



- Читайте в номере:**
- *Поздравления с днем учителя*
 - 1 сентября
 - День безопасности
 - Эко-фестиваль
 - *Онлайн тусовка «Бердск-умный город»*



Дорогие коллеги!

День учителя – самый важный для нас с вами день в году, наш профессиональный праздник. В этот день я хочу вспомнить о том, что наша с вами профессия – важная и благородная, что у нас есть высокая миссия – давать знания, просвещать и вдохновлять на настоящие подвиги! И пусть порой работа наша бывает непростой, давайте с азартом воспринимать любые сложные задачи.

Я желаю вам профессионального роста, творческого вдохновения, большого человеческого счастья. Пусть мотивация никогда не покидает вас, пусть появляется все больше интересных проектов, и встречаются люди, готовые помочь вам осуществить задуманное. Благополучия и процветания вам и вашим семьям! С праздником, дорогие учителя!

Директор лицея №7 Пилипушка С.В.

Любимые наши учителя!

От всех лицеистов хотим поздравить вас с этим прекрасным праздником, Днём учителя!

Вас с Днём учителя сегодня поздравляем!

Хотим сказать Вам много добрых слов.

Здоровья, мира, радости желаем,

Пусть в доме Вашем будет лишь любовь!

Спасибо за заботу, вдохновенье,

Поддержку даже в самый трудный час,

За Ваше бесконечное терпенье,

За то, что чутко понимали нас.

Желаем продвиженья и успехов,

Признанья, благодарности, тепла.

И чтобы Ваша нужная работа,

Веками уважаема была!

Штилова Милада, Калинина Софья, 7 класс



Дорогие наши учителя!

Поздравляем вас с этим чудесным праздником и от всего сердца желаем:

Побольше терпения в вашей работе!

Чтобы ученики учились хорошо и всё усваивали быстро.

Самых благодарных учеников. Чтобы вы с удовольствием передавали детям опыт, знания и были для них хорошим примером!

Податливых учеников вам!! Стремящихся к учёбе.

Здоровья и счастья в семье. Желаем, чтоб вам не приходилось повышать голос на учеников.

Чтоб ученики были тихими, спокойными.

Желаем ложиться спать в хорошем расположении духа и просыпаться бодрыми, с большим желанием идти на работу. Быть позитивными.

Вы самые лучшие! Самые добрые! Самые красивые! Самые мудрые! Самые понимающие! Мы вас очень любим и уважаем. Всего вам хорошего.

С любовью и уважением ко всем учителям Ъ «А»

Уважаемые учителя!

Мы очень благодарны вам за знания, умения и труд. Благодаря вам мы сможем получить образование.

Мы вас очень любим. Школа - наш второй дом.

Ученики 5 «А» класса

Снова в школу

Первого сентября Лицей вновь распахнул свои двери для учеников. Праздничная линейка прошла для 1 и 11 классов. Именно для них этот день особенный: для первых – это только начало большого, интересного и долгожданного пути. Для вторых – последние школьные уроки, звонки и перемены. Ведь дальше – новое и неизвестное, взрослая жизнь.

С гимна РФ началась праздничная линейка. Затем с приветственным словом к ребятам обратился директор Лицея – Пилипушка Сергей Владимирович. На торжественном мероприятии присутствовали также почётные гости: вице-мэр Бердска Жанна Сергеевна Шурова, депутат совета депутатов Светлана Геннадьевна Уварова и помощник прокурора г. Бердска Елизавета Игоревна Оченева. Жанна Сергеевна от лица администрации города поздравила всех учащихся с новым учебным годом, а также с юбилеем Лицея, передав Сергею Владимировичу благодарственное письмо коллективу школы.

После торжественной части на сцене появился главный герой советского мультфильма – Витя Перестукин. Вместе с ним участники мероприятия выучили движения физкультминутки. Одиннадцатиклассники дали Вите и первоклассникам полезные советы, а также «пофлешмобили» все вместе. Не забыли и про лицейские традиции: передачу ключа, первый звонок, гимн Лицея.

Завершился праздник проходом через лицейский колокольчик первоклассников в сопровождении 11-ых классов.

В этот же день у каждой параллели прошли тематические классные часы. У кого-то викторина к юбилею Лицея, у кого-то урок истории родного города (Бердску в этом году 305 лет!), но, главное, что все получили новые знания и положительные эмоции.

Желаем легкого учебного года. Дружной атмосферы, интересных событий, великолепных отметок и постоянного стремления быть лучше, чем вчера. Успехов, удачи, здоровья, терпения и замечательных результатов!

Что для Вас последнее первое сентября?

Первое сентября для меня – это напоминание о том, что уже очень скоро родные стены школы сменятся на университетские. Тогда уже невозможно будет повернуть время вспять. Поэтому мы должны провести этот непростой год увлекательно и весело.

Евгения Афанасьева, 11 «Б» класс

Для меня последнее 1 сентября, это как последний рывок для достижения цели, к которой мы шли всё своё детство, подростковую жизнь. Но когда ты понимаешь, что осталось совсем немного времени, ты осознаешь, что 11 лет пролетели так быстро. Казалось вот-вот ты пошел в 1 класс, а теперь ты стоишь на своей последней линейке, где больше не сможешь побывать. Это очень грустно, ведь школа стала вторым домом, где у тебя учителя – твои наставники, а одноклассники – твои друзья. А как дальше без них? Уже становится тяжело думать.

Это непередаваемые ощущения, как перед финишем. Ты можешь поблагодарить всех и попрощаться, отчего становится тяжело дышать, на щеках – пара слёз, и приходит осознание, что всё: мы со всем справились!

Аня Тютюнькова, 11 «Б» класс

Для меня последнее первое сентября – это приятная грусть. Долгожданная встреча с одноклассниками и, конечно, ответственность. Хочется задержать этот момент и не торопить время.

Соня Саница, 11 «А» класс

Статью подготовил Корниенко Антон, 11 класс



День безопасности

14 сентября в Лицее прошло ежегодное мероприятие "День безопасности".

Педагоги рассказали ребятам о полезных и вредных привычках, первичных средствах пожаротушения, правилах поведения в транспорте, действиях при чрезвычайных ситуациях.

Также занятия провели приглашённые специалисты. Сотрудники полиции проинформировали лицеистов об ответственности несовершеннолетних за правонарушения. Медицинские работники показали ребятам, как оказать первую помощь, дали советы: что делать, если заболел коронавирусом.

11 классы сопровождали ребят по маршруту, а также помогали на станциях.

По итогам мероприятия будут отмечены грамотами самые умные и дисциплинированные классы.

Музей в лицее

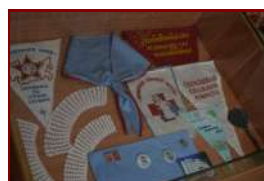
В День безопасности прошла презентация музея. Ирина Васильевна Торопчина, создатель и руководитель школьного музея, рассказала ребятам об истории Лицея длиной в 60 лет (в этом году юбилей!) и первых педагогах.

Ученица 11Б класса Соня Иващенко познакомила учащихся с детскими советскими организациями: октябрятской, пионерской и комсомольской, с их символикой. Показала школьную форму 70-80х годов.

Сами же лицеисты могли посмотреть награды педагогического коллектива (грамоты, кубки и проч.), полистать летописи школы (а их 3 тома!).

Открытие запланировано ко Дню учителя, но уже сейчас можно ознакомиться с этой большой работой по сохранению исторического наследия школы.

Корниенко Антон, 11 «А» класс



Цифровой спринт «Путешествие в город будущего»

24 сентября 2021 года наш лицей принимал в гостях воспитанников детского сада №17 «Земляничка». Вместе с учителем информатики Паклиновым Артемом Сергеевичем ребята совершили путешествие на планету Алгоритмика, в Город Будущего, где познакомились с местными жителями роботами Двунугом и Вертуном. Робот Вертун так обрадовался путешественникам с планеты Земля, что сразу пригласил их на ежегодные Цифровые соревнования - Кубок Вертуна. Две команды будущих программистов управляли роботом-доставщиком посылок, а также устанавливали геометки для отслеживания его маршрута.

Победила дружба! Обе команды показали блестящие результаты!

Ребятам очень понравилось в нашем лицее, и они обещали обязательно посетить нас еще не один раз.

Паклинов А.С., учитель информатики



Открытие учебного сезона...

Совсем недавно, 5 сентября, мы всем пятым классом поехали в центр туризма «Юность». Поездка была организована классным руководителем и родителями для того, чтобы мы познакомились, так как наш класс сборный из параллели и к нам пришли учиться ребята из других школ.

После того, как все собрались, Евгения Юрьевна провела несколько игр, чтобы мы познакомились и выучили имена одноклассников. Затем мы испытывали себя на выносливость в веревочном лагере, играли в волейбол с родителями, бегали по лесу и весело проводили время. Родители приготовили вкусный стол, и мы периодически прибегали перекусить и набраться сил.

Эта поездка помогла сплотить наш новый коллектив. Мне и моим одноклассникам понравилось это мероприятие. Спасибо всем за организацию.

Кошкина Вера, 5 «В» класс

Эко-фестиваль

Экологическая проблема-одна из самых важных проблем человечества. Люди выбрасывают много отходов, чем вредят экосистеме земли. Животные погибают из-за того, что по своей глупости съедают выброшенные людьми отходы. С этим надо бороться!

Сейчас люди начинают более ответственно относиться к природе: сокращают использование пластика в повседневной жизни, участвуют в добровольных акциях по очистке пляжей, лесов, территорий близ дома от мусора, используют вещи дольше – чинят или дают новую жизнь старым вещам.

В моем родном городе Бердске тоже есть такие ответственные люди. Чтобы они могли встретиться и привлечь внимание всех остальных к заботе об экологии – был организован эко-фестиваль – в центральном парке нашего города.

Для участия в фестивале - нужно было принести и сдать то, что подлежит переработке. Наш класс решил участвовать в этом мероприятии, и всю неделю мои одноклассники собирали пробки от пластиковых бутылок, лампочки, батарейки и макулатуру.

В субботу, когда закончились занятия в школе, мы вместе с нашим классным руководителем Евгенией Юрьевной пошли в центральный парк. Там мы сдали всё, что принесли. За собранные нами отходы организаторы фестиваля выдавали «биокоинт». Это такая специальная валюта, придуманная специально для мероприятия, которую можно было обменять на разные подарки. На полученные «биокоинты» мы купили для одноклассников расписания уроков и линейки.

Кроме этого, на фестивале были разные интересные развлечения, связанные с экологией. Можно было поиграть в «экопятнашки», узнать больше о сортировке мусора, об экологической программе от Икеа, послушать выступление вокальных коллективов нашего города, сделать красивые фото и многое другое. Мероприятие оказалось довольно интересным.

Но мне хочется, чтобы люди сортировали мусор и бережнее относились к экологии не только во время фестиваля, а каждый день. Если каждый будет ежедневно ответственно относиться к экологии, наша планета будет радовать нас чистым воздухом, зелеными лесами и реками с прозрачной водой.

Скальская Злата, 5 «В» класс



Жизнь класса

Благотворительная акция

В рамках акции «Добровольничества и волонтерства» 5 «А» класс при поддержке неравнодушных людей собрал большую помощь для приюта «Надежда». Мы побывали в самом приюте. Всем нам понравилось. Там было очень много кошечек и собачек, все были очень красивые и большинство добрые. Были и агрессивные, но в душе добрые. Нам позволили погладить животных.

Кошки были в здании, ведь на улице уже холодно. Но большинство собак находилось на улице.

Конечно, всех было очень жаль. Больше всего меня тронула собака, у которой умер хозяин, и она ждала его 4 дня.

Мы очень рады, что подарили этим собакам еду и теплую одежду. Почаще делаете добрый дела!

Дударева Оля, 5 «А» класс



Специализированные классы

Летняя школа по нейротехнологиям и программированию автотестируемых роботов

В августе на базе лагеря имени О. Кошевого проходила смена по нейротехнологиям регионального центра «Альтаир», в которой я приняла участие. На эту смену я поехала не одна, а с одноклассниками: Виолеттой, Полиной, Катей и Витей.

Благодаря вожакам, добрым и отзывчивым преподавателям, которые были готовы выслушать и поддержать не только в плане учебы, но и по личным вопросам, учиться и воспринимать новую информацию было гораздо легче. Смена оказалась очень короткой, всего 7 дней. Только на четвертый день все перезнакомились и запомнили друг друга.

В первый день нас разбили на группы, я попала в группу «ГАИ 1.0», где изучается начальный этап работы в программе Python 3 и работа с проектом «Duckietown», в переводе означает «Город уток», запущенный в Америке.

В этот же день состоялось открытие летней школы, там нам рассказали о предстоящих проектах и учителях. Ежедневно проходили лекции по 8 часов, но они пролетали очень быстро. У нас были перерывы на обед, игры с преподавателями, прогулки по территории лагеря. На четвертый день мы рисовали флаги наших проектов и ходили с ними по территории. Два раза в неделю нам были организованы спортивные часы. Мы делали зарядку и играли в футбол. В субботу у нас была дискотека.

Для работы в клубах по интересам нас распределяли по группам: первая группа играла в настольные игры, а вторая группа, где была я, слушали, как красиво преподаватели играют на гитаре и поют песни.

В понедельник мы защищали свои проекты. Представляли их экспертам, которые нам задавали вопросы. Из-за пандемии эксперты общались с нами по видеосвязи. Было немного волнительно, но в целом всё прошло хорошо.

В последний полный день в лагере состоялось закрытие смены, на которой присутствовала Татьяна Александровна Кокшарова, наш учитель физики. На закрытии смены нам выдали сертификаты, подтверждающие наше участие в смене по нейротехнологиям. Не обошлось и без подарков. Нам подарили футболки с надписями «Альтаир», блокноты, браслеты и ручки с надписями «Инжевика».

Вечером этого же дня мы сидели около костра под открытым небом и пели песни. В «королевскую» ночь ко всему удивлению было тихо, потому что многие спали, уставшие после активной недели.

Эту поездку в лагерь я не забуду никогда, потому что было всё очень интересно.

Рыбалко Софья, 8 «Б» класс

Онлайн тусовка «Бердск-умный город»

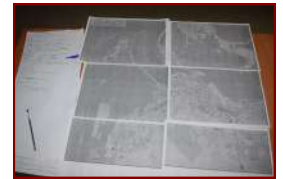
25 сентября 2021 года в МАОУ "Лицей № 7" города Бердска прошло мероприятие в формате инженерной онлайн-тусовки, на которой учащиеся бердских и новосибирских школ, некоторые очно, некоторые дистанционно, обсудили вопросы автоматизации города Бердска, познакомились с существующими технологиями, а также с российским и зарубежным опытом интеграции их в городскую инфраструктуру. Главным рулевым был учитель физики нашего лицея Валерий Вячеславович Морозов, а помогал ему учитель информатики Артем Сергеевич Паклинов. Школьники убедились в том, что проектирование подобных систем - удел не только бородатых инженеров с учеными степенями. Что большее количество задач по силам обычному школьнику, программирование не сложнее формулирования задачи на естественном языке, а работа с современным контроллером не сложнее сборки домика из детских кубиков. А раз так, то и задачи для пытливого ума можно ставить сложнее.

В форме дискуссии ребята:

- сформулировали основные проблемы нашего города;
- выделили те, которые возможно решить с помощью автоматизации;
- зафиксировали на карте города элементы возможной автоматизации;
- проанализировали свои собственные возможности;
- подумали о положительном влиянии автоматизации городской среды на экологию города.

Встреча в неформальной обстановке дополнительно мотивировала школьников на занятие инженерными дисциплинами, а также позволило найти единомышленников.

Паклинов А.С., учитель информатики



Правильное питание

Это не медицинская статья, предназначена лишь для ознакомления. Вся статья личное мнение автора, основанное на трудах психологов. Всегда думайте своей головой и воспринимайте информацию критично.

Начиная 40-х годов 20 века люди все чаще стали задумываться о том, что они употребляют в пищу. До этого времени выбор продуктов питания был доступен только аристократам, а крестьяне по сути своей были «неприхотливы», что вырастили, то и съели. Но, с развитием производства и коммерческого фермерства продукты стали доступней, а чем больше потребителей, тем больше мнений. В итоге спустя много лет единого мнения о «правильном» и «здоровом» питании так и не появилось.

В современном мире люди прислушиваются к популярным личностям в медиа культуре. Если какая-нибудь известная, стройная и красивая модель скажет, что сидит на определённой диете, огромное количество девушек прислушаются и будут питаться исходя из правил этой диеты. Но не нужно думать, что проблемы с пищевым поведением касаются только женщин, мальчики-подростки, молодые мужчины и мужчины старше 40-ка тоже страдают расстройствами пищевого поведения. Об этом очень редко говорят (хотя это необходимо).

Расстройства приёма пищи (или РПП) — пищевое поведение, негативно влияющее на физическое или психическое здоровье. Нарушения пищевого поведения относятся к психическим расстройствам.

Есть огромное количество разновидностей РПП начиная от *анорексии* и заканчивая *прегорексией*. Но, я бы хотела рассказать о расстройстве, наиболее подходящем под тематику статьи, а именно о *орторексии*. Нервная орторексия — это навязчивое желание правильно питаться, есть только здоровую пищу. Так же к симптомам нервной орторексии относят **острое** и **навязчивое** желание заниматься спортом.

Для индивида, страдающего нервной орторексией, «здоровое питание» становится настолько важным, что озабоченность этим вопросом не оставляет места для каких-либо интересов и увлечений в жизни. Пищевой рацион определяется исключительно по критерию «полезности» продукта, при этом вкусовые предпочтения индивида не принимаются во внимание. Любое нарушение диеты (употребление «неправильных» продуктов) вызывает тревожность и сильное чувство вины.

Орторексия может быть следствием других пищевых расстройств (анорексии, булимии, психогенного переедания).

Огромное количество мужчин и женщин различных возрастов болеют орторексией и чаще всего сами об этом не знают. Больные часто оправдывают свое нездоровое поведение желанием стать красивее и здоровее, но как итог получают огромное количество проблем с психикой физическим здоровьем, а также отсутствие хобби, друзей и интересов. Как следствие, люди, болеющие орторексией, очень несчастны.

Источники информации: <https://ru.wikipedia>, <https://ndn.info/mneniya/38191-chem-opasna-ortoreksiya>

(Продолжение в следующем выпуске)

Загайнова Марина, 8 «Б» класс

Над номером работали: Рыбалко Е.Ю., Отакулова В.О., Паклинов А.С., Корниенко А., Рыбалко С., Загайнова М., Кошкина В., Скальская З., Дударенко О., Шипилова М., Калинина С, ученики 5а, 6а классов