

ФРЭШ

Новости школы

Здравствуй, гимназия!
Здравствуй, новый учебный год!

В гимназии №144 прозвенел первый звонок, возвестивший о начале учебного года.

Торжественная линейка, посвященная Дню знаний, собрала учеников, учителей, родителей и почетных гостей. В глазах ребят - радостное волнение и предвкушение новых открытий.



С приветственным словом к собравшимся обратился директор гимназии Светлана Владимировна Мокина, поздравив всех с началом учебного года и пожелав успехов в учебе и творчестве. «Этот год обещает быть интересным и насыщенным», - подчеркнула Светлана Владимировна, - «Ведь в гимназии открываются новые классы - инженерный и технологический!».

И действительно, перед российской наукой и инженерной мыслью стоят большие задачи. «В современном мире для достижения высот недостаточно быть просто высокочлассным специалистом. Необходимо владеть иностранными языками, чтобы быть в курсе мировых тенденций и эффективно взаимодействовать с зарубежными коллегами. В гимназии этому уделяется особое внимание» - высказалась в своем поздравлении Светлана Владимировна.



Праздник 1 сентября - это не только начало учебного года, но и прекрасный повод вспомнить о важности малой Родины, о любви к своей стране. Именно здесь мы получаем первые знания, находим друзей, формируемся как личности. В этой среде понимания и поддержки нам легче раскрыть свой потенциал и добиваться поставленных целей.

Дорогие ученики, учителя и родители! Желаем вам удачи, здоровья, вдохновения и новых свершений в этом учебном году! Пусть каждый день будет наполнен радостью познания и стремлением к новым знаниям! С праздником!



Одиннадцатиклассники делятся впечатлениями от 1 сентября и планами на будущее.

Звонкий колокольчик возвестил о начале нового учебного года, а для одиннадцатиклассников он стал символом финального рывка перед взрослой жизнью. Корреспондент газеты встретился с ребятами сразу после торжественной линейки, чтобы узнать об их впечатлениях и ожиданиях.



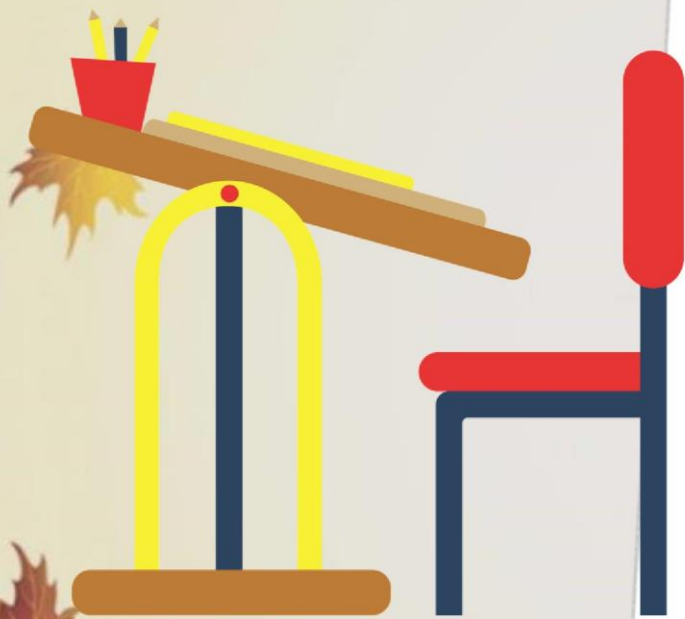
Какие у тебя ожидания от предстоящего учебного года?

Понимая, что этот год у меня последний в нашей школе, становится очень грустно. Наш коллектив за эти два года (10-11 класс) очень сплотился. На этот учебный год я настроена очень серьёзно, ведь в этом году я буду сдавать ЕГЭ. Готовилась я с 10 класса, в 11 классе осталось только поднажать. Последний рывок - и вот я у финиша. 11 класс - самые старшие в школе, при этом самые ответственные, и поэтому мы должны подавать пример младшим классам и провести этот последний год незабываемо.

Какие мероприятия ты особенно ждёшь?

В этом году 11 класс организует новогоднее представление. Эта традиция в нашей школе передаётся из поколения в поколения. Я очень жду этого момента.

Регина Габдрахманова, 11 класс



**Чем живут девятиклассники:
планы и ожидания на
предстоящий год.**



Какой у тебя настрой на учебный год?

Настроение готовиться к
экзаменам, быть продуктивной.

**Как относишься к предстоящим
экзаменам?**

Все говорят, что сложно, но те,
кто сдали, говорят, что легко, поэтому
я думаю, что все будет легко. Я готова
и уверена в своих знаниях. Также знаю,
что мы все сдадим, ребят, не
волнуйтесь.

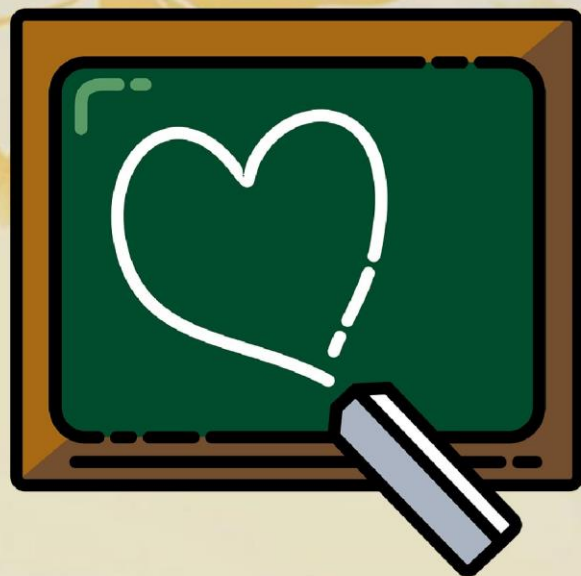
**Каких мероприятий ждёшь больше
всего?**

Я очень жду вообще всех линеек,
очень обожаю мероприятия, готова
помогать в организации, все вести.

Какие предметы выбрала для сдачи?

Я выбрала английский и
общество, потому что «гуманитарий» -
мое призвание, я готова познавать
новое и анализировать.

Анастасия Харина, 9 Б класс



"Школьные приключения начинаются!": Первоклассники делятся своими впечатлениями.

Какие у тебя ощущения от первых дней в школе?

Мне все нравится:
одноклассники, столовая, уроки.

А с одноклассниками ты уже подружилась?

Да, у меня появились подруги.

Что ты представляла о школе?
Что будет легко.

И как оказалось?
Сложно, но интересно.

Амелия Макушкина, 1 А класс



Как тебе первые дни в школе?

Хорошо, особенно еда. У нас вкусная еда.

А кем ты хочешь стать в будущем?

Космонавтом, я очень люблю космос.

Как тебе школьные мероприятия?

Очень нравятся, я рассказывал стихи, мне понравилось. Хочу ещё поучаствовать в других мероприятиях.

Тимофей Литвинов, 1 А класс





**После праздничной линейки:
Учителя о своих мыслях и
переживаниях в первый день
учебного года.**

Первое сентября для меня стало
обыденным. Но все равно я очень рада за
первоклассников, поступивших в нашу
школу. Желаю новоприбывшим всегда
стремиться к лучшему и побольше
терпения, усидчивости!

Торопова Татьяна Владимировна



Я всегда была и буду рада
первоклассникам! Желаю им не терять
энтузиазм, позитивный настрой и
желание узнавать что-то новое!

Баробина Елена Михайловна



Как успешно начать новый учебный год: советы школьного психолога.

Дорогие ученики! Поздравляю вас с началом нового учебного года! Входить в учебный режим часто бывает непросто. В этой статье, я хочу поделиться с вами секретами того, как сделать начало учебного года максимально продуктивным и комфортным.

Секрет 1. Планирование.

Вечером составляйте чёткий план на следующий день. Вместо общих формулировок «позаниматься математикой» пишите конкретные задачи: «решить 5 задач по теме». Следите за временем. Выделяйте определённое количество времени на то или иное дело.

Секрет 2. Приоритеты.

Начинайте работу с самых сложных и важных моментов. Ставьте перед собой реальные цели. Разбивайте объёмные и сложные задачи на этапы.



Секрет 3. Рабочее место.

Наведите порядок на своём столе. Хорошо, если ваше рабочее место находится у окна. Всё необходимое должно быть под рукой. С вечера готовьте рюкзак и проверяйте, всё ли взято.

Секрет 4. Активное обучение.

Делитесь новыми знаниями, интересными фактами с друзьями или родными. Когда вы объясняете материал другим, сами лучше его понимаете и запоминаете.

Секрет 5. Мотивация.

Перед изучением нового материала задавайте себе вопросы: зачем мне это нужно? Как это пригодится в жизни? Понимание практической пользы повышает интерес к учёбе.

Секрет 6. Здоровье и отдых.

Не забывайте о полноценном сне, правильном питании и прогулках на свежем воздухе. Здоровый организм – залог успешной учёбы.

Секрет 7. Время на хобби.

Не пытайтесь успеть всё сразу. Выберите 1-2 дополнительных занятия, которые действительно вам интересны.

Секрет 8. Позитивное подкрепление.

Хвалите себя за достижения. После выполнения сложных заданий позволяйте себе что-то приятное. Не сравнивайте себя с окружающими. Сравнивать можно только себя «прошлого» и себя «настоящего».



Помните: учебный год — это марафон, а не спринт. Успех зависит от того, насколько грамотно вы начнёте этот путь. Желаю вам интересного и продуктивного учебного года!

Если у вас возникнут трудности или вопросы, не стесняйтесь обращаться к школьному психологу, родителям или учителям.

Мы всегда готовы помочь!

Антипова Марина Сергеевна

«Фрэш» размораживается! Новости, идеи, и... ты!

Привет, школьный народ! После долгих каникул любимая газета «Фрэш» возвращается в строй! Мы, команда редакторов и корреспондентов, полны энергии и готовы освещать **самые интересные и актуальные события** нашей школьной жизни.

Но «Фрэш» - это не просто газета, **это отражение вашего голоса**, ваших интересов и увлечений. Именно поэтому мы ждем ваших предложений! Хотите новую рубрику, посвященную киберспорту? Мечтаете о колонке с рецензиями на фильмы и книги? Может, у вас есть собственное расследование, которым вы хотите поделиться? Дерзайте!

Мы открыты для любых идей - от серьезных аналитических статей до смешных зарисовок из школьной жизни. Ничто не останется незамеченным!



А еще, «Фрэш» объявляет набор в свою команду! Если ты чувствуешь в себе искру журналиста, умеешь интересно писать, фотографировать или просто полон креативных идей, то тебе к нам! Мы научим, поддержим и поможем раскрыть твой талант.

Стань частью «Фрэш» и внеси свой вклад в создание школьной летописи! Ведь именно вы, ученики, делаете нашу школу такой особенной и яркой.

Предложения по новым рубрикам, интересные новости и заявки на вступление в редакцию принимаются **после 3 и 4 урока в кабинете №33.**

Выпуск подготовили:

Бушняк Анна (9Б),
Тараканова Алиса (9Б),
Третьякова Полина (9Б),
Лексин Егор (8Б)