



# Дилижанс

Декабрь, 2017

Дорогу осилит ~~идущий~~ е



**Всемирный день борьбы со СПИДом** – международный день ООН, отмечается 1 декабря. Впервые провозглашён ВОЗ в 1988 году, с 1996 года проводится ЮНЭЙДС. День учрежден с целью повышения осведомлённости об эпидемии СПИДа, вызванной распространением ВИЧ-инфекции, а также как день памяти жертв этого заболевания. Многие государственные, общественные и медицинские организации по всему миру в этот день проводят просветительские и диагностические мероприятия.

## "Количество свечек зависит от тебя"

Всемирный день борьбы со СПИДом ежегодно отмечается по всему миру 1 декабря. Этот День стал одним из самых важных международных дней, связанных с вопросами здравоохранения и одной из ключевых возможностей повышения информированности, воздания должного памяти погибших от болезни, и возможности отметить такие достижения как расширение доступа к лечению и мерам по профилактике. СПИД – это глобальная эпидемия. Это чума 20, а теперь и 21 века угрожает существованию человечества.

Символом для борьбы со СПИДом является красная ленточка. Этот символ понимания СПИДа была задумана художником Франком Муром в 1991 году.



Мы, отряд «SMS-детей», 1 декабря побывали на акции «Количество свечек зависит от тебя» против СПИДа. На акции для участников были подготовлены различные конкурсы и викторины. Учащиеся восьмого класса должны были подготовить танец, листовки для конкурса и принять участие в викторине, где задавались вопросы о СПИДе. А ученики седьмого класса должны были провести акцию за здоровый образ жизни. В конце мероприятия мы участвовали в флешмобе.

На акции мы с пользой провели время. Считаю, что акция была познавательна для всех.

Мы должны задуматься о СПИДе и привлечь внимание как можно больше людей к этой проблеме.

Никто не должен оставаться равнодушным.

### В этом выпуске:

Количество свечек зависит от тебя»	1
Знай наших!	2
Кто волонтер? Я— волонтер!	3
Проба пера	4
Самостоятельные дети	4
Поздравляем!	4

# Знай наших!

В этом выпуске хочу познакомить вас со своим одноклассником Рустемом Даминовым. Вот уже на протяжении длительного времени он занимается фехтованием. Давайте узнаем, каких высот он достиг и что думает о здоровом образе жизни.

- Рустем, когда ты начал заниматься фехтованием?

- Начал заниматься в 2010 году, когда учился во втором классе.

- Почему выбрал именно этот вид спорта?

- Моя двоюродная тоже занималась фехтованием, она рассказывала мне об этом, и я заинтересовался. Надо отметить, что это красивый вид спорта, можно делать разные приёмы.

- Расскажи о своём графике. Сколько времени в неделю уходит на тренировки?

- Шесть тренировок в неделю продол-

жительностью в три часа. Перед соревнованиями по воскресеньям бывают индивидуальные тренировки.



- Заглядывая вперёд, хочешь спросить, собираешься ли ты продолжить заниматься фехтованием после окончания школы? Думаешь о профессиональной карьере?

- Да, я хочу заниматься этим и дальше. Да, всё чаще задумываюсь о профессиональной карьере.

- Расскажи о своих спортивных достижениях.

- Я объездил почти всю Россию. Занимал несколько раз первое место на Чемпионате России.

Ездил на соревнования в Австрию и Венгрию.

- Слышала, собираешься принять участие в крупном чемпионате в ближайшее время?

- Да, на следующей неделе я улетаю во Францию на Чемпионат мира среди спортсменов до 17 лет.

- Здорово. Вот у тебя такой плотный график, и ты достиг многого. Как тебе всё это удаётся? Какими качествами

должен обладать настоящий фехтовальщик?

- Он должен быть терпеливым, сильным, активным и ловким.

- Что ты думаешь о здоровом образе жизни?

- Его нужно обязательно придерживаться. Здоровый образ жизни – залог успеха.

Габко Карина, 10Б

Есть в этом мире люди, которые живут в зиме. Они постоянно в ожидании зимы, потому что занимаются лыжным видом спорта. Одна из них – Карина Ибрагимова. Она моя одноклассница, подруга и просто хороший и целеустремлённый человек. Кому ещё рассказать о важности здорового образа жизни, ведь она занимается сложным видом спорта, который требует максимальной отдачи, а также силы и крепкого здоровья.

- Карина, сколько тебе было лет, когда ты начала заниматься лыжным спортом?

- Мне было 7 лет, когда родители записали меня в секцию «Лыжные гонки».

- Сложно ли тебе совмещать учёбу с тренировками, не теряешь ли ты в распорядке своего времени?

- Нет, не трудно. Но приходится иногда собираться на тренировку в течение 10 минут и бежать на остановку. С учёбой бывают сложности, но я стараюсь вовремя их решить.

- Как ты относишься к вредной



еде? Говорят, спортсмены должны соблюдать здоровый образ жизни. А ты?

- Иногда и спортсмены позволяют себе вкусенькое. Но я занимаюсь одним из самых сложных видов спорта, часто его называют «бешеным». На этот вид спорта уходит очень много энергии, поэтому нам приходится питаться высококалорийной пищей.

Мокеева И., 8Б

# Кто волонтер? Я - волонтер!

Для того чтобы лучше понять суть волонтерства и то, что происходило в наших информационных станциях, мы расскажем вкратце об обычном дне из нашей волонтерской деятельности на Кубке Конфедераций - 2017.

В первое время было забавно наблюдать за любопытными взглядами прохожих, но со временем их вопросы становились



Наша работа заключалась в помощи людям: информирование о датах и местах прохождения матчей, предоставление последних результатов соревнований и просто поднятие окружающим настроения. Нам это приносило невероятное удовольствие.



лица сменялись на приветливость. У нас даже появились постоянные гости, с которыми мы с удовольствием обсуждали

Работая волонтером, ты никогда не знаешь, кого встретишь в следующую минуту: болельщика из Мексики, Германии или Бразилии. В общении с каждым из них узнаешь много нового. Наш день складывался не только из постоянного общения и помощи, но и из различных активностей. Часто рядом с нашей палаткой можно было увидеть нас, человечков в синем, танцующих под зажигательную музыку свой только что придуманный флешмоб, играющих в футбол с прохожими.

Итак, вернемся к нашим будням. Каждый день начинался с дружного открытия нашей палатки и, конечно же, пожеланий жителям города хорошего утра. Затем традиционное избрание человека на почетное место, вышку, где он мог вещать о важных событиях Кубка Конфедераций.



последние матчи, обменивались предположениями о будущих.

Что уж говорить, на улице бывало море людей, среди них немало и ино-

И это лишь малая часть из того прекрасного, что подарили нам незабываемые дни волонтерства. После полученного опыта на Кубке Конфедераций



странцев, и с каждым нам удавалось находить общий язык.



- 2017 ни у кого из нас не осталось сомнений насчет участия в Чемпионате мира по футболу - 2018 в качестве волонтеров.

*Нуретдинова А., 10А*

# Проба пера «SaMoСтоятельные дети»

Спорт, здоровье и успех -  
Это важное для всех.  
Нужен нам и дух здоровый,  
Для него настрой суровый.  
И над вашим же питаньем  
Вы возьмите воспитанье.  
Спорт - и это тоже важно,  
Без него мы как без рук.  
Ведь нам нужно заниматься,  
Чтоб мы не видали мук.  
Правила запоминайте,  
Здоровый образ соблюдайте!

*Алёна Драгунова, 5А*



Программа кружка «SaMoСтоятельные дети» разработана в рамках республиканского антинаркотического проекта «SaMoСтоятельные дети».

Программа «SaMoСтоятельные дети», в которой мы принимаем активное участие, направлена на формирование у школьников приверженности к активному и здоровому образу жизни.

Отказаться от всех вредных привычек и вести здоровый образ жизни. Именно такой путь мы и выбираем. А чтобы стать членом отряда необходимо заключить контракт, где представлен перечень вредных привычек, от которых следует отказаться. В Татарстане уже более 5 тысяч школьников заключили контракты. Главная идея – здоровым сегодня быть модно.



Процесс становления и процветания «SaMoСтоятельных детей» затрагивает интересы всего населения Республики Татарстан.

В нашей школе ученики 7 и 8 классов состоят в этом отряде.

Мы проводим различные акции. В нашей первой акции мы собираем вещи для приюта «Кот и пёс». Кстати, любой человек всё ещё может принять в этом участие – акция продолжается.

1 декабря мы участвовали в городской акции, посвященной борьбе со СПИДом. Там мы провели акцию «Что такое здоровый образ жизни?», в которой приняло участие много народу, затем мы участвовали в основной программе.

Я считаю, что то, чем мы занимаемся, очень важно. Если у тебя есть желание помочь людям и животным, проявить активность, то мы ждём тебя в нашу команду.

Сотворим добро вместе!

*Григорьева В., 7А*

## Поздравляем!

Возвращаясь к теме волонтерства, хочется отметить, что 5 декабря, в День волонтера, в Казанской Ратуше прошла церемония награждения по итогам конкурса "Волонтер года".

Учительница русского языка и литературы Хазиева Г.Х. была награждена благодарственным письмом мэра за активное участие на Кубке Конфедераций -2017.

На звание лучшего волонтера года были номинированы более 30 представителей движения «Kazan Volunteers». И школе есть, чем гордиться – выпускник нашей школы Дамир Рахматуллин стал победителем. «В победе есть заслуга и «двадцатки», - говорит Дамир.

Мы рады его победе и надеемся, что подрастающее поколение волонтеров нашей школы тоже сможет добиться успехов.

*Валеева Ч., 8Б*



**Адрес школы:**  
РТ, г. Казань,  
ул.Короленко,2  
4

**Телефон:** (843)  
523-46-44

**Факс:** (843) 523  
-46-44

**Эл. почта:**  
s20.kzn@edu.ta  
tar.ru

**Сайт школы:**  
s20.kzn@edu.tatar.ru

**Главный редактор:**  
Хазиева Гульсия Ханифовна  
**Корреспондентская группа:**  
Нуретдинова Алина, 10А класс  
Грабко Карина, 10Б класс  
Нигматуллина Алсу, 8Б класс  
Валеева Чулпан, 8Б класс