



# Юность

НОВЫЕ  
ДОСТИЖЕНИЯ

ТУТ  
ИНТЕРЕСНО!



УВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ  
АКЦИИ



ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:

Школьные  
новости

стр. 2

Новости РДШ

стр. 4

Школьные  
рубрики

стр. 5

# Поздравляем!



Лубкова Ксения Евгеньевна и Тыщенко Инна Евгеньевна стали ЛАУРЕАТАМИ муниципального конкурса профессионального мастерства «Учитель города Оренбурга»!  
Поздравляем дорогих учителей и желаем новых успехов в своем деле!



Наши учителя занимают активную жизненную позицию не только в стенах школы, но и принимают активное участие в общественной жизни города и области.  
Педагоги нашей школы Руслан Темурович и Александра Дмитриевна Хасановы награждены благодарностью департамента молодежной политики Оренбургской области, за проявление профессиональных навыков и проведение регионального онлайн - фестиваля студенческих семей «Родные окна».



Подведены итоги 1 этапа - конкурс-выставка «История одного экспоната».  
Поздравляем юных экскурсоводов школьного музея «Память»: Галянину Софью, Литвинчук Дарью, видеооператора Плотникову Полину и руководителя музея Киченко Н.Ю., которые заняли 1 место в средней возрастной группе.



Аяпова Айгуль Тынымгиреевна получила благодарственное письмо от управления образования администрации города Оренбурга за активное участие в работе жюри муниципального этапа XV Всероссийского конкурса профессионального мастерства педагогов «Мой лучший урок».



Поздравляем Захарова Макара, ученика 1к класса, с победой в турнире по шахматам! Ученицы 9х класса Гумерова Камилла и Коновалова Вероника также приняли участие в открытом турнире по шахматам и заняли призовые места.

# ШКОЛЬНЫЕ АКЦИИ

## СИНИЧКИН ДЕНЬ

12 ноября «Синичкин день» - российский экологический праздник, который отмечается по инициативе Союза охраны птиц России.

В этот день жители многих населенных пунктов готовятся к встрече «зимних гостей» - птиц, останавливающихся на зимовку в российских регионах: синиц, щеглов, снегирей, соек, свиристелей и т.д. Люди заготавливают корм для птиц.

Наши ученики каждый год в этот день участвуют в экологической акции «Птичья столовая». Ребята мастерят кормушки из различных материалов и угощают лакомствами, семечками, зерном.

В акции участвовали ученики 2з, 4б, 1в, 1з, 1м, 1е, 3е, 4 г, 5е классов.



## ФЛЕШБУК «Ф. М. ДОСТОЕВСКИЙ ДЕНЬ ЗА ДНЕМ»



Школьная библиотека провела флешбук в честь двухсотой годовщины дня рождения писателя. Для участия в проекте желающие должны были прочесть отрывок из любого произведения Достоевского и записать процесс чтения на видео, выложить в «Instagram» или «ВКонтакте». Сейчас записи можно найти в социальных сетях школы.

По завершении участников наградили грамотами.

## ЧЕЛЛЕНДЖ КО ДНЮ МАТЕРИ #МАМАЯТЕБЯЛЮБЛЮ



*И снова здравствуйте! Вы наверняка заметили, как морозно стало на улице. А вот активисты РДШ согреваются любовью к своему любимому движению!*

**О последних событиях в мире РДШ:**

## **Первое офлайн – собрание активистов РДШ МОАУ «СОШ №86»!**

Мы долго этого ждали, и вот этот час настал! Наконец - то активисты РДШ МОАУ «СОШ 86» смогли собраться вместе, поделиться первыми достижениями в движении, и обсудить дальнейший план деятельности. Более того, за время самоизоляции наши активисты уже успели поучаствовать в акции от РДШ Оренбургской области, посвященной Дню Рождения нашего любимого движения.



## **«Классные встречи» с Викторией Саблиной**

24 ноября, РДШ МОАУ «СОШ №86» проводило мероприятие под названием «Классные встречи». Формат этого мероприятия подразумевает диалог спикера с известной личностью, добившейся успехов в той или иной сфере деятельности. Гостем этого мероприятия стала лучезарная Виктория Саблина, Лидер Оренбургского регионального отделения РДШ. Виктория поделилась с активистами нашей школы историей своего творческого пути. К своим семнадцати годам девушка имеет огромный опыт в работе «самых разных форм и размеров». Неудивительно, ведь Виктория с самого детства была активным ребенком, а с 2,5 лет уже занималась фигурным катанием. Ребята зарядились сногшибательным зарядом энергии, мотивации для активистской деятельности и покорения новых вершин!



## **Пятнашки РДШ**

Уже на протяжении шести лет движение зажигает сердца активистов! В честь этой замечательной даты Оренбургское Региональное отделение РДШ провело онлайн-игру «Пятнашки РДШ»! Команда нашей школы «Пятый Элемент» заняла почетное 1 место! Поздравляем ребят с таким достижением, вы большие молодцы! Команда справилась на отлично со всеми поставленными задачами. Пожелаем им успехов в их дальнейших начинаниях, ведь некоторые только-только делают свои первые шаги в наше движение!



*«Не бойтесь! Стремитесь! Ставьте цели, даже если они кажутся вам недостижимыми. Поверьте, оно того стоит. Немножко креатива, щепотку уверенности и мотивации, и вы будете на вершине!» – поддерживает ребят Лидер Оренбургского регионального отделения РДШ, Виктория Саблина.*

Всем пламенный привет!

Сегодня в статье мы затронем горячую, вкусную, и всем знакомую тему школьного здорового питания. Для начала разберемся, что представляет собой здоровое школьное питание. Педиатрами и диетологами всего мира общеприняты следующие принципы здорового питания

школьников:

**-Калорийность.** При создании рациона на каждый день, необходимо учитывать энергозатраты ребенка.

**-Разнообразие.** Это один из главных принципов создания меню, только так можно обеспечить организм незаменимыми

аминокислотами.

**-Режим.** Питаться ребенок должен регулярно! Промежутки между приемами пищи должны быть строго регламентированы.

**-Сбалансированный рацион.** Обязательным считается наличие белков животного происхождения. Углеводы, которые быстро расщепляются, должны составлять не более 20%.

**-Витамины.** В рационе должны присутствовать овощи и фрукты.

Не все могут знать, но подсчитывать калории необходимо не только при соблюдении диет. Важно употреблять достаточное количество калорий для поддержания организма в тонусе. А знаете ли вы, сколько калорий нужно употреблять ежедневно школьникам? Ученики младшей школы имеют свою норму калорий, которая составляет не более 2400 ккал.



Школьники, которые учатся в средней школе, должны получать – 2500 ккал. Старшеклассникам положено до 2800 ккал. Дети, которые активно занимаются спортом, нуждаются в энергетически емком питании, поэтому должны употреблять на 300 ккал больше.

Ни для кого не секрет, что в МОАУ «СОШ № 86» ученики ежедневно восполняют свою энергию здоровой, сбалансированной пищей, что бы быть активными целый день. В нашей школе, с

момента ее открытия, тысячи учеников кормит КШП «Огонек».

Муниципальное предприятие «Комбинат школьного питания «Огонек» было учреждено Комитетом по управлению имуществом города Оренбурга и зарегистрировано в качестве юридического лица 12 ноября 1992 года. В настоящее время на обслуживании организации находится 30 школ города Оренбурга (часть из них с буфетом-раздаточной) с общей численностью обучающихся более 20 000 человек, 38 детских садов Северного округа г. Оренбурга с общей численностью воспитанников более 10 000 человек, 2 городских клиник, 1 лагерь регионального подчинения. Некоторые школы, например школы №15 и 61, комбинат обслуживает вот уже 25 лет.

Не так давно нашу школу посетил канал «Россия 1», и в рамках программы «Вести Оренбуржья» был снят репортаж о питании в столовой нашей школы. "Кастрюли не успевают наполняться, здесь текут молочные реки... За день уходит в среднем 300 л молока" - говорится в репортаже.



*«В течение дня мы каждый час варим, варим, варим... На реализацию основной пищи у нас уходит 2 часа, на кашу 1 час» - делится с репортерами шеф-повар КШП «Огонек» МОАУ «СОШ № 86».*

Для нашего нового выпуска газеты мы взяли интервью у учителей, которые участвовали в конкурсе «Учитель города Оренбурга», чтобы поближе познакомиться и узнать о жизни тех, кого видим каждый день.

– Какой предмет вы преподаете?

– *Я преподаю физическую культуру.*

– Зачем вы решили подать заявку на звание «Учитель города Оренбурга»?

– *Для того, что бы совершенствовать свои знания и навыки.*

– Какие сложности встречаются в этом конкурсе?

– *Как и в любом соревновании, сложностей было много, и неважно какие они: «детские» или «взрослые». Для каждого этапа требуется упорная подготовка. А от участника, решившего подать заявку, необходима немалая отдача.*

– Если не секрет, сколько составляет ваш стаж работы?

– *Мой стаж работы составляет семь лет.*

– Что для вас означает быть учителем?

– *Быть учителем для меня – это, прежде всего, благорасположение к своему предмету, своей профессии. А также любовь к детям и способность отдавать им частичку своей души.*

– Что для вас самое трудное в вашей профессии?

– *Наверное, самое трудное, вставать по утрам, а так всё остальное преодолимо.*

– Какой совет вы дадите молодым учителям?

– *Не опускать руки, когда на пути встречаются препятствия.*

**Спасибо за интервью Лубковой Ксении Евгеньевне!**



– Какой предмет вы преподаете?

– *Я преподаю историю, обществознание, экономику и основы финансовой грамотности.*

– Почему вы решили подать заявку на звание «Учитель города Оренбурга»?

– *Потому что я решила испытать свои силы, также было любопытно взглянуть на конкурс глазами участника.*

– Какие трудности встречаются в конкурсе?

– *Трудность заключается в отсутствии времени на подготовку, приходится преодолевать множество этапов за короткий промежуток времени.*

– Сколько лет вы преподаете?

– *Я преподаю двадцать два года.*

– Что для вас означает – быть учителем?

– *Для меня быть учителем – это в первую очередь быть полезной для своих учеников.*

– Что для вас самое трудное в вашей профессии?

– *Самая большая трудность нашей профессии – много бумажной работы.*

– Какой совет Вы бы дали молодым учителям?

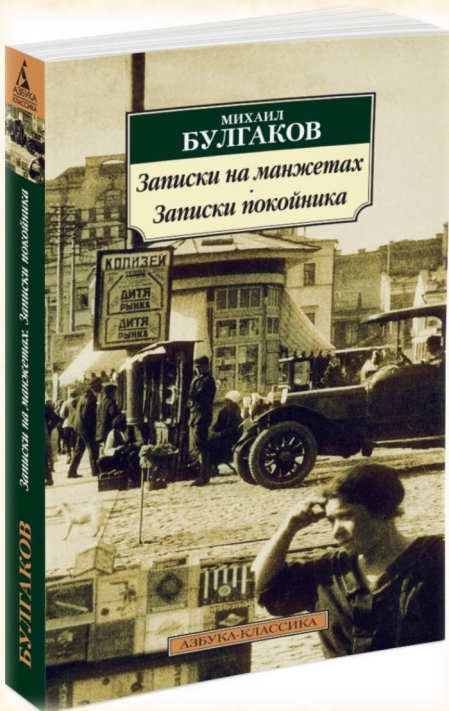
– *Советую пробовать проявлять себя во всем, интересоваться неизвестным и саморазвиваться.*

**Спасибо за интервью Тыщенко Инне Евгеньевне!**



# РЕЦЕНЗИЯ НА КНИГУ

*Плавающим, путешествующим и страждущим  
писателям русским*



Повесть М. А. Булгакова «Записки на манжетах» (1922) относится к ранней автобиографической прозе. Это история о потерянном человеке. По мере развития событий раскрываются невзгоды творческих людей постреволюционных двадцатых годов. Это дневник, цикл воспоминаний, литератора, находящегося в постоянной спешке. Каждый день несет за собой неизведанность и страх, нет уверенности в завтрашнем дне. Записи прерывистые, хаотические, но в то же время понятные.

«Записки» - проза для осени. Даже без описаний на многие листы, чувствуешь погоду, порывы ветра. Атмосфера морозной духоты, передается благодаря изображению настроений лирического героя. Булгаков, в который раз, мастерски передает состояния.

Произведение легкое на слог, скорее подходит для своеобразной разгрузки. Особенно хорошо читается в периоды загруженности, поскольку здесь нет нагромождений моралью, а есть отчетливая и достигаемая мысль.

В какой-то момент книги вас цепляет, подсаживает на крючок. Появляется чувство участия, будто вы сами это переживаете. По завершении событий вы чувствуете за рассказчика, ощущаете те же эмоции. Повесть понравится любителям «Морфия» и «Записок покойника».