



Общая тетрадка

Выпуск № 4 (22) квітень—травень 2011

Газета для всех и обо всем!



До уваги випускників, батьків, вчителів

РЕКОМЕНДАЦИИ УЧИТЕЛЯМ, РОДИТЕЛЯМ, ВЫПУСКНИКАМ

по психологической подготовке к единому государственному экзамену



Как подготовиться к экзаменам?

Учащиеся старших классов наиболее активно учатся перед экзаменами, зачетами, контрольными, поэтому поговорим об этих периодах. Для того, чтобы подготовка к экзамену не была в тягость, необходимо знать, в какое время суток вы лучше всего работаете. Вы, конечно, слышали, что среди людей есть «совы» и «жаворонки».

«Совы» наиболее активны с 7 часов вечера до 24 часов.

«Жаворонки» - рано утром - с 6 до 9 часов и в середине дня.

Понаблюдав за собой, можно узнать, кто вы - «сова» или «жаворонок». Постарайтесь заметить, в какое время суток вы наиболее деятельны. Выберите для самостоятельной работы или подготовки к экзаменам правильное время!

Иногда время просто не выберешь, его катастрофически не хватает.

Как найти нужное время:

- Может быть, вы привыкли всем и всегда помогать, не умеете отказать, делаете за других их работу? Научитесь отказывать. Хороший парень всем удобен, но его не уважают.

- Откажитесь от мелких, малозначительных дел.

- Распланируйте свою работу, сначала это трудно, но, когда войдет в привычку, станет легко.

- Скажите своим родным, что в определенные часы вас нельзя отвлекать.

- Не приступайте ни к чему новому, не закончив старое.

Известно, что сдача экзаменов, учение - это прежде всего **эксплуатация памяти.**

Оказывается, память наиболее цепкая и острая между 8 и 12 часами. Затем острота памяти начинает снижаться, а с 17 часов снова начинает расти, и к 19 достигает высокого уровня (если вы к этому времени не сильно устали);

Лучше всего запоминается то, что интересно, вызывает какие-либо чувства. Пусть эти чувства будут не очень приятные, главное, чтобы не было безразличия. Когда вы запоминаете учебный материал, старайтесь наполнить, окрасить его чувствами. Если вы запоминаете устройство какого-либо прибора, задайте себе вопрос: «Для чего он нужен? Приносит ли какую-либо практическую пользу лично мне?» и т.д.

Хорошо запоминается то, что понятно. Понять информацию - значит в какой-то мере уже запомнить ее.

Плохо запоминается совершенно новый материал. Все новое дол-

жно быть включено, сцеплено с уже известным материалом или с практикой.

Все определения сначала хорошо поймите. Многие педагоги любят точные определения. Однако психологи считают, что их нужно переформулировать, переделывать своими словами. Это развивает ум, и такие определения очень хорошо запоминаются.

Хорошо влияет на запоминание составление схем прочитанного, выписки, а также проговаривание информации про себя и вслух.

Обращайте особое внимание на середину того «куска учебного материала», который вы изучаете. Начало и конец запоминаются лучше - «эффект края». Очень большой материал необходимо делить на небольшие отрывки, группы, объединенные по какому-либо признаку.

Советы выпускникам

Введите в интерьер комнаты желтый и фиолетовый цвета, они повышают интеллектуальную активность. Для этого достаточно картинки или эстампа в этих тонах.

Чередуйте занятия и отдых: 40 минут занятий, затем —10 минут перерыв. Во время перерыва можно помыть посуду, полить цветы, сделать зарядку, принять душ.

Выполняйте как можно больше различных опубликованных тестов по этому предмету. Эти тренировки ознакомят вас с конструкциями тестовых заданий.

Готовясь к экзаменам, мысленно рисуйте себе картину триумфа. Никогда не думайте о том, что не справитесь с заданием.

Оставьте один день перед экзаменом на то, чтобы еще раз повторить самые трудные вопросы.

У цьому випуску:

Поради психолога	1
Весна перемоги	2
Трацное виставка «Яскравий бісер»	3
Успіх юних політологів	4
Як живеш, «Райдужна»?	4

Весна перемоги



Україно, ти моя молитва,
Ти моя розпука вікова...
Громотить над світом люта битва
За твоє життя, твої права.
Хай палають хмари бурякові,
Хай сичать образи – все одно
Я проллуюсь крапелькою крові
На твоє священне знамено!

Дуже довго і тяжко тягнулися дні страшного удару війни, просякнутого кров'ю загинутих у ній. Наші діди та прадіди йшли у бій, йшли без зброї за плечима, але з мужністю в серці і надією в душі, що ворог буде переможеним, що рідна Батьківщина ще почує свіжий подих свободи.

Це були найтяжчі роки неьки-України, коли її роздирали на мільйони частинок, коли її сини лягали на полях та степах, залишаючи в серці, в думці та в очах єдине бажання – здобути перемогу та щасливе, світле майбутнє для нащадків.

Так вже повелося на українських землях, що матері, благословивши синів і провівши їх у далеку путь, з тривогою і надією чекали на їх щасливе повернення з війни. Чекали, не втрачаючи надії, скільки б років не минуло...

Але, на жаль, більшість з них так і не дочекалися рідної

кровинки з далекого фронту, тримаючи в материнських, слабких долонях трикутну звістку, огорнуту гіркими слізьми та тяжким горем. І не кожне материнське серце витримувало прочитати до кінця ці страшні рядки.

Я хочу сказати Велике спасибі нашим батькам та дідусям за наше щасливе, вільне, безтурботне та світле життя. Історія назавжди запам'ятає ці перемоги під Москвою, під Курськом, Києвом, у Севастополі.

Ми пам'ятаємо все, що робилося тоді, і обіцяємо Батьківщину свою зберегти для справи, миру та праці!

Кадирова Маргарита, 11-Б клас



Сторінки історії мого роду часів воєнного лихоліття

Добре було б, якби люди жили в мирі та злагоді, любили, дружили, творили б разом світ, прикрашали його... І не було б між ними чвар, ворожнечі, суперечок, конфліктів, сутичок... Це все таке огидне підступне, загрозливе та зовсім – зовсім не потрібне людям. Чому? Хто ж цього не знає? Адже саме з цих негараздів починаються війни!

Війна... У кожного з нею свої асоціації, свій погляд, своє бачення... Коли я була ще маленькою дівчинкою, то уявляла собі війну так. Живе собі стара, жорстока, зла та підступна відьма. Її постійна супутниця, порадниця та помічниця – жадлива Смерть, яка косить людей. Її гостра коса така ж безжална, як і сама господиня.

Бувало так, що гостре лезо тієї страшної коси притуплялося на якійсь долі, не різало одразу й назавжди, а так – підрізало і йшло гуляти далі. Воно гуляло, чинило свій кривавий бенкет, а скалічена доля залишалася жити. Тяжким та трудним було таке життя. Знаю це, бо саме так було з моїм прадідом – Іваном Афанасійовичем Чикаліним.

З колись чорно-білого, а зараз жовтуватого фотознімку дивиться на мене юнак років двадцяти. На ньому військова форма, у нього очі, як у мого татка, а посмішка, як у юнака, якому життя обіцяє світло, тепло, радість...

Прийшла на нашу землю лиха година: фашисти зненацька, підступно, хижо напали на нашу країну. Почалася війна. Мого прадіда, який на той час був молодим, сильним, вправним юнаком, призначили командувати стрілковим взводом. Був він молодшим лейтенантом, але така відповідальність нітрохи не злякала його, бо він, як і інші бійці нашої армії, присягнув рід-



ній Батьківщині оберігати її честь, гідність, волю.

На долю нашого народу випало багато випробувань. Пройшов через них і мій прадід Іван. У жовтні 1942 року його було двічі поранено. Вчора госпіталь – сьогодні знову бій! А значить – знову смерть і життя зійшлися у поєдинку за людину. Не раз торкалося лезо тієї страшної коси мого прадіда, а він, скривавлений, одводив його вбік і йшов знову в бій. Сміливим був і відважним. Не раз дивився в очі смерті і не відводив погляду. Відводила вона.

З боями дійшов мій прадід до Кенігсберга, був (уже вкотре!) серйозно поранений і направлений у Кіровську область в госпіталь. Там він і отримав свій другий орден «Червоної Зірки».

... Багато нагород у мого прадіда – героя – Івана Афанасійовича Чикаліна, у нього кілька медалей, орден «Великої Вітчизняної війни» І ступеня, два ордени «Червоної Зірки», є навіть орден «Олександр Невський», який видавали лише офіцерам-героям, що відзначилися в бою. У Луганській області таких високих нагород небагато. А у мого прадіда от є. Проте найбільшою своєю нагородою він вважає свою дружину, яка стала щасливим фіналом його військової дороги.

Щаслива зустріч на війні і кохання рідних мені людей – не виправдання для неї. Війни не повинно бути. Те, що смерть учить нас цінувати життя, не має стати для війни виправданням. Хай її не буде. Ніколи. Нехай люди живуть, кохають, творять, роблять світ багатим та красивим і не дають війні жодного шансу. Війни не має бути. Ніде і ніколи!

Покоління наших прадідів заплатило високу ціну за мирне небо. І воно повинно бути мирним.

Філіна Ганна, 10-Б клас

Яскравий бісер



Чому я почала займатися бісероплетінням та що мені в цьому подобається?

Я почала займатися бісером ще маленькою дівчинкою, класі в третьому. Ці маленькі бусинки завжди привертали мою увагу своєю красою. Але, не можу сказати, що з самого початку моїх спроб мені все вдавалося. Ні, це не так. Багато чого плуталося, рвалося, ламалося ... Всі ці маленькі невдачі змусили мене на деякий час покинути творити. Напевно, на той момент я була ще маленькою непосидючою дитинкою, тому не могла осмислити та витримати хоча б годину за роботою. Вже ставши дорослішою, я випадково потрапила до гуртка бісероплетіння під керівництвом

чудової жінки Мізорявичус Людмили Миколаївни. Саме вона дала мені натхнення для подальшої роботи. І навіть зараз я іноді відвідую гурток Людмили Миколаївни та її маленьких учнів та учениць, які тільки вчать-ся створювати красу, допомагаю їм порадами.

На мені нечасто можна побачити свої прикраси, їх більше люблять носити мої друзі та рідні. Все це робиться не для кінцевої мети, а просто для того, щоб отримати задоволення від роботи. Бувають складні дні, сварки, скандали, але як тільки до моїх рук потрапляє бісер—все забувається. Він надає якийсь душевний спокій, гармонію, особливо якщо необхідно працювати з природним камінням.

Мало хто знає, що кожне каміння несе свою енергетику, своє тепло чи холод.

Дуже часто мені вдається виражати прик-

расами свої почуття та емоції, які у мене глибоко в душі.

Одна прикраса з холодного темного каміння, інша білосніжно -біла, і кожне з них для мене дороге, в кожному з них мої думки, мрії, почуття.

Одна моя знайома сказала колись таку фразу: «У мене навіть бабуся носить золото!».

Дивно, але це мене дуже вразило.

Повх Юлія, 10-Б клас



Чудова виставка в гімназії. Слово авторам вишуканих робіт

З давніх-давен люди прагнули прикрашати свої домівки, робили це власноруч. Часи минають, а бажання людей мати у своїх квартирах унікальні прикраси залишається. У давнину жінки та чоловіки збиралися у групи за інтересами, ремеслами та під спів, під роз-

мови займалися улюбленими справами: вишивали, в'язали, ліпили із глини, вирізали з дерева тощо. І в наш час, коли життя диктує швидкість, приємно буває зупинитись та поспілкуватись за чашкою кави з друзями, одночасно займаючись улюбленою справою, релаксуючи таким чином. До того ж

приємно буває, коли визнають твою майстерність та беруться повторити за тобою. А ще я люблю нові справи, хочу довести собі та іншим, що руки в мене не тільки для того, щоб двійки ставити!

Людам притаманно займатися рукоділлям, прикрашати свої оселі власними виробами.

Моя бабуся із задоволенням плете з бісеру дерева, квіти, намисто. Мені дуже подобається все, що вона робить. І одного разу я теж вирішила сплести свій шедевр. В мене вийшло! Це дуже приємно, коли бачиш результат своєї праці, чуєш позитивні відгуки від рідних та друзів. До того ж мені подобається дарувати людям, яких я люблю, власноруч сплетені вироби. Думаю, що буду й далі продовжувати приємно вражати себе і друзів квітами, намистом та різними іншими виробами з бісеру.



Лаврухіна Г. О., вчитель російської філології гімназії

Шаповалова А, 5-А клас

Успіх юних політологів

31 березня 2011 року у Луганському обласному ліцеї проходив перший конкурс Юних Політологів. Гімназична команда «Дослідники політики» посіла перше місце. Соколенко Ганна, Тиртишина Марія, Сафронів Артем, Караваєв Дмитро, Єрмолаєва Олександра діляться своїми враженнями від конкурсу.

Політологія особисто для мене завжди була таїною за сімома замками і уявлялася чимось майже потойбічним. На справі виявилось все не таким страшним. Головну роль у перемозі зіграли фортуна, кураж і азарт. Знання це, звісно, чудово, але виграє інколи не найрозумніший. Як капітан я дякую команді за витрачені сили і нерви. Перемога – це наша спільна справа. А іншим хочу побажати натхнення та снаги. Не бійтеся нового, бо лише у русі життя ви знайдете перемогу.

Єрмолаєва Олександра

31 березня був дуже відповідальний та важливий день для мене. Я вперше взяла участь у обласному конкурсі, який вимагав глибоких знань з політології.

У нас були дуже серйозні суперники, команда «Five Brains», котрі вивчали політологію з 8-го класу, тож на перемогу ми, м'яко кажучи, не сподівались.

Вже з перших хвилин конкурсу усі учасники помітно нервувалися, адже були присутні ректори університетів, політики, вчителі історії та політології.

Злагоджена робота нашої команди допомогла нам отримати хороші призи, а також підтвердити статус Кіровської гімназії як

непереможної.

Тим учням, котрі будуть приймати участь у цьому конкурсі, хотілося б побажати успіхів і натхнення у навчальному житті. Не бійтеся грати, ви обов'язково отримаєте перемогу!

Тиртишина Марія

Мені запропонували взяти участь у конкурсі з політології. Мене це дуже зацікавило, і я погодився. Наша команда пройшла у фінал і ми поїхали у Луганський ліцей. Найбільше мене вразило те, що серед журі були присутні повноважні особи. За перемогу у конкурсі з політології наша команда отримала подарунки.

Караваєв Дмитро



Як живеш, Райдужна?

“Від серця до серця”



31 по 14 травня пройшла Всеукраїнська благодійна акція «Від серця до серця». Цей благодійний фонд заснували 6 років тому молоді люди на зразок польської фундації «Великий оркестр святкової допомоги». Щорічно фонд проводить яскраву, святкову суспільну акцію по збору коштів (в цьому році кошти були спрямовані на придбання обладнання для хворих на цукровий діабет). Волонтери гімназії Олена Коваленко та Юлія Прядко збирали гроші у спеціальні скриньки.

Кожному, хто вкладав гроші у скриньку, дарували яскраве сердечко – символ акції. 14 травня біля ЦТР був проведений благодійний концерт, де волонтери мали змогу зібрати якомога більше грошей для допомоги хворим. Волонтери гімназії зібрали близько 2000 гривень.

Дитяча організація «Лугарі» не забуває про горе інших і не залишається байдужою.

Нагорняк Тетяна, Президент гімназії

День народження Лугарів

10 травня 2011 року в ДК ім. Леніна пройшов концерт, присвячений Дню Народження дитячої організації «Лугарі». Було дуже багато номерів дитячої творчості. У святі приймали участь учні та президенти всіх шкіл нашого міста. «Лугарі» отримали в подарунок відеорекамеру від міського відділу освіти та великий святковий торт від організації «Благовест».



Дитяча організація «Райдужна» міської багато профільної гімназії стала «Інтелектуальною гордістю «Веселкової» та отримала сувенір – «Сову».

Бажаємо дитячій організації «Лугарі» росту та процвітання надалі.

Нагорняк Тетяна, Президент гімназії

Барвінки Луганщини

20 травня 2011 року в місті Луганську пройшов фестиваль дитячої творчості «Барвінки Луганщини». Команди Лугарів з багатьох міст Луганської області приймали активну участь у концерті. Було багато цікавих виступів, особливо від команд професійних танцювальних та вокальних шкіл Луганська та Старобільського району. Організатори дуже відповідально поставились до організації свята, тому усі учасники отримали цінні подарунки. Наша команда Лугарів виступила дуже добре і ми отримали веб-камеру та DVD-програвач. А емблема нашого міста зайняла перше місце в області.

Нагорняк Тетяна, Президент гімназії

Відповідальна за випуск: Глотова Г. І.
Члени редакційної колегії: Руднік М., Єрмолаєва О., Птовх Ю., Кадирова М., Караваєв Д., Філіна Г., Нагорняк Т., Гусак К.

Комп'ютерна верстка: Шварьов І. М.

Фото: Шумська Н. О., Кудріна Ю.

Коректор: Єрмолаєва О.

Наша адреса: м. Кіровськ, вул. Леніна, 8, кабінет 16.

Дивіться свіжі гімназичні новини на нашому сайті: kir-gimnasium.ucoz.ua