



ЛИЦЕИСТ

ЛИДЕРЫ ШКОЛЬНОГО САМОУПРАВЛЕНИЯ

НОЯБРЬ, 2022

17 октября в лицее состоялись выборы в лидеры школьного ученического самоуправления и Российского Движения Школьников. В голосовании могли принять участие ребята с 7 класса.

Свои кандидатуры выдвинули три лицеиста: Богза Елизавета, ученица 8 «А», Белый Марк, ученик 9 «Г», Габараев Владислав, ученик 11 «Б». Все претенденты были достойны занять пост президента. Лиза является активистом нашего лицея, главным помощником руководителя хора «Лицейст» Платон Аллы Ивановны и организатором классных мероприятий. Она ответственная, общительная, участница предметных олимпиад. Марк – творческая личность, он пишет музыку, играет на гитаре, при этом активно занимается спортом. Веселый, отзывчивый, креативный. Влад общительный и веселый, добрый и позитивный, увлекается спортом, хорошо учится, любит театр.

В течение недели перед голосованием ребята представляли свои программы и высказывали предложения по улучшению жизни лицея. Их программы были настолько интересны, что избирателям достаточно сложно было сделать выбор.

По итогам голосования победителем стал Владислав. Нам стало интересно, почему Влад, уделяющий много внимания получению знаний, обучающийся выпускного класса, решил выставить свою кандидатуру. Мы встретились с ним и задали ему несколько вопросов.

- Влад, когда решил баллотироваться?
- Если честно, желание возникло только в этом году, когда узнал о выборах, ближе к концу сентября.
- Почему решил стать президентом?
- Сыграло свою роль то, что я учусь в 11 классе. Мне хотелось оставить свой след в истории лицея, сделать что-то полезное, интересное для родной школы, чтобы ребятам было не только комфортно учиться, но и хорошо проводить свободное от уроков время. Потом хотелось проявить себя, посмотреть, на что я способен, увидеть себя в новой роли и понять, насколько я с этим справлюсь.
- Что бы ты хотел изменить? Какие у тебя планы?
- Изначально планы были большие. Но когда ты становишься президентом и начинаешь пытаться их осуществить, понимаешь, что в некоторых вопросах заблуждался. Это тоже для меня опыт – я стал более реально смотреть на возможности школьного президента, они не настолько безграничны, как может показаться на первый взгляд. Побывав на городском совете школьных президентов, я наметил для себя реальные мероприятия, которые будут интересны нашим ученикам и которые я могу организовать и провести. Например, на осенних каникулах мы организовали турнир по компьютерной игре «Dota 2». Ориентировочно в ноябре пройдет конкурс чтецов на патриотическую тему.
- Спасибо, Влад, желаем тебе успехов. Надеемся, что твои планы реализуются. **Догужева Ирэн**



Первый MTL CUP по Dota 2

5-ого ноября прошел турнир по компьютерной игре Dota 2 среди учащихся лицея. Организовывали его Габараев Владислав (11 "Б"), Степан Гречковской (9 "Г"), Данцевич Андрей (11 "Б"). Но давайте введем в курс дела тех, кто не знаком с этой игрой и даже не представляет, что это такое.

Dota 2 — многопользовательская командная компьютерная игра в жанре MOBA. Игра изображает сражение на карте особого вида; в каждом матче участвуют две команды по пять игроков, управляющих персонажами с различными наборами способностей и характеристиками.

Теперь вернемся к нашему турниру. Организовывался он при помощи приложения "Discord" и проходил онлайн. Всего было заявлено 9 команд из разных классов и параллелей. Все они старались и выкладывались на полную. По итогам турнира мы имеем такие результаты:

Продолжение на 2 стр.

ЛИЦЕИСТ, БУДЬ ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ!



Давайте разберемся, что же такое ГТО? Это всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта.

Кто может сдать ГТО?

Сдать нормы ГТО могут все граждане Российской Федерации старше 6 лет. Комплекс ГТО состоит из 11 ступеней в зависимости от возраста – 5 ступеней для детей и 6 для взрослых. В тесты входит 13 видов спортивных упражнений: бег, плавание, подтягивания на перекладине, стрельба и другие. Часть упражнений обязательна: бег на короткие дистанции, бег на средние дистанции, силовые упражнения, наклон вперед из положения стоя, остальные можно выбрать из предложенных.

Как и где сдавать?

Чтобы пройти тестирование, надо зарегистрироваться на сайте ГТО и подать заявку на прохождение тестирования в личном кабинете. Для подтверждения личности нужен скан паспорта. После рассмотрения заявки в личный кабинет придет уведомление, где и когда пройдет испытание.

Нормативы сдают в специальных центрах тестирования, адрес ближайшего можно узнать в личном кабинете на сайте ГТО.

Советы для сдачи:

Без подготовки практически нереально сдать ГТО на золото, это очень трудно даже для ребят, занимающихся спортом. Поэтому самое главное - это правильная подготовка к сдаче норматива, с которым у вас беда. Для этого вы можете посмотреть видеоролики, из которых можно взять для себя тренировку или тактику для достижения норматива, ведь тактика в сдаче нормативов очень важна, особенно в беге.

От сдающих ГТО: "Нормы ГТО довольно сложные, даже если вы занимаетесь спортом, ведь они проверяют вас в каждой дисциплине: бег, плавание, силовые нагрузки и т.п. Я до сих пор сдаю нормативы, мне осталось сдать стрельбу и пересдать бег на 3 км – испытание, которое я не смог преодолеть с первого раза, остальное выполнено на золото. С уверенностью могу сказать, что бег на средние дистанции (2-3 км) является самым сложным нормативом, потому что здесь нужно иметь неплохую подготовку. Без специальной подготовки сдать этот норматив практически нереально."
- **Габараев Владислав**

"Я, как человек сдававший "ГТО", знаю, насколько это сложно. Одним из самых трудных "испытаний" была борьба с самим собой. Волнение перед забегом - это то, что придётся перебороть. По моему мнению, главный способ преодолеть внутренние тревоги - это уверенность в себе и в своём успехе. Ведь проще забирать золотую медаль, когда ты спокоен и не отвлекаешься на эмоции. Хочу поделиться одним советом, который помог мне взять золото на многих зачётах: не обращайте внимания на своих соперников, перед вами должна представляться только беговая дорожка или цель, которую вы должны достигнуть"
- **Кузнецов Глеб**

ПОДКАЧАЙТЕ МУСКУЛЫ СМЕХА!



- Тренер сказал, что спорт добавит мне несколько лет жизни, и это правда. Я сделала 10 отжиманий и по ощущениям мне 85.

- Твой лучший результат в беге на 1 км? - 300 метров

- У каждого есть свой рецепт счастья. Вот у меня, на потолке надпись «Завтра начинаю бегать по утрам». Утром просыпаюсь, вижу надпись и думаю: «Как же хорошо, что не сегодня».

-Сегодня понял, что спорт - это не мое. Полез на турник и сломал его нафиг.



Первый MTL CUP по Dota 2 (продолжение)

1 место заняла команда "MIRACLE FANS", в состав которой входят ученики 9 "А" класса:

2 место заняла команда "MysticalTree Team", в состав которой входят ученики 11А класса:

3-ее место поделили команды: "FREAKS" – 11Б и команда "Первый скилл и третий" 10 А,Б

Слова победителей

После турнира наш корреспондент решил взять интервью у победителей этого турнира, на которое с радостью согласились Босик Артём и Ваганов Владимир.

-Какковы ваши впечатления от турнира?

-Турнир был интересным, достойное сопротивление и много положительных эмоций. Сама идея создать турнир по Dota 2 в школе - это что-то новое и необычное.

-Сложно ли было играть?

-Не всегда, но первая и последние игры были самыми сложными. Все команды оказали достойное сопротивление, но выделить хотелось бы команды "Дора" и "MysticalTree Team".

-Рассчитывали ли вы на победу изначально?

-Да, изначально мы были настроены на победу. К турниру мы готовились, отыграли много игр вместе и разрабатывали тактики.

-Как вам организация турнира?

-Вначале были трудности, скорее всего, из-за того, что это был первый турнир. Но потом все наладилось, игры проходили быстро и организованно, финал турнира прошел просто великолепно. Хотелось бы выделить то, что подключались комментаторы, были стримы игр в реальном времени, практически все участники смотрели на эти матчи, затаив дыхание. Думаю, что все получили отличные эмоции.

Габараев Владислав

НЕ ПОГАСНЕТ ОГОНЬ СЕРДЕЦ

«Преданное сердце» - новороссийское добровольное общество помощи бездомным животным. Это волонтеры, которые подбирают бездомных животных, лечат их, а затем пристраивают. Общество проводит благотворительные акции, образовательные мероприятия с целью привлечения жителей города к проблеме брошенных питомцев.

В сентябре учащиеся лицея активно подключились к акции, организованной обществом помощи бездомным животным «Преданное сердце». Ребята с 1 по 11 класс несли корма, медикаменты, средства гигиены.



Главным организатором акции в лицее стала учитель Реутт Ирина Николаевна, с которой мы побеседовали.

- Как Вам пришла мысль помогать «Преданному сердцу»?
- Я очень люблю животных, не могу пройти мимо тех, кто нуждается в заботе. Именно поэтому мы организуем уже второй год подряд программу помощи им от МТЛ.
- Какие животные могут попасть в приют?
- Очень много кошек и собак, сейчас даже есть гусь и утка.
- Расскажите, пожалуйста, поподробнее про условия содержания животных в приюте.
- Собаки содержатся в будках на улице, будки очень теплые. Другие животные находятся у людей на квартирах, на передержке.
- Много ли животных уже нашли свой дом?
- Да, более 500.
- Расскажите поподробнее о приюте. Как можно ему помочь?
- Приют считается инициативным, т. е. полностью содержится на пожертвованиях добрых людей. Поэтому чем больше люди помогают, тем больше будет корма у наших бездомных животных.
- Как наш лицей помог приюту?
- В этот раз мы собрали огромную помощь! 26 коробок корма, пеленок, лекарств, шприцов, наполнителей. Приют очень благодарен нам, они выписали благодарственный лист для каждого класса. Я надеюсь, что и в дальнейшем мы будем помогать животным, потому что такому большому количеству зверей, содержащихся на данный момент в приюте, помощь нужна ежемесячная. **Третьякова Анна**

ИЩУ ХОЗЯИНА



Клаус – пессинальник. Однажды его сбила машина, и он больше никогда не встанет на задние лапки. Таких жизнерадостных и активных псов я никогда не встречала в своей жизни! И я очень хочу, чтобы исполнилась моя заветная мечта, и Клаус стал семейным, домашним псом с самыми заботливыми родителями!
Куратор Татьяна +7 (961) 583-73-33



Краска кроткая, стеснительная девочка! Нашли её на улице в плачевном состоянии. И знаете, забота и любовь сотворили с ней чудо! Она превратилась в истинную красотку, которая разукрасит вашу жизнь яркими красками. Наблюдать за ней сплошное удовольствие! Приходите знакомиться!
Куратор Татьяна +7 (961) 583-73-33



Кошечка Юта! Попала в ДТП, врачи вытащили буквально с того света! У Юточки было много переломов и внутренних повреждений! Сейчас это уже толстенная и очень ласковая кошечка и мечтает обрести своих любящих хозяев Куратор Кристина 8-918-019-57-51

Это интересно

ВЫ НРАВИТЕСЬ ДРУГИМ ЛЮДЯМ?

Чтобы чувствовать себя по-настоящему приятными в глазах людей, интересными, симпатичными и привлекательными, надо для начала постараться понять, чего именно мы ждем от других, какие чувства хотим у них вызвать. Другая важная сторона этого вопроса – на что мы сами готовы пойти, как измениться, чтобы вызвать симпатию у окружающих. Кроме того, принять любовь другого и ответить на нее может лишь тот, кто чувствует, что достоин любви. Особенно это важно, когда мы только становимся личностью в социуме, как в школьное время.

Чтобы начать поиск собственных решений по каждому из этих направлений, ответьте (не раздумывая слишком долго) на вопросы нашего теста.

1. Насколько важно для вас мнение других людей?
2. Какие качества человека могут привлекать людей и какие из них можно отнести к вам?
3. Насколько сильно увеличился или уменьшился ваш круг знакомых?
4. Как вы отреагируете на резкую критику вашего характера от вашего друга?
5. От чего зависит ваше мнение об определенном человеке?

На эти вопросы вы ответите сами для себя, и, возможно, ответы преподнесут вам неожиданные сюрпризы. Если вы затрудняетесь в ответе, то обратитесь к вашим друзьям и знакомым. Можно сравнивать ваши ответы и друзей. Поверьте, вы о многом узнаете, в частности, как вас видят со стороны.



Если вы расстроились результатами теста, не беда! Вот вам несколько советов, как можно вызвать симпатию незнакомого человека.

Большая тройка сигналов дружелюбия

Есть три самых главных сигнала дружелюбия, которые мы моментально считываем на невербальном уровне, еще даже не познакомившись с человеком.

Наклон головы

Это универсальный инструмент, чтобы быстро расположить к себе человека. На боковых поверхностях нашей шеи находятся сонные артерии. Открывая сонную артерию, мы посылаем сигнал другому человеку: «Я не жду от тебя опасности».

Игра бровями

Если вы присмотритесь к людям в кафе, которые встречаются с близкими им людьми, то увидите такую интересную особенность. Когда близкие люди видят друг друга, они на одну шестую секунды вскидывают брови. Так человек проявляет радость. Если вы хотите, чтобы другой человек гарантированно почувствовал вашу симпатию, то научитесь вскидывать брови.

Улыбка

Настоящую улыбку отличают две особенности: поднятые скулы и образовавшиеся лучики-морщинки вокруг глаз. Во время фальшивой улыбки скулы почти не поднимаются и лучиков не видно. И это считывается как знак того, что человеку нельзя доверять. Так что мастерство нравиться людям еще и в том, чтобы улыбаться искренне.

Однако не стоит слишком увлекаться подобными фокусами. Вы и только вы решаете – нравиться или не нравиться другим. Вы имеете полное право руководить вашей жизнью. Чужое мнение никак вас не характеризует как личность. **Творите, создавайте и живите счастливо!**

Насембаева Ясмин

ПРОБА ПЕРА

Ты посмотри, какой закат...
Он словно шепчет в душу мне:
«Иди ко мне, давай сюда,
Тут я - и ты в моём окне».
И мы летим по облакам,
И я не слышу ничего,
И я хочу сказать всем вам,
Что счастье наше велико..

Но мы не ценим эти дни,
Нам нужны тачки и бабло...
А ты попробуй распахни
Живую душу на все сто.
Прозреешь ты, ведь понял, что
Был слеп и чёрств, но не о том...

Закат - твой лучший друг.
И в горе, радости, беде
Ему плевать, какой недуг.
Поддержит он всегда, везде,
Он будет нем, как старый дед,
И в тот же миг, как лучший друг,
Избавит он от всяких бед,
Спасет тебя ... и без услуг.

Лишь взгляд он поцелует твой,
Подарит кучу теплоты,
Поцеловав алой губой,
Покажет море красоты..

Апанович Егор



Редакционная коллегия:

Габараев Владислав
Догужева Ирэн
Завгородняя Елена
Насембаева Ясмин
Третьякова Анна