.

Вновь арену заляет ослепляющий свет,  
И снова, и снова мой выход на сцену.  
И снова убийственно-алый цвет,  
В который выкрашены стены.

Гирько Наталья, 9 класс

- • • • •
- Это интересно
- **Языки мира как средство против старения...**
- На сегодняшний день в мире насчитывается 6809
- "живых" языка. Больше всего языков в Азии и Африке.
- Самый длинный алфавит в мире - камбоджийский. В нем
- 74 буквы.
- Самый короткий алфавит в мире у туземцев острова
- Бугенвиль - всего 11 букв. На втором месте Гавайский
- алфавит - там 12 букв. В мире есть язык (причём
- единственный) у которого нет письменной формы - это
- язык берберов в Северной Африке. Самая многоязыкая
- страна - Индия, население которой говорит на 845 языках
- и диалектах. За ней идет Папуа - Новая Гвинея (здесь
- около 600 языков и наречий, которые могут
- использоваться для общения людей между деревнями).
- Сейчас больше всего людей в мире говорят на китайском
- языке - 885 млн. человек. На втором месте испанский
- язык. И только на третьем английский. Русский язык
- находится на 7 месте по популярности, на нём говорят
- 170 млн. человек по всему миру.
- 80% всей мировой информации хранится на английском
- языке, больше половины технических и научных изданий
- в мире выходят на английском языке. В большинстве
- языков мира слово "мама" начинается с буквы "М".
- Кстати, самая древняя буква в мире - О. Самое ёмкое
- слово на Земле - "мамхлапинатана", что означает
- "глядеть друг на друга в надежде, что кто-либо
- согласится сделать то, чего желают обе стороны, но не
- хотят делать". Европейские медики установили, что
- изучение иностранного языка в преклонном возрасте
- улучшает память и замедляет процесс старения.
- Изучение иностранных языков может омолодить мозг на
- 15-16 лет.
- • • • •

# Путь к успеху

8



В современном мире успешность молодого специалиста в большинстве случаев зависит не только от его образования, работоспособности и жизненной позиции, но и от способности придумывать и создавать что-то новое, быть генератором оригинальных идей. Человек, не обладающий этим качеством, не сможет продвигаться вверх по карьерной лестнице, даже просто достойно зарекомендовать себя. Особенно это касается тех, кто выбирает сферу бизнеса, рекламы, компьютерных технологий или СМИ, где идеи теряют свою актуальность с невероятной скоростью.

Итак, психологи дают следующие советы по данному вопросу:

1. Поверьте в себя и в свои творческие способности.

2. Установите квоту идей, касающихся вашей учебы/работы/хобби (например, по пять идей в неделю). Вы увидите, что сложнее всего придумать несколько первых, дальше - проще. Чем больше идей вы выдвигаете, тем больше шансов на победу. К слову: таким образом работал Томас Эдиссон и в итоге запатентовал 1093 изобретения. Его личная квота равнялась одному маленькому изобретению в десять дней и одному крупному - каждые полгода.

3. Как можно реже действуйте, согласно своим привычкам: измените дорогу к университету/ месту работы; измените время сна; каждый день слушайте другую радиостанцию; читайте разные газеты; заводите новые знакомства; пробуйте новые рецепты (например, кулинарные); внесите изменения в круг чтения, например, если раньше вы читали детективы, переключитесь на фантастику; внесите изменения в свое обеденное меню. Если обычно в столовой вы берете чай, отныне берите сок; посетите новое кафе; измените вид отдыха.

4. Давайте пищу уму. Творчески мыслящие люди постоянно читают. Таким образом они дают пищу уму в виде свежей информации и новых идей. Как сказал Гор Видал, мозг без самоподкормки в конце концов съедает сам себя.

5. Анализируйте текущую информацию, все, что происходит вокруг вас. Регулярно просматривайте рекламные объявления. Какие тенденции можно уловить в рекламе новых товаров и услуг? Находясь в поезде, читайте местные газеты и рекламные листки. Какие

напрашиваются выводы о местной экономике? Что наблюдается - подъем или спад? Что можно реализовать в вашем городе? Каковы здесь ценности, подходы и стиль жизни? Активно наблюдайте за проявлениями массовой культуры. Чем интересуется народ? Какие ценности, какой стиль жизни приветствуют люди? Кто является героем дня? Почему героем стал именно этот человек? Возьмите за правило просматривать программу телепередач на неделю и записывать на видео интересующие вас передачи. Если появилось желание посмотреть телевизор, лучше смотреть то, что записано, нежели то, что вам навязывают телевизионщики.

6. Создайте "банк данных". Идеи надо накапливать и хранить. Заведите специальный контейнер (это может быть обувная коробка, ящик для стола или даже шкаф) для хранения идей и их "спусковых механизмов". Начните собирать интересные рекламные объявления, цитаты, идеи, вопросы, карикатуры, шаржи и просто слова, которые могут вызвать цепь ассоциаций. Если вам нужна идея, встряхните свой контейнер и достаньте из него наугад пару листков. Пусть не с первого раза, но в конце концов вы наткнетесь на интригующую комбинацию, которая наведет на полезную мысль.

7. Путешествуйте.

8. Записывайте свои мысли.

9. Работайте над своим мышлением: делайте его беглым и гибким, пытайтесь рассматривать вещи и события с нескольких точек зрения.

Удачи в творческих поисках!

Анна Мотовилова, 11А

Как быть здоровым? На этот вопрос пытаются дать ответ сегодняшние пятиклассники...

## 7 законов здорового питания

Каждый человек часто задумывается о своем питании. Правильное ли оно? Приносит ли пользу нашему организму или причиняет вред? Питание должно быть сбалансированным. В рационе должны в достаточном количестве присутствовать все основные питательные вещества (белки, жиры, углеводы). Должен соблюдаться правильный режим питания.

Я бы выделил 7 основных законов питания:

1) Не есть много сладкого.

Если есть много сладкого, то в кровь будет поступать слишком много сахара и можно заболеть «сахарным диабетом».

2) Есть овощи.

Если есть овощи и фрукты, то организм будет получать много таких витаминов, как витамин С, К, В3, D3, D, А.

3) Не есть жирного.

Если есть много жирного, то можно приобрести такую болезнь, как «гастрит».

4) Есть в достаточном количестве мясо.

Если есть мясо, то организм будет получать силу и энергию.

5) Не есть много солёного.

Если есть много солёной пищи, то может развиваться почечнокаменная болезнь.

6) Пить молочные и кисломолочные продукты.

Если пить молочные и кисломолочные продукты, то в организм будет поступать необходимое количество полезных бактерий, а также очень нужный для нас кальций.

7) Есть натуральную пищу.

В натуральной пище сохраняются полезные витамины.

Правильное и здоровое питание - это хорошее самочувствие, отличное настроение и молодость организма. Соблюдайте законы здорового питания!

В выпуске принимали участие: Мотовилова Анна,  
Истомин Кирилл,  
Гришин Марк,  
Филдичева Катя,  
Голуодова Алина,  
Михайлов Антон,  
Долинин Андрей,  
Яковлева Алена,  
Гирько Наталия,  
Конева В.Ю.  
Консультант выпуска:  
Верстка: Конев В.С.

Долинин Андрей, 5А