

Выпуск №1,

- Внимание: Конкурс
- Интервью директора лицея В.В.Синдирихина—стр.2
- Наши поздравления—стр.2
- 4 декабря—выборы в Государственную Думу РФ—стр.3
- Лицеисты производственного обучения—стр.4
- Ученическая конференция объединяет—стр.5
- Фестиваль наук—стр.6-7
- Наркопост лицея: Как бросить курить—стр.8
- Фельдшерский пункт информирует—стр.9
- Рейтинг групп по посещаемости —стр.9
- Сказка ложь, да в ней намек или как усмирить вспыльчивость—стр.10
- Клуб веселых и находчивых —стр.11

Дорогие учащиеся, уважаемые педагоги!

Перед вами – первый выпуск газеты для педагогов, учащихся и их родителей - издания «Пресс-центра» ученического самоуправления.

Это ВАША ГАЗЕТА, в которой вы сможете получить много самой разнообразной и интересной информации о жизни лицея, а так же принимать участие в проводимых нами викторинах и конкурсах. Поздравляем вас с этим событием.

Мы очень рассчитываем на вашу помощь, поддержку и активное участие. Приносите в «Пресс-центр» любые материалы, которые покажутся вам интересными, расскажите о своей группе, преподавателях, поздравьте педагогов и однокурсников с различными праздниками, поделитесь необычными наблюдениями. Все вместе мы сделаем газету интересным изданием, как по количеству, так и по качеству представленных в ней материалов.

Вы талантливы? Вам есть, что сказать обществу? Мы ждем вас! Да-да, именно вас! Ваши мысли и мнение нужны нам! Мы ждем вас и ценим каждое ваше слово!



Куратор «Пресс-центра» ученического самоуправления педагог-психолог Н.В.Михайлова

ВНИМАНИЕ КОНКУРС



Уважаемые учащиеся и педагоги, вы обратили внимание на то, что первый выпуск газеты не имеет названия?

Мы предлагаем вам проявить свои творческие способности и принять участие в конкурсе.

Объявляется конкурс на лучшее название для газеты и лучший логотип (эмблему).

Ждем ваши предложения и эскизы работ до 15 декабря 2011 года в методическом кабинете лицея. Итоги конкурса будут подведены компетентным жюри.

Победителей ждет публикация их фотографии на первой странице газеты.

Девиз «Пресс-центра»: Даешь жизнь оригинальным идеям!

Над выпуском работали:

Захарова Александра, председатель «Пресс-центра», Бекетова Любовь, председатель ученического самоуправления, Королев Александр(группа 34), Михайлова Н.В., куратор «Пресс-центра»



В.В.Синдирихин

«...нам есть чем гордиться...»

Захарова Александра, председатель «Пресс-центра»

Александра: Владимир Владимирович, как Вы относитесь к идее создания ученической газеты?

В.В. Синдирихин: Идея создания газеты для учащихся не нова. В нашем лицее несколько лет назад выпускался «Вестник Центра информационных технологий», который освещал жизнь лицея и наиболее интересные дела и мероприятия. Я за возрождение ученической газеты и отношусь к этой идее положительно.

Александра: Какой Вы хотели бы видеть газету для учащихся?

В.В. Синдирихин: Считаю, что ученическая газета должна быть максимально интересной, яркой и привлекающей внимание не только учащихся, но и педагогов, и родителей.

Александра: Какую рубрику Вы обязательно хотели бы видеть на страницах газеты?

В.В.Синдирихин: Думаю, что «Пресс-центр» обязательно должен говорить на страницах газеты о достижениях учащихся, ведь нам есть чем гордиться: наши учащиеся ежегодно занимают призовые места в различных соревнованиях, олимпиадах и конкурсах областного и районного уровня. Предлагаю сделать обязательной и информационную рубрику.

Александра: Что Вы хотели бы пожелать «Пресс-центру» ученического самоуправления?

В.В.Синдирихин: Желаю «Пресс-центру» творческих успехов.

Поздравляем с юбилеем!



Директор—это прежде всего, руководитель лицея. Труд директора нелегок и требует большой силы воли, твердого характера, настойчивости и поддержки. Ведь в его руках и коллектив лицея и сами учащиеся. Он несет ответственность за все происходящее в стенах лицея, он его лицо, его стержень.

Наш директор Владимир Владимирович Синдирихин трудится в лицее уже много лет. В 1979 году он пришел работать в

лицей на должность мастера производственного обучения. В 1998 году переведен на должность старшего мастера и с 1 июня этого же года назначен на должность директора.

За свой многолетний труд в 1994 году Владимир Владимирович награжден значком «Отличник ПТО РФ», а в 2004 году—награжден нагрудным знаком «Почетный работник Начального профессионального образования РФ».

7 декабря Владимир

Владимирович встретит юбилейный день рождения. Педагогический коллектив и учащиеся лицея от души поздравляют его с этой знаменательной датой.

В лицее директор— порядка исток.
Как капитан на большом корабле,
Шли от уроков чтоб польза и прок,
Знаний чтоб было с запасом вполне.
Кадры на нем и учебная часть,
Средства бюджетные и распорядок,
Дети в столовой чтоб кушали всласть,
Сотни приказов, бумаг, разнарядок..
Скажем мы в ваш юбилей вам, директор,
Множество дружеских слов от души,
Выбран движенья был правильный вектор,
В лицей на работу когда вы пришли!



Если ты являешься гражданином Российской Федерации и тебе исполнилось 18 лет, ты —избиратель и Конституция РФ дает тебе право, участвовать в референдуме, голосовать на выборах Президента России, депутатов Государственной Думы Российской Федерации, главы муниципального образования, депутатов региональной или городской Думы.

Что значит участвовать в выборах?

Выбирать—это значит научиться думать по-государственному, в каком направлении развивается наша страна, осознавать первоочередные вопросы, которые требуют решения.

Выбирать— это значит научиться сравнивать, изучать деятельность, программы и взгляды различных кандидатов и партий и делать выводы о том, кто из них способен представлять именно твои интересы.

Выбирать—это значит научиться определять тех, кто будет равнодушным в решении вопросов, которые повлияют на повышение уровня жизни, кто готов заботиться не только о дне сегодняшнем, но и о дне завтрашнем.

24 ноября 2011 года состоялась встреча учащихся, достигших 18-летнего возраста с депутатом Охинского районного собрания Анастасией Станиславовной Бугровой



«Я хочу, чтобы каждый из вас пришел на выборы 4 декабря и отдал свой голос за свое будущее»

Молодежь и выборы

А.С.Бугрова

Молодое поколение—это фундамент дальнейшего развития страны. Главное— постоянно быть активными и проявлять себя в конкретных делах.

Молодежь, мы часто видим несправедливость, пробелы в законодательстве. Мы готовы сами что-то менять, не молчать о существующих проблемах. От нас, молодых, звучат очень важные инициативы, нужно только поднимать их и сообща ре-

шать.

Чтобы сделать больше, мы идем во власть. А доверять молодым право быть избранными остается только за избирателями.

Идти на выборы или нет—это каждый должен решить сам. Но никто не имеет права относиться к этому событию безответственно. Выборы—это одно из главных событий в жизни страны и всего российского народа, так как именно от нашего выбора зависит каким

будет наше государство, наша экономика и политик, как мы будем жить дальше. Каждый должен ответственно подойти к этому событию, нельзя думать, что наши голоса ничего не решают.

Выбор идти или не идти на выборы есть всегда. Но тем, кто решит не идти на выборы хочется напомнить одну крылатую фразу: «Если Вы не хотите заниматься политикой, не надо обижаться на то, что она потом займется Вами».



«Важен голос каждого россиянина и твой голос тоже»





Чуть более двух месяцев с 1 сентября по 5 ноября 2011 года, мы проходили производственное обучение в Сахалинском управлении технологического транспорта г.Оха (УТТ).

Нашим наставником был Иванов В.В. Под его руководством за время практики мы осуществляли различные работы по ремонту автомобиля КАМАЗ 5320.

Опираясь на знания и практические

Николаев Сергей, Виданов Игорь, группа 36

умения, полученные в стенах лицея за годы обучения мы меняли карданный вал и раздаточную коробку, заменяли колеса и водяной насос, а также производили работы на территории самого предприятия УТТ.

По итогам практики нам была поставлена оценка «отлично».

Опыт работы на предприятии помог нам понять насколько работа автомеханика суровая и по настоящему мужская.

После обучения в течении двух лет (1 и 2 курс обучения) учащиеся лицея направляются на производственное обучение на базовые предприятия города, для закрепления и совершенствования производственных навыков.

Базовые предприятия оснащены современным оборудованием и аппаратурой, что помогает учащимся лучше освоить выбранную профессию.

На предприятиях за учащимися закрепляются наставники из числа лучших работников по той или иной профессии, которые делятся с учащимися своими профессиональными секретами, знаниями и умениями.

Заместитель директора по УПР З.П.Анисова



Мартынов Павел, группа 35

Мне довелось проходить производственное обучение в стенах лицея. Моим наставником был мастер производственного обучения Митрофанов А.А.

За время практики мне удалось закрепить полученные на уроках спецтехнологии и производственного обучения знания. У меня появился опыт изготовления

сварных конструкций: ворота, двери, стеллажи для хранения инструментов в механической мастерской.

Помогал производить ремонт дорожно-строительной техники, принадлежащей лицею: сварка ходовой части транспорта.

Наиболее интересным и творческим мне показалось изготовление скамейки для облагораживания терри-

тории лицея и для участия в областной ярмарке. И я рад тому, что моим трудом частично облагорожена территория общежития.

Практика помогла мне окончательно утвердиться в том, что профессия мной была выбрана верно. После получения диплома лицея, я намерен трудоустраиваться по профессии.



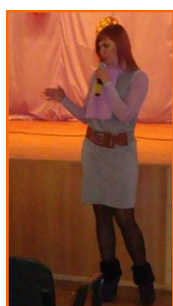


Каждый ученик – звезда, стоит только ее зажечь!

Ученическое самоуправление - это совместная и самостоятельная жизнь лица, в которой каждый учащийся может определить свое место и реализовать свои способности и возможности. Смысл ученического самоуправления заключается в обучении учащихся основам демократических отношений в обществе, в обучении умению управлять собой, своей жизнью в коллективе.

Ученическое самоуправление лица направлено на развитие у учащихся активной жизненной позиции, самостоятельности в умении принимать управленческие решения, развивать свои организаторские способности.

8 ноября 2011 года в 15 часов состоялась ученическая (выборная конференция), на которой присутствовали 41 делегат от всех учебных групп. Ученическая конференция проходила в преддверии всероссийских выборов в Государственную Думу. Перед делегатами конференции выступила председатель избирательной комиссии городского округа «Охинский» Наталья Михайловна Суржукова. В ее выступлении был сделан акцент на значимости участия в выборах в Государственную Думу РФ. «Голос каждого избирателя важен и от этого зависит дальнейшая жизнь каждого, кто живет в России» - подчеркнула Наталья Михайловна.



Ее выступление было поддержано Анастасией Станиславовной Бугровой, молодым депутатом городского собрания округа «Охинский», руководителем местного отделения «Молодой гвардии» г.Оха. Анастасия Станиславовна говорила об активности молодежи района и планах по созданию «Молодежного парламента».

Педагог-организатор А.Б.Сайкова

На выборной конференции учащиеся приобрели опыт изыявления гражданской и политической культуры, приняв участие в выборах председателей центров ученического самоуправления и лидера Совета Лицеистов.

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе Наталья Геннадьевна Березовская познакомила участников конференции со структурой самоуправления.



Далее участникам конференции было предложено провести работу в центрах по выбору председателей центров и созданию девизов.

Председатели центров высказались о том, что они хотели бы изменить в лице, какую работу провести в этом учебном году. Говорили о характере общения и о том, что многим учащимся не хватает культуры общения, затронули наболевшую тему – курение в образовательном учреждении.

Путем открытого голосования был определен Лидер Совета Лицеистов, им стала Бекетова Любовь, учащаяся группы 29.

Совет Лицеистов приглашает всех учащихся со своими самыми смелыми и интересными идеями. Вместе мы воплотим их в жизнь! Желаем всем плодотворной творческой работы!

Анонс мероприятий:

30.11.2011г. – конкурс «Алло, мы ищем таланты»

29.11.2011г.—кубок лица по волейболу.

2.12. 2011г – выставка рисунков и плакатов, посвященная 65-летию Сахалинской области.

Приглашаем всех принять активное участие в конкурсах. Призы ожидают всех участников.

Центр ученического самоуправления	Девиз	Председатель	Куратор
«Спорт»	Быстрее, выше, сильнее!	Тюкалов Александр, группа 25	Семенов П.Е.
«Пресс-центр»	Даешь жизнь оригинальным идеям!	Захарова Александра, группа 34	Михайлова Н.В.
«Досуг»	Через творчество – к звездам!	Бекетова Любовь, группа 29	Сайкова А.Б.
«Учеба»	От интереса – к знаниям.	Плятова Ирина, группа 26	Березовская Н.Г.

Г.Ф.Хамидулина, заместитель директора по ТО

Кто малого не может, тому и большее невозможно.

В ноябре 2011 года прошёл традиционный Фестиваль наук - праздник знаний.

Девиз Фестиваля – Россию возродят высокообразованные люди!

А эпиграфом, как всегда, были слова знаменитого Фирдоуси:
В цепи человек стал последним звеном

И лучшее всё воплощается в нём.

Как тополь вознёсся он гордой главой,

Умом одарённый и речью благой

*Вместилище духа и разума он –
Весь мир бессловесных ему подчинён.*

Фестиваль- 2011 был посвящён 300–летию со дня рождения великого русского таланта М.В.Ломоносова.

Фестиваль наук – традиционный праздник тех, кому интересны общеобразовательные предметы. В этом учебном году были организованы олимпиады по десяти предметам для того, чтобы наиболее способные учащиеся смогли продемонстрировать свои знания в различных областях. 183 участника на протяжении десяти дней доказывали, что они – лучшие в физике и математике, русском языке и истории, в черчении и английском языке, ОБЖ и обществознании, информатике и химии. Задания были составлены по материалам

областных олимпиад разных лет – задания повышенной трудности. Участники справились практически со всеми заданиями, что говорит о серьёзной подготовке.

На протяжении всех дней Фестиваля была представлена выставка плакатов с высказываниями М.В. Ломоносова о науках.

В рамках Фестиваля состоялись внеклассные занятия по всем изучаемым предметам; учащиеся соревновались в эрудиции, показали широту своего кругозора, разыгрывали сценки, читали стихи и пели песни, отгадывали загадки и соревновались в грамотности.

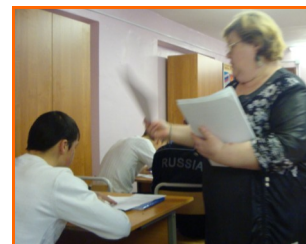
Тематика занятий была различной:

- история – игра «Брейн-ринг»;
- химия-физика—Атомно-молекулярное учение М.В.Ломоносова;
- обществознание – «Веселая деятельность»;
- информатика-математика – игра «Информатика не хуже математики»;
- русский язык - Страна Родная речь;
- ОБЖ – Вооруженные конфликты и международное гуманитарное право;
- физическая культура - спортивная эстафета.



**Россию возродят
высокообразо-
ванные люди**





Победители предметных олимпиад 2011 года

Математика:

- I курс: 1 место—Гимбал Марк (16 гр)
II курс: 1 место—Талов Александр (25 гр)
2 место—Тюкалов Александр (25 гр)
3 место—Гусаков Максим (25 гр)

Черчение:

- 1 место— Михеев Сергей (36 гр)
2 место—Едунов Егор (25 гр)
3 место—Перепелкин Артем (27а гр)

Информатика:

- 1 место— Муратов Глеб (36 гр)
2 место—Кожина Анастасия (14 гр)
3 место—Кривобокова Татьяна (14 гр)

Обществознание:

- 1 место— Талов Александр (25 гр)
2 место—Гимбал Марк (16 гр)
3 место—Воронов Дмитрий (16 гр)

ОБЖ:

- 1 место— Осипов Сергей (27а гр)
2 место—Виданов Игорь (36 гр)
3 место—Митрофанов Алексей (25 гр)

Русский язык:

- 2 место—Гимбал Марк (16гр)
3 место—Выхтун Григорий (16 гр)

История:

- I курс: 1 место—Сорокин Виктор (15 гр)
2 место—Выхтун Григорий (16 гр)
3 место—Гимбал Марк (16 гр)
II курс: 2 место—Калининченко Захар (26 гр)
3 место—Корниенко Алексей (26 гр)

Английский язык:

- 1 место— Воронов Дмитрий (16 гр)
2 место—Гусаков Максим 925 гр)
3 место—Максименко Никита (16 гр)

Химия:

- I курс: 1 место—Гимбал Марк (16 гр)
2 место—Кожина Анастасия (14 гр)
II курс: 1 место—Гусаков Максим (25 гр)
2 место—Снежкин Валерий (25 гр)
3 место—Князев Александр (26 гр)

Физика:

- I курс: 1 место—Гимбал Марк (16 гр)
2 место—Выхтун Григорий (16 гр)
3 место—Сорокин Виктор (15 гр)
II курс: 1 место—Гусаков Максим (25 гр)
2 место—Талов Александр (25 гр)
3 место—Любимова Галина (29 гр)

Как бросить курить?

Н.В.Михайлова, педагог-психолог

ЗДОРОВЬЕ -



В ПЕПЕЛ ?

«Прояви
свою силу
воли, ведь
ты сильный
человек!»



Ежегодно в третий четверг ноября в большинстве стран мира отмечается Международный день отказа от курения, установленный Американским онкологическим обществом в 1977 году.

По данным Всемирной организации здравоохранения:

- в мире 90% смертей от рака легких, 75% — от хронического бронхита и 25% — от ишемической болезни сердца обусловлены курением;

- каждые десять секунд на планете умирает один заядлый курильщик (к 2020 году этот уровень может повыситься до одного человека за три секунды);

- в России курит минимум каждая десятая женщина, а среди старшеклассников и студентов — 53% юношей и 28% девушек;

- заядлыми курильщиками сегодня можно назвать 50-60% российских мужчин (среди некоторых категорий граждан эта цифра достигает 95%);

- курение и вызываемые им заболевания ежегодно становятся причиной смерти не менее чем миллиона граждан России.

Цель Международного дня отказа от курения — способствовать снижению распространенности табачной зависимости,

вовлечение в борьбу против курения всех слоев населения и врачей всех специальностей, профилактика табакокурения и информирование общества о пагубном воздействии табака на здоровье.

Если вы побродите по интернету, то увидите, что многих пользователей волнует вопрос **«как бросить курить»**.

Любой человек может **бросить курить легко**. Для начала возьмите листок бумаги и напишите в нем все минусы от курения, посмотрите на этот листок и задумайтесь для чего вы вообще курите, что дает вам курение, зачем Вы продолжаете травить свой организм.

Бросая курить — бросайте!

Подсчитайте сколько денег вы сэкономите, когда *бросите курить!*

Подумайте о своем здоровье (то, что курение причина рака знают уже все!)

Опасайтесь сокращения курения. *Бросать курить* многие начинают с сокращения выкуриваемых сигарет, но делать этого нельзя. Потому что с зависимостью так не справиться, человек будет ждать того момента, когда можно будет выкурить очередную сигарету, а

когда этот момент наступит, то он будет просто смаковать эту долгожданную сигарету. Все его мысли в перерывах будут только о следующей сигарете, чем больше он ее ждет, тем больше она ему приятней! Зависимость будет делать свое дело!

Не используйте никотин содержащие средства (никотиновая жевательная резинка, электронная сигарета и др.). Помните, что именно никотин не даёт бросить курить и вызывает зависимость!

Продержитесь период отвыкания!

«Всего одна сигарета». Вы бросили курить, прошло 4 недели, никотиновая зависимость исчезла и теперь вы свободны, и вот на очередной вечеринке вам предлагают сигаретку! Стоп! Вспомните! Именно с одной сигареты и началось ваше курение, именно одна сигарета и вызывает никотиновую зависимость! Ни какой одной сигареты!!! Это шаг назад!!!

Бросить курить легко! Надо только осознать, что это серьезный вред и зависимость. Принять решение бросить курить! И радуйтесь, что вы бросили курить и начали здоровую жизнь!

Фельдшерский пункт информирует

В целях снижения роста и распространения заболевания ОРВИ и гриппом, с 20.9.11 – 18.11. 11. В лицее проводилась профилактическая иммунизация против гриппа учащихся и педагогического состава.

Профилактической иммунизации было подвергнуто 185 взрослых и учащихся лицея.

По данным Охин-

ской центральной районной больницы в Охинском районе отмечен рост заболевания педикулёзом. Выросло число выявленных заболеваний среди старшеклассников. С целью профилактики инфекционного заболевания в лицее с 21. 11. 11 по 23. 11. 11 проведен профилактический осмотр учащихся, случаев заболевания среди осматриваемых не выявлено.

В целях улучшения эпидемиологической ситуации, для повышения эффективности мероприятий по борьбе с туберкулёзом с 28. 11. 11 по 1. 12. 11 запланировано проведение профилактического обследования на туберкулёз подростков в возрасте с 15 до 18 лет, во всех образовательных учреждениях (в том числе и в лицее) будет проводиться «проба манту».



Фельдшер лицея
М.В.Бурганова

Рейтинг групп по посещаемости (пропуски занятий без уважительной причины)

I курс	14 группа	15 группа	16 группа
% пропусков занятий без уважительной причины	14%	6,4%	9,6%
место	III место	I место	II место

II курс	25 группа	26 группа	27 (а,б) группа	29 группа
% пропусков занятий без уважительной причины	12,9%	21,3%	27%%	11%
место	II место	III место	IV место	I место

III курс	34 группа	35 группа	36 группа
% пропусков занятий без уважительной причины	33,3%	Проходит производственное обучение на базовых предприятиях	17,3%
место	II место		I место

Учебный центр ученического самоуправления сообщает: читайте в декабрьском номере о рейтинге групп по посещаемости за декабрь, успеваемости учащихся, нарушениях дисциплины (с указанием фамилий нарушителей и неуспевающих учащихся).

**Сказка ложь, да в ней намек или как усмирить вспыльчивость****Н.В.Михайлова, педагог-психолог****Восточная притча
о гвоздях.**

Жил-был один очень вспыльчивый молодой человек. И вот однажды отец дал ему мешочек гвоздей и наказал каждый раз, когда он не сдержит своего гнева, вбить один гвоздь в столб забора.

В первый день в столбе было несколько десятков гвоздей. На другой неделе он научился сдерживать свой гнев, и с каждым днем число забиваемых гвоздей стало уменьшаться. Юноша понял, что легче контролировать свой темперамент, чем вбивать гвозди.

Наконец пришел день, когда он ни разу не потерял самообладания. Он рассказал об этом отцу и тот сказал, что на сей раз каждый день, когда сыну удастся сдержаться, он может вытащить из столба по одному гвоздю.

Шло время, и пришел день, когда он мог сообщить отцу о том, что в столбе не осталось ни одного гвоздя. Тогда отец взял сына за руку и подвел к забору:

- Ты неплохо справился, но ты видишь, сколько в столбе дыр? Он уже никогда не будет таким, как прежде. Когда говоришь человеку что-нибудь злое, у него остается такой же шрам, как и эти дыры. И не важно, сколько раз после этого ты извинишься – шрам останется.



Говорят, что когда император Гай Юлий Цезарь, чувствовал, что его охватывает гнев, он обычно прочитывал про себя весь римский алфавит, прежде чем начать говорить.

Гнев ослабляет человека. Почти в любой ситуации он ставит его в невыгодное положение. Бывают моменты, когда мы не в состоянии сдерживать своих эмоций, в особенности негативных. Однако и в социальном, и в плане здоровья, для нас очень важно контролировать свои эмоциональные порывы. Гневливые срывы на работе приведут в итоге к увольнению, а дома — к напряжённой, натянутой обстановке, когда люди не желают общаться друг с другом именно по причине невозможности провести спокойный разговор.

Откуда же берутся все эти бурные эмоции? Люди часто говорят: "От его слов я просто обезумел" или "Он заставил меня чувствовать себя таким виноватым", – как будто внешние события порождают наши эмоции. Но наши эмоции вызывают не внешние обстоятельства. Напротив, по большей части наши чувства определяются тем, что мы сами себе говорим в наших мыслях. Мы чувствуем то – что думаем! Иногда мы осознаем эти внутренние диалоги, а иногда они проходят неуловимо и мы не в силах их заметить. Но зато мы очень хорошо знаем, какие чувства и поступки рождаются из таких бесед в нашем сознании. Мы можем приучить себя определять расстраивающие нас мысли, которые заставляют нас выходить из себя и приводят нас к срыву.

Как же усмирить свою вспыльчивость?

Подавлять свою вспыльчивость, пытаться «выпустить пар» бесполезно. Но сознательный подход к происходящему заключается в работе с корнем этого явления – нашими негативными суждениями и оценками. В моменты, когда вы начинаете чувствовать приближение гнева, лучше всего будет отвлечься от разговора и попытаться провести с собой внутренний диалог. Это притормозит развитие спора и позволит разобраться в своих чувствах, оценить, стоит ли ситуация траты на неё драгоценной психической энергии.

Такая передышка позволит вам через оценку своих чувств изменить их. Проанализировав ситуацию и своё реальное к ней отношение, вы сможете решить, как вам быть со своими чувствами, а, главное, как достичь того, чего вы пытаетесь достичь чрезмерной эмоциональностью.

**Когда речь идет о вашем
самообладании – будьте
жадным: сохраняйте
его.**





Л.Бекетова, А.Суворова, И.Беличенко

Разрешите представиться, мы команда «Север» и участвуем уже второй год в областных играх КВН Юниор-Лиги.

Дебют нашей команды состоялся после десятилетнего перерыва.

Мы выступили достойно и привезли в лицей диплом участников областных полуфинальных игр Юниор-Лиги КВН. Первый блин был не комом. Мы приобрели неоценимый опыт. Наше выступление было отмечено жюри как артистичное, были оценены вокальные и хореографические способности нашей команды. Фурор произвело выступление Беличенко И. с пародией на Дмитрия Билана.

В этом году команду покинули из теперь уже выпускники лицея: Сычева А., Щеглов А., Котец Н., Крохалева В., Алиазарова Л.

Нынешний состав команды представляют: Королев А., Муратов Г., Гуторов Н., Суворова А., Баканова Д., Макеев В., Беличенко И., Бекетова Л., Семенова В.



А теперь коротко о каждом:

Саша Королев— «технический мозг» команды.

Муратов Глеб, Гуторов Коля — самые артистичные и неординарные.

Беличенко Иван—обладает обостренным чувством юмора, музыкальными способностями.

Макеев Валера— «вялый шустрик».

Суворова Настя— в жизни скромная девушка, проявившая себя в команде как яркая, эмоциональная актриса.

Баканова Даша—самая уравновешенная актриса, хорошо справляющаяся со своей ролью.

Бекетова Люба— «изюминка команды», выход ее на сцену, вызывал бурные аплодисменты и комментарии зрителей: «Не уходите, Охинцы!». Люба в качестве капитана команды блистала на сцене, ведь она человек, который обладает многими талантами: вокальными, артистическими, организаторскими.

В этом году в полуфинальных играх участвовали 13 команд, все выступления были очень разные. И жаль, что до финала нам не хватило всего три сотых балла. Мы заняли 4 место.

Но мы не унываем и настроены на победу в будущем году. И благодарны КВН за то, что мы стали частью этого клуба.

Беличенко Иван: Южно-Сахалинск встретил нас хорошо. Все время нам приходилось посвящать репетициям, поскольку команды-соперники были сильны. Но мы все таки смогли добиться хорошего результата. Ребята, не таите свои таланты, а покажите, что вы умеете. Мы ждем вас!

Суворова Анастасия: Я рада, что мне удалось попасть в команду «Север». Больше всего понравилось соревноваться с соперниками. На сцене я почувствовала себя настоящей актрисой, я не чувствовала волнения, потому что публика встречала нашу команду очень дружелюбно. Здорово было работать в команде единомышленников.

Бекетова Любовь: Все команды хорошо готовились к играм. Мне очень нравится играть, ведь небольшое волнение, элемент соревновательности придает еще больше сил и подзадоривает. Мы потихоньку продвигаемся вперед в своем развитии, в этом году выступление было намного лучше. Я уверена, что скоро мы все же завоюем призовое место и пройдем в финал.

