

*У нас растут таланты!*

# РОСТОК

№1/2012

ЖУРНАЛ МБОУ "ООШ №20" АНЖЕРО-СУДЖЕНСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА



**О ШКОЛЬНОМ  
ДНЕВНИКЕ  
ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО**

**стр.4**

**ДОСУГ ШКОЛЬНИКОВ-  
ПРОБЛЕМА ВЕКА  
И ПРИЧИНА ПРОБЛЕМ?**

**стр. 8-9**

**УТРО ВЕЧЕРА  
МУДРЕНЕЕ**

**стр. 10-11**

# Содержание

О школьном дневнике замолвите слово

Стр.4

История «Кузбасса» за 30 минут!

Стр.5

«Лечу в школу как на крыльях...»

Стр.6

Строки, рождённые душой

Стр.7

Досуг школьников – проблема века или причина проблем?

Стр.8-9

Утро вечера мудренее

Стр.10-11

Проба пера

Стр.12-13

Давайте заниматься спортом стильно!

Стр.14

Есть повод для подарка

Стр.15





## *Искристый снег*

*Покрывают дороги снегом искристым,  
И жалобно дует ветер.  
Снежинки спадают волной серебристой,  
Все в белом алмазном цвете.  
Под лучами солнца снег серебрится  
И слабо он освещается,  
Блестит, играет, смеётся, резвится –  
Пора для зимы начинается.  
Скоро наступят злые морозы,  
Земля вся снегом покроется.  
Под шапкою белой исчезнут берёзы,  
Посевы от холода снегом укроются.  
Наступят вьюги, холода и метели.  
Придут лыжи, снежки и коньки-  
Все, что так дети хотели.*

*Ольга Кобзева*



## О школьном дневнике ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО

*С 12 по 18 февраля в школе проводилась проверка дневников. О результатах проверки нам рассказала Лариса Александровна Бикбаева, заместитель директора по учебно-воспитательной работе.*

**С** какой целью проводилась проверка дневников?

- Школьный дневник – это документ обучающегося, в котором очень хорошо прослеживается отношение ученика к учёбе, поэтому мы решили проверить дневники обучающихся со 2 по 9 класс, чтобы посмотреть, насколько ответственно ученики относятся к их ведению.

**Каковы основные замечания?**

- Во-первых, к сожалению, на момент проверки не у всех учеников нашей школы оказались в наличии дневники. 10 человек их просто, как они объяснили, забыли дома. Впрочем, для многих ребят это явление обычное. Потом, как результат, невыполненные домашние задания, записывать же некуда!

Во-вторых, и это и это основное замечание, -отсутствие в дневниках записи о домашнем задании. На какой предмет ни посмотришь – ничего не задали.

В- третьих, и это тоже массовое замечание, ученики не подают дневник для выставления оценки за урок учителю-предметнику.

Оценки массово выставляют классные руководители.

Хочется особо остановиться на ведении дневника. Я выделила дневник типа «анкета». Такие дневники, как правило, встречаются у девочек. Дневник- анкета – это наклейки на каждой странице, росписи фломастером, цитаты из стихотворений, песен. Дневник - это официальный документ, и вести его необходимо в соответствии с требованиями.

**Дневники какого класса полностью соответствуют требованиям их ведения?**

-К сожалению, я не могу назвать такой класс, в котором дневники всех обучающихся соответствуют требованиям. А вот индивидуально мне хочется отметить дневник Филатовой Натальи, ученицы 6а класса.

**Чьи дневники получили наибольшее количество замечаний?**

- Индивидуально я перечислять не буду, их очень много. А если по классам, то это 8б класс, 9б класс, 5 а, 5б классы, 8а класс.

**А как вы сами относитесь к ведению дневника, будучи школьницей?**

-У нас не было таких красивых дневников, как в настоящее время. Поэтому мы всячески старались украсить обложку. В ход шли цветная бумага и обои – всё, что может украсить белую или серую картонную обложку. А на ведение дневников у нас была особая мода – заполнена должна быть каждая строчка, поэтому даже на физической культуре мы записывали домашнее задание – «принести форму». Мы часто смотрели дневники друг у друга, хотелось, чтобы твой понравился одноклассникам.

*Ольга Кобзева*

**На ведение дневников у нас была особая мода – заполнена должна быть каждая строчка, поэтому даже на физической культуре мы записывали домашнее задание – «принести форму».**

## История "Кузбасса" за 30 минут!

19 января в школе №22 прошло мероприятие под названием "Журналистский лабиринт".

Елена Дмитриевна Филонова - заместитель редактора газеты "Свежий ветер", Оксана Михайловна Морозова - педагог детского центра "Облачко", Сергей Спицын - обозреватель спортивных новостей газеты "Кузбасс", и Тамара Александровна Исаева, редактор газеты "Кузбасс", провели для юнкоров мастер-классы.

**Р**ебята, а вы когда-нибудь читали газету "Кузбасс?"» - так начала свой мастер-класс Елена Дмитриевна Филонова, заместитель главного редактора «Свежего ветра». Её мастер-класс, посвящённый 90-летию газеты «Кузбасс» длился всего 30 минут, но сколько интересного мы узнали!

Оказывается, что ещё 90 лет назад не было газеты «Кузбасс». Её прародителем была газета "Пролетарское утро".

7 января 1922 года вышел первый номер газеты «Кузбасс» Кольчугинского района РКПБ. Самые первые выпуски были огромного размера, и читать их было не совсем удобно. Этих номеров в области, к сожалению, не сохранилось, но они есть в Москве.

Одним из первых редакторов был Василий Степанович Усов.

По профессии – учитель, по характеру – очень добрый и мягкий человек. Свои материалы он подписывал «Дядя Вася». Его жена работала корректором. В то время они вдвоём отвечали за выпуск газеты.

С февраля 1923 года



редакцией руководил Фёдор Васильевич Любянов. Он не имел образования, но был очень талантливым и умел очень хорошо писать.

Газета «Кузбасс» долгие годы была чёрно-белой, но уже с де-

кабря 1982 года стала цветной. Кстати, газета тех лет отличалась прекрасной полиграфией.

Мне довелось поддержать в руках газету 90-годов. Это совершенно непередаваемо! Бумага очень плотная, формат газеты больше, и даже пахнет она как-

то по-особенному. Так странно осознавать, что благодаря журналистам, фотографам, редактору газеты история тех лет жива, к ней можно дотронуться. Причем, в прямом смысле.

Всех желающих Елена Дмитриевна пригласила в музей газеты «Кузбасс», который создал Максим Гаврилович Щербаков.

Свой рассказ Елена Дмитриевна закончила такими словами: «Читая многое, мы начинаем сравнивать... И быстро распознаём ложь!» Так что читайте много и разное!

*Анастасия Корощенко*

**Мне довелось поддержать в руках газету 90-годов. Это совершенно непередаваемо! Бумага очень плотная, формат газеты больше, и даже пахнет она как-то по-особенному.**



# "Лечу в школу как на крыльях..."

*Школа без директора — это корабль без управления...*

*Трудно представить себе школу без нашего замечательного директора, Марины Александровны Таскаевой.*

*«Умная, строгая, требовательная, ответственная, стильная, никогда не унывающая», — так о ней отзываются ученики.*

*А что думает сама Марина Александровна о роли школы в своей судьбе.*

**М**арина Александровна, расскажите, как пришли к решению стать учителем.

- Эта профессия была мне знакома с детства. Моя мать работала учителем, в вечерней школе преподавала тётя. Наверное, во мне сказались гены.

- Знаю, что вы учились в нашей школе. Каково было молодой учительнице прийти в школу и стать коллегой тем, кто совсем недавно учил Вас?

- Страх был огромный. Во-первых, боялась, что не оправдаю надежд своих педагогов, во-вторых, потому что назначили классной руководительницей в класс, где большей частью учились дети учителей. Как оказалось, я боялась зря. Вскоре всё улеглось, а контакт с учениками установился сразу.

- Вы уже более 15 лет являетесь директором школы. Не скучаете по учительскому труду?

- Каждый год я беру несколько учебных часов. Это возможность реализовать себя в качестве учителя. Тем более, надо всегда идти вперёд, а общение с учениками даёт необходимый заряд энергии и бодрости.

- Не жалеете о том, что пришли в школу?

- Нет,нисколько. Это моё призвание. Двадцать пять лет назад, когда я впервые пришла в школу, я произнесла фразу, которую повторяю до сих пор: «Я лечу в школу как на крыльях».

- Что хотите пожелать коллегам, учащимся школы?

- Ребятам более серьёзно относиться к учёбе, ведь для того, чтобы состояться в жизни, просто необходимо получить хорошее образование. Своим же коллегам желаю осуществления «несбыточных мечт», умения находить в обычных днях яркие позитивные моменты.

*Ольга Кобзева*

**Ребятам желаю более серьёзно относиться к учёбе, ведь для того, чтобы состояться в жизни, просто необходимо получить хорошее образование.**

# Строки, рождённые душой

## Скрипач

На грязных тряпках у метро  
Сидит старик, сжимая скрипку,  
На нём изношено пальто,  
А по лицу скользит улыбка.  
Послушной верною рукой  
Смычком он струны задевает,  
И в звуках слышится покой-  
Старик божественно играет!  
Тут рвётся музыка вперёд,  
И ветер вместе в такт с ней дует-  
Лишь музыкой старик живёт,  
А так он просто существует.  
И очаровано игрой,  
На миг замрёт всё-всё живое-  
Играть начертано судьбой.  
Его призвание такое.  
Но вот закончится этюд,  
И волшебство уйдёт, отступит,  
Монету мелкую швырнёт  
Мужчина в дорогом тулупе.  
Старик приветливо кивнёт,  
А сам заплачет одиноко:  
Его искусство, как полёт,  
Так неприступно и далёко.

\*\*\*

Я город свой люблю,  
Люблю я дом родной,  
Люблю берёзы белые,  
И мох люблю густой.  
Мой город для меня  
Всё краше с каждым днём,  
Я именно поэтому  
Живу так долго в нём.  
Анжеро-Судженск буду  
Любить везде, всегда,  
Его я не забуду  
Нигде и никогда.

## Люблю...

Люблю зелёные поля,  
Люблю леса, озёра, речку,  
Люблю деревья тополя  
И огонёк зажженной свечки,  
Люблю я солнышка восход  
И скучный дождь осенний,  
Луны и звёзд люблю приход,  
Люблю цветок весенний,  
Люблю творения природы,  
Всю зелень, травы я люблю,  
И изменения погоды,  
И даже холод к декабрю.

## Весна

Позабыв о зимней стуже,  
Воробьи в весенней луже  
Банный день устроили.  
Кот лениво развалился,  
Спящим крепко притворился,  
Жмурится на солнышке.  
Отогрело всех теплом  
Золотым своим лучом  
Солнышко весеннее.  
А за городом, в лесу,  
Сквозь опавшую листву  
Выбился подснежник.  
Всё вокруг принарядилось  
Тёплым дождиком умылось.  
Радует весна!



*Меня зовут Ольга Кобзева. Я учусь в 9 классе. В свободное от учёбы время рисую или играю на флейте.*

*Музыка во многом помогает мне, служит источником вдохновения. Такие произведения, как «В пещере горного короля», старинная французская песенка из «Детского альбома» П.И.Чайковского, являются одними из любимых музыкальных произведений. Стоит мне прослушать эти мелодии, и в голове тут же рождаются стихи.*

*Мои стихи неоднократно печатались в «Тропинке».*

*В 2011 году стала призёром городского поэтического конкурса «Свой голос».*

# ДОСУГ ШКОЛЬНИКОВ- ПРОБЛЕМА ВЕКА И ПРИЧИНА ПРОБЛЕМ?



## Десять лет спустя...

Компания ребят на лавочке сидела,  
Шутили и смеялись - у каждого есть дело!  
Один из них курил, другой журнал листал,  
Из пакетов мусор еще один кидал.  
Ругался громко кто-то, спорил с стариками,  
Кошек третий ловко обстреливал камнями.  
Но скоро уже ночь, ребята собрались  
И по своим подъездам шумно разбрелись.  
Они ушли отсюда, они ушли домой...  
Но, Боже! что творилось возле лавки той!  
Окурки, банки, грязь, крошки и бумага,  
Лежала здесь обертка из-под шоколада.  
И наведен был хаос в миг один:  
Валялся вдалеке одинокий апельсин.  
Была бы безвозвратно испорчена скамья,  
Если б не пришли сюда отличники-друзья.  
Они убрали все, метлою подмели,  
Порядок необычный быстро навели.  
Потом все на скамейку сели  
(Молчали, не шумели!)  
И начали писать, играть, читать,  
Застывшую природу с натуры рисовать...

С момента этого уж 10 лет минуло,  
Жизнь неслышно-тихо, мимо промелькнула.  
И вот судьба-проказница свела всех тех людей,  
Свела их вместе всех, чтоб было веселей!  
Но дело в том, что те, кто рисовал, читал,  
Намного выше и богаче стал.  
Тех, кто ругался, мусорил, курил  
Ребят тех, кто за собою не следил!  
Карьере их куренье помешало,  
Хорошую работу, учебу, жизнь прогнало

И навсегда запомните: чтоб хорошо учиться,  
Куриль не надо! Нет! Не нужно вам, лениться!

*Проблема досугового времяпрепровождения подростков отличается большой сложностью и противоречивостью. Большой объем неорганизованного свободного времени подростков и неумение распорядиться им нередко приводит к духовной нищете, внутренней опустошенности, лени и безделью, а зачастую к правонарушениям и преступлениям.*

*Мы решили выяснить, как проводят свободное время школьники нашего города.*

*Ольга Кобзева*



## Почему выбирают худшее?

**В** один из обычных летних вечеров я возвращалась домой от своей подруги. Дорога к моему дому проходит через детский сад, в котором я провела всё своё детство. У меня было хорошее настроение, поэтому я не спешила домой и решила подольше погулять во дворе детского сада.

У входа я встретила соседскую девочку. Ей было не больше шести лет. Она стояла с двумя подружками её возраста и младшим братом, которому было всего три года. Мне стало интересно, почему дети, которые обычно качаются на качелях и играют в песочнице, стоят и не решаются войти во двор сада. Маша взяла меня за руку и провела к игровой площадке. Там стояла небольшая песочница, её окружала группа подростков. Они шумели, разбрасывали пустые бутылки и пачки из-под сигарет. Они не обращали внимания на то, что рядом с ними стоят маленькие дети и продолжали курить, выпивать и нецензурно выражаться. Мне было не очень приятно наблюдать эту картину, и я поспешила уйти, позвав с собой Машу и её друзей. Всю дорогу до дома, я думала, почему же они ведут такой образ жизни.

Одним из вариантов служат общение подростка с плохой компанией.

Ну, конечно же, подростки пытаются доказать себе и окружающим, что они уже взрослые.

Детям не хватает родительского внимания. Возможно, такой бы проблемы не было, если бы родители были более ответственны и более тщательно следили за жизнью своего ребёнка. Бывают семьи, в которых родители вынуждены сутки напролёт находиться на работе. Но есть и другие семьи, где родители сами злоупотребляют алкоголем, там самым с раннего детства подают плохой пример своим детям.

Жизнь человека - самое дорогое, что у него есть. Она неповторима, уникальна, бесценна. Каждый из нас выбирает, по какому пути идти. Ребёнок, который выпивает, курит, не задумывается о том, что ждёт его во взрослой жизни. Много лет спустя, он столкнётся с последствиями столь бездумного отношения к своему здоровью, захочет вернуться в прошлое, чтобы выбрать правильный путь. Но сделать это, к сожалению, будет невозможно.

*Кристина Крицкая*

## Отдыхайте с пользой!

**У** многих учеников нашей школы насыщенная жизнь. Они посещают различные кружки, секции, участвуют в конкурсах, фестивалях, живут полной жизнью и развлекаются.

Мои одноклассники с огромным удовольствием посещают театр моды. Каждый из нас вносит свой вклад в его развитие. Ведь так здорово, когда зрителям нравится то, что мы делаем.

Большое внимание уделяем здоровью и спорту. Стремимся к великим достижениям и победам.

Правда, не у всех интересная жизнь. Некоторые свободное время тратят на времяпрепровождение с сигаретами и пивом. Особенностей такого отдыха не скрывают и даже бравируют.

Лучше бы занялись чем-то полезным, нужным, что поможет им в будущей жизни. Лично я отдыхаю с книгой в руках или в бассейне в кругу своих интересных и зажигательных друзей. Чего и всем желаю!

*Александр Гардер*



# Утро вечера мудренее

**Во сне мы восстанавливаем силы, даём отдых мышцам и мозгу, получаем нужные организму биологически активные вещества, перерабатываем большой объём информации.**

**С**он – очень интересное, таинственное явление, привлекающее внимание многих ученых во все времена. Сон (нравится нам это или нет) – жизненная необходимость. Во сне мы живём особой и очень важной жизнью: восстанавливаем силы, даём отдых мышцам и мозгу, получаем нужные организму биологически активные вещества, перерабатываем большой объём информации. Неслучайно во время сна мы быстрее растём.

Нам очень часто дома говорят: «Ложись спать, уже поздно. Утром опять не разбудить тебя», а в школе постоянно напоминают о режиме дня, о полноценном сне.

В самом деле, что мы знаем о сне? Как правильно спать? Сколько

должен спать ученик? Что нужно делать, чтобы быстрее уснуть? Есть ли определённые правила для сна?

Ночной сон является продолжительным отдыхом, устраняющим то утомление, которое появляется к концу дня. Сон восстанавливает силы организма.

### **Условия хорошего сна**

Чтобы сон приносил пользу, нужно соблюдать несколько нехитрых правил:

- Для школьников сон должен длиться около 10 часов.
- Ложиться и вставать нужно в одно и то же время, тогда нервная система приучается к определённому ритму работы и отдыха.

## ЗДОРОВЬЕ ШКОЛЬНИКА

- Учащиеся как первой, так и второй смены должны вставать 7-8 часов утра и ложиться в 21-22 часа.
- Для того, чтобы сон был полноценным не достаточно обращать внимание только на его продолжительность. Важны ещё многие гигиенические нормы сна.
- Если позволяет возможность, то должна быть отдельная спальня. В этой комнате не должно быть телевизора.
- Большое значение имеют устройство и содержание постели. Постель должна быть удобной и достаточно просторной. Постель должна быть предназначена только для сна, на ней нельзя играть, класть вещи и одежду, лежать одетым, читать и ни в коем случае использовать кровать для приема пищи.
- Длина кровати должна быть на 20 сантиметров длиннее роста.
- Не рекомендуются чрезмерно мягкий матрас и перина. Если спать на мягкой перине, то происходит «проваливание» туловища, позвоночник искривляется. Но с другой стороны слишком жесткая постель отрицательно действует на кровообращение, заставляет человека часто поворачиваться, что снижает глубину сна.
- Подушка не должна быть высокой, так как это будет вызывать напряжение мышц шеи.
- Нужно обратить внимание и на постельное белье. Лучше, если пододеяльник, простыни и наволочки сшиты из хлопчатобумажной ткани.
- На ночь рекомендуется надевать бельё, предназначенное только для сна. Оно не должно
- Одним из основных условий сохранения глубины сна является сон в хорошо проветренном помещении при температуре воздуха не выше 18-20°. Ещё лучше спать приоткрытой форточке. В этом случае кровать должна стоять не ближе чем 2 метра от окна, чтобы холодная струя воздуха не попадала на спящего.
- Очень полезна перед сном спокойная прогулка на свежем воздухе в течение 30-40 минут.
- Перед сном необходимо выполнять гигиенические процедуры: чистить зубы, мыть лицо, руки, шею, ноги. Ежедневное мытьё ног перед сном водой комнатной температуры оказывает благоприятное влияние на нервную систему, закаливает и способствует быстрому засыпанию.
- Отрицательно влияют на глубину сна шумные игры, просмотры телевизионных передач, чтение и рассказывание волнующих историй перед сном.

Выполняйте все необходимые требования, и тогда ваш сон ничего не потревожит.

*Наталья Филатова,  
Ольга Николаевна Жукова*

**Длина кровати должна быть на 20 сантиметров длиннее роста. Не рекомендуются чрезмерно мягкий матрас и перина.**





## Одиссея капитана Александрова

**В** восемь тысяч двести сорок третьем году в космосе с Земли заметили несколько инопланетных кораблей.

Земляне решили захватить эти корабли, но после нескольких неудачных попыток эта идея была отвергнута. Решили корабли уничтожить. Для этого собрали эскадру из двадцати самых мощных кораблей, оснащённых новейшей техникой и оружием.

Отряд возглавил генерал Александров, опытный офицер. Он много раз сажал корабли в самых опасных условиях и успешно выполнял боевые задания.

километрах от Земли. Не успели корабли генерала Александрова выйти в космос, как попали под обстрел, сразу вышли из строя пять кораблей.

Александров приказал открыть огонь. Из инопланетных кораблей остался только один, но и он, не справившись с управлением, упал в горы.

Эскадра, успешно выполнив задание, вернулась на космодром.

Через пятнадцать дней генерал и ещё сорок человек отправились на поиски корабля, но так ничего и не нашли. Никто до сих пор не знает, куда делся космический корабль инопланетян.

*Павел Карбатов*

## Маленькая "большая" Маша



**М**аленькая Маша очень хотела вырасти. Очень. А как это сделать, она не знала. Всё перепробовала: и в маминых туфлях ходила, и в бабушкиных очках сидела, и причёску, как у тети Кати, делала, и бусы примеряла, и часы на руку надевала.

Ничего не получалось. Только смеялись над ней да подшучивали. Один раз как-то Маша вздумала пол подметать. И подмела. Да так хорошо подмела, что даже мама удивилась:

-Машенька! Да неужели ты у нас большая становишься

А когда Маша чисто-начисто

вымыла посуду да сухо-насухо вытерла её, тогда не только мама, но и отец удивился. Удивился и при всех за столом сказал:

- Мы и не заметили, как у нас Мария выросла. Не только пол метёт, но и посуду моет.

Теперь все маленькую Машу называют большой. И она себя взрослой чувствует, хотя и ходит в своих крошечных туфельках и в коротеньком платьице. Без причёски. Без бус. Без часов.

Не они, видно, маленьких большими делают.

*Марина Новикова*

# Зимнее настроение

\*\*\*

**Вы** когда –нибудь бывали в зимнем лесу?

Деревья, покрытые инеем, слегка покачиваются на ветру. Мелкие снежинки, кружась в танце, спускаются на застывшую землю. Воздух стал свежее и прохладнее. Птицы перестали петь. Снег блестит под лучами солнца, но они уже не смогут отогреть землю. Жизнь остановилась в лесу. Стало намного тише и спокойнее.

В городе зима также вступила в свои права. Мороз уже успел нарисовать на окнах узоры. Люди лепят снеговиков, наряжают елки, поздравляют друг друга. Дети играют в снежки, скатываются с горки, пишут письма Деду Морозу, ожидая от него чуда. Все готовятся к Новому году – к волшебству и исполнению желаний.

Зима- это удивительное время года. Это пора, когда все начинают верить в чудеса.

*Карина Чуринец*

\*\*\*

Зимушка-зима  
В гости к нам пришла,  
Много снега принесла.  
Снег холодный серебрится,  
Лунный свет над ним струится,  
Звёзды водят хоровод.  
И приходит снежный, ясный,  
Гость желанный,  
Гость прекрасный,  
Славный праздник- Новый год!

*Марина Саврас*

\*\*\*

Зима – самое таинственное и безмятежное время года. Именно зимой стрелка часов словно замедляет свой ход, а сама жизнь начинает течь иначе.

Зимой все вокруг преобразается. Легкомысленные молодые деревца и многолетние толстокожие великаны – все надевают белые одежды. Возникает чувство, что природа заснула до прихода весны. Птицы не выводят свои мелодичные трели, в лесу редко увидишь белку или зайца- все попрятались до наступления тепла.

Безусловно, зимнее время года приносит не только чувство спокойствия и умиротворения. Именно зимой не хочется никуда торопиться. Нет ничего лучше длинными зимними вечерами, находясь в кругу семьи, выпить горячего чая и заняться любимым делом. А, может, и просто подумать, помечтать....

*Екатерина Гирняк*

\*\*\*

Снег летит, кружится,  
Медленно ложится,  
Покрывает землю он,  
Точно светлым серебром.  
Он сковал озёра, реки,  
Заморозил всё на свете.  
Нарядил деревья в платья,  
Словно в снежные объятия.  
Поражает всё кругом-  
Всё искрится серебром.

*Семён Высево*



**Белая берёза.**  
*Марина Хайнацкая*



**Ель.**  
*Кристина Старцева*

# Давайте заниматься спортом стильно!

*Милые красотки, как только большинство из вас слышит слово «физкультура», сразу же теряет настроение. «Ну, вот опять выглядеть 40 минут «никак!» Но время меняется, соответственно и мода. А значит, и отношение к физкультуре должно меняться! Урок физкультуры не должен никого угнетать и раздражать! Давайте за-*

### Волосы

Конечно, с учителем физкультуры не поспоришь! Сказал: «Забрать волосы девочкам». Значит забрать! Ну а дальше установки не было, как их забрать. И тут-то, девочки, перед вашими фантазиями открываются просторы! В ход идёт всё, начиная от простых резинок и заканчивая ободками и стильными заколками. Самый главный совет, дорогие девушки, не останавливайтесь на простой причёске – хвост. Экспериментируйте!

«Колоски», «дракончики» - да множество причёсок можно перечислить! Выбери подходящую причёску себе и просто укрась её стильными аксессуарами!

### Футболка или олимпийка

Здесь, конечно, на усмотрение каждого, какой фасон, какой цвет и какой размер! Самое главное, девушки, не забывайте, что за модой

стоит функциональность.

Футболка, в первую очередь, должна быть удобной для занятий спортом, а затем уже гламурной и красивой. Я бы предложила стильные в этом сезоне яркие бор-

### Спортивные брюки

Простор для фантазий присутствует и здесь! Брюки – важная и неотъемлемая часть экипировки на уроке физкультуры! Это вам не дискотека, юбки здесь «враг номер один». Но это не значит, что нужно опускать руки (или ноги). Сделаем спортивные брюки стильной вещью! Выбираем, прежде всего, цвет! Здесь, конечно, лучше хорошо подумать, какой именно (снова не забываем о практичности)! Уж белые брюки, девчонки, не покупайте, какими бы миленькими на вешалке в магазине они ни казались! Что же касается остальных цветов – выбор ваш!

Обратите внимание и на фасон: от свободных брючек до облегающих бриджей, неплохо смотрятся спортивные трикотажные комбинезоны с замшевыми или кожаными вставками.

### Кроссовки

Прежде всего, я бы поставила на первый план функциональность при покупке обуви. Лучше купить прочную и удобную. Выбирая кроссовки, не забывай и о стиле. Подбирай обувь под цвет спортивных брюк, а можешь, наоборот, купить невпопад – главное, чтобы тебе самой нравилось. Я бы посоветовала кеды с рисунками.

*Диана Северинова*



# Есть повод для подарка

*Непременный атрибут Дня святого Валентина — это, конечно же, валентинки (праздничные открытки в виде сердечек с пожеланиями в любви). Их можно купить, но лучше всего сделать праздничные валентинки своими руками.*



### Букет из сердечек

Такой несложный букет из сердечек станет великолепным украшением и подарком для любимого человека. Для его изготовления потребуется лишь гофрированная бумага и час времени. А распустившиеся как весной сердца будут греть вас на протяжении всего праздника Святого Валентина.



### Сердце из шаров

Яркие, веселые, красочные, воздушные, они принесут хорошее настроение и создадут незабываемые впечатления. Воздушные шарики, легкие и яркие, они дарят радость и ощущение полета особенно в День всех влюбленных. На изготовление уходит приблизительно 50 шаров для моделирования.



### Простая и лаконичная открытка

Вы можете сделать эту простую, но элегантную и симпатичную открытку своими руками, не затратив особого труда, но вложив в неё душу. Вырежьте сердце на одной из сторон обложки и сделайте цветную декоративно обрамлённую “подложку” на другой.



*Идеями поделилась  
Елена Хорева*

### Немного истории

Считается, что первые письменные валентинки (приблизительно в том виде, в котором они существуют сейчас) появились в XV веке. Создателем первой валентинки считают герцога Орлеанского. Сидя в тюрьме в одиночной камере, он писал любовные послания своей жене, чтобы не сойти с ума от скуки. Первая авторская валентинка герцога выставлена в Британском музее.

В XVIII веке валентинки были популярны во всей Европе; делали тогда валентинки своими руками. Для их изготовления использовали цветную бумагу и цветные чернила. Можно было увидеть валентинки, украшенные бумажным кружевом, раскрашенные через трафарет, оформленные «под старину», даже валентинки-ребусы и валентинки-пазлы.

Организатор работы  
школьного пресс-центра:

**Ольга Витальевна  
Богодухова**

Редактор газеты:  
**Ольга Кобзева**

Дизайнер:  
**Диана Северинова**

Корреспонденты:  
**Кристина Крицкая,  
Ульяна Паршина,  
Елена Хорева,  
Анна Степанцова**

Выпускается  
с января 2012 года.

Журнал выходит  
4 раза в год.

Тираж 30 экз.

**НАШ АДРЕС**

**652472 г. Анжеро– Судженск**

**Кемеровская область**

**ул.Рабиновича, 25**

**8(38453)5-46-88, 5-46-89**

**[www.asschol20.edusite.ru](http://www.asschol20.edusite.ru)**

