

112 новостей

Февраль, 2023

«SaMoСтоятельные дети»



Я являюсь руководителем республиканского антинаркотического проекта «Самостоятельные дети» отряда «Торнадо» с 2018 года. А все началось с того, что я стала классным руководителем 7А класса, которые уже год состояли в проекте. И вот для меня первый год был как знакомство с классом, так и знакомство с проектом. 30 августа 2018 года мы вышли на нашу первую акцию, которая называлась «Здоровая Россия». Вот так и завертелось.

Я начала с детьми изучать новый для меня интересный увлекательный проект. Цель проекта «SaMoСтоятельные дети» - предупредить или отложить первую пробу психоактивных веществ детьми школьного возраста на возможно более поздний срок. Для детей 13-14 лет это был как

раз переходный трудный возраст, где их внимание необходимо направить в правильное русло. И данный проект был просто кладом. Мы с детьми готовились к различным интересным акциям, готовили атрибутику для этих акций. И самое главное, участникам проекта это также нравилось. В проекте состояли на тот момент, 17 человек. На акции мы могли брать только 10 человек, что же делать с остальными 7, которые также хотели участвовать? И здесь я нашла решение: мы проводили акции в школе с другими классами, где все участники могли быть задействованы в акциях. И охват участников был высок.

Ведь все участники понимали задачи проекта. Первое было обучить участников проекта, работе по контрактному методу, заключить контракты на год с участниками проекта. И здесь было весьма интересно ученикам заполнять контракты на год. Кроме обязательных условий контракта, было еще 1 условие, которые дети выбирали сами. Здесь то у них фантазия и разыгралась. Это не только табакокурение, употребление алкоголя и психоактивных веществ, но и плохие оценки, сквернословие, зависимость от компьютера и телевизора, то есть все то, что мешает формированию конкурентноспособной личности. Вместе с ребенком контракт подписывают родители и руководитель, что усиливает контроль за его исполнением. Контрактная форма взаимодействия позволяет повысить ответственность за принятое решение. Многие участники ставили очень полезные для них самих цели на год и успешно выполняли, и это говорит, что проект для них был полезным. Вторая задача: пропагандировать проект через средства массовой информации. Мы ранее создали группу в инстаграм @sms_deti_tornado, где выкладывали отчет о проведенных мероприятиях, чуть позже, создали группу Вконтакте <https://vk.com/tornadokzn>, где и сейчас выкладываем различные посты. Самое интересное – эта идея шла от детей. Они сами предложили, создали и сами с радостью ведут страницу. Третья задача: провести информационно-разъяснительные мероприятия с детьми и их родителями. Контракт мы заполняли трехсторонний: участник, родитель и руководитель проекта. Таким образом, родители были в курсе, куда вовлечены дети и какие мероприятия их ожидают. Вовлечение родителей в процесс реализации проекта создает единую воспитательную среду в образовательном учреждении, в семье, что позволяет значительно ослабить негативное влияние окружающей среды. (окончание на стр 6.)



Я веду здоровый образ жизни

Спорт – это лучшее, что существует для поднятия духа, поддержания физической формы и здоровья человека, он воспитывает характер и силу воли. Я занимаюсь «Самбо» — это мой любимый вид спорта. Самбо — не только вид спортивного единоборства, это система воспитания, способствующая развитию морально-волевых качеств человека, патриотизма и гражданственности. Самбо — это наука обороны, а не нападения.

Я всегда был активным ребенком. Сколько себя помню, играл в разнообразные подвижные игры. И получал от этого невероятное удовольствие! Родители заметили мою любовь к спорту и записали меня в школу «Самбо», которая была развита в Казани. Борьбу я полюбил сразу. Еще ребенком, занимаясь самбо, я понял, что мне придется проходить всесторонние испытания своей воли, выдержки, трудолюбия, развивать в себе настойчивость в достижении поставленных целей, научиться самодисциплине, самоконтролю. Год за годом я становился опытнее, мои моральные и волевые качества стали сочетаться с отличными физическими качествами. С годами мое мнение не поменялось, для меня самбо – это лучший вид спорта. Кроме физического здоровья, занятия спортом подарили мне много интересных людей, с которыми я познакомился на тренировках и соревнованиях и теперь часто общаюсь. Очень важно иметь единомышленников и тех, с кем можно поговорить, поделиться впечатлениями. А еще занятия спортом дают почувствовать радость собственных достижений, когда занимаю призовые места на соревнованиях! И понимаю цену приложенных усилий и работы над собой. Настойчивость хорошо помогает в достижении любых целей. Я становился победителем на различных соревнованиях и турнирах. Главная задача самбиста, вступившего в единоборство, — добиться чистой победы над противником. Именно к этому я стремлюсь, и у меня почти все получается.

Есть люди, для которых спорт – это смысл жизни. Теперь я уверен, что хочу стать профессиональным спортсменом. Я считаю, что самое лучшее в любом деле – довести его до конца, значит, если я начал заниматься спортом, то не должен останавливаться, а обязан работать дальше!

Хаялеев Фарит, 11А



Я выбираю интересную жизнь



Что же это такое – интересная жизнь? Как нужно ее прожить, чтобы не жалеть?

Я думаю, что у каждого тинейджера должно быть хобби для общего развития, ведь когда-нибудь полученный опыт может пригодиться во взрослой жизни. Благодаря дополнительным увлечениям человек становится разносторонним и ярким, живёт **интересной жизнью**.

И все же, какие бывают хобби? Это может быть какой-то один вид спорта или даже несколько; различного вида искусства, наука, IT, моделинг, коллекционирование, дизайнерская деятельность, кулинария, садоводство и животноводство.

Одним из ключевых факторов является желание. Только оно помогает нам осознавать наши потребности и заставляет действовать, прикладывая усилия в нужном направлении, чтобы удовлетворить их. Также, немало важно, чтобы данный вид деятельности (которым Вы увлечены) приносил Вам удовольствие и наслаждение.

Не стоит забывать и про выгорание. Наверно, такое состояние бывает у каждого, когда нет сил и желания работать, потому что Ты потерял всю свою энергию. Ты не можешь заставить себя что-либо делать, и длится это все может около месяца (у некоторых людей даже больше). Ощущение, будто внутри пустота;

нету того огня в глазах, который был раньше. Всё-таки, как же не впадать в такое состояние - эмоциональное выгорание? Прежде всего, высыпайтесь; добавьте физические нагрузки (да, эндорфины) и медитацию; найдите время на хобби и увлечения, чтобы восстанавливаться; регулярный отдых (отпуск, выходные дни).

Неважно, если Вас будут осуждать за спиной или говорить прямо, что «это не твое», «зачем тебе это?» или «брех это все». Нужно слушать только себя и своих близких людей, которые обязательно Вас поддержат и будут поддерживать в вашем хобби. Идите к своей цели напролом, всегда ищите возможности; никогда не останавливайтесь на достигнутом, ведь жизнь нам дана один раз и нужно ее прожить на полную катушку!

В заключение, хотелось бы сказать, что если у Вас сейчас нет увлечений, то это не значит, что по жизни Вы ничем не будете заниматься. Каждый человек рано или поздно находит свой интерес, который ему по душе.

Член молодежной команды по баскетболу
«Казаночка»

Приказчикова Карина



Вот почему мне НЕ нужны алкоголь и наркотики

Алкоголь, наркотики-это болезнь, человек сначала получает удовольствие ,а после это становится как болезнь, вот скажите мне: кому нравится болеть??

Мне кажется лучше иметь здоровье, нежели чем потихоньку себя убивать.

Мне кажется, что большинство людей пытается заглушить свою боль, через наркотики и алкоголь. Для них это выход, они находятся в сложной жизненной ситуации. Нужно уметь брать себя в руки и не падать духом, ведь это мучительная смерть , это потеря доверия в обществе, потеря доверия близких людей. А как же семья? Как же дети? Человек ради своей же смерти отказывается от счастья. Я считаю, что это никому не нужен, ни алкоголь, ни наркотики. Лучше заняться собой, проработать свои ошибки. Сходить к врачу, но ни в коем случае не заполнять своё горе, душевную боль, наркотиками и алкоголем. Человек, занявшийся такими делами считается слабым .Кроме того употребление этих веществ уходит немало денег, что влечет за собой опустошение кармана.

Вот что говорит психолог: «Почему мы выбираем зависимого человека себе в партнеры? что часто это связано с психологическими травмами раннего детства. Когда женщина выбирает себе такого мужчину, хоть и бессознательно, она питает иллюзии, что в этих отношениях она будет нужна.

"Я ему помогу, я буду всегда рядом, я буду носить таблетки, я буду делать ему компресс, мы пройдем это все вместе, мы поедem вместе на реабилитацию. Таким образом она получает то, что недополучила в семье: уважение, любовь, восхищение, например, от папы, что она красавица, умница и его любимая дочка, она начинает хоть как-то подпитывать свою собственную самооценку в союзе с алкоголиком или наркоманом". Идя с грузом по дороге жизни, человек обретает ещё один груз.

Да , сейчас в жизни много соблазнов, и часто хочется уйти от проблем, выплеснуть свою негативную энергию во что-то или кого-то, расслабиться. Но ведь всей этой гадости есть и альтернатива! Каждый человек может выбрать себе хобби. Вот к примеру я-заядлый футбольный болельщик.

Если речь заходит о спорте, но нет возможности им заниматься, например по состоянию здоровья и тд .Можно быть приближённым к спорту, быть болельщиком (футбольным фанатом), и все свои негативные и позитивные эмоции выплёскивать, так скажем,создавать эмоциональную разгрузку. Это очень хороший способ, по сравнению с употреблением запрещённых веществ.

«Мбаппе — удар, гол, 3:2! "Париж" возвращается в игру. Ну и дела, какая игра! Что, если бы вы выбрали другое времяпровождение? Что, если бы вы променяли этот матч на свидание, а она даже не стала вашей женой? Тогда для чего все это было, если вы пропускаете такую игру?» -вот такими словами комментатор Роман Нагучев описывает красоту матча ПСЖ-Бавария.



Фото Лионеля Месси- игрока сборной Аргентины, «взявшей» Чемпионат Мира 2022г
Спорт, спорт и ещё раз спорт! Показывать пример обществу, каким можно быть, без употребления каких-либо веществ!

Заядлый футбольный болельщик Пьянов Влад,11А

ЗДОРОВЫМ БЫТЬ – МОДНО!



Подумаем над тем, что же такое здоровый образ в жизни человека, модно ли быть здоровым в наше время? ЗОЖ – это образ человека, сохраняющий здоровье и снижающий риск различных, опасных заболеваний. Как говорили на Руси: «Здоровье дороже богатства». ЗОЖ состоит из таких понятий как: правильный режим и правильное питание, обильное питье, витамины, физическая активность и занятие спортом, сон и конечно же, отказ от вредных привычек, поскольку именно эти привычки не способствуют улучшению продолжительности жизни. Мода в первую очередь является искусством, во вторых – это постоянное изменение и преобладание вкусов одежды, и других отраслей.

Конечно же залог здоровья - правильное питание. При приеме пищи человек получает необходимые витамины. Нужно есть много овощей и фруктов, употреблять меньше жареного, сладкого и мучного. Очень важную роль играют физические упражнения, поскольку они позволяют организму расти. Отказ от вредных привычек таких как: употребление алкоголя, сигарет или наркотиков дает возможность человеку улучшить свою жизнь. Также желательно контролировать время препровождения за просмотром телевизора, компьютера, так как они наносят особый вред нашему организму, оставляя без какого-либо движения.

На данный момент актуальным является девиз: «Быть здоровым — модно!». Почти каждый популярный человек, снимает истории или выставляет пост о том, как занимается спортом в зале, правильно питается и т.д, тем самым пропагандируя на своих страничках в социальных сетях ЗОЖ. Также, на сегодняшний день, когда я общаюсь со своими друзьями, слышу множество споров относительно их здоровья. Поразмыслив, я задумалась: «Здоровый образ жизни мода или массовый тренд, который пройдет совсем скоро?». Конечно же сейчас считается престижным заниматься спортом. Для девушек стало очень важно обладать хорошей фигурой. Мужчины тоже обращают внимание на свой организм, поскольку спорт является показателем красоты.

В моей семье мама соблюдает правильное питание, занимается фитнесом. Так как у меня есть проблемы со здоровьем, глядя на неё я тоже стараюсь правильно питаться, например, не есть жареного, острого. Лично для меня отказаться от сладкого и вкусных булочек довольно-таки тяжело. Также я не ем после шести и стараюсь по мере возможности заниматься спортом.

Таким образом, следить за своим здоровьем нужно не из-за того, что это модно или потому что это делают все, это должно быть в удовольствие.

Марченко Карина, 11а.

ДАЖЕ НЕ ПРОБУЙ!

В современных реалиях огромное количество соблазнов, с которыми предстоит бороться почти всю жизнь. К примеру: сигареты, алкоголь, энергетические напитки и наркотические вещества. Соглашусь, все перечисленные зависимости пагубно влияют на наш организм, но одно выделяется «ярче» всего, прямо кричит. Это хитрая зависимость, которая начинает не с ваших органов: печени, сердца, легких и так далее; а с вашей психики, разрушая ее по кирпичикам, в прямом смысле слова. Как вы наверное уже поняли, я бы хотел заострить внимание на «веселых друзьях» нынешней молодежи, а именно на наркотиках. Я знаю не одну историю, когда люди портили свою жизнь из-за них, даже когда их не употребляли, а распространяли, продавали и так далее.

На самом деле, наркотики - вещь ужасная, они способны испортить ваш мир за миг, стоит только начать взаимодействовать с ними, даже косвенно. Человек, который их употребляет на регулярной основе, лишается мозга, в прямом смысле этого слова. Его мозговая деятельность деградирует в геометрической прогрессии: увеличивается доза — уменьшается IQ. Такими шажками он приближается к состоянию «овоща», когда тот не способен что-либо сделать сам, пока его не прекратится наркотическое опьянение. Постепенно человек привыкает к определенной дозировке и его не «торкает», как выражаются наркоманы, тогда они увеличивают дозу, чтобы получить то самое чувство эйфории, но в один момент они доходят до критической точки, я бы назвал ее «точкой не возврата». Когда человек ее достигает, то в скором времени его постигает передозировка, мгновенная смерть - сердце не справляется с крупным объемом наркотических веществ в крови. Также известны некоторые случаи, когда люди под действием психотропных веществ прыгали из окон, совершали самоубийства и тому подобное. И стоит задуматься, нужно ли нам это, ведь наркотики — верная погибель. Но для вас я чужой человек, который просто решил поделиться советом, но остается за вами только одно — прислушаться к моим словам или нет, поверить ли мне или нет

Левинсон Роман, 11А



Не курите рядом с нами!



Всё чаще замечаю, как некурящие люди, из-за стрессовых ситуаций в жизни, начинают курить электронные сигареты или, хуже всего, обычные. Никотин присутствует и в тех, и в других. Но мало кто задумывается, что после первого раза у человека сразу может возникнуть желание попробовать ещё раз, а потом ещё, и ещё.

Почему подросток начинает курить?

Есть несколько причин почему человек может пойти на это.

Одна из главных это - подростковые компании.

Подросток жаждет ярких ощущений и ищет новые авторитеты, стремится доказать сверстникам свою мужественность и зрелость, совершая «типично взрослые» и запрещенные по-

ступки.

Вторая, но не по значению, это – культурная пропаганда.

Романтизация образа курильщика в кино и сериалах: интеллектуал Шерлок Холмс часто курил трубки, «крутой парень» Ковбой Мальборо не расстается с сигаретой, красавицу Одри Хепберн невозможно представить без длинного папироса в фильме «Завтрак у Тиффани».

Как таковые ключевые причины для начала табачной зависимости являются социальные.

Но какие же будут последствия? Помимо того, что у вас будет зависимость и будет очень трудно бросить курить, настанет период, когда вас начнёт подводить здоровье. Осложнение дыхательных путей и лёгких, проблемы с желудочным трактом, с мочевым пузырём, и это не конец! Одним из коварных свойств табака является то, что он наносит вред не только тем, кто сам курит, но и тем, кто вынужден пассивно вдыхать дым, находясь рядом с курящим.

Последствия будут необратимы. Такого дыхания, как до курения, уже никогда не будет. Поэтому так важно понять уже сейчас, что курение очень сильно вредит здоровью, а здоровье — это главное в жизни каждого человека.

Как не начать курить:

Во-первых, изначально нужно понимать, что это нездорово, что курение действительно убивает, а если пристраститься к этому, то избавиться от привычки будет очень трудно.

Во-вторых, перестать романтизировать курение. Это красиво, но только в фильмах или сериалах, в остальном же, многие актёры против курения и не курят в реальной жизни.

В-третьих, тщательнее выбирать друзей. В моей компании друзей тоже есть курящие, но они сами понимают, что это ужасная привычка и пытаются от неё избавиться. А если среди вашего круга общения есть друг, который пытается вас всячески задеть, что вы этого не делаете или, worse, пытается заставить вас это сделать, то смело отказывайтесь от дружбы с ним.



Кораблева Дарья, 11а

БУДЬТЕ СЧАСТЛИВЫ И ЗДОРОВЫ!

В современном обществе отношение к здоровью стало меняться: модно не курить, не пить, не использовать наркотики, а заниматься спортом. Большинство людей понимают, что только здоровье даст им возможность реализовать свои самые смелые социальные планы, создать семью и иметь здоровых и желанных детей. Здоровье имеет непреходящую ценность в любом возрасте для каждого человека. Как же сохранить и укрепить здоровье? Совет один – вести здоровый образ жизни

И об этом нам постоянно напоминают в СМИ, многие известные актеры и артисты пропагандируют ЗОЖ. Но, некоторые не считают, что в здоровом образе жизни есть что-то хорошее, или они просто не хотят отказываться от привычного лежания на диване и неправильного питания.

От правильного образа зависит многое, ведь некоторые люди прекрасно чувствуют себя до старости, а некоторые к тридцати годам неизлечимо больны. Несмотря на возможности медицины, многое зависит от самого человека.

Образ жизни, который ведет человек, придает или отнимает силы, лечит или губит. Здоровый образ жизни – это совокупность привычек, которые помогают людям быть здоровыми и счастливыми

Что входит в ЗОЖ: Правильное питание/Физическая нагрузка/Окружение/Гигиена/Закаливание/Отказ от вредных привычек/Культура общения

Исходя из вышеперечисленных аргументов можно сделать вывод, что здоровье – это главное достояние любого человека. Хорошее крепкое здоровье позволяет добиваться многих серьезных целей. Поэтому для того, чтобы обладать хорошим здоровьем, нужно вести здоровый образ жизни. Для этого с раннего детства нужно соблюдать здоровый образ жизни к своему здоровью.

И вот поэтому я выбираю здоровый образ жизни!

Прокофьев А., 11А



Алкоголь и наркотические вещества расслабляют, раскрепощают человека

делают веселыми и т.д. Многим нравятся эффекты, которые они получают при употреблении алкогольных напитков или наркотиков. Но не стоит забывать, что эти вещества разрушают организм и медленно убивают человека.

В первую очередь появляется зависимость. Человек становится раздражительным, депрессивным до тех пор, пока не употребит новую дозу своей слабости. После частого употребления появляются проблемы со здоровьем, к примеру алкоголь разрушает центральную нервную систему, поражает поджелудочную железу, влияет на печень, желудок, пищевод, но больше всего страдает мозг. Всего 100 грамм водки убивает 8000 мозговых клеток. В результате мозг становится меньше в объеме, появляются рубцы и язвочки.

У наркотиков очень много видов и типов, и вред они приносят разный, но чаще всего они нарушают работу всех органов, больше всего страдают печень, легкие и сердце. После действия эффекта у человека появляются такие симптомы как упадок общего физического состояния, апатия, нарушения сна и резкие перепады настроения. Нередко, употребляющие становятся жертвой передозировки, из-за которой, впоследствии, не часто иумирают.

Почему люди начинают употреблять алкоголь и наркотики? Что заставляет их наносить вред самим себе? Причиной может стать какая-либо жизненная трудность, любопытство или влияние вредной компании. Потребляя новую дозу, человек убегает от своих проблем. Может быть он не знает, как их решать, или ему кажется, что это слишком сложно. Может, жалеет себя и выбирает, как ему кажется, самый простой путь. Те люди, которые выбирают подобный путь, стремятся оправдать себя. Потому что каждый человек, сделавший такой выбор, в общем-то знает, что многим или некоторым окружающим это не нравится. Зависимые, в первую очередь, обвиняют окружающих, если бы не их действия, они бы не начали употреблять. Или, наоборот, ставят на себе крест, полностью обесценивая свою жизнь. Иногда представляют себя мучеником и убивают себя веществами со словами: "Мне так плохо, мне нужно как-то расслабиться" Или же вовсе представляют себя пленниками ограничений, которым мешают получать новый опыт, их ограничивают и они говорят: "Живем один раз, нужно все попробовать" "Серые будни и ограничения общества мешают мне развиваться творчески, мне нужно это". Каждый раз человек пытается оправдать свой поступок выбора. Он старается сделать образ жертвы, что это все из-за общества, обстоятельств и судьбы. Но на самом деле причина только в том, что человек просто не хочет и не может решить свои проблемы другим способом. Наркоман и алкоголик становится слабым и жалким на вид, но понимая, что он сам выбрал этот путь. Жалость перерастает в отвращение. Никакие эффекты не смогут дать настоящего счастья и истинных эмоций! Любые вещества убивают не только вас, но и ваше общение с окружающим миром, никто не будет терпеть тягу к побегу из мира путем "медленной смерти". Не стоит оправдывать себя временной слабостью и каким-то трудностями, это лишь отговорки, стоит повзрослеть и становиться лучше каждый день. Каждый день быть лучшей версией себя. Я настоятельно рекомендую ни при каких обстоятельствах не употреблять ничего! Найдите хобби, посещайте различные мероприятия или лучше подходите к выбору друзей и компаний. В мире так много радостей занятий, будьте счастливы и здоровы!

Наркотики и алкоголь - зло, при любых обстоятельствах!

Егоров Д., 11а

(окончание. Начало стр.1) Более того, родители охотно помогали в подготовке к акциям и сами были участниками некоторых акций. Четвертая задача: организовать и провести антинаркотические мероприятия в организациях, участвующих в проекте. Прежде чем выходить на проведение акции, мы с детьми проводили акции у себя в МБОУ СОШ 112, тем самым, для детей была подготовка к акции, а учащиеся больше узнавали о проекте. Кроме обязательных акций, прописанных в положении, участниками проекта также проводились тематические информационно-просветительские, культурно-развлекательные, развивающие мероприятия в течение учебного года, а также в каникулярное время.

Отказаться от всех вредных привычек и вести здоровый образ жизни. Именно такой путь выбирают участники проекта "Самостоятельные дети". В проекте «SaMoСтоятельные дети» учащиеся вырастают активными и здоровыми. Главная идея – здоровым сегодня быть модно. Подростки быстро заимствуют стандарты поведения своих сверстников. Поэтому необходимо развивать наставничество по принципу «равный равному», которое введет моду на здоровый образ жизни у сверстников крайне важна преемственность поколений в подростковой среде. И вот уже второй год, в проект приходят новые участники. Первые участники проекта с удовольствием делятся опытом и вводят новых подопечных в увлекательную жизнь по названию «Самостоятельные дети». Там, где к пропаганде здорового образа жизни подходят неформально, где вместо скучных лекций придумывают интересные мероприятия, там есть и результат, и заинтересованность детей. Необходимо слушать и слышать детей и быть с ними Вместе.

Что же касается наград, активные участники проекта каждый год награждались дипломами от школы, а староста проекта Абалымова Александра 2 раза посетила бесплатный лагерь для активных участников проекта. И на сегодняшний день ее родная сестра Азалия также состоит в проекте и за активную деятельность также была награждена поездкой в лагерь. В этом году отряд «Торнадо» занял первое место в игре «Умей сказать нет!».

Деятельность проекта не ограничивается только акциями муниципального и городского уровня. В школе многие участники проекта активно посещают кружок по волейболу, которое веду я, таким образом показывают правильный пример подрастающему поколению и ведут Здоровый Образ Жизни. Ведь они все прекрасно знают – Здоровым быть сейчас МОДНО!!!

Руководитель школьного проекта «SaMoСтоятельные дети» **НИГМАТУЛЛИНА Л.Ф.**



В здоровом теле ясный дух ,процветая ,живёт,
И по сей день спорт над курением верх берет.
Выбирая жизнь здоровую, защити себя
От вреда, дабы длиною была твоя стезя.
Помни , от начала и до конца -
Не скроешь ты лица
От стыда минувших лет,
Так лучше увидеть свет
И быть готовым сказать нет,
Всему, что несет вред.
С СМС детьми будь готов
Сделать шаг! Будь здоров!

Романова Инесса,11а



Над выпуском работали:

Гл. редактор : Ганиева ЛВ

Идея : Ганиева ЛВ,

Творческая поддержка: Нигматуллина Л.Ф., 11а: Хаялеев Ф., Приказчикова К., Пьянов В., Марченко К., Левинсон Р., Романова И. Прокофьев А,Егоров Д

Орфография и стиль авторов сохраняется

Дизайн и верстка выполнены в программе Microsoft Publisher.

Использованы картинки www.wikipedia.org,

Адрес редакции: Казань, Лядова,16

RSPR 16-01688-Г-01



Зарегистрировано в Реестре школьной прессы России. Portal.sgo.ru