



ЛИЦЕИСТ

Новый год – прекрасная возможность начать новую жизнь!

ЯНВАРЬ, 2023

Кто из нас не говорил себе - с нового года начинаю новую жизнь! Займусь спортом, буду учиться на одни пятёрки, ничего не буду откладывать на завтра... Однако зачастую обещания себе остаются лишь призрачной мечтой. В этом номере мы расскажем о том, как хотя бы чуть-чуть приблизить себя к «идеалу». Ведь действительно, начало года может стать началом чего-то нового и удивительного.

Как повысить свою успеваемость в школе

Плохая успеваемость – проблема, с которой сталкиваются многие школьники. Каждый из нас желает повысить успеваемость в школе, не нанося вред своему здоровью и не жертвуя всем свободным временем. Но как это сделать? Давайте разбираться.

1) Самым главным является режим сна.

Как бы это банально ни звучало, но это действительно правда. Хороший сон позволяет нам быть продуктивными на протяжении всего дня. Если у вас стоит выбор между невыученным уроком и здоровым сном, то отдавайте предпочтение второму варианту (хотя иногда стоит делать исключения, например, перед контрольной). Особенно тяжело вернуться в привычный рабочий режим сна после каникул. Но как это сделать?

«Если бы я знал ответ, то я бы не сидел до 4 утра в Discord», - скажет любой подросток. Однако есть основные методы восстановления режима: ложитесь и вставайте в одно и то же время ежедневно; приближайтесь к желательному графику постепенно; боритесь с дневной сонливостью; активно занимайтесь спортом.

2) Слушайте учителя на уроке, а не пытайтесь изучить все дома.

Итак, после того, как вы наладили свой режим сна (ну, или не смогли это сделать, как я), запомните еще одну важную вещь: старайтесь слушать учителя на уроке во время объяснения новой темы. Часто ученик не слушает новую тему по неинтересному ему предмету, либо просто устал и не желает слушать, а надеется изучить материал дома. Отлично, если у вас хватает на это времени. Но если вы не успеваете изучить ее потом, то слушайте учителя на уроках. Таким образом, у вас уже будет понимание новой темы, и если вас внезапно спросят, то у вас уже есть представление о предмете и вы сможете что-нибудь придумать.

3) Планируйте распорядок дня.

Если ваш день очень насыщен, то вам поможет его планирование. Выделите себе определенный промежуток времени на домашнее задание и делайте его регулярно, соблюдая график. Это поможет развить вам дисциплину, которая, в свою очередь, позволит достичь поставленных целей. Кроме того, у вас появится больше свободного времени, которое вы тоже сможете потратить на что-то важное и интересное.

4) Не откладывайте все на последний день.

Как же мы любим откладывать все на потом! Но если вы хотите добиться хорошей успеваемости и не жертвовать свободным временем, то вам придется избавиться от данной привычки. Это очень нелегкая задача, но в этом вам поможет дисциплина, которую мы начали развивать в пункте 3. Если у вас есть время, то почему бы не сделать предмет, который будет через 3 дня, сегодня? Если вдруг появятся непредвиденные обстоятельства, то вы не будете переживать, ведь у вас все сделано, а ваши друзья, которые отложили этот предмет, будут нервничать.

5) Не забывайте отдыхать.

Если вы устали от школы либо вас что-то сильно выбило из колеи, то не бойтесь взять перерыв. Отдохните пару дней, позвольте себе расслабиться и перезагрузить мозг. Намного лучше отступить, а через время вновь взобраться на пьедестал, чем судорожно пытаться удержаться на нём.

6) Не злите учителей и будьте с ними в хороших отношениях.

Это действительно помогает, не злите учителей, и они будут идти вам навстречу. Ведь каждый человек, даже учитель, понимает, что может случиться всякое. Жизнь - непредсказуемая штука, поэтому вам пойдут навстречу в непредвиденной ситуации. Но помните, что не стоит врать или злоупотреблять этим!

Габараев Владислав, 11 «Б»

Рекомендуем!
Проверено на себе!

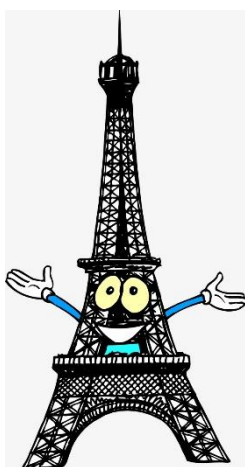
УЧИСЬ С УВЛЕЧЕНИЕМ!

ЯНВАРЬ, 2023

ФИЗИКА — ЭТО ИНТЕРЕСНО!

Как известно, для того чтобы изучаемый предмет тебе покорился, надо его полюбить. Любая наука несёт в себе массу интересного, ведь это так здорово, узнавать новое об окружающем тебя мире. Сегодня мы постараемся увлечь вас физикой и её законами. Эта наука окружает нас и присутствует в жизни людей повсеместно. Рассмотрим несколько интересных фактов, связанных с физикой.

Знали ли вы, что высота Эйфелевой башни может колебаться в пределах 12 сантиметров в зависимости от погоды? Таким образом, в разное время года она может быть чуть выше или ниже. Объясняется это тем, что башня построена из стали, а как известно, от воздействия высоких или низких температур разные вещества могут расширяться или сжиматься.



Почему солнце кажется красным утром и вечером? Происходит это потому, что в это время солнечные лучи проходят через нижние слои атмосферы, насыщенные пылью и другими частицами. А вот за пределами атмосферы все звезды, в том числе и солнце, выглядят белыми.

Примером занимательных физических фактов является то, что ветер воет. Это происходит потому, что скорость ветра в этот момент высокая и это повышает давление воздуха на препятствия, потоки ветра о них рассекаются, образуя вихри, которые заставляют ветку или провод мелко дрожать. Поэтому мы и слышим свист. Если же скорость ветра маленькая, он мягко огибает препятствия на своём пути.



Почему кипит вода? Ответить на этот вопрос нам тоже поможет физика. Как известно, каждое вещество может пребывать в одном из трёх состояний: твёрдое тело, жидкость, газ или плазма. Переход

вещества из одного состояния в другое зависит от его температуры и давления, которое на него оказывается.

Вода так же может находиться в одном из этих четырёх состояний: лёд, вода, пар и водяная плазма. В нормальных условиях, то есть при комнатной температуре и нормальном атмосферном давлении, вода находится в жидком состоянии. Когда мы нагреваем воду, она сначала становится тёплой, потом горячей, а потом доходит до границы перехода в состояния газа. Переход через эту границу и вызывает кипение. В воде начинают образовываться пузырьки пара, и они выходят из нее наружу.

Обычные наушники (не телефонную гарнитуру) без встроенного микрофона можно использовать как микрофон. Для этого надо их подсоединить ко входу для микрофона. Почему это работает?



Если не вдаваться в технические детали, то принцип работы наушников и микрофона одинаковый

— мембрана подсоединена к катушке с проводом, а катушка находится в постоянном магнитном поле. При использовании наушников переменный ток АС преобразуется в колебания мембраны, при использовании микрофона колебания мембраны превращаются в электрический сигнал АС.

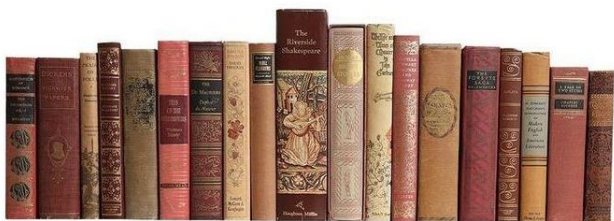
Иногда мы даже не задумываемся о каких-то вещах и не знаем, что они объясняются физикой. А оказывается-то, физика — это интересно!

Савич Анастасия, 7 "В"

Если вы не читали, тогда мы идём к вам

ЯНВАРЬ, 2023

Каникулы — это время отдыха и удовольствия! Однако стоит понимать, что каникулы стоит потратить не только на отдых, но и на извлечение из такого большого количества свободного времени максимальной пользы. Одним из способов саморазвития является чтение, которое, как нам кажется, должно стать удовольствием, а не скучной обязанностью. Регулярное чтение позволяет лучше формулировать собственные мысли. Благодаря книгам появляется возможность расширить круг общения, стать интересным собеседником и начать получать удовольствие от взаимодействия с миром.



Мы провели опрос среди 5-11 классов и учителей, чтобы узнать, какие книги читают в нашем лицее. В опросе приняли участие 80 человек. Наиболее активными были ученики 8, 9, 11 и 5 классов.

Круг чтения наших лицеистов широк и разнообразен. Среди последних прочитанных книг были названы как произведения русских авторов: Лермонтова, Чехова, Гоголя, Беляева, Пушкина, Лескова, Максимова, Каверина, Замятина, так и зарубежных: Роулинг, Сент-Экзюпери, Брэдбери, Оруэлл, Сартра и многих других.

Наиболее популярными оказались следующие произведения:

“Гарри Поттер” Дж. К. Роулинг

“Герой нашего времени” М. Ю. Лермонтов

“Мы” Е. Замятин

“Ревизор” Н. В. Гоголь

Самые популярные жанры:

27,1% роман

9,4% фантастика

5,9% фэнтези

Очень интересно: 43, 5% респондентов читают на иностранном языке!

5 книг, которые рекомендует наша редколлегия:

1. “Степной волк” Герман Гессе
2. “Маленькие женщины” Луиза Мэй Олкотт
3. “Немезида” Агата Кристи
4. “Джейн Эйр” Шарлотта Бронте
5. «Мы» Евгений Замятин

Догужева Ирэн, Третьякова Анна, 11 «Б»

ИНТЕРВЬЮ НОМЕРА

В результате опроса мы выяснили, что некоторые респонденты читают книги на языке оригинала. Действительно, это в наше время приобретает популярность, в основном как метод изучения иностранного языка. Мы решили взять интервью у Вадима Севрюка - выпускника нашей школы, который в данный момент учится в Америке. Вадим в совершенстве овладел английским языком. Как ему это удалось - нам и хотелось узнать.

-Вадим, в каком штате ты учишься? Как называется твой университет?

- Я учусь в Michigan State University, штате Мичиган.

-Какой факультет ты выбрал?

-Факультет компьютерных технологий (Computer Science).

-Сколько лет ты учишь английский?

-Если говорить про углубленное изучение, то около 5 лет.

-Расскажи, пожалуйста, про методы, которые ты использовал при изучении языка.

- Постарайтесь учить слова в контексте. Найдите примеры, в которых они используются. Это позволяет закрепить слово в памяти не как отдельную частичку, а как связанную с чем-то часть. Не нужно спотыкаться о каждое слово. Если общее понятие слова можно вынести из контекста предложения, то все отлично. Если же слово попадает вам несколько раз и мешает понять смысл предложения, запишите его для дальнейшего изучения.

Переведите окружение на английский. Поменяйте язык телефона или компьютера. Это позволяет погрузиться в среду и узнать много практических слов.

Употреблять контент на другом языке сложно. Можно попробовать посмотреть в оригинале фильм или сериал, сюжет которого вы хорошо знаете. Таким образом, вы сможете сконцентрироваться на языке, а не на сюжете. Не советую потреблять контент другого языка, используя субтитры с переводом. Наш мозг идет по пути наименьшего сопротивления и будет просто игнорировать английскую речь, читая субтитры с переводом.

Также я использовал специальные самодельные карточки. На них писал на одной стороне слово, на другой - значение, и так повторял по несколько раз. Важно учить не все сразу и не просто читать карточки, а заставить мозг найти это определение в нейронах и выдать его.

Учите языки по учебникам авторов, которые являются носителями. Даже если книгу написал доктор наук, это не делает его хорошим учителем. Под конец дам самый важный совет: не сомневайтесь в себе, учите английский с удовольствием, и у вас обязательно все получится!

Третьякова Анна, 11 «Б»

ПРОБА ПЕРА

ЯНВАРЬ, 2023

Чего боится человек?
Может смерти иль жизни бедной?
Нет, один он боится остаться вовек
в жизни своей бесследной.

Оно будет пожирать тебя изнутри,
Одиночество – страшная штука,
Как голодные, дикие морские угри
Обвяжет тебя, как кольчуга.

Это самое страшное, что может случиться,
Ведь кому пожелаешь такого:
Утопать в горе и ни с кем не делиться -
Нет в мире хуже горя людского.

Ты захочешь свернуться комочком
И забыть эту жизнь и себя,
Полетишь ты по миру осенним листочком,
Вспоминая всех тех, кто оставил тебя.

Апанович Егор, 11 «А»

Город-дракон

Мой город – огромный и спящий дракон –
Ревниво хранит Цемесскую бухту,
Все тайны её, все недра вод,
Всё то, что мерцает сквозь время как будто,

Порой просыпаясь норд-остом вдруг
И брызгами волн умывая берег,
Мой синий дракон, мой надёжный друг,
Та сила, что в нас бесконечно верит.

Хребет его крепок и много раз
Свой мир защищал он от злобной силы,
Друзьям же откроет он без прикрас
Ворота юга Великой России.

Мой сильный и добрый город-дракон!
Сердца зажигаешь, внедряясь в вечность,
Хранишь свои тайны за склонами гор...
Мой Новороссийск! Мой оплот и крепость!

Черкасских Вероника, выпускница лицея

ОБЪЯВЛЕНИЕ

Дорогие ребята! Если вы креативны и талантливы, редколлегия газеты «Лицейст» приглашает вас к сотрудничеству. Предлагаем вам написать статью для нашей газеты, которая будет интересна сверстникам и не только, опубликовать стихотворение или небольшое прозаическое произведение, в общем, поделиться с окружающими своими мыслями и чувствами. Обращайтесь в 50 кабинет в любой день, кроме четверга, и приносите свои материалы.

Работа над собой

-Зачем же нам работать над собой, ведь идеальна
Природа в гармоничности своей?
И мысль человека гениальна,
И силой обладает человек.

Зачем до боли головной нам думать,
Решая математики задачи?
Зачем свое нам тело улучшать?
Мы можем жить совсем иначе.

-Пойми же, друг ты мой душевный,
Что человек любой не идеален.
И сколько бы он ни был совершенным,
На большее он все-таки способен.

-На что же люди большее способны,
Ведь мы достигли многих результатов?
Уже поставлены на свете все рекорды,
Уже мы сделали все то, что нам самим и надо.

-Я знаю, что ты очень уважаешь
Всех тех, кто многие рекорды побивает.
И люди, на ступень все выше поднимаясь,
Благодарят всех тех, кто нам прогресса добавляет.

-Но могут жить же люди без прогресса,
И своего и всех людей на свете.
Примеров много нам таких показывает
пресса.
И что мне, мой товарищ, ты ответишь?

-Я знаю, ждешь ты пламенную речь
И мой ответ на возражения твои.
Любовь к саморазвитию хочу тебе
привлечь,
Ведь ты в конце концов пойми,

Что лучшего тебе я, друг, желаю.
Не добивайся человек таких высот,
Мы с вами жили б, ничего не зная.
Я понимаю, что оторваться от

Любимых развлечений очень сложно.
И заняться потом самим собой
Нам кажется почти что невозможным,
Но каждый волей наделен большой.

Преодолеть себя способен каждый.
И, открывая горизонт все дальше,
Поймешь, зачем ты трудишься, однажды
И для себя откроешь мир прекрасный!

Коцаренко Ян, 7 «В»