

Февраль, 2024г

Пришла пора задавать важные вопросы

Что нужно для развития буквально любой отрасли в стране? А что для прорыва в науке, промышленности, торговле и обороне необходимо в первую очередь? Ответом станет- **ЛЮДИ**.

Люди, любящие то, чем они занимаются, любящие страну, на благо которой трудятся.

Оба качества в нашей стране прививаются учебными заведениями. Если любовь к определённым наукам и сферам деятельности ученики получают на уроках, то любви к Родине, к стране, создавшей для юных граждан все необходимые блага учат добровольные детско-юношеские движения.

Лично я состою в добровольном движении "Юнармия" и ниже хотел бы поделиться своими впечатлениями от пребывания в юнармейском отряде.

В школе я всегда был активистом и, заметив новую возможность проявить себя, просто-напросто не смог её пропустить. Юнармия быстро втянула меня в этот бурный поток деятельности, каждый день давал мне попробовать себя в чём-то новом

За первый год моей "жизни" в рядах Юнармии я узнал много нового о истории своей страны, побывал на классных часах, организованных системой Гражданской обороны, на практике обучился работе с разными элементами снаряжения, используемыми в армии России и по сей день (такие как АК-47, ПМ-9, ОЗК, гражданский противогаз ГП).

Также помимо саморазвития я расширил свой круг общения. Мои дружеские связи вышли за грани моего класса, и новые друзья стали появляться по всей школе. Товарищи постарше (к которым я до сих пор питаю огромное уважение), обучали нас и готовили к различного рода мероприятиям, а новенькие, в свою очередь, могли обучиться чему-то глядя на меня и моих ровесников. Создавался своеобразный круг, где все готовы в любой момент прийти тебе на помощь, зная, что если будет нужно, то и ты не останешься в стороне.

Несмотря на всю серьёзность, с которой движение требует дисциплины от своих участников и все высокопарные слова, сказанные мной об отряде, нельзя не отметить, что в Юнармии наравне с тобой состоят самые обычные ребята, такие же, каких мы каждый день видим на перемене в школе. Кто-то учится в 11 классе, кто-то в 5 классе, но все они находятся в одних условиях и их общение строится очень просто, точно также как у тебя, с твоими школьными друзьями.

Я до сих пор вспоминаю, как мы, находясь на городских соревнованиях, забыв о волнении, просто стояли в коридоре в перерыве между дисциплинами, шутили ни о чём и весело смеялись. Тогда -то я и понял, как близки мне эти люди, и что мы- настоящие друзья, объединённые знаменем Юнармии.

Что стоит сказать в итоге? Движение «Юнармия» помогает получить ценностную ориентацию, сформировать нравственную позицию, раскрыть духовный потенциал личности. А больше духовный потенциал раскрывается в том человеке, который по-настоящему любит своё дело и страну, создавшую ему условия для его благополучного исполнения, то есть в Юнармейце.

*Гарафутдинов Даниль, 9б,
участник отряда «Юнармия»*



Без права на ошибку

Я выбираю интересную жизнь!



Спорт – это не только пот, слезы и боль. Первым делом это общение, новые знакомства и, конечно же, любовь к делу.

Меня зовут Олеся. Я хочу поделиться с вами тем видом спорта, который уже долгое время делает мою жизнь более интересной и насыщенной. Я занимаюсь настольным теннисом около 4 лет и с уверенностью могу сказать, что без хорошей мотивации и команды любой спорт – не спорт. Когда ты занимаешься чем-то, не имея при этом своего интереса, это дело довольно быстро надоедает.

Я пробовала себя во многом, и лично для меня мотивацией оказалась общение. Я знаю, что это звучит странно, ведь практически любой человек скажет: «Для того, чтобы добиться желаемого, нужно много и усердно пахать» и окажется прав, но, например, на меня эта фраза почему-то не действует. Я не могу сосредотачиваться и работать над чем-либо без интересного для меня общения. Мне повезло с тренером. Он поддерживал и общался со мной на протяжении каждой тренировки, благодаря чему я не утратила интерес к настольному теннису и не устала от него, а результат не заставил себя ждать.

Постепенно в нашу секцию приходило все больше добрых и отзывчивых людей, из-за чего мой интерес к спорту еще больше вырос. Нашей дружной командой мы начали посещать турниры, знакомились с местными спортсменами и тренерами. Мы развивались и росли, при этом постоянно общаясь. Мы соревновались также и между собой, при этом поддерживая и радуясь успехам друг друга. И это здорово! Я теперь точно знаю, что в спорте очень важен тренер, с которым ты на одной волне, но также важна и команда. Если всё это присутствует, то как бы ты не уставал на тренировках, как бы не расстраивался при поражениях – всё равно спорт тебе приносит радость и есть силы двигаться дальше!

Я желаю каждому найти свой спорт, который будет вас развивать, учить преодолевать трудности, учить выигрывать и работать в команде, правильно относиться к неудачам, которые неизбежны, но помогают укреплять характер.

Прокина Олеся, ученица 8Б класса

Без права на ошибку

В здоровом теле, здоровый дух!

Так звучит фраза которую мы уже много раз слышали от учителей, родителей, взрослых. Мы думаем, что они так говорят, чтобы мы занимались спортом и вели активный образ жизни. Но всё же, что это значит?

На данный момент более 40% россиян страдают от избыточного веса. Последствия от него могут быть роковыми, такими как заболевания сердца, сахарный диабет и другие. Кроме того, не только тело страдает от лишнего веса, но и психическое состояние человека, могут появиться комплексы и даже дойти до депрессии.

Так что врачи рекомендуют заниматься спортом, придерживаться здорового питания.

Я сама недавно страдала от лишнего веса, однако я взяла себя в руки и начала упорно идти к цели: начала правильно питаться, заниматься спортом и дополнительными тренировками. После того как я похудела, я перестала сильно заикливаться на внешнем виде и начала любить саму себя.

Кстати, лучше всего заниматься спортом, который вам нравится и доставляет удовольствие, а не заставлять себя заниматься модным видом спорта. Например, мне нравится волейбол, уже два года им занимаюсь и не собираюсь бросать.

Регулярная игра в волейбол оказывает закаляющее действие на организм, повышает выносливость организма. Укрепляет сердечно-сосудистую систему и улучшает кровообращение.

Положительно влияет на дыхательную систему.

Разнообразие движений и переменная интенсивность нагрузки при занятиях волейболом тренирует практически все группы мышц. Волейбол укрепляет опорно-двигательный аппарат, улучшает подвижность суставов. Тренирует мышцы глаз, расширяет поле зрения.

Волейбол положительно влияет на нервную систему, улучшает настроение, помогает бороться со стрессами и депрессиями. Волейбол тренирует ловкость, точность движений, подвижность и гибкость. Занятия волейболом развивают у детей и взрослых такие качества как трудолюбие, смелость, упорство, настойчивость, дисциплинированность и умение быстро реагировать на изменение ситуации. Помогают человеку преодолеть комплексы, раскрепоститься, найти общий язык сверстникам и людям разных поколений. Волейбол и другие командные виды спорта воспитывают чувство ответственности перед коллективом, умение работать в команде и доверять окружающим. Развивают привычку регулярно заниматься спортом и вести здоровый образ жизни. Но в спорте будьте осторожны и не переусердствуйте, соблюдайте технику безопасности, а то можете нанести себе серьёзные травмы.

Вот что, по моему мнению, значит эта фраза. И не забывайте любить себя, таким, какой вы есть.

Июдина Кристина, 7Б класс



Что такое ШУС и ЦДИ ?

«Однажды на земле родился Союз и так случилось, что он попал в Школу 112. Поначалу Союз был маленький и слабый, но по степенно он начал расти и крепнуть, благодаря полученным знаниям, спорту и правильному питанию. Стал он расти не по дням, а по часам. Прошло несколько лет! За это время Союз окреп, набрался сил, завел себе друзей-единомышленников, которые тоже получали знания, занимались спортом и правильно питались. Они были молоды сильны и энергичны. Вот так образовался Союз Молодых Сил, который живет по законам здорового образа жизни по приобретаемым знаниям и... можно было сказать правильному питанию, но это будет неверно, потому что объединяться...ВАЖНЕЕ!!!»



Наш Ученический Совет — это маленькая уютная семья в нашей школе. В каждом из нас всегда найдешь поддержку и понимание, несмотря на любые невзгоды. Все мы разные, но нас объединяют общие интересы, ценности и любовь к ближнему. Мы прекрасно разбираемся в таких понятиях как «дружба», «активность», и «взаимовыручка». Готовы участвовать в развитии нашей школы и повышать ее рейтинг.

В октябре у нас традиционно происходит Большой сбор, где любой учащийся с 5-9 класс может заявиться на председателя школьного совета или председателя одной из комиссий. После Сбора проводятся выборы и по его итогам назначается председатель Школьного Ученического Совета, его заместитель и председатели комиссий.

В нашей структуре всего 6 комиссий и 1 отдельная дополнительная- «совет старост». В каждой комиссии есть свой председатель, который работает вместе со своей командой по направлениям. Например, комиссию «порядка уюта и шефской помощи» возглавила Нурмеева Регина. Данная комиссия тесно связана с начальными классами и уже для них Регина со своей командой придумывают мастер-классы, различные флешмобы и т.д.

Одна из важных комиссий в нашей структуре это комиссия «совет старост». Уже можно понять, что комиссия тесно связана со старостами классов. Возглавляет комиссию - Ларина Екатерина, и ее главной задачей является информировать старост о ближайших мероприятиях и т.д.

Каждая комиссия важна по-своему, ведь каждый выполняет свои задачи касаемы мероприятий.



Ну а все мероприятия, в которых участвуют классы, входят в игру «Путь к триумфу». «Путь к триумфу» - школьная игра, где ШУС осуществляет общее руководство : организывает и проводит мероприятия, присваивает баллы.

А не так давно в школе родился Центр детский инициатив, но он уже стал для нас особым пространством. Он является местом притяжения школьников, центром формирования их креативного мышления и самоорганизации.

«Великие дела никогда не делаются одним человеком. Их делает команда людей»

Хидиатова Альмира, 8в,

председатель ШУС

СаМоСтоятельные дети в лагере «Дуслык»

Лагерь «Дуслык» это удивительное место, где стоит побывать каждому ребенку, там очень комфортная и уютная обстановка, приятные люди и организаторы.

Смена там длится 3 дня, но за это время многое успеваешь. Там есть как образовательные, так и развлекательные блоки, к примеру мастер-классы, лекции, различные мероприятия, для которых надо придумывать сценки, танцы и многое другое. На этих сменах не бывает скучно, они всегда тематические и напитаны эмоциями. Вожатые там на одной волне с детьми, всегда поддерживают и помогут, очень добрые и жизнерадостные люди.

В эти смены узнаешь много нового, тебя учат не бояться выступать, разговаривать с большим количеством людей, так же как правильно вести себя на сцене. Там тебе расскажут о многом, и это тебе понадобится в будущем.

В этот лагерь приезжают люди, которые проводят мастер-классы и рассказывают истории из жизни, заставляющие задуматься, рассказывают о своем пути к той или иной профессии, через что приходилось пройти, как приходилось быть предметом обсуждения, но лидеры старались не обращать на это свое внимание. Все это учит нас быть сильнее и относиться спокойнее к злословию за спиной, потому что если прислушиваться к каждому, то можно выгореть и перехотеть что-либо делать и добиваться своих целей.

В этом замечательном месте можно набраться разных навыков, возьмем к примеру меня: я перестала бояться выступать на публике, выражать свои эмоции и общаться с большим количеством людей. Также научилась ставить сценки за маленькое количество времени, теперь я не боюсь предлагать свои идеи и работать в команде. Кстати, о команде, в этом лагере научишься работать в команде, узнаешь, что такое командные работы, поддержка и помощь от малознакомых людей. Тут у тебя появятся друзья, и ты быстро со всеми познакомишься, даже если боишься знакомиться первым, то люди к тебе сами придут, и вы подружитесь. Вожатые помогут вам ставить сценки, накидают всяких идей, могут даже поставить танец, если у вас не получается.

В этом лагере дети проживают в уютном корпусе по 3-5 человек в комнатах, с удобствами. Там пятиразовое сбалансированное питание. Ежедневно, на столах уютной столовой, наряду с основным питанием, присутствуют свежие фрукты, выпечка, йогурты, соки и сладости. В другом корпусе расположен большой, вместительный и оборудованный актовый зал, где и проходит множество мероприятий. На улице расположены детские и спортивные площадки.

Распорядок дня для профильной смены:

Подъём Зарядка. Завтрак Различные мероприятия.

Свободное время, в этот момент можно подготовиться к вечернему мероприятию.

Обед. Свободное время, в этот момент обычно обговаривается сценка с вожатыми.

Мероприятия, после них может быть дискотека.

Ужин. Свечка. Подготовка ко сну. Отбой.

Командир отряда «Торнадо» Шахабудинова Азалия, 7б



Будь здоров-танцуй!



Я думаю, что никто не будет спорить, что танец – это искусство. Танец – это движение, а движение – это жизнь. Это уникальный невербальный способ самовыражения (к таковым можно отнести только ещё: живопись, скульптуру, фотографию). «Танцор верит, что его искусство может сказать нечто такое, что невыразимо ни словами, ни чем другим, кроме танца... Бывают моменты, когда простое достоинство движения заменяет целые тома слов. ...» – это слова Дориса Хамфри.

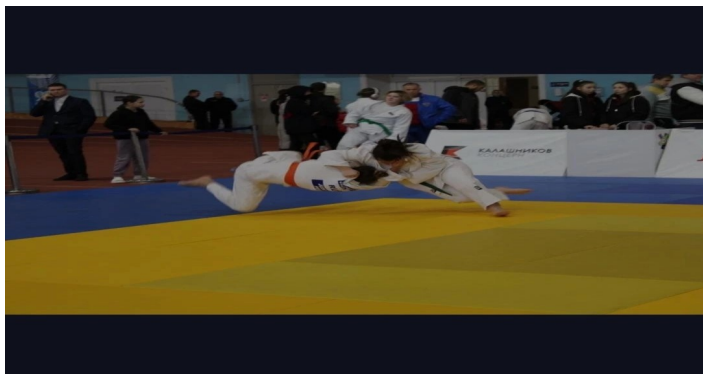
Летом я приняла участие в Республиканской Акции проекта «Самостоятельные дети» «Будь здоров танцуй!» Это было весело и увлекательно. За неделю до акции нас готовили. Мы репетировали и это было не сложно, все движения были простые, но интересные. На последней репетиции нам сказали, что мы будем танцевать около Чаши, где соберутся все активные участники детских организаций. От этой ответственности еще больше чувствовалась гордость за происходящее. В день, когда была акция, все участники начали потихоньку собираться, и мы повторили танец.

Когда уже все были в сборе, мы построились и открыли акцию. И вот наша музыка, мы выбежали и начали танцевать, у нас все получилось! Через некоторое время нас стали награждать. Потом пригласили на экскурсию в Чашу, она очень красивая внутри, нам показали залы, где проходят регистрации, это было очень интересно.



Закирова Карина, 76

В здоровом теле, здоровый дух!



Преданность - это способность сохранить верность чему-либо или кому-либо, оставаться верным своим близким даже в самые трудные времена.

Я предана своему делу уже больше 7 лет. Временами тяжело, но преданность остаётся внутри и с каждым разом больше и больше! Я занимаюсь дзюдо 7 лет. Каждые соревнования даются очень сложно, потому что нужно

подготовиться как морально, так и физически. Параллельно с дзюдо, я активно занимаюсь волейболом в школе! Я занимаюсь уже 2 года, мне очень нравится играть в команде! Волейбол, как командный вид спорта, воспитывает чувство ответственности перед коллективом, умение работать в команде и доверять окружающим. Регулярная игра в волейбол оказывает закаляющее действие на организм, повышает выносливость организма. Разнообразие движений и переменная интенсивность нагрузки при занятиях волейболом тренирует практически все группы мышц. Эти виды спорта мне помогают держать себя в тонусе. Все люди должны заниматься спортом, каким бы он ни был. Ведь спорт придает жизни некоторое разнообразие

Нугуманова Алина, 7Б класс



Баскетбол - не самый популярный вид в России. Хотя, и у нас есть команды и возможность играть в баскетбол. К сожалению, он не так популярен, как хоккей или футбол. Наверное, именно поэтому мне так любопытна эта игра.

Итак, я играю в баскетбол с тех пор, как мне исполнилось 14 лет. До этого я только смотрел игру по телевизору и болел за любимых игроков. Когда мне исполнилось 14, я встретил хорошего друга, который тоже обожал баскетбол, и мы начали играть с ним вместе.

Я очень рад, что в школе мы можем каждую неделю играть баскетбол. Данный вид спорта содействует сплочению команды. Занятия баскетболом содействуют воспитанию у детей чувства коллективизма, настойчивости, решительности, целеустремленности, внимания и быстроты мышления, а также учат нас управлять своими эмоциями, совершенствуют основные физические качества. Кроме побед и наград, мы получаем самое главное - крепкое здоровье и большое удовольствие.

В заключении, хочу сказать, баскетбол – это мой любимый вид спорта, который я действительно ценю. Он помогает мне развиваться как физически, так и морально. Командная игра, универсальность, тактика и дух соревновательности – все это делает баскетбол уникальным и привлекательным для меня.

Мартынов Тимур, 9б класс

Меня зовут Абутолиб, и я занимался самураем. *Самурай* - это смешанные единоборства. Боевые искусства в целом - это одна из самых древних форм спортивной деятельности, если не самая древняя. Каждая культура имеет свою уникальную историю в отношении воинских умений. На протяжении всей истории человечества разные народы оказывали огромное влияние на развитие друг друга во всех сферах жизни. Но если говорить о единоборствах, то есть одна страна, которая выделяется больше всего - Япония. Самими известными воинами Японии были, безусловно, самураи. Эти бесстрашные рыцари вселяли страх в умы своих врагов

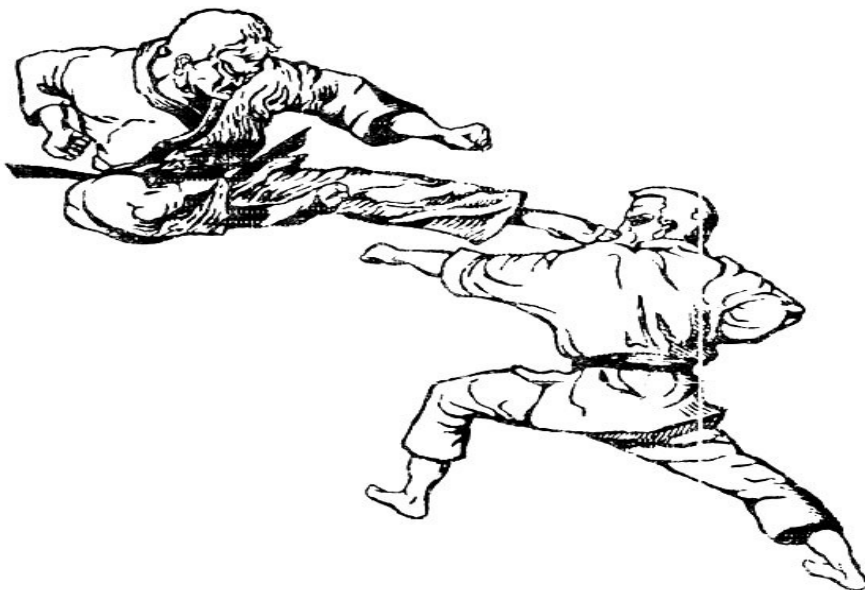
Я занимался 4 года: каратэ, борьбой и боксом.

Самурай - истинный человек чести, образец морали. Но вы можете задаться вопросом, какое влияние эта давно забытая культура может оказать на современные боевые искусства?

Правда заключается в том, что главное, что пытаются перенять у самураев мастера боевых искусств, - это не определенный стиль боя или техника, а скорее менталитет, сильная и негибкая дисциплина и хладнокровная решительность. Когда дело доходит до тренировок и соревнований, иногда эти факторы становятся более важными, чем реальный опыт борьбы

Самурай на занятия принимается с 4-х лет. В таком возрасте дети занимаются борьбой или каратэ. А с 6-ти лет можно уже получить пояс по каратэ. С 16- можно заниматься боксом. И это все в одной секции - Самурай.

Я занимался 5 лет, и три раза получил пояс по каратэ и 12 медалей по борьбе. Я ездил на соревнования - Межгородские и Республиканские. К сожалению, в республиканских соревнованиях я один раз проиграл.



А занимался я этим видом спорта в городе Туймазы Республики Башкортостан.

К великому сожалению, в Казани таких заведений не нашёл.

Мир борьбы - это жестокий мир, и для того, чтобы стать лучшим, нужно смотреть на того, кто вдохновляет вас стать лучшей версией самого себя. Самураи, несмотря на то, что они давно забыты остальным миром, по-прежнему являются путеводным маяком для тех бойцов, которые стремятся к высокому уровню умственного и духовного развития.

Нурматов Абутолиб, 9а



Над выпуском работали:

Гл. редактор : Ганиева ЛВ

Идея : Ганиева ЛВ,

Творческая поддержка Нигматуллина ЛФ, Нурматов А,9а,

Шахабутдинова А.,76, Хидиятова А.,8в,Июдина К,76,Прокина О.,8б,

Гарафутдинов Д.,9б, Закирова К., 7б, Нугу-

манова А.,7б, Мартынов Т.,9б

Орфография и стиль авторов сохраняется

Дизайн и верстка выполнены в программе Microsoft Publisher.

Использованы фото личных архивов

Адрес редакции: Казань, Лядова,16

RSPR 16-01688-Г-01



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