



2012-2013 навчальний рік

МИ – гімназія 315



Знайомтеся, Ніна Бойкова... стор. 14



Слово директора



Хто такий випускник гімназії №315 міста Києва сьогодні?

Підсумком роботи будь-якої школи є її випускник.

Випускник нашої гімназії сьогодні – це:

- особистість, яка володіє високим рівнем національної самосвідомості;
- людина комунікабельна, яка вміє спілкуватись, спроможна висловити свою точку зору;
- особистість, яка володіє оптимістичним поглядом на реальний світ, яка має систему чітких ціннісних орієнтирів;
- особистість інтелектуальна, творча, яка має активну життєву позицію, потребу та здібність до самовдосконалення;
- людина, яка легко адаптується в суспільстві, в соціальному просторі, яка володіє здібністю до соціалізації;
- особистість, яка володіє здібностями до освоєння нових для себе видів діяльності.

Тому, шановні батьки, не тільки ми, а і Ви можете пишатись спільним результатом нашої роботи в навчанні та вихованні підростаючого покоління.

З повагою,
Олександр Олексійович Бірюк, директор гімназії № 315

Моя рідна гімназія №315

Ступивши на шлях дорослого життя, я відчула себе посередині між майбутнім та минулим, ніби не до кінця зрозумівши, що насправді сталося.

Я не зробила кроку вперед, але те, що я не можу вже зробити кроку назад, мені нагадували атестат у руках і прощальні святкові слова вчителів. А далі...

Далі почалися три місяці, які важко назвати літом чи канікулами, краще виразити їх однією фразою: «Вступ до ВНЗ з усіма наслідками». Усе нагадувало непередбачуваний вихор подій, який супроводжувався незрозумілими емоційними станами радості, ностальгії, суму та нервовим хвилюванням перед майбутніми перспективами.

Найбільше хвилювання викликають накупілі сльози друзів та вчителів, які вони зберігали все літо саме для першого вересня, щоб оросити емоціями землю холодного розсуду для нас востаннє, щоб побажати один одному щасливої та довгої життєвої дороги... Я завжди буду вдячна вчителям: вони створили комфортні умови для

розвитку в місці, яке стало моєю другою рідною домівкою на довгі 11 років.

З моїми друзями я розлучатися не збираюся, життя навчило не відпускати прекрасних людей. Так, першого вересня я не побачу знайомих поглядів, не почую знайомих голосів, але хто мені заважає зустрітись зі знайомими потім?

Не прощаюся, тому що не люблю марних сліз. Ми обов'язково будемо зустрічатися, моя рідна гімназіє, адже ти подарувала мені такий фундамент життя, якому позаздрив би будь-який відомий хмарочос. Я тебе ніколи не забуду і сподіваюся, що ти теж залишиш про мої роки навчання добрі спогади. А наш шкільний гімн ще довго несвідомо лунатиме в моїй голові, а я так і не дізнаюся, звідки ті сльози з'явилися і чому вони так красиво виблискують проти осіннього, ще теплого сонця...

Вікторія Чернишова,
випускниця гімназії 2012 року

Чим живе 1-Б клас



Одним із спірних запитань, яке обговорюється вчителями, психологами, лікарями, батьками, є питання віку, коли дитина готова стати першокласником. Та й бабусі часто бідкаються: «Ото й дитинства у внуків, поки до школи не пішли!». Провідною діяльністю дошкільників є ігрова, а в учнів першого класу – навчально-ігрова. Маленьким школярам на початках потрібно призвичаїтися до незвичних правил, обов'язків, до нового колективу, різних вчителів. Дуже важливо створити у класі позитивний психологічний мікроклімат. Приємно дивитися в блискучі відверті оченята дітлахів, у яких світиться постійне запитання: «Що сьогодні нового, цікавого ви принесли нам, вчителько?»

Мій 1-Б клас – допитливий, веселий, непосидючий, кмітливий, галасливий, товариський... Діти полюбують екскурсії, на які ми наважилися вже з вересня, свята, вікторини, змагання, конкурси, розваги. Все це допомагає нам, дорослим, «продовжити» дитинство 6-7 річним дітям, щоб вони не засумували серед самої науки, не зів'яли через повсякденну рутину обов'язкових завдань, а з цікавістю, користю непомітно крокували вперед, виводячи перші слова, розв'язуючи нехитрі задачі і т. д. Для них же це – справжній труд!

Ласкаво і привітно зустріла шкільна родина першокласників на лінійці в День Знань 1-го вересня. Усміхнені і водночас стривожені стояли вони із букетами квітів у руках. Виблискували новенькі черевички, сяjala свіжістю шкільна урочиста форма, майоріли бантики та стрічки у зачісках дівчаток... В цей час неупинно калатало серце їхніх батьків, як той Перший Дзвіночок у руках Оленки Сінцової, а на очах багатьох бриніли сльози радості, гордості. Батьки Мазура Андрія та Мостового Івана побажали дітям гарного старту в новому навчальному році та щедро обсипали всіх зерном на щастя, на долю, на розум, на здоров'я. А яким смачним видався коровай!

Просили добавки. В цей день відбувся справжній День народження нового класу!

Через два тижні навчання всім учнівським та батьківським колективом вирушили на пікнік до парку. Було весело! Грали в ігри, шукали клад, а знайшли черепаха! Випустили її в озеро. А яку смакоту приготували мами! І напекли, і наварили, і насмажили! Стіл ломився від сімейних блюд. А татусі не пасли задніх – на мангалі «начарували» сосисок. Видався гарний момент здружитися не лише дітям, а й батькам.

На цьому не зупинилися. Поїхали на екскурсію в музей Авіації. Як не дивно, але найбільше запитань екскурсоводові задавали дівчатка! Цікавило багато! Та найбільше хотілося рученятами все потрогати, посмикати, постукати. Це їм вдалося. Мама Жені Гунявого влаштувала справжню фотосесію на згадку.

Із великим захопленням діти чекали на зустріч із поетом Василем Довжиком. І не дивно, бо не кожного дня уроки читання в класі ведуть справжні митці. Дуже цікаво було маленьким гімназістам як він став поетом та скільки всього віршів написав. На все одержали відповіді. А сам Василь Довжик був вражений зовнішнім виглядом учнів. Всі у вишиванках, дівчатка у чудовому намисті, у віночках. Зустріч співпала з Днем Вишиванки, який проводиться в гімназії щорічно на Покрову.

Не встигли отямитися, як осінні канікули не за горами! Як приємно пояснювати дітям значення цього слова, бо, виявляється, не всі його навіть чули. До цього часу таке слово знали лише ті, у кого є старші братики чи сестрички. Та це ж така подія! Перші в житті канікули! Знову батьки відгукнулися і допомогли влаштувати «Жовте свято». В класі на стіні з'явилася «жовта виставка» дитячих осінніх виробів. Кожен гордився своєю поробкою. А вони були справжніми витворами мистецтва! Скільки фантазії! Дітлахи вдягнулися у жовтий одяг. Клас нагадував зграйку курчаток. Завдяки мамі Олі Несенюк всі поласували підготовленими нею жовтими цукерками, а додому на свій перший заслужений відпочинок поспішили з жовтими сонечками – кульками.

Наступна екскурсія відбулася в Планетарій. Дехто з дітей уже не вперше тут, але хіба ж можна пропустити таку казкову феєрію з чудовими тваринами? Сподобався дітлахам і сферичний мультфільм «Калоокахіна», який переглядали в Планетарії. На згадку про нього учні намалювали чудесні малюнки і висловили свої думки про те, як зберегти води Світового Океану чистими та незабрудненими.

Надійшов час показати себе на великій сцені актової зали, бо ж гімназії 18 років! Традиційно першокласники презентують себе. Маленькі артисти дуже старалися, хвилювалися. Вийшов цілий театралізований спектакль! І знову велике спасибі батькам! Працювали всі. Готували костюми, вчили вірші, варили кашу, виготовляли медалі, придбали дерев'яні ложки, подарунки... А які чудові декорації були на сцені! Такі за гроші не купиш, бо в кожен виріб була вложена частиночка душі окремої сім'ї. Після виступу однокласники перетворилися на однокашників, скуштувавши по ложці гарбузної каші з

однієї макітри. До речі, батьки теж скуштували тієї каші, тому вони теж однокашники!

На зміну осені прилинула сніжна морозна зима. А слідом за нею і святий Миколай стукав у віконця. Та хіба ж моїм дітям просто сидіть? Ні! Знову збираємося у подорож. 19 грудня ми, не злякавшись тріскучого морозу, відвідали резиденцію Святого Миколая в Мамаєвій Слободі. Українське село, що просто потопало в білосніжних кучугурах, заворожувало. Всім здалося, що потрапили у срібну казку. Гарні і чемні дітки співали, танцювали, розповідали вірші самому Миколаєві! За що одержали не «співучі» різочки, а пряники-миколайчики та глиняні свищики. Назад у автобусі склався голосистий самодіяльний ансамбль юних свистунів.

Ну і яка зима без Діда Мороза та Снігуроньки? Як не поводити хороводи навкруги ялиноньки? Весело зустрічав 1-Б клас прихід Нового року. А справжнісіньким сюрпризом у наступаючий рік змії була зустріч з лимонним пітоном, яку влаштовували батьки для малечі!

Половину маршруту першого класу вже пройдено. Дітлахи кожного дня дізнаються щось нове, закріплюють здобуті навички та уміння. Дуже хочеться, щоб вони і надалі залишалися такими безпосередніми, жагучими до знань, до всього нового та щирими один до одного. Хвала батькам, які беруть активну участь у житті своїх дітей, у житті класу і є небайдужими до всього, що зробить життя їхніх дітей цікавим і полегшить та урізноманітнить той шлях, який їм ще доведеться пройти до успішного фінішу закінчення школи та незвіданого старту в доросле життя.

*Ірина Василівна Климович,
класовод*



Творити добро просто

Як мама двох школярчиків, можу упевнено сказати: сучасні діти поступово віддаляються від реальності, поринаючи в безкінечний віртуальний світ... яскравий, бурхливий, такий захоплюючий світ комп'ютерних ігор та спілкування в мережі. Ми (батьки та вчителі) можемо безупинно розповідати їм про красу навколишнього світу та важливість його збереження, проте наші звичні сірі горобці у пошуках їжі навряд чи зможуть конкурувати з негамовними пташками-воїнами з усім відомої комп'ютерної гри Angry Birds. Тож якщо ми хочемо навчити наших дітей відповідальності й турботи про оточуючих, краще за все робити це власним прикладом та реальними справами. Так виникла ідея (дякуємо за підказку Ірині Василівні!) самотужки виготовити годівнички для міських птахів.

На диво, більшість наших батьків (а особливо татусів) позитивно сприйняли цю ініціативу. Достатньо швидко класну





кімнату заповнили різноманітні «пристрої» для годівлі птахів: тут були і класичні дерев'яні годівнички-будиночки, і модернові пластикові «їдальні», і дизайнерські підвісні смаколики із зерняток, і різнобарвні картонні коробочки. Деякі навіть більше нагадували «будинки відпочинку» для пернатих відвідувачів!

Незабаром вони перетворилися з виставки умілих робіт в справжні годівнички у парку «Позняки». Сповнені гордості, заповзяті першачки навперебій засипали корм в свої годівниці на засніжених деревах. Їх червоні щічки, усміхнені обличчя й радісні оченята говорили самі за себе: кожен долучився до цієї благодійної акції, кожен відчув, що зробив щось вагоме і корисне.

А саме це й було нашою головною метою!

*Юлія Миколаївна Мазур,
мама учня 1-Б класу*



Взаємодія учителя початкових класів з батьками



Вступ дитини до школи – це дуже відповідальний і досить складний період у її житті. Тому з початком шкільного навчання перед батьками постає безліч питань щодо їх співпраці зі школою, взаємодії з учителем, батьківським комітетом тощо.

Безумовно, легше пристосуватися до змін у житті, що пов'язані з зі школою, зможе та дитина, яка готова до шкільного навчання. Недостатня підготовленість веде до невдач, дитина сприймає навчання як непосильне навантаження, втрачає до нього будь-який інтерес. Враховуючи це, батьки мають докласти максимум зусиль для успішної підготовки дитини до школи. Перед вступом дитини до школи батькам необхідно чітко спланувати розпорядок дня першокласника, продумати та спланувати час для відпочинку. Досить часто діти бувають занадто перевантажені. Буває і так, що діти після уроків, з дозволу батьків, усаджуються біля телевізора, або весь вільний час гуляють на подвір'ї, мовляв, досить з них перебування у стінах школи.

У чому ж родина має доповнювати школу? Школа дає дитині знання і виховує в ній свідоме ставлення до дійсності. Завдання ж батьків виховувати в дітей відповідальність до дорученої справи, виконання своїх обов'язків.

Навчання завжди буде успішним, якщо вчитель і батьки заохочують дітей. Досвідчений учитель може і повинен організувати навчальний процес таким чином, щоб воно стало корисним і цікавим для дітей з різним рівнем підготовки. Найголовніше, що дається дітям у першому класі, це неконкретне виконання

якогось завдання (правильне написання літер, читання тексту, рахування в зворотному порядку тощо), а вміння самостійно навчатися, здобувати знання.

Поширеними помилками, що їх припускаються у роботі з дітьми батьки це неадекватне оцінювання діяльності учня в сім'ї і класі, завищення вимог до дитини, часті конфлікти з приводу її навчання. Такі помилки не лише завдають невірної шкоди взаєморозумінню в сім'ї, а й негативно позначаються на нервово-психічному здоров'ї малюка. Навчання, що стало причиною домашніх сварок, втрачає привабливість в очах дитини, а докори, погрози, покарання різко знижують вірогідність успіху в майбутньому.

Обов'язковою умовою уникнення конфліктів з дитиною і водночас підвищення її успішності є взаємна повага й довіра. Батькам варто бачити в дитині особистість, шанобливо ставитися до неї, належним чином впливати на її духовний розвиток.

Емоційність процесу навчання забезпечується створенням у класі сприятливого психологічного мікроклімату. Для цього вчителю необхідно встановити в класі діловий настрій, усунути фактори, що заважають організації навчання.

Кожний вчитель має зрозуміти, що увагу учнів слід зацентрувати на тому, що школа – це велика і дружна родина, у якій діти не лише здобувають знання, а й вчать дружити, спілкуватися, вирішувати проблеми, допомагати один одному, виконувати внутрішній розпорядок, зберігати традиції, гідно нести звання учня.

Лариса Миколаївна Редько



З поезією **В серці...**



«Поезія — це завжди неповторність, якийсь безсмертний дотик до душі», — ці слова Ліни Костенко чи не найкращим чином розкривають нам «душу» віршів, вкотре переконують

у тому, яким дійовим є їхній вплив на людину. Адже наскільки важливим у житті є вміння захоплюватися, дивуватися, сперечатися й, урешті, розкривати для себе велику Таїну — поетичного, образного, палкого Слова!

У листопаді 2012 р. вся громадськість України відзначала 100-річний ювілей від дня народження видатного українського поета, нашого земляка А. С. Малишка. Не залишилась осторонь цієї визначної події і гімназія № 315. У стінах нашого навчального закладу було проведено семінар, до участі в якому долучились учні 10-х класів, учителі української мови та літератури О. М. Черкаська та О. В. Нещерет. Почесними гостями на святі були народна артистка України, актриса Національного театру ім. І. Франка Наталя Сумська, методист Дарницького районного науково-методичного центру А. М. Демченко, учні та вчителі гімназії.

Зі сцени звучали проникливі рядки поезії «Не можу бачить, як людина плаче» у виконанні учениці 10-А класу Футимської Анастасії, Олександр Колесник та Алла Тріпайло декламували твори «Син» та «Вогник». Придатко Іванна натхненно розповіла вірш «Привіт тобі, Обухівська дорого!». Зачарували виконанням «Пісні про рушник» та «Пісні про вчительку» Данило Гайдамаха та Мирослава Горло. Знані та улюблені в народі пісні розчулили кожного з присутніх у залі.

Інсценізація творів А. Малишка за участю учнів 10-В класу Миколи Газіна, Гелени Шкуро та учня 4-В класу Олексія Кривенка допомогла «побачити» поета як особистість і справжнього Майстра слова. Мабуть, кожен згадав «оту стежину в ріднім краї», відчув своє єднання зі світом краси й поезії, кровний зв'язок із Батьківщиною, часточкою якої є всі ми.

Затамувавши подих, слухали вірш-присвяту «Максиму Рильському», майстерне виконання якого Анастасією Сидоренко, ученицею 10-А класу, викликало бурю оплесків.

Справжньою «родзинкою» свята став «Київський вальс», який виконали учні нашої гімназії, учасники танцювального колективу «Лідер А».

Проведений захід засвідчив велику популярність у народі творів Андрія Малишка — поета, людини, громадянина, переконливо довів, якими талановитими є учні нашого навчального закладу.

*Оксана Михайлівна Черкаська,
вчитель української мови та літератури*



Дбаємо про безпеку разом!



Ми щиро вітаємо переможця цього конкурсу, ученицю 2-В класу – Якименко Єлизавету!

Чотири десятки кращих робіт були виставлено у столичному Академічному театрі ляльок, де юні переможці, разом із батьками та педагогами змогли побачити та оцінити ці експонати.

18 грудня 2012 р. Київський академічний театр ляльок гостинно відчинив двері для юних переможців конкурсу «Батьки, я чекаю вас вдома», що ініціювала Державтоінспекція міста Києва спільно з Головним управлінням освіти і науки КМДА.

Всі бажаючі, і школярі, і дошкільнята могли взяти участь у цьому конкурсі, а умова для цього була проста: потрібно зробити власноруч різноманітні доробки на тематику безпеки дорожнього руху.

В конкурсі, що пройшов в гімназії, взяло участь більше 200 учнів 1-6 класів. Для участі у міському етапі конкурсу до ДАІ міста учні гімназії представили 85 робіт. А з кожного району міста до участі у міському конкурсі надійшло близько тисячі різноманітних робіт. Отже у журі було непросто завдання визначити переможців...

Після виставки відбулося урочисте нагородження за участю керівництва УДАІ ГУМВС України в місті Києві, Головного управління освіти і науки Київської міської ради (КМДА), представників





міської спілки автомобілістів, Фонду сприяння безпеки дорожнього руху та представників ЗМІ.

По закінченні офіційної частини, малеча, окрім подарунків та грамот, мала нагоду подивитися тематичну виставу з безпеки дорожнього руху. Отже, усі залишилися задоволеними.

Загалом, столична Державтоінспекція постійно проводить подібні конкурси, змагання, вікторини. Саме тому маленькі пішоходи не лише пам'ятають основи дорожньої грамоти, але і дотримуються її вимог. А цього разу роботи дітей привернули увагу ще й батьків та змусили замислитись над своєю поведінкою за кермом.

*Наталія Михайлівна Максимова,
заступник директора з НР*



Трі«А»да цінностей 3-А: традиції, культура і духовність



Як важливо знати історію своєї країни, знати традиції та звичаї свого народу. Із поколінь у покоління потрібно передавати ці надбання, щоб виростити гідну націю, нове покоління розумних, мудрих, сильних духом людей. Лише така молодь буде міцною опорою нашої молодшої самостійної держави

Щойно розпочався навчальний рік, а нашому непосидючому, допитливому 3-А закортіло нових пригод і цікавинок.

Це була дивовижна екскурсія у минуле. Ми відвідали музей під відкритим небом, що розташований у старовинному історичному місті Переяслав-Хмельницький. Наші «чомучки» поринули у світ давнини, дізналися про побут та життя наших предків, про свята, звичаї та традиції нашого народу від XVII до початку XIX ст. У музеї широко представлені невід'ємні атрибути українського села з вітряними млинами, курганами, церквами. Діти мали змогу мандрувати вулицями справжнього села, заходити до справжньої сільської хати, бачити внутрішнє обладнання з піччю, лавами, дерев'яними столами, полицями з глиняним посудом, з земляними підлогами, з

розмальованими квітами припічками, з іконами, прикрашеними вишитими українським орнаментом рушниками. Посеред села – ярмаркова площа з лавками, торговими рядами, конов'язем, з будівлею сільської управи. На території музею є і корчми і типові подвір'я селян-ремісників: столяра, бондаря, шкірника тощо.

Ця подорож у минуле залишила в маленьких серцях наших дітей важливі спогади, що у майбутньому стануть фундаментом для здобування нових знань про історію України.

Не дивно, що згодом, діти підтримали пропозицію вчительки – влаштувати в класі незвичайне свято – свято традиційної української кухні. Ретельно підготувались до цієї події наші матусі-господарочки зі своїми маленькими помічниками. Пишно вбраний та прикрашений українськими рушниками стіл приваблював смаковинками.

Страви дивували різноманітністю. Почесне місце на столі займав красень каравай, а поряд з ним – апетитні вареники, пиріжки, млинці, гречаники, деруни, потапці, гарбузова каша, узвар, яблучний пиріг. Кожен із діточок поважно розповідав про те, як приготувати ту чи іншу страву, з яких інгредієнтів вона складається та про історію виникнення її у нас на Україні. А потім діти пригощали один одного своїми витворами кулінарного мистецтва. Свято вдалося! Воно вийшло по-домашньому теплим, пізнавальним і дуже, дуже смачним!

А незабаром у гімназії відбувся День Української вишиванки, який з ініціативи гімназії проводиться уже не перший рік. Всі хлопчики та дівчатка нашого класу цього разу були гарно одягнені. Вони красувалися у вишитих сорочках, демонструючи яскравість та пишність національного українського вбрання. Як приємного було глянути на цей барвистий квітник. Дуже приємно, що в нашій гімназії стало доброю традицією відзначати це свято, і що класний керівник – Валентина Василівна Остроушко та батьки з





таким теплом і душевною віддачею підтримують її. Традиційним стало вже у класі святкування дня покровителя усіх діточок – Святого Миколая. Якщо у першому класі наші діти робили театральну виставу та розучували пісні, присвячені Святому, а у другому класі – власноруч розмальовували «пряники-миколайчики», то на третій рік батьки запросили до класу майстрів воскової справи і наші маленькі рукодільники самі змайстрували набір свічок для створення в себе вдома надзвичайної та сповненої Святого Духу атмосфери.

Серце сповнюється гідністю, що саме у нашій гімназії створюються всі умови для розвитку творчих здібностей та духовних цінностей наших дітей, які є найважливішими у їхньому житті.

*Ірина Кирилова,
мама учениці 3-А класу*



Євро 2012 відкривали і закривали учні 315-ї гімназії м.Києва

Filmmaster events Ph. Luca Parisse

Цього літа 2012 року на вустах у всіх Євро, Євро, Євро...



Більшість, звичайно, залишилася, щоб підтримати свою збірну, сходити на стадіон, повболівати всім серцем. Інші – мали за мету познайомитися з новими людьми, знайти спільну мову із досі такими далеким для них іноземцями у фан-зонах. Але були ще і люди, про яких, мабуть, багато хто забуває згадати, але їх вклад у Євро не менш значимий, а вважаючи на їх вік та шлях, який довелося пройти, щоб досягти омріяного, – можна навіть вважати їх маленькими героями.

Мова йде про декількох учнів молодшої школи гімназії №315 м.Києва, які стали безпосередніми учасниками Євро 2012 у свої 8 років!!!

Історія першого з них бере свій початок з середини 2011 р., коли він почав брати участь у Всеукраїнському відборі дітей віком від 6 до 10 років на здобуття права супроводжувати футболіста на поле Євро 2012. Ініціативу організатора конкурсу та спонсора Євро 2012 компанії Макдональдс підтримали відповідно УЕФА та Національний Олімпійський Комітет України, які серед більше ніж 90 тисяч заявок, відібрали 280 дітей з України, що завдяки своїм непересічним талантам, здібностям та здобуткам змогли отримати таке право! Учень 3-А класу гімназії 315 м. Києва Михайло Пилипчук виборов Головний приз конкурсу – право виводити футболіста на відкритті Євро 2012 у Варшаві!!!

Завдяки такому здобутку, Міша був запрошений і на конференцію, організовану для міжнародної преси (в т.ч. для каналів BBC, CNN, UEFA.com), на якій він не лише зміг познайомитися особисто із головою НОК України Сергієм Бубкою, але і відповідав на його запитання, сказавши, що боровся за це право протягом цілого року, демонструючи високоповажному журі свої здобутки як у футболі, так і в



вокалі і грі на фортепіано, і що він звичайно готовий йти по складному шляху, щоб в подальшому стати спортивною надією України.

Також Мишко взяв участь у матчі, який влаштувався між дітьми-переможцями конкурсу, що змагалися у двох командах під керівництвом двох прославлених футболістів сучасності шведа Фреда Юнгберга та англійця Оуена Харгрівса. Такий досвід стане для самого Мишка та його друзів по футбольній команді, у якій він тренується, великим стимулом для щоденної праці та постійного руху вперед до нових перемог!

І що ви думате!!! Результати такого неймовірного бажання і мотивації у команді не примусили на себе довго чекати!!! Завдяки визначним результатам у футбольних турнірах, ця команда була обрана для виступу на закритті Євро 2012 у Києві на НСК Олімпійський, щоб представити образи футболістів усіх країн-учасників Євро 2012. Ось імена цих маленьких героїв, що гідно представили ім'я гімназії та України на Євро: Чабан Сергій (З-Г), Владіміров Арсеній (З-А), Криворучко Мирослав (З-А). Крім того, учень З-А класу Михайло Пилипчук був обраний у якості головного героя закриття талісмана Євро Чемпіонату українського хлопчика «Славка».

Виступ наших маленьких футболістів із артистичними здібностями залишиться назавжди у серцях сотень мільйонів глядачів, адже дійсно, більше 150 мільйонів вболівальників та пошановувачів футболу переглянули як відкриття, так і закриття цього фантастичного свята!

Давайте побажаємо нашим маленьким спортсменам натхнення на нові результати у спорті, у всіх напрямках загальної освіти, щоб



вони і надалі досягали нових і нових висот і цим самим піднімали «планку» для інших їх однолітків! Ми віримо у вас, наші маленькі першопрохідці!!!

Батьки Михайла Пилипчука



Знайте, Ніна Бойкова

Творча біографія Ніни Бойкової, 10 років

Ніна Бойкова народилася 9.12.2002 р. і живе в місті Києві. Молодша дитина в багатодітній сім'ї. Почала співати з трьох років у дитячому театрі пісні «Нотки» при єдиній в Україні Школі джазового й естрадного мистецтва.

Окрім естрадного вокалу, Ніночка захоплено займається різними видами творчої діяльності: малюванням, прикладним мистецтвом, хореографією, а ще плаванням, вчиться грати на фортепіано, багато читає. Добре вчиться в гімназії.

Деякі пісні, які співає Ніна, можна було почути на I і III програмах українського радіо, на Буковинському радіо. Телевізійні канали «Перший національний», «УТР», «Глас», «ProВсе», «Марс», «Сіту», «Культура», «Інтер плюс» теж не обділили її своєю увагою.

Ніна – активна учасниця багатьох всеукраїнських та міжнародних вокальних фестивалів, конкурсів, а також концертів та інших культурних заходів.

Окрім того, з січня 2012 р. вона працює ведучою дитячої пізнавальної програми «Наш час» на телеканалі «Глас». З березня 2012 р. Ніну запрошено вести рубрику «По следам невиданных зверей» в ефірі дитячого розважально-пізнавального шоу «Капелюх» на телеканалі «ProВсе». На цьому ж каналі в лютому 2012 р. було показано інтерв'ю з Ніночкою.

Хочу познайомити вас із дівчинкою, на перший погляд звичайною, зі звичайної багатодітної сім'ї. Саме так думала я, коли побачила 1 вересня 2009 року маленьку першокласницю, яка стискала в руках м'яку іграшку й, здавалося, сильно хвилювалася. Вона мала заспівати пісню на лінійці в нашій гімназії. Зазвучала музика ... І раптом всі почули сильний впевнений голос маленької шестирічної співачки!

Тоді ми ще не знали, що за маленькими плечима цієї дівчинки вже були серйозні досягнення, вона була неодноразовим лауреатом багатьох конкурсів,

що проходили в Україні та за кордоном. А потім були чотири роки навчання в гімназії №315 та важка наполеглива праця в позашкільний час. І хоча друзі знали про участь однокласниці в різноманітних конкурсах та фестивалях, вони навіть не здогадувалися, що кількість перемог вже перевалила за півсотню.

А восени 2012 р. наша гімназія отримала незвичайний лист від телеканалу «1+1». Цитую: «...З великим задоволенням повідомляємо, що у Вашій школі навчається дитина, яка стала учасником професійного вокального проекту «Голос. Діти».



Цей вокаліст увійшов до складу 100 найкращих юних співаків України... Ваш учень подолав два дуже складних етапи відбору та зумів привернути увагу музичного продюсера Костянтина Меладзе.

Незалежно від того, як складеться подальша участь цієї дитини у проєкті, на сьогоднішній день вона — переможець, адже її голос звучав краще, ніж у 5000 інших претендентів! ...Ви можете пишатися тим, що в стінах Вашого закладу навчається один зі 100 найталановитіших юних вокалістів України. ...».

До листа було вкладено ексклюзивну табличку «Тут навчається учасник «Голос. Діти», яка зараз прикрашає стіни нашої гімназії, і диплом. Зрозуміло, що такі таблички та дипломи мають лише 100 шкіл по всій Україні.

Хто ж ця дитина і як склалася її подальша участь у проєкті? Звичайна дівчинка, учениця 4-Б класу Ніночка Бойкова, якій не дуже пощастило на етапі сліпих прослуховувань, бо за день до конкурсу підхопила ангіну з високою температурою (цілий рік до цього не хворіла!). Заспівала, звичайно, бо мусила. Не кожного ж дня потрапляєш на конкурс такого рівня. Але не так, як могла б... І ніхто із зіркових тренерів до неї не повернувся.

Та Ніна не сумує. Вона в сотні, і це чудово! Сумувати в неї немає часу, бо завжди треба встигнути зробити безліч справ. Вилікувавши ангіну, Ніна того ж місяця отримала Гран-прі на Всеукраїнському вокальному фестивалі-конкурсі «Джерело надій». А вже наступного місяця — перші місця на вокальних конкурсах всеукраїнського і міжнародного рівня «Yellow Submarine» (краще виконання музики The Beatles), «Осінні зорі», «Джерело надій» (ще один), «Музичне сузір'я», «Зоряна осінь». А трохи раніше брала участь у Дитячому Євробаченні, стала фіналісткою Всеукраїнського дитячого конкурсу «Крок до зірок» Михайла Поплавського та співала разом із ним у палаці «Україна».

Це лише невеликий перелік тих конкурсів, які були в її житті. Все ж таки 10 років — вік солідний.

А треба ще вчитися добре, бо погано — соромно. Математика — така вередлива наука... І не так легко дається. Тільки занурилася у приклади, телефонний дзвінок. Телеканал «Глас» знов запрошує свою постійну ведучу дитячої розважально-пізнавальної телепередачі «Наш час» Ніну Бойкову на зйомки. І нікуди не дінешся, треба їхати. І розрахувати час так, щоб встигнути і на танці, і на гурток з рукоділля, і на малювання, і бібліотеку відвідати, і в музичну школу на урок фортепіано разом із сольфеджіо, і, звісно, на вокал... А ще пошукати щось цікаве та необхідне в інтернеті, щоб створити цікавий проєкт із природознавства. А позакласні заходи, в яких теж необхідно взяти активну участь! Ніна впевнена, що заспівати пісню чисто, красиво та правильно — нецікаво. Голов-

не — правдива історія, яку ти розкажеш своєю піснею. Щоб тобі повірили, щоб раділи, сміялись і плакали разом із тобою. Якусь вокальну помилку тобі пробачать, а ось відсутність щирості, душі у виконанні — ніколи.

Дехто вважає, що вокал — головне в житті Ніни. Сама вона так не вважає, бо навкруги ще стільки цікавого! Може, скоро побачить світ книжка власних Ніночкіних казок, яку вона сама і проілюструє. На екрани повинен вийти художній фільм «Гармідер і мисливець», де Ніна знялася в головній ролі. Телеканал «Pro Все» знімає Ніну у дитячій передачі «Капельюх» як ведучу, але не саму, а в парі з її рудим пуделем на прізвисько Ринь-тинь-тинь. Він теж ведучий.

А друзі? А ігри? Вкрай необхідно було створити клуб «Гламурні дівчата» в класі, вигадати нові пігулки, які подовжують життя й мають дуже складну хімічну формулу, та ще взяти участь у шкільних заходах — концертах, проєкті «Діалог держав», конкурсі знавців української мови ім. П. Яцика, олімпіаді зі швидкочитання... Ще Ніна дуже пишається тим, що в неї є справжня подруга, якій аж 13 років!

Ніночка бажає всім оптимізму та яскравих досягнень! І нехай допомагають вам у цьому посмішка, весела вдача й неослабний інтерес до життя в усіх його проявах!

Давайте ж і їй побажаємо не зупинятися на цьому цікавому шляху. Нехай щастить тобі, Ніно!





Всеукраїнський дитячий архітектурний конкурс ЛЕГО-проектів «Школа майбутнього»

21 квітня 2013 року у Київському Палаці спорту відбулося грандіозне дійство – свято «РОБОТІКА-2013», у межах якого проходила міжнародна Олімпіада з робототехніки та Другий всеукраїнський дитячий архітектурний конкурс «Школа майбутнього». Спортивна арена Палацу спорту вщерть була заповнена творіннями маленьких ЛЕГО-майстрів. 32 школи з усіх куточків України представили своє бачення школи майбутнього: хтось насмілювався заглянути в далеке космічне майбутнє з нано-технологіями та віртуальним простором, а хтось показав у своєму проекті завтрашній день своєї школи. У своїх фантазіях юні легобудівники бачили школу у вигляді космічного корабля і чарівної квітки, і фантастичної істоти... Члени команди гімназії №315 (учні 6-В класу Слободяник Максим, Яковлева

Анастасія, Цуканова Олександра, Островський Максим, Онищук Єлизавета) також ретельно готувалися до конкурсу. Протягом чотирьох місяців наполегливої та кропіткої праці старанні будівельники створювали образ школи-мрії. Вони добре розуміли: все нове не з'являється нізвідки та не зникає в нікуди. Кожна ідея, зароджуючись у глибині свідомості, бере все краще з минулого досвіду, і, як паросток тягнеться до нового життя, до світла.

За задумом учнів школа майбутнього повинна мати форму могутнього дерева. І це не випадково, адже рослина – це довершене творіння природи, випробуване на міцність віками еволюції. Крім того, форма дерева ще й символічна: його коріння – це зв'язок нашого «сьогодні» з попередніми поколіннями, їхнім досвідом,



традиціями,
стовбур – міцне
єднання усіх, хто живе
сьогодні, а гілки – символ
прагнення до майбутнього.

Та й назву школи діти вибрали не випадково: «Дерево пізнання».

До реалізації проекту долучалися усі: від директора гімназії до маленького першокласника:

- керівником відеогуртка гімназії була створена чудова презентація проекту;
- мамою Ольги Гунявої зроблені якісні фото проєкту;
- татом Верпахівського Кирила створена фантастична підсвітка будівлі;
- мамою Цуканової Олександри – дивовижні костюми для презентації;
- мамою Яковлевої Анастасії розроблений дизайн флаєрів та надруковані емблеми команди;
- татом Костюків Аделіни та Данила розроблений неперевершений банер для презентації проєкту;
- татом Островського Максима створений чудовий відеоролик про хід будівництва.

Кожен бажаючий зміг долучитися до реалізації колективного задуму. І спільні зусилля принесли таку бажану і таку довгоочікувану перемогу. Так і цього року, як і минулого, ми почули горде ім'я гімназії 315 в якості ПЕРЕМОЖЦЯ конкурсу!!! І цього року, як і минулого, у якості призу наша рідна школа отримала 7 наборів робототехніки. Тепер у нас буде створено цілий клас робототехніки!!! Погодьтеся, не кожен навчальний заклад може похвалитися такими досягненнями. Сподіваємось, що за кілька років ми будемо брати участь не тільки в конкурсі ЛЕГО-проєктів, а й почнемо свої імена серед переможців Олімпіади з робототехніки.

*Оксана Володимирівна Герасимова,
тренер команди*



Адаптація ДО ШКОЛИ

Шановні батьки! Вітаємо Вас з новим етапом у житті Вашої сім'ї. Ваше дитя іде до школи. Йому шість років. (Зауважимо, що шестилітками є діти від 5 років 5 місяців 29 днів до 6 років 5 місяців і 29 днів)

Шість років – важливий етап у житті дитини. Вона намагається відкрити для себе світ дорослого життя, а тому, граючи, моделює життя дорослих, стосунки між ними. Активно розвивається словниковий запас дитини. Дослідник дитячого мовлення А.М.Богуш зазначає, що у середньому шестилітки активно використовують приблизно 2589 слів. Активний словник дитини – це не тільки загальноновживані слова, а й специфічна лексика, яка притаманна членам сім'ї, людям, з якими спілкується. У шість років дитя може переказати прочитану розповідь, казку, виразно розповісти вірш, описати картину, пояснити зміст гри, значення слова, передати свої враження від побаченого.

У 6 років увага у дитини нестійка, а тому продуктивно займатися однією і тією ж справою може 10-15 хвилин. Дитина швидко змінює види діяльності: то читає, то грає іграшками, то малює... Треба пам'ятати, що шестилітки швидко втомлюються, тому потрібно урізноманітнювати їхню діяльність. Пам'ять у 6 років переважно мимовільна, тому

найкраще запам'ятовування відбувається під час гри. Мислення – наочно-образне. Діти цього віку думають не абстрактними поняттями, а образами, хоч розуміють деякі абстрактні поняття. Вчені вважають, що мислення тісно пов'язане з розвитком дрібних м'язів рук, тому рекомендуємо заохочувати дитину до ліплення, вирізання ножицями, до гри на музичних інструментах, навіть малювання фарбами краще пальцями, а не пензликом. Шість років – час розвитку уяви, тому діти стають неабиякими фантазерами. Дорослим слід скерувати дитину у творче русло – малювання, ліплення, музику, а не «викривати» її. Пам'ятайте, що під час впливу на дитину, більший ефект дасть орієнтування на її емоційну уяву, а не звернення до

дитячої свідомості. У шестирічних дітей ще є проблеми з доволіною поведінкою, чи важко керувати своїми вчинками, діями. Вони легко відволікаються, переключаються на щось нове. З часом процеси гальмування починають переважати над збудженням, а це передумови для розвитку таких вольових якостей: здатність виконувати вимоги, виявляти самостійність, стійкість, утримуватися від небажаних вчинків, контролювати свою поведінку. Шановні батьки! Прислухайтеся до порад В.О. Сухомлинського про те, що мудрий батько, відповідаючи на сумніви дитини щодо співвідношення у школі свободи, відповідальності й обов'язку повинен знати, що дитині треба тонко відчувати три речі: «можна, не можна і треба». Якщо дитина відчуває ці речі, то вона має почуття обов'язку і безболісно навчиться обмежувати свою свободу і бажання.

Дещо про «шкільну кризу». Вона не залежить від того, коли дитина пішла у школу і виникнути може і у 6, і у 8 років. Дану кризу ще називають «народженням соціального «Я» дитини».

Відбувається зміна самосвідомості. Словесна оцінка у навчанні стає більш значуща, ніж те, що пов'язано з грою. Переживання стають більш глибокими. Негативна оцінка зовнішності чи якостей у цей період може призвести до формування комплексу неповноцінності, а це вплине на рівень самооцінки, успішність дитини у подальшому.

Часто прояви кризи у цей період є манірність, кривляння, конфліктність, вередливість. Якщо спокійне реагування, довірливість, підвищення уваги не допомагає подолати кризу, треба звернутися до психолога.

Пам'ятайте! Діти не бачать себе очима близьких дорослих, що виховують її. Розвиток самосвідомості залежить від сімейного виховання.

Шановні батьки! Пам'ятайте, щоб у дитини сформувалося правдиве уявлення про себе і вона не страждала від комплексів, заниженої чи завищеної самооцінки, потрібно їй приділяти достатньо уваги, позитивно оцінювати фізичні та розумові данні, але не вважати її кращою за інших, не докоряти і не карати при сторонніх людях, частіше заохочувати, але не подарунками. Карати переважно відмовою від спілкування.

Фактором успішного навчання у школі є розвиток мотиваційної сфери дитини:

- потреба дитини у новому соціальному статусі школяра;
- готовність прийняти і виконувати вимоги дорослих;
- мати певні обов'язки;
- бути відповідальним;
- бажання змінити ігрову діяльність на навчання.

Адаптація дитини у школі тісно пов'язана з психологічною готовністю до шкільного навчання – тобто з таким рівнем загального психічного розвитку, який



дає їй змогу включитися у навчальний процес та успішно вчитися.

Адаптація відбувається швидше і без неприємностей, якщо дитина:

1) має певний обсяг знань і уявлень про навколишній світ;

2) володіє соціальними зразками поведінки, елементарними навичками, культура спілкування;

3) має сформовану емоційно-вольову сферу, що дає можливість прийняти позицію учня, вміння підкорятися правилам.

4) на достатньому рівні розвиток пізнавальних процесів та навичок по самообслуговуванню (одягатися, роздягатися, складати портфель, застібнути гудзики, розстібнути, зашнурувувати кросівки.

Процес адаптації для різних дітей різний і триває від 7 днів до 3-4 місяців.

Шановні батьки! Пам'ятайте слова Л.С. Виговського про те, що «навчити дитину можна тільки того, до чого вона готова». Пам'ятаймо! Рационально організований режим дня позитивно впливає на рівень і динаміку працездатності. Шановні батьки, не забудьте розташувати розпорядок дня над робочим столом дитини. Наведено орієнтовний розпорядок дня:

7:00 – підйом

7:00-7:30 – зарядка, ранковий туалет

7:30-7:50 – сніданок

7:50-8:15 – прогулянка до школи

8:30-13:15 – заняття в школі

13:20-14:00 – прогулянка дорогою зі школи додому

14:10-15:10 – обід, денний сон чи спокійний відпочинок

15:15-16:15 – перебування на свіжому повітрі

16:15-16:45 – повторення вивченого у школі (бесіда), тренувальні вправи

16:45-17:00 – підвечірок

17:00-18:40 – заняття за інтересами (гуртки, спортивні секції)

18:40-19:00 – вечеря

19:00-20:00 – вільний час/читання книги (15хв.), перегляд телепередачі (15хв.), впорядкування одягу, взуття та портфеля/прогулянка перед сном

20:00-20:30 – вечірній туалет, сон.

Що мають пам'ятати батьки?

Режим має бути постійним і послідовним. Тоді учні швидше звикають і залучаються до роботи, швидше засинають і менше втомлюються.

Дитина повинна відпочивати протягом занять через кожні 20 хв. Вона не може довго займатися однією і тією ж справою. Заняття мають бути різноманітними.

Дитина повинна щодня перебувати на свіжому повітрі від 2 до 3,5 годин на добу, у ліжку дитина має бути не

пізніше 20:30. Для занять, повторення вивченого – оптимальний час з 15 до 17 години, а не 18-19 годин, коли батьки приходять з роботи. Навчання буде непродуктивним.

- Перед сном не грати в азартні і шумні ігри, не займатися спортом, не дивитися «страшні» фільми, не влаштовувати перед сном покарання.

- Нераціонально організований режим веде до різкого зниження працездатності, втоми і перевтоми.

- Від двох тижнів і до 2-3 місяців бажано, щоб дорослі виконували майже всі ранкові режимні моменти разом із дитиною.

Підйом о 7 годині ранку, але спочатку краще будити дитину о 6:50-6:55. Нехай 2-3 хв. дитина ще полежить у ліжку. Різке пробудження для нервової системи дитячої є ще дуже важким. Після підйому важливо спочатку відвідання туалету.

- Навчіть дитину орієнтуватися за годинником, щоб вона не боялася запізнитися до школи. Тоді ваше дитя не буде рано прокидатися, погано спати.

- Не можна карати дитину позбавленням прогулянки, рухливих ігор, купання і всього того, що є важливим для здоров'я.

Гармонійність фізичного розвитку шестирічок можна визначити за такими даними:

зріст – 119 см, маса – 22 кг.

Для нормального росту і розвитку важливо правильно організовувати харчування.

Сніданок: каша, варене яйце, тушковані овочі, хліб, чай, йогурт.

Другий сніданок: бутерброд з маслом, сік або чай.

Обід: перша страва, друга страва, салат, компот.

Підвечірок: булочка, печиво, сік.

Вечеря: молочна каша, булочка, сік.

Уникайте штучних напоїв, жувальних гумок, чіпсів, поп-корну, консервованих продуктів, цукерок, і тоді Ваша дитина буде бадьорою, буде мати хороший зір, гарно вчитися у школі, рости здоровою.

*Матеріали босняківського лекторію
підготувала вчитель-методист
Світлана Григорівна Заєць*



Нові горизонти. Нові перемоги!



*Друзі-земляни, єднаймося рішуче,
Енергозбереження творить майбутнє!*



17-19 вересня 2012 року на базі дитячого санаторно-оздоровчого центру «Ласпі» (м.Севастополь, Україна) пройшла XIV Всеукраїнська конференція учнів асоційованих шкіл ЮНЕСКО в Україні «Стала енергетика для всіх – крок до спільного, більш безпечного майбутнього!» у форматі імітаційної рольової гри «Модель ЮНЕСКО», організованої кафедрою ЮНЕСКО «Права людини, мир, демократія, толерантність і взаєморозуміння між народами» під егідою Національної комісії України у справах ЮНЕСКО, за сприяння Міжуніверситетської мережі кафедр ЮНЕСКО та їхніх партнерів.

У роботі конференції взяла участь 120 учасників від 30 шкіл ЮНЕСКО, відібраних на конкурсній основі з 76 шкіл ЮНЕСКО, які є в Україні.

Команда «Energy Security» гімназії №315 з поглибленим вивченням іноземних мов Дарницького району м. Києва у складі: капітана команди – Сидоренко Анастасії Володимирівни, учениці 10-А класу; членів команди: радника – Колесника Олександра Сергійовича, учня 10-А класу; експерта – Тріпайло Алли Олександрівни, учениці 10-В класу, взяла участь у всіх етапах гри. Куратор команди – Бобрулько Наталія Григорівна, вчитель хімії гімназії №315; консультант авторського проєкту – Максимова Наталія Михайлівна, вчитель фізики, заступник директора з наукової роботи гімназії №315.

Цікавим та пізнавальним для всіх (від куратора до учнів, що знімали відео) був підготовчий етап до участі в конкурсі. Адже для цього необхідно було не просто відправити до оргкомітету заявку на участь. Умовою участі у відборі до нульового етапу гри було: створення власного проєкту відповідно до всіх етапів проєктної діяльності (створення авторського колективу, вибір власної тематики проєкту,

оформлення резюме всіх учасників, консультантів, керівників проекту, оформлення повного пакету проектної документації, проведення енергоаудиту рідної гімназії, заповнення апікаційної форми проектної заявки), створення стільникового фільму, розміщення його на офіційному сайті гри для участі в голосуванні, реєстрація команди на офіційному сайті гри, нарешті, відправка листа-заявки та звіту участі гімназії в роботі ПАШ ЮНЕСКО. Начебто небагато, але ... створити все треба було влітку (кінець червня-липень). Ми змогли! У нагоді стала активна участь учнів та вчителів природничо-математичних предметних кафедр гімназії протягом навчального року в реалізації програми Управління освіти Дарницького району з вивчення питань енергозбереження та екологічної безпеки. І, нарешті, ми – учасники нульового етапу гри!

На нульовому етапі гри команди брали участь у двох творчих сесіях конкурсу «Зустріч у мережі», а саме:

- творча сесія I: фестиваль стільникового фільму учнів асоційованих шкіл ЮНЕСКО в Україні «Енергія моєї школи», де представили стільниковий фільм власного виробництва «Енергія, заощаджена сьогодні, продовжить життя завтра»;

- творча сесія II: фестиваль проектів учителів і учнів асоційованих шкіл ЮНЕСКО в Україні з енергоаудиту власних шкіл з проектом «Можливості енергозбереження та сталого розвитку гімназії очима учнів. Енергія буття – енергія життя!»

Крім того, команда ознайомилася з особливостями розвитку енергетичної галузі науки й виробництва в десяти державах-членах ЮНЕСКО, визначених «Легендою гри» для участі в ігровій сесії 2012, а також особливостями їхньої історії, культури та етикету, виготовила візитівки для подальшої участі у грі за єдиним макетом, запропонованим Секретаріатом, а також підготувала оригінальну загальнокомандну символіку.

І, нарешті, ми отримали заповітне рішення – стали учасниками XIV Всеукраїнської конференції. Квитки куплені, валізи зібрані, настрої чудові. Рушаймо до Криму!

У перший день змагань команда гімназії взяла участь у тематичному квесті «Енергія-шоу: еволюція світової енергетики». За результатами квесту було сформовано 10 делегацій країн для участі у бліцпрезентації «Країна й люди», що включала турвальсу та сценічне відтворення делегаціями образу власної держави в її знаних символах. Ми представляли Бразилію.

Цікавою та пізнавальною стала участь в інтелектурнірі за тематикою структури, нормативних документів та мети діяльності ЮНЕСКО. Крім того



команда взяла участь у роботі пленарної сесії та трьох сесій робочих груп:

1. «Загальний доступ до сучасних енергетичних послуг – глобальний виклик часу: проблеми, труднощі, позитивний досвід, перспективи»;
2. «Енергозбереження – альтернативи нема: шляхи, напрями, пропозиції»;
3. «Новий світ – нова енергетика: поновлювані джерела енергії в балансі світової енергетики».

За результатами цієї роботи була прийнята Підсумкова декларація Конференції «Енергія майбутнього – енергія миру!».

За підсумками участі в роботі Конференції наша команда посіла абсолютне ПЕРШЕ місце, а члени команди отримали почесне звання Магістрів гри!

*Анастасія Сидоренко,
учениця 10-А класу*

Ліборіус - гімназіє, *до нових зустрічей!*



Кінець квітня... Україна в очікуванні травневих свят, а гімназія №315 готується до прийому іноземних гостей. А їх немало і небагато – делегація з Німеччини та делегація з Італії.

Хочу розповісти про зустріч з німецькою делегацією, яка складалася з 14 учнів Ліборіус-гімназії, директором гімназії паном Бенедіктом Крафтом та вчителем англійської мови Коріною Херціг. Ця зустріч була надзвичайно теплою, дружельною та приємною.

Уже не перший рік наша гімназія співпрацює з Ліборіус-гімназією й кожного року вчителі кафедри іноземної мови, а особливо німецької мови, ретельно готуються до приїзду учнів та вчителів з Німеччини. От і цього року, заздалегідь, ми почали готувати культурну програму. Хоча кожного року до нас приїжджають різні учні, хотілося показати ті місця, які б не залишили нікого байдужими і запам'яталися на все життя. Отже, програма екскурсій виявилася насиченою, різноманітною та пізнавальною.





У перший день після приїзду наших гостей відбулася оглядова екскурсія по центру Києва, під час якої учні та вчителі відвідали такі культурно-історичні місця Києва: Золоті Ворота, Софію Київську, Михайлівський собор, Андріївський узвіз та Андріївську церкву. Напрочуд цікавою виявилась прогулянка «Пейзажною алеєю». Понеділок розпочався з відвідування «Експериментаніума». Це справжнісінький науково-розважальний центр, де навіть дорослі можуть відчути себе дітьми. Після екскурсії гості завітали на святковий концерт у гімназії, в якому брали участь з превеликим задоволенням.

Прогулянка по музею під відкритим небом «Пирогово» була сповнена незабутніми враженнями та емоціями. Німецькі гості також побували в Києво-Печерській лаврі. Ми побачили зацікавленість учнів специфікою художнього оздоблення церков. Екскурсія виявилася змістовною і пізнавальною.

Наприкінці вирішили відвідати «Мистецький арсенал». Нам пощастило, ми побачили 100 шедеврів світової скульптури і навіть зробили власноруч сувеніри – маленькі скульптури, які німецькі учні повезли додому на згадку про нашу зустріч.

Хочу також подякувати сім'ям, які приймали гостей, завдяки яким наші друзі відчули українську щирість, гостинність та дружелюбність. Час прощання... Посмішки та побажання найкращого крізь сльози...

Чекаємо на нові зустрічі!

Тетяна Вікторівна Кравченко



Міст дружби: Київ - Стамбул

Під час проведення Днів освіти Стамбула в Києві з 30 березня по 2 квітня в місті з дружнім візитом перебувала делегація освіти м. Стамбул (Турецька республіка) на чолі із заступником губернатора Стамбула Харун Каєм та начальником Департаменту освіти Муаммер Йілдізім.

1 квітня члени турецької делегації, які представляють район Зейтінбурну міста Стамбула, відвідали нашу гімназію, де гості мали змогу ознайомитися з системою навчально-виховного процесу; з досвідом проведення уроків з використанням ІКТ та дистанційного навчання іноземної мови; спортивно-фізкультурним центром гімназії. Юні таланти гімназії підготували і народні українські танці та пісні і показали Туреччину очима наших школярів. Ми сподіваємося на подальші зустрічі й дружні стосунки з освітянами району Зейтінбурну міста Стамбул.

*Ольга Володимирівна Бурканова,
заступник директора з виховної роботи*



Знайомство учнів з профспілкою



11 квітня 2013 року у 10-В класі гімназії №315 Дарницького району міста Києва відбувся профспілковий урок, на якому були присутні голова Київської міської організації Профспілки працівників освіти і науки України Олександр Михайлович Яцунь та спеціаліст Дарницької у м. Києві організації профспілки працівників освіти і науки України Тетяна Власенко.

Про місце і роль профспілок у сучасному суспільстві, про діяльність КМОППОіНУ та трудові права громадян розповіла учням вчитель історії та правознавства Нонна Сергіївна Бессараб.

Вона акцентувала увагу на тому, що профспілка виступає посередницькою організацією між людьми праці, роботодавцями та державними органами. Також Нонна Сергіївна розповіла про важливий елемент соціального партнерства – колективний договір між адміністрацією освітянського закладу та трудовим колективом, що укладається за його дорученням профспілковою організацією.

Вчитель ознайомила школярів зі складом первинних профспілкових організацій, до яких входять профспілкові організації загальноосвітніх, дошкільних, позашкільних начальних закладів; профспілкові організації вищих навчальних закладів, профспілкові організації студентів, а також профспілкові організації прямого профспілкового обслуговування.

Наприкінці уроку Нонна Сергіївна Бессараб зазначила, що у майбутньому профспілкова організація допоможе учням відстояти та захистити їхні права.

*Наталія Михайлівна Максимова,
заступник директора з наукової роботи*

Франція



Вивчення іноземної мови справа нелегка й багатогранна. Для успішного оволодіння нею надзвичайну роль відіграє проникнення в культуру та історію народу, якому належить мова. Моє знайомство з французькою мовою відбулося в ранньому дитинстві, і на той час я не мала змоги побувати у Франції. Читала твори Оноре де Бальзака та Мопсана, Гюго, Золя та Франсуази Саган слухала пісні Едіт Піаф та Сержа Гінсбурга, захоплювалася Бриджит Бардо та Луї де Фінесом і мріяла, уявляючи цю загадкову Мадам... Її люблять мільйони, та кожен малює свій образ. Але відвідавши чарівницю по імені Франція, я почала розуміти, що вона ніколи не перестане будити уяву.

Ось я і в Роані, де живе моя давня подруга Ірен. Дочка білогвардійського офіцера, вихідця з Сумської області, справжня французька з притаманною їй українською хлібосольністю, Ірен. Вона має багато друзів слов'янського походження, і цього разу мене познайомила із вчителькою російської мови Мариною Ромко. Марина працює в престижному ліцеї Ампер, що знаходиться в історичному центрі Ліона. Почувши, що її учні вже відвідували Санкт-Петербург, я їй запропонувала приїхати до Києва. Пропозиція була

прийнята, і почалася підготовка до прийому гостей. Час спливав швидко, і ось ліонські друзі завітали в Київ. Програма перебування була дуже насичена. Знайомство з Києвом розпочалося з оглядової екскурсії, а потім відвідали Києво-Печерську лавру та музей мініатюр. А потім були екскурсії в Володимирський та Михайлівський собори, Золоті Ворота, прогулянка Андріївським узвозом, поїздка на фабрику ялинкових іграшок та музей Чорнобиля. За навчальною програмою французькі діти вивчають події Голодомору в Україні і трагедію, що відбулася в Бабиному Яру. Пам'ятник Голодомору справив на дітей велике враження. Діти затаївши подих, слухали розповідь про трагедії під час Голодомору та про події, що сталися в Бабиному Яру, під час Другої світової війни. Діти побували на уроках та пройшли майстер-клас з виготовлення писанки. Учителю молодшої школи Герасимову О.В. навчила дітей цьому старовинному українському промыслу.

Відвідування виставок, прогулянки містом з українськими друзями, знайомство з національною кухнею та проведений разом час залишить слід у спогадах назавжди. Діти обмінювалися враженнями й було приємно чути слова подяки й захоплення



гостинністю українських людей. А скільки було сліз в останню мить прощання біля автобуса, що відвозив наших гостей в аеропорт... Діти настільки здружилися, що здавалося знають один одного з дитинства.

Безумовно, подібні зустрічі впливають на мотивацію вивчення французької мови та формування комунікативної культури. Більшість дітей перегляне своє ставлення до вивчення іноземної мови. Безперечно, усі поїздки та обміни з нашими зарубіжними партнерами відбуваються завдяки клопіткій співпраці вчителів кафедри французької

мови та завуча з іноземних мов Захарової М. Ю. Під невтомним керівництвом нашого улюбленого директора О.О. Бірюка. У березні 2013 збираємося відвідати наших друзів в Ліоні, і майже всі діти вперше побувають у Франції. Я дуже рада, що вони зможуть доторкнутися до історії та культури цієї неймовірної країни та відкрити свою Францію.

*Світлана Василівна Заломайкіна,
учитель французької мови*



Театр



— «Дуже добре, що всі сьогодні прийшли. Я вже визначилася із виставою, над якою будемо працювати й розподілила майже всі ролі. Тож п'єса називається «Дракон», яку написав радянський драматург Євгеній Шварц», — із таких слів розпочалося перше заняття театрального гуртка «Крок у майбутнє» минулого навчального року.

У цьому році колектив «Крок у майбутнє» посів 1 місце на районному етапі та 3 місце на міському етапі конкурсу театральних гуртків «Срібне джерело» із виставою «Дракон». Також багато наших юних акторів були нагороджені грамотами й особистими відзнаками. Чесно кажучи, такого успіху від вистави ніхто в колективі не чекав, оскільки вона тривала досить довго — півтори години. Вистава дуже сподобалася суддям і глядачам. Це нас дуже підбадьорило й надихнуло на подальші творчі злети.

На щастя, я теж брав участь у виставі. Взагалі, це неймовірно цікаво перевтілюватися в інших персонажів: ти забуваєш про всі проблеми, зосереджуєшся на думках свого героя. А іноді так хочеться відчути себе кимось іншим! І я дуже радий, що у виставі «Дракон» мені це вдалося.

«Крок у майбутнє» — це зразковий театральний колектив гімназії № 315, керівником якого є режисер Олена Руднєва. Приєднатися до «трупі» можна кому завгодно, головне — мати 10 років і бажання грати на сцені. Заняття проводяться по вівторках, середах і п'ятницях з 17:00 до 19:00.

*Дмитро Гуменюк,
учень 9-В класу*



Конкурс авторської пісні



Цього навчального року в нашій гімназії було створено естрадний хор «Feel saund» під керівництвом Тимошенко Тетяни Володимирівни. Хор об'єднав учнів як початкової школи, так і старшокласників. За короткий проміжок часу Тетяні Володимирівні вдалося зацікавити дітей, здружити, навчитися слухати музику та любити пісню. «Feel saund» радував нас своїми виступами не тільки в стінах гімназії, а й у районному конкурсі патріотичної пісні. Хочеться зазначити, що цей колектив виконує пісні не лише відомих авторів, а й створює власні.

Так, наприклад, до районного конкурсу авторської пісні Грушецька Вікторія (9-А клас) підготувала власну композицію «Пам'ятай», з якою перемогла в районі та посіла друге місце на міському рівні. Ахрамович Катерина (8-Г клас) посіла II місце в районі з власною піснею «Не сумуй».

Наприкінці навчального року естрадний хор «Feel saund» підготував звітний концерт, під час якого всі бажаючі могли почути раніше відомі та нові пісні, які не залишили байдужими кожного із присутніх.

*Ольга Володимирівна Бурканова,
заступник директора з виховної роботи*

Традиційне українське весілля в гімназії №315

Просили батько,
просили мати,
і ми просимо до нас на весілля...



Саме ці слова облетіли гімназію напередодні 1 лютого 2013 року, викликавши хвилю здивувань та запитань. А дивуватися було чому, адже в цей день наші учителі української мови та літератури провели районний семінар «Національне виховання – невід’ємна складова гармонійного розвитку особистості». Хто уважно спостерігав за роботою нашої кафедри, мабуть, помітив, що ця тематика цікаво була презентована декілька років тому в семінарі «Новорічні та Різдвяні свята українців». Але справжнього українського весілля в нас ще не було. Тому й вирішили показати, як колись у наших предків відбувалося це дійство.

Теоретична частина семінару розпочалася виступами вчителів гімназії Євглевської Н.А. та Будченко М.І. У доповідях наголошувалося на тому, що національне виховання вже стало способом життя

як наших учителів, так і гімназистів. Гостя семінару, фольклорист, завідувач науково-освітнім відділом Національного музею українського народного декоративного мистецтва, Лещенко Наталка підготувала цікаву інформацію про святковий одяг та традиції весілля в різних регіонах України, продемонструвала добірку картин художників різних часів на весільну тематику.

Далі розпочалося найцікавіше: учні 9-В та 9-Г класів у вигляді театралізованого дійства показали зі сцени зародження кохання між молодими людьми, розглядини та сватання, дівич-вечір та саме весілля. Основою для постановки слугували твори українських класиків: «Назар Стодоля» Т. Шевченка, «Маруся» Г. Квітки-Основ’яненка, «Кайдашева сім’я» І. Нечуя-Левицького. Молодіят майстерно зіграли учні 9-В класу Коломієць Є. та Лавроненко К., їх засватали

Гуменюк Д. та Пантелус Д., а з хлібом і сіллю молодих зустрічали та благословляли на щасливе сімейне життя батьки: Мельник О., Яновицька В., Кершков Є. та Згортюк А.

А яке ж українське весілля без пісень і танців! Тому й залунала зі сцени пісня про кохання до молодого скрипаля, а згодом – музична композиція «Ріка життя» у виконанні Яновицької Т.І. – не просто талановитого вчителя, а жінки, яка тонко відчуває глибоку натуру української душі та майстерно передає свої відчуття глядачеві. Весільні ж танцювальні композиції підготував із учнями вчитель іноземної мови Бекещенко В.К.

Наше дійство завершилося виступом фольклорно-етнографічного колективу Дарницького району «Голосухи», які продемонстрували обряд випікання весільного короваю та пов'язування хусткою молодої.

Перегорнута ще одна сторінка нашого повсякденного, кропіткого шкільного життя, в якому так гармонійно переплелися учительський досвід та творчість, неординарність молодих людей. А попереду, я впевнена, ще сотні таких сторінок, які ми будемо писати з року в рік разом з новим підростаючим поколінням у книзі життя гімназії №315.

*Алла Миколаївна Кривенок,
вчитель української мови
та літератури*



Свято осені

*Осінь, осінь! Чарівна і дивна
В диво граї кольорів горить.
Неповторна, гарна, як царівна
В гості завітала до нас на мить*

Одного дня чарівна Осінь завітала у гімназію №315. Тут традиційно відбувається свято осені. У ньому беруть участь учні 6-7-х класів. Вони представляють композиції з овочів, фруктів, квітів та з усього, чим багата природа.

Можна побачити газд гарбузових, персонажів з мультфільмів, дивоістот, українське овочеве подвір'я, вітрильники – все, на що багата дитяча уява. А уява дітей сягає так далеко, що доводиться вдивлятися і дивуватися, яким чином вдалося виготовити ту чи іншу композицію.

Кожна робота відрізняється оригінальністю, творчим задумом, втіленням мрії. Всі класи старалися, найактивнішим був 6-Г. Участь у конкурсі прийняло 16 учнів цього класу. Ось такі відповідальні! Хочеться відмітити яскраві композиції Штомпеля О. «Їжачок-садівничок», Асадової А. «Гусінь-меломанка», Голомазова Д. «Індіанець Джо з племені Гарбуз», Бондаренко Б. «Осінь-чарівниця», Падалко І. «Поварення-гарбузеня». А які чудові картини з природного матеріалу на осінню тематику було зроблено Айсіним Р., Івановим В., Рязановою А.

Цей захід надовго запам'ятається учням і батькам, адже головна мета свята розвивати дитячу творчість, вміння бачити красу в буденному житті, розуміти красу осені.

*Лариса Миколаївна Ярмолай,
класний керівник 6-Г класу*





Подорож СВІТОМ

Розпочалося все так, як і зазвичай розпочинається найцікавіше в житті – досить несподівано. Якось ми з однокласниками вирішили змістовно провести свої вихідні, а саме – краще пізнати країну, де народилися, зростаємо й живемо. Скільки неймовірно захоплюючого й незнаного, виявляється, є у нас на Україні! Ось і ми забажали відкрити для себе ці місця, куточки-перлини нашої Батьківщини. Заслужено першим у цьому переліку стало славне «місто левів», місто-музей, місто, яке не даремно називають маленьким Віднем. Ви вже, певно, здогадалися, що йдеться про Львів. У 2008 році впливова британська газета «The Times» у рейтингу міст Європи, які найкраще відвідати у вихідні, третє місце віддала Львову. Ми вирішили прислухатися до поради і провести два незабутніх дні у столиці Галичини, заснований Данилом Галицьким і названий на честь його сина Лева, Львів, наразі, протягом своєї історії ніколи не змінював назви і завдяки своїм мешканцям по сьогоднішній день зберіг свою самобутність. Прогулюючись казковими вуличками міста, ми відчували дух усіх історичних епох, починаючи від часів доби княжої, далі козацької і до часів незалежності.

Ця поїздка поклала початок, сподіваюся, величезній історії наших мандрівок. Вона стала поштовхом, трампліном до нестримного тяжіння пізнавати нові й нові куточки світу! Тому, намага-

ючись не зупинятися в цьому нашому прагненні, сповнені жагою до подорожей, ми спланували поїздку до величної Угорщини – чарівної, казкової, незбагненої часточки Європи. Країни, класичного представника Старого Світу, країни, що володіє значною кількістю суттєвих історичних й архітектурних пам'яток, країни, де, до речі, знаходиться найбільше термальне озеро на континенті. Наше знайомство розпочалося з невеличкого лялькового міста Егер, де пам'ятники турецького мистецтва вдало поєднуються з красивими католицькими храмами, а гордість міста – середньовічна угорська фортеця, яка нагадує своєю присутністю про велику історичну перемогу, отриману над турками у 1552 році. У XIX ст. затишне й тепле місто полюбили художники і скульптори. Згодом, коли стали багатими та знаменитими, купували для себе будинки й залишалися назавжди – саме тут, в Сентендре. Так місто поступово перетворювалось у справжнє, богемне. Навіть сьогодні на кожну тисячу жителів припадає одна галерея чи музей. Картинна галерея, Галерея художньої майстерності, Музей сербського православного церковного мистецтва, Музей кераміки Маргарити Ковач, Музей гобеленів Ференці, Кондитерський музей Добоша... А чого варті лише Музей Марципанів... Ми ледве змусили себе покинути цю казку... Наприкінці нашої подорожі з'явилося враження, ніби ми

просто заблукали в прекрасному... Ця поїздка була для нас і пригодою, і мандрівкою водночас, і відпочинком, і можливістю набути нових знань. Прийшов час повертатися додому... На зворотньому шляху нам ще вдалося поніжитися в теплих водах термальних озер Мішкольцю, так що задоволені, щасливі, приємно втомлені, з безмежною купою вражень ми відправилися додому. Ще Леонардо да Вінчі казав: «Подорожування – це краса і їжа для людського розуму...» Так що подорожуйте якомога більше! Адже ці переживання й спогади ніхто й ніколи у вас не відбере...

*Аль Швейкі Азмі,
учень 6-А класу*





або «Як ми дорослішали»

6-Б пережив свій перший рік у дорослій школі, і вчорашні дітлахи вже впевнено крокують до звершень у дорослому колективі – нехай за його вимогами й правилами, але зі своїми власними та неповторними труднощами та перемогами...

А скільки понять у цій простій комбінації цифри та букви – 6-Б!

6-Б – це позитивні та відкриті дівчата й хлопці. Вони ще пам'ятають себе в молодшій школі. Інколи й відверто сумують за тим спокійним і трошки пустотливим життям.

Серце 6-го Б – це класний керівник, Тетяна Григорівна Троцька. Вона тільки 1 вересня 2011 року взяла під своє «крило» 33 «пташеняти». А сьогодні вже направляє, скеровує й оберігає не тільки діток, але й, на додачу, подвоєну кількість батьків.

6-Б – це мандри! І де ж ми тільки не були! Скільки місць і подій пройшло повз наш клас у старшій школі: рідний Київ, славетне місто Лева – Львів, військово-політична в'язниця «Косий капонір», екскурсії до Яготинського маслозаводу (м. Яготин, Київська область), мандрували славетним Черніговом, екскурсії до Київського планетарію, відвідали Шевченківські міста у Каневі...

А ще 6-Б – це таланти та натхнення. Ми такі різні в своїх захопленнях і такі однакові у бажанні бути найкращими!

Наші учні люблять співати, танцювати, малювати, займатися спортом і музикою. І всі-всі зірочки 6-Б в майбутньому засяють не тільки в школі чи місті, а й по всій Україні.

Ще 6-Б – це спільне сьогодні і завтра. На спортивних змаганнях – ми разом. У цьому році наша команда посіла II місце у «Веселих стартах» серед шостих класів.

На участі в добродійних заходах – ми разом. Наш клас завжди бере участь у зборі коштів чи речей для дитячих будинків та лікарень.

Тож у школі ми навчаємося не тільки наукам, що стануть нам у пригоді у професійному житті. Ми навчаємося бути людьми, чуйними і сильними, ми навчаємося дружити і любити.

Взагалі, 6-Б – це гарні діти. А це найголовніший скарб життя. Мати талант «доброго серця» в наш час – це дуже велика рідкість. Ми випромінюємо стільки добра й тепла, що біля нас майже завжди затишно й спокійно. Ми стараємося ніколи не бути байдужими до інших, приходимо на допомогу та знаходимо теплі слова. Багато-багато чого можна ще розповісти про 6-Б: кожен наш учень – то зірочка, кожна мандрівка – пригода, кожен день – ціле життя. Та ви й самі переконаєтеся у цьому – достатньо лише придивитись!

Батьки 6-Б класу







Сходінками спортивного Олімпу !



Життя нашого класу в школі складається з великих і маленьких перемог. Кожного разу, готуючись до змагань у різних сферах, ми хвилюємося й бажаємо перемоги. Але для того, щоб її здобути, треба гарно попрацювати.

У цьому навчальному році на День народження гімназії учні 6-х класів брали участь у спортивних змаганнях, які називаються «Веселі старты». Разом із нашим класним керівником Аллою Анатоліївною почалася бурхлива діяльність: необхідно придумати емблему, девіз і назву команди, яка повинна відповідати духу нашого класу. Зважаючи на те, що ми завжди веселі, дружні та завзяті, тому й назва виникла сама собою – «Улыбка». Емблема «Смайлик» відобразила загальний настрій команди. Девіз звучно лунав на весь спор-



тивний зал: «Жить без улыбки – ошибка, да здравствуют смех и улыбка!» І ось нарешті підібрана команда. Але напередодні змагань деякі члени команди захворіли, і це нас збентежило. Та завдяки цікавим, різноманітним урокам фізкультури та творчому підходу нашого вчителя Ромащенка Володимира Петровича кожен був готовий замінити учасника та виступити під час змагання. Найвеселіша з усіх спортивних і найспортивніша з усіх веселих ігор – це «Веселі старты!». І наш спортивний зал перетворюється на веселий стадіон! Учасники будуть змагатися силою, спритністю, винахідливістю, швидкістю.

*Если хочешь стать умелым,
Сильным, ловким, смелым,
Научись любить скакалки,
Обручи и палки.
Никогда не унывай,
В цель мячами попадай.
Вот здоровья в чем секрет –
Всем друзьям – физкульт-привет!*

І ось початок... Пролунав свисток. Всі 6-ті класи вишикувалися на своїх місцях. Ми, вболівальники, бачили лише свою команду та сліdkували за кожним її кроком. Вже після першого конкурсу напруга в залі зросла, з'явилась інтрига, бо ми побачили, що інші команди 6-А, 6-Б і 6-Г класів гідні суперники. Незважаючи на те, що в повсякденному житті вони наші друзі, та на змаганні ми бажали перемоги тільки своїй команді. Згуртованість і бойовий дух команди переконав усіх, що у нас з'явився реальний шанс перемогти. Конкурс за конкурсом ми були першими. Кожен із вболівальників відчував, як шалено билися серця. Група підтримки вигукувала та скандувала до хрипоті. Барвисті помпони майоріли на весь спортивний зал. Наші матусі й Алла Анатоліївна, які стояли поруч з нами, настільки емоційно вболівали, що це ще більше підбадьорювало нашу команду. Порахувавши перемоги в окремих естафетах, виходило, що ми повинні стати переможцями, але, які зроблять підрахунки і як оцінять наш виступ судді, було невідомо, і це сповнювало нас ще більшим хвилюванням. І ось нарешті Бурканова Ольга Володимирівна вийшла у центр спортивного залу, тримаючи в руках грамоти. Враз настала

тиша й серед учасників команд, і вболівальників, і батьків, і вчителів. Затамувавши подих, всі приготувалися почути результати. Серед присутніх відчувалося неабияке напруження. Лунали назви команд різних класів, які зайняли третє та друге місця. І нарешті слова: «Перше місце зайняв 6-В клас!!! «Зірвавшись зі своїх місць, вболівальники, команда, класний керівник і батьки з'єдналися в одному «танку» радощів! Дякуємо всім спортивним наставникам, які організували та провели для нас «Веселі старты» в день народження гімназії. Вітаємо, тебе, Гімназіє, з Днем народження!

*Єлизавета Хоменко,
учениця 6-В класу*



Бути модним ~ класно!

До дня народження гімназії, яке ми святкуємо в листопаді кожного року, учні сьомих класів традиційно готують виступ, пов'язаний з модою. Нам випало показати моду Раннього середньовіччя

Ідей було безліч, тому відразу розпочалася натхненна робота: пошиття костюмів, розподіл ролей. Чіткого сценарію ми не мали, сподіваючись, що він складеться у процесі підготовки до свята.

Аліса Вознесенська допомагала класному керівнику: кожного понеділка приносила новий сценарій, його доповнювали, змінювали, потім поверталися до попереднього, і так відбувалося протягом декількох тижнів. Потім визначили ведучих: Настю Гордієнко та Катю Бурбелу. Їм було надано завдання: знайти цікаві факти, які характеризують саме епоху Раннього середньовіччя. Згодом разом дійшли висновку, що найкраще буде представити їх глядачеві у вигляді «фактів ICTV».

Також почали готувати невеличку сценку із фільму «Іван Васильович змінює професію». Всі дуже активно брали участь у розподілі ролей, байдужих не було, всі чимось допомагали: Віталій Мамонтов відповідав за світло, справжнім ді-джеєм став Рома Честяков. Він підбирав музику, komponував її, дуже хвилювався, але все пройшло гарно.

І цар у нас був справжній: високий, гарний, у шикарному костюмі, навіть привіз із дому своє родинне крісло-tron. Але найголовніше – це наші дівчата-модели.

Вони справжні красуні. Таня Копейчикова принесла ескізи суконь тих часів. Наш класний керівник Олеськів Любов Іванівна разом із дівчатами вибирали собі тканини для пошиття костюмів. Сукні шили мами, бабусі, не відмовила нам у допомозі і вчитель технології Соколянська Г.П., завдяки їй дівчата були яскравими та модними.

Але все дуже швидко минає, і настав час нашого конкурсу, під час якого учні показали свої таланти та здібності, довели, що вони наполегливо працювали. Після концерту нам стало начебто чогось не вистачати! Із ностальгією згадували про те, як проходили

репетиції, як натхненно обговорювали ідеї, співали, танцювали, словом, жили творчим життям. Коли пройшло декілька тижнів після виступу, наш класний керівник Олеськів Л.І. запропонувала написати свої враження від конкурсу. Ось деякі з них.

Підготовка до конкурсу проходила дуже цікаво. Дні пролітали так швидко. І ось ми за кулісами чекаємо свого виходу на сцену, хвилюємося, але виступ проходить чудово, адже ми скомбінували епоху Середньовіччя з теперішнім часом.

Маша Таран

Найбільше запам'яталося, як ми на перервах обговорювали наш сценарій, придумували щось нове і тут же бігли до Любов Іванівни. Вона чесно казала: «Ні, не те». А коли вона посміхалася та говорила: «Над цим треба подумати», – нам було дуже радісно.

Аліса Вознесенська

Я вважаю, що конкурс мод об'єднав наш клас. А виступ вийшов найкращим, тому що учні нашого класу творчі й талановиті.

Яся Кульчицька

Я вважаю, що ми виступили гарно, тому що ретельно готувалися.

Максим Луценко

Звісно, головним режисером та сценаристом був наш класний керівник Любов Іванівна. Вона казала, що ми маємо виступити енергійно, але головне – отримати від цього задоволення. Так і сталося.

Лера Малеча



Кмітливий 8-А

Отримавши завдання на КВК, ми з перших хвилин почали діяти та розробляти план. Адже кожен знає, що, коли мова йде про справжній конкурс, не можна втрачати ні хвилини. Спочатку було багато ідей та задумок, але скласти все це в сценарій за один раз неможливо. І що б ми робили без допомоги дорослих!? Я б сказала, що нічого не змогли б самотужки. Хочеться найбільше подякувати Аллі Миколаївні. Адже саме вона підтримувала та коригувала наші ідеї. І ми дуже вдячні їй за це, бо без неї ми – не клас, не родина. Ви вважаєте, що конкурс – це легка справа. Пожартував на сцені і все? Та ні, не все так просто. Кожну хвилину до виходу на сцену сотні разів прокручувала подумки весь виступ. І була лише одна мета – довести гідність нашого класу. І все ж таки це зробили, адже **ми – ЧЕМПІОНИ**.

Вікторія Стрелюк

У домашньому завданні КВК я мав роль маленької дитини, яка, звертаючись до родичів, учнів, учителів, хотіла пізнати істину здорового способу життя. Хлопчик у памперсі намагався довести, що бути здоровим та фізично красивим у наш час модно. Я вважаю, що мені вдалося переконати в цьому і глядачів, і журі.

Віталій Ясько

КВК... Наш 8-А мріяв про цей по-справжньому дорослий, на нашу думку, конкурс ще з минулого року. Спочатку виникла не зовсім звичайна назва команди «Клізма». Але коли дібрали девіз: «От вредной еды мы промоем желудки, от вредных привычек мозги освежим...», то зрозуміли, що вона є цілком логічною. Ідея візитівки прийшла одразу. Справжнім майстром її озвучення став Ясько Віталій, від голосу якого однокласники були в захопленні. У домашньому завданні він ще зіграв роль малюка. На мою думку, неймовірно переконливо, що й принесло нашій команді перемогу.

Маша Близнець

Усе позаду: муки творчості та хвилювання, хвилини очікування та неперевершений шквал емоцій. Дивляюся в щасливі та вдячні очі моїх учнів і розумію, що отримана перемога – це своєрідна винагорода за той важкий шлях, який ми долали пліч-о-пліч упродовж декількох місяців. КВК став справжнім імунітетом, який зміцнив наш колектив, загартував перед труднощами, показав, наскільки ми сильні разом і можемо чогось досягти. Я пишаюся моїми учнями та бажаю їм у подальшому досягнення нових вершин, перемог, а головне – за будь-яких обставин залишатися справжніми людьми.

Алла Миколаївна Кривенок, класний керівник 8-А класу



Третій рік ми вже разом!



*Україно!
Краю золотавий,
Поля твої широкополі,
Пісні дзвінкоголосі,
Міста наші рідні,
Сади пишноцвітні,
Пшениці ряснії,
Городи багатії*

Мабуть, не один учитель-педагог, котрий давно працює в школі та має класне керівництво, відчув, як важко випускати 11 клас, а потім брати 5-й. Це знову різні вікові категорії, різні інтереси, різні вимоги.

За цей час із дітьми було проведено багато екскурсій Києвом та Україною, чимало конкурсів, вечорів. Були перемоги й поразки, але з таким класом, як 7-В, ніколи сумно не буває. Вони завжди живуть майбутнім, складають плани на завтрашній день, прагнуть прожити своє шкільне життя так, щоб спогади залишалися приємними й вічними.

А особливо 7-В любить мандрувати. У Києві – це походи до театру, музеїв декоративно-прикладного мистецтва, культурні походи до планетарію й цирку, оглядові автобусні екскурсії, походи до Новорічної ялинки на Хрещатик та в будинок Коляди, на завод художнього скла, відвідування музею Води.

Любов до подорожей дарує незрівнянне почуття гостроти життя. Що більше мандруєш, то більше прагнеш знову й знову поїхати кудись, аби змінити обстановку, познайомитися з новими людьми, побачити незнайомі міста. Поїздки збагачують нас корисним досвідом,





розширюють кругозір, дарують радість і яскраві враження. Україна надзвичайно багатогранна. І тому ми разом з дітьми намагаємося відвідати різноманітні куточки України й запам'ятати ці подорожі назавжди. Хіба можна забути поїздку до Кам'янця-Подільського, де збереглося багато архітектурних шедеврів. Природною цікавинкою є каньйон річки Смотрич. А скільки вражень від Хотинської фортеці, яка збереглася з XV століття, де можна було любоватися краєвидами, постріляти з лука, а похід до Кришталевої печери у селі Кривче, в якій є різнокольорові кристали, що вкривають

стіни її коридорів і схожі на майстерно зроблені кам'яні квіти. Були ще екскурсії до Закарпатської та Львівської областей, де 7-В побачив Мукачівський замок Паланок, купався в термальному басейні в місті Берегове, помилювався Долиною Нарцисів та побував на оленячій фермі, а в селі Іза (відомий закарпатський центр народних промислів) всі придбали сувеніри із лози для своїх рідних, близьких та знайомих.

Скільки екскурсій було здійснено по Львову та Львівській області. Це похід до музею зброї, музею-аптеки, до Собору Святого Юри, відвідали парк «Високий замок». А незабутня поїздка по замках Львівщини: Підгорецький, Золочівський та Олеський.

Але 7-В не тільки любить мандрувати, а ще й танцювати, співати, проводити класні дискотеки та гарно навчатися.

*Ніна Іванівна Медвідь,
класний керівник 7-В класу*



Модно те, що *здорово!*

Цього року гімназія №315 святкує своє повноліття! Такий чудовий ювілей заслуговує гарного подарунка. Наш клас долучився до загальної ейфорії та натхненно виступив у змаганні команд КВК під гаслом «Бути здоровим – модно!».



Як же проходила підготовка? Та зрозуміло, як! Спочатку в цілковитій паніці й безладі. Складалось враження, що ми поставили перед собою надто складну задачу. На перших порах наші зустрічі нагадували сюжет відомої байки «Лебідь, Рак і Щука». Завдяки зусиллям нашого класного керівника Надії Дмитрівни ми заздалегідь розпочали підготовку до змагань. Згодом наші репетиції почали проходити в дусі хорошого настрою, веселих жартів та здорового способу життя. Назва команди 8-Г повністю відповідає суті, запропонованої для цьогорічного КВК. Завданням команди було показати, що шкідливі звички не є критерієм авторитету серед друзів, ознакою стилю чи модною течією.

Ми, «Позняківські здоров'яки», вважаємо, що сучасна молода людина має піклуватися про себе,





адже сильна, свідома нація починається з кожного. Чітко усвідомлюємо, що спорт, прогулянки на свіжому повітрі, приємне спілкування та позитивний настрій – саме це має бути модно, стильно, популярно. Так і готувалися, сповідуючи «здорову ідеологію»!

Змагання промайнули на одному диханні! Завдяки загальному настрою та вдалому кольору командної форми, «візитка» вийшла дуже яскраво й була високо оцінена членами журі. Під час виконання стему ми в жартівливій формі показали важливість здорового способу життя та закликали до боротьби зі шкідливими звичками. Пісню на відомий мотив «Острів невезення» блискуче виконала Бойкова Васи́ліса. Бліц-конкурс дав нам

зрозуміти, що в критичну хвилину ми здатні згуртуватись і швидко прийняти рішення. За домашнє завдання ми отримали гарну оцінку, бо вклали всі свої сили в планування й виконання останнього конкурсного завдання.

Чого ми досягли, взявши участь у змаганні? По-перше, дружності та взаєморозуміння. Спільна робота зближує, і наш клас переконався в цьому на власному досвіді. По-друге, ми чудово й з користю для себе провели час – під час тренувань, коли готувалися бути справжньою командою, та під час виступу, коли відчули, що стали нею. По-третє, багато хто з нас відкрив у собі нові можливості або навіть таланти.

Ну і, звісно, ніщо так не окриляє, як солодке відчуття перемоги! Ми розділили своє перше місце із командою «Клізма» 8-А класу та ще раз довели, що головне – це дружба. А дружити вміємо, бо знаємо, що для цього потрібно. Виявляється, не так багато: бути здоровим та обожнювати життя!

учні 8-Г класу



Оппа, Mongol style!!!

Монголія – невідома країна безкрайніх просторів...

Всі ми любимо подорожувати. Особливо разом з друзями-однокласниками, з якими вже побували в різних куточках України, а також відвідали багато країн: Румунію, Болгарію, Польщу, Угорщину, Чехію, Словаччину... Ми довго чекали на цю подію: представити країну на сцені, адже це також своєрідна подорож. Щоб підготувати виступ на 15 хвилин, треба дуже ретельно вивчити всі її особливості та традиції, тобто дізнатися про неї якомога більше.

Ми вважали, що впораємося з будь-яким завданням. Адже ми – найдружніші та найамбітніші! Але цього року після отримання завдання вперше були трошечки розгублені. Але на нашому місці, мабуть, замислився б кожен. Нам випало представляти далеку та зовсім невідому країну Монголію.

Але завдання є завдання. І його треба виконати. Перш за все ми повинні були якомога більше дізнатися про цю таємничу країну. І чим більше про неї дізнавалися, тим менш складним здавалося нам завдання показати її на сцені. Монголія виявилася дуже цікавою та самобутньою!

Потрапити до Монголії!

Хотілося бути оригінальними. На нашій сцені ми бачили все: туристичні подорожі, запрошення в гості, героїв різних телевізійних шоу, які мандрували світом. І, на нашу думку, з цим завданням ми впоралися якнайкраще. Мультфільм! Такого ще не було. Кошеня, якому, як він вважає, дуже погано живеться, хоче перетворитися на когось сильного та могутнього. І його бажання здійснюється: він перетворюється на верблюда й потрапляє до Монголії! Але він не звичайний верблюд, а особистий транспорт Монгольського президента... Звичайно, у справжнього президента Монголії немає верблюда, але в казці можливо все. Монголія – неперевершена!



І ось він прийшов... день виступу! Усі себе пречудово почувають, упевнені в собі, бо ми – це одне ціле. 9-В – це сім'я, де кожен із нас щось вносить своє у колектив та є невід'ємною частиною одного механізму. Ніхто навіть уявити не хотів, що трапиться, якщо хтось захворіє, бо розуміли, якщо якийсь гвинтик цього механізму зламається, все може полетіти під три чорти! Все було зроблено чудово, нам єдиним із чотирьох класів скандували: «Молодці!» І це правда! Ми жили цим виступом протягом двох місяців.

Вийшовши на сцену, щоб оголосити результати конкурсу, голова журі сказала: «Грузія, Туреччина – це країни, про які ми вже все знаємо, але ніхто не очікував, що ТАК можна було представити Монголію!» Це, повірте, було надзвичайно приємно! І тут чуємо, що 1-е місце наше!!! Емоції переповнюють. Ніхто з нас не може встояти на місці, ми стрибаємо від радості, скандуємо, майже плачемо. Це неможливо передати, це тільки треба прожити.

Мільйон сердець – одне биття.

9-В – на все життя!

OPPA, MONGOL STYLE!!!



9-А. Перу. Післямова

Перу... Перша реакція: «А це взагалі де?!». Але вже через декілька днів ми дізналися про цю країну стільки цікавого, що полюбили її майже як рідну. Все нас у ній приваблювало: і національні костюми, і музика, і страви. І розпочався процес творчості.



Перу... Далека й загадкова країна. Спочатку всі розгубилися, адже найважче – перші кроки. Одразу вирішили знайти якомога більше інформації, а потім все якось саме почало складатися. Вже звикли до пізніх репетицій, які проходили під час вихідних, тренувань і навіть уроків. Скільки сил та нервів ми вклали у сценарій, декорації. І ось ми вже на сцені. Виступ. Неможливо передати ті відчуття, які переповнювали нас, коли ми чекали на рішення суддів. Майже всі дівчата відверто плакали прямо на сцені. І сльози були спочатку від розчарування, а потім від радості. Мабуть, навіть краще, що нас назвали друзими, адже якщо б не ті хвилини, коли всі вже майже втратили надію на перемогу, то не було б такої шаленої радості від неї.

Анна Кравченко

З початку навчального року ми знали, що маємо представляти країну. Та яку саме, ніхто не знав. Аж тут несподівано для всіх під час жеребкування з'ясувалося, що доведеться розповідати про Перу.

З різних джерел ми дізналися, що ця країна знаходиться в Латинській Америці, перші люди якої були інки. Саме в тропічних лісах Перу починається ріка Амазонка, а національні костюми мають різнокольорове забарвлення. До речі, кожна незаміжня дівчина не дозволяє собі виходити на вулицю без головного убору. Національні танці Перу – це Валіча та Марінера, які ми готували заздалегідь, адже в перуанських народних танцях беруть участь як хлопці, так і дівчата. А навчити танцювати хлопців – це справа не з легких! Ми відкрили для себе цікаву традицію, що під час весілля кожна незаміжня дівчина має витягнути стрічку з торта. До однієї з них причеплена каблучка. Та дівчина, котра її витягне, наступною вийде заміж. На мою думку, ми впоралися з презентацією Перу та достойно посіли перше місце.

Доменіка Ускова



Проект «Свято країн» був для мене не першим, але, як завжди, коли мова йде про творчість, дійсно, унікальним. Згодна, це було важко, всі ми недосипали, нервували, але перемога варта того! Проект згуртував дорослих і дітей, молодших і старших, дав можливість упевнитися в тому, як важливо бути дружньою командою і разом йти до бажаної мети. Бачили б ви, як ми відраховували останні секунди до початку конкурсу, а після оголошення вердикту журі всі вітали один одного, плакали, сміялися, цілувалися... Це запам'ятається назавжди. Ми перемогли! Вражень від конкурсу цілий океан, а приємних спогадів ще більше. Як чудово, що стільки років живе в нашій гімназії ця прекрасна традиція – вітати рідну школу **з Днем народження!**

*Юлія Анатоліївна Квятковська,
класний керівник 9-А класу*

«Miss та Mister»: 2012

Перше вересня, початок занять. Останній 11 клас та видатна подія – День народження гімназії, її 18-річчя!

І, як завжди, ми будемо готуватися до цієї події ще наполегливіше, ще старанніше, бо це останній наш рік у гімназії.

У минулому році ми брали участь у конкурсі й здобули перемогу. Але ж то був десятий клас, а зараз одинадцятий! Хотілося б викласти на всі сто відсотків!

Наш класний керівник Наталія Володимирівна завжди нас підтримувала та вела за собою. От і зараз вона розуміла, що це наш останній рік і треба зробити все можливе, щоб отримати таку бажану перемогу. Тому, не гаючи часу, ми почали готуватися наполегливо, невпинно, не забуваючи про навчання, репетиторів, підготовчі курси. З того моменту, як мене обрали на роль містера, моє життя змінилося. Я розумів, що це велика відповідальність і довіра з боку колективу.

Моєю партнеркою було обрано Надію Тугай. У важкі хвилини під час тренувань та підготовки до конкурсу вона підтримувала мене, завжди була поруч і розуміла, що відповідальність, яка лягла на наші з нею плечі, – це успіх усього класу. Не можу не сказати про друзів, які допомогли одержати перемогу, та що там казати, весь наш клас, кожен, як міг, намагався допомогти!

Танці, домашні завдання, імпрровізація – почалося, закрутилося. Темою конкурсу стало радянське кіно, тобто фільми, на яких зросли наші батьки та вчителі. Я багато разів чув вислови з цих фільмів, а тут випала така нагода передивитися кожен із них та зуміти гідно підготуватися



до конкурсів. Тут на допомогу прийшли мої батьки, які до глибокої ночі тестували мене, яка і з якого кінофільму та чи інша фраза.

Танець. Він повинен бути яскравий і обов'язково вражаючий.

На допомогу, як завжди, приходять друзі. Режисером наших танців був Родіон. Він допомагав нам у постановці, відпрацюванні складних рухів, неймовірних підтримок. Під його керівництвом танець Міс і Містера виглядав бездоганно.

Танець начебто вибрано, але щось не те... Як завжди наш невтомний класний керівник кидає всі свої сили, свою майстерність та фантазію нам на допомогу!

Ще складніше було із домашнім завданням. За жеребом нам випало показати оновлену версію кінофільму «Іван Васильович змінює професію». І знову наш генератор ідей був на висоті! Коли ніхто вже не міг нічого путнього придумати, Наталія Володимирівна за один вечір написала майже весь сценарій!

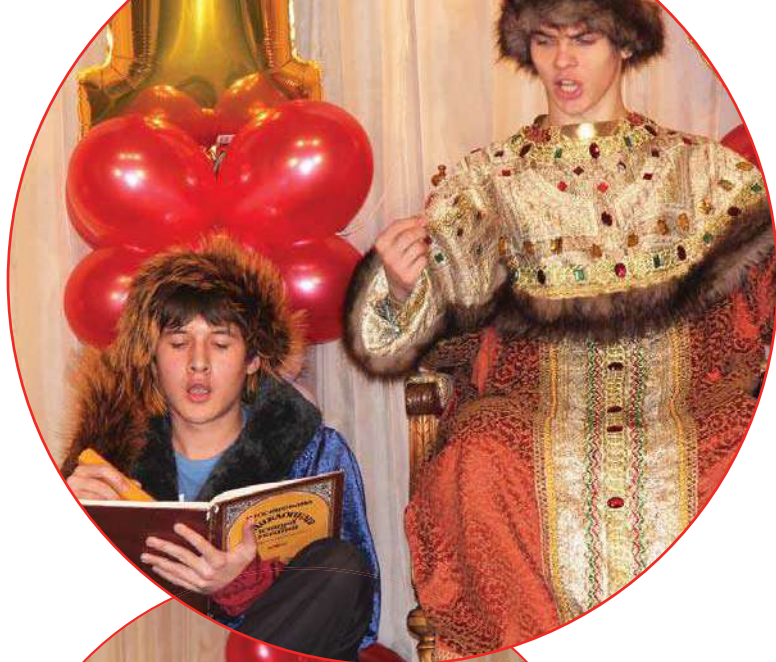
Мої однокласники дивувалися, як можна рік у рік складати такі неймовірні сюжети, які завжди дуже цікаво дивитися.

Все перероблюємо на зовсім інше! Репетируємо до одинадцятої, не шкодуючи сил. Все повинно вийти! І все вдалося цікаво, захоплююче. Зал, затримавши подих, дивився наш виступ.

Дякуючи всім, ми знову отримали перемогу! І дуже хочеться висловити подяку своїм друзям: Мотовиловець Марії, Крюковій Анастасії, Смірновій Юлії, Древинській Валерії, Корх Наталі, Гордієнко Оксані, Заїці Ліні, Парфені Денису, Даниліну Микиті, Шульзі Олександрі, Прокудіну Євгену, Позняк Тетяні, Сотніченко Євгенії.

Особливу подяку хочеться висловити моїй партнерці, «Міс 2012» – Надії Тугай. Низький уклін та величезна подяка класному керівнику Наталії Володимирівні Терещенко. Щиро дякую директору гімназії №315 за те, що влаштовує такі свята та підтримує гідні традиції в нашому навчальному закладі.

*Костянтин Кравчишин,
учень 11-А класу*



Свято вічного вальсу

Є танці, яким дарована вічна юність. Вальс називають «поезією без слів». Він існує більше 200 років і донині користується великим успіхом. А останнім часом збирає випусників з усього Києва на фестиваль – конкурс «Київський вальс»!

Наша гімназія бере участь у цьому конкурсі п'ятий рік поспіль. Для нас це вже традиція, що зближує випусників та зачаровує дорослих. Вальс у виконанні учнів гімназії завжди отримував високу оцінку вимогливого журі на районному конкурсі. Ми були багаторазовими призерами міського фестивалю – конкурсу. А після минулорічної перемоги наші випусники не могли виступити гірше. Підготовка почалася з початком навчального року: продумувалися костюми учасників, створювалася сюжетна лінія виступу та регулярні заняття танцями.

Для цьогогорічного вальсу керівником гімназійного естрадного хору Тимошенко Тетяною Володимирівною була написана зворушлива пісня про шкільні роки та перше кохання. Виконала цей твір випусниця гімназії Іванова Марієтта. Були створені дуже ніжні, біло-рожеві костюми. А керівник гуртка бально-спортивного танцю Родіонова Інна Леонідівна не тільки навчила більшість випусників професійним вальсовим крокам, а й створила незвичайну хореографічну постановку.

Наші зусилля не виявилися марними. Гімназія посіла I місце в міському конкурсі – фестивалі «Київський вальс». Сподіваємося, що ці перемоги стануть традицією для наших випусників.

*Ольга Володимирівна Бурканова,
заступник директора з виховної роботи*





Наші зелені друзі

Є така приказка, що кожна людина за своє життя повинна побудувати будинок, виховати сина та посадити дерево. А чи задумувалися Ви, чому у цьому ряді здавалося б особистих речей є пункт «Посадити дерево»? Чому це важливо для кожної людини?

Якось одна знайома бабуся розповіла мені, що коли вона ще була дівчинкою, вони у суботник саджали алею каштанів. Це були маленькі саджанці. Компанія підлітків була велика, робота йшла весело, і за день вони висадили цілу алею.

Пройшло багато років і нещодавно бабуся приїхала на те місце. Вона його не впізнала. Як красиво там зараз... зелений парк, великі дерева. Як приємно було бабусі, що справа її рук дала такі плоди та приносить таку радість людям. Вона це розповідала з такою гордістю, що аж світилася.

Розповідь бабусі так захопила мене, що і мені захотілося залишити після себе слід, Такий же чудовий як і вона. Нещодавно ми з однокласниками саджали дерева біля своєї школи. Я обрала шовковицю і посадила її прямо навпроти вікон нашого класу. Тепер, проходячи повз дерева, я слідкую, як воно росте, і на душі завжди стає тепло, радісно.

*Марія Яременко,
учениця 4-В класу*





БЕРЕЗА

Весь день дрожит без листиков береза,
Ведь знает, что наступят холода.
Наверное, боится она мороза,
Боится, что зима наступит навсегда...
Но вот посыпал снежок первый,
Береза удивлена была,
Ведь не знала, что от зимнего мороза
Спасут ее пушистые снега.

ПОГОДА

Тучи окутали небо,
От злости смолчать не смогли,
Гром прогремел где то
Пролились на землю дожди.
Стрелы молний пронзали
Насквозь облака.
Ватные тучи дрожали,
Ветер ругался шумя.
Вдруг радуга проснулась,
Дождь испугался ее.
Небу она улыбнулась,
И стало на сердце светло.

СНІГУР

Снігом все заповорило,
Нікого з птахів нема.
І ось тільки там на гілці, пташечка сидить
одна.
Груди в неї всі червоні,
У очах помітно сум,
Розуміє, що не вдома, і про дім багато дум.

Юлія Величко,
учениця 7-Б класу



Замітки про здоров'я



Міцне здоров'я й довге життя – найглобальніша людська мрія. У Біблії говориться, що кожна людина повинна прожити не менше 120 років.

«Я люблю життя й хочу жити», – цими словами зі студентської пісні можна висловити найпотаємніше бажання кожного із нас, а «багатство і слава – дрібниці, якщо немає здоров'я».

Щоб бути здоровим, необхідно знати, як зберегти й зміцнити власне здоров'я та здоров'я своїх дітей.

Наука, що вивчає здоров'я, називається валеологією. Побутує помилкове твердження, що валеологія – наука про здоровий образ життя. Однак образ життя – це не лише наявність чи відсутність шкідливих звичок, це рівень добробуту, культури, освіти, медичної активності, а вплив образу життя на здоров'я людини – це предмет дослідження соціальної гігієни.

В 1948 році Всесвітня організація охорони здоров'я так визначила поняття здоров'я: «це стан повного фізичного, духовного й соціального добробуту, а не лише відсутність хвороб чи фізичних дефектів».

Велика кількість учених продовжує пошуки критеріїв здоров'я. Академік М. М. Амосов впровадив поняття «кількості здоров'я». В 1988 році професор Г. Л. Апанасенко (м. Київ) запропонував методику експрес-діагностики й оцінки рівня фізичного здоров'я. Тільки його «безпечний» і високий рівень забезпечує розвиток загальної витривалості і якості життя.

Неможливо придбати здоров'я, його можна лише заробити, доклавши зусиль:

- 50% успіху залежить від стилю життя;
- 20% – від екології;
- 20% – від спадковості;
- 10% – від медицини.

«У здоровому тілі – здоровий дух – велике благо». Лише Ви самі можете зробити себе здоровими. Існують різноманітні системи оздоровлення. Наприклад, Г. Лувсан, голодування за Ю. С.

Ніколаєвим, Подем Брегом, східна система Хатха-йога за Г. М. Танєєвою, шість золотих правил японської системи Кацудзо Ніши, методи вчителя П. К. Іванова, різноманітні аутотренінги, методика В. В. Євменова, практичне керівництво за системою До-Інь, в якій розглядаються функціональні розлади організму як наслідки енергетичних пробок. Кожен може за допомогою власного біополя, використовуючи контактний біоенергетичний масаж, усувати ці розлади.

Й. В. Гете казав: «Те, що людина не розуміє, тим вона не володіє». Це означає, що на шляху до оволодіння здоров'ям стоїть інша першочергова задача – його розуміння.

Для збереження та зміцнення здоров'я необхідно:

- завжди пам'ятати, що тіло – це єдине ціле, найвища форма прояву життя. «Наша система у вищій мірі саморегулююча, самопідтримуюча, самовідновлювана й навіть самовдосконалююча» (І. П. Павлов);
- не переїдати, харчуватися натуральною їжею, виключити тонізуючі напої;
- загартовуватись, збільшувати рівень витривалості, виконуючи щоденні фізичні навантаження, проходити 3, 5, 10 км кожного дня;
- правильно чергувати працю й відпочинок;
- бути господарем власних емоцій;
- поважати закони природи й жити з нею в гармонії та з Богом у серці;
- допомагати тим, хто поряд, іти шляхом самовдосконалення;
- здача гомеопатичного лікування – сприяти благополучному фіналу.

Головне – це бажання бути здоровим!

*Тетяна Іванівна Пономаренко,
лікар, бабуся учнів гімназії*



ЗСЖ очима дітей!

Усі навколо говорять про «здоровий спосіб життя», але кожен під цим висловлюванням розуміє щось своє. Адже спосіб життя не може бути універсальним одночасно для всіх, до того ж розуміння «здоровий» теж суб'єктивне. То що ж воно таке і як це «жити здорово»?

Якщо говорити загально, то це «спосіб життя окремої людини з метою профілактики хвороб і зміцнення здоров'я». Якщо вдатися до конкретики, то під здоровим способом життя розуміють «оптимальний режим роботи й відпочинку, збалансоване харчування, достатню рухову активність, дотримання правил особистої гігієни, загартовування, відсутність згубних звичок, любов до людей, позитивне сприйняття життя». Результат — психічне, фізичне здоров'я людини. Від нього залежить майбутнє не лише кожного окремо, а і всього суспільства. Тому важливо прищеплювати дітям навички здорового способу життя. Давайте подивимося, як же його розуміють сучасні діти.

«Здоров'я неможливо відновити. Паління, алкоголь, наркотики – це все непотрібні людям речі. Я вважаю, що здорова їжа краща за фаст-фуд, а чай кращий за алкоголь. Спорт теж корисний для здоров'я. Я, наприклад, займаюся бально-спортивними танцями, розвиваюся духовно і фізично».

Олександр Пономаренко

«Люди повинні розуміти, що коли вони псують своє здоров'я, вони роблять гірше собі й тільки собі. Від здоров'я залежить багато чого, а головне – життя».

Альона Білошицька

«Займаючись власним оздоровленням, я намагаюся поєднувати корисне з приємним: часто гуляю на вулиці, буваю в парку. На моєму подвір'ї є турнік, і я час від часу тренуюся на ньому. Ми з сім'єю часто їздимо на відпочинок, наприклад, на море. А минулого року були в горах у Румунії. Відвідуючи різні культурні пам'ятки, я розвиваюся не лише фізично, а й духовно».

Дмитро Кравчук

«Я вважаю, що підліткам та дітям потрібно вести здоровий спосіб життя. Не пити, не палити, не вживати наркотиків. Краще за все займатися спортом або хоча б побільше виходити на вулицю та проводити час на свіжому повітрі. На світі є багато видів спорту, чому ж не обрати той, який подобається найбільше? От мені до вподоби займатися плаванням. Воно тримає мене в формі і взагалі дуже корисне для здоров'я. Нещодавно в нас проводився конкурс між школами на тему «Здоровий спосіб життя». Я вважаю, що він дуже важливий та потрібний для того, щоб закликати підлітків до здорового способу життя. Мені сподобався цей захід. До речі, наша команда зайняла перше місце».

Даніель Паредес

«Я вважаю, що в кожного є свій власний шлях, вибір, доля. Кожен сам вирішує, як йому одягатися чи поводитися, які звички мати та який спосіб життя вести».

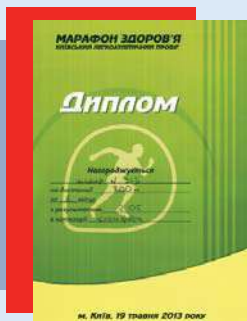
Каталіна Шкуро

«Коли я дивлюся на дівчат, які палять або вживають алкоголь, мені стає шкода їх та їхніх батьків, адже вони вбивають своє здоров'я й це зовсім не модно. Як я оздоровлююся та сліdkую за здоров'ям? По-перше, не палю, не вживаю алкоголь і тим паче наркотики. По-друге, щоб підтримати свій фізичний стан, я ходжу на танці та в спортзал. Також намагаюся проводити якомога більше часу на свіжому повітрі, їсти корисну їжу».

Анжела Сацюк

«Кожного літа я з сім'єю виїжджаю до бази відпочинку в Конча-Заспі. Там я ходжу з друзями на рибалку, ми купемося, граємо у футбол, волейбол, настільний теніс. А взимку я разом з татом ходжу до басейну у клуб підводних мисливців. Ось так я оздоровлююся взимку».

Нікіта П'ятаков



Вітаємо збірну команду гімназії №315, яка посіла I місце у Київському легкоатлетичному пробігові «Марафон здоров'я» (категорія: шкільна естафета). Склад команди: Мельник Ігор (10-Б клас), Пономаренко Олексій (10-Б клас), Абрамов Андрій (10-А клас), Колесников Костянтин (10-В клас), Лопатьєва Олександра (10-В клас), Ріжок Ольга (10-В клас), Мартинчук Інна (10-Б клас), Деркач Валерія (11-В клас). Так тримати!



Автор «Маленького принца» Антуан Сент-Екзюпері говорив про єдину розкіш – розкіш людського спілкування. Адже, за висновками психологів, без спілкування неможливий розвиток людини: як особистості і як індивідуальності

Спілкування розвиває емоційну сферу, оскільки партнер у спілкуванні провокує один у одного певні емоції, а також вольові якості в тому випадку, якщо ситуації спілкування привчають людину до зібраності, наполегливості, рішучості. Спілкування має велике виховне значення, оскільки розширює загальний світогляд людини, є обов'язковою умовою формування загального інтелекту, мислення, пам'яті.

Уміння спілкуватись передбачає певний рівень психологічної культури: вміти розуміти співрозмовника та обирати відповідні способи звертання, щоб адекватно відповідати на їх поведінку. Спільна діяльність, її зміст та умови виконання вибудовують таку модель міжособистісної взаємодії, коли кожен з учасників послідовно впливає своїми вчинками на інших і, таким чином, змінює свої дії під їх впливом.

У нашій гімназії 14 грудня 2012 року на День Наума відбувся семінар – психологічна «творча майстерня» для молодих психологів м. Києва на тему «Розвиток комунікативних навичок школярів з підвищеною тривожністю». На заході були присутні 35 психологів та 5 методистів із психології міста та району.

Учасники семінару із задоволенням ознайомилися і взяли на озброєння досвід роботи психологів гімназії Музики Ганни Степанівни, Рикової Віталіни Вікторівни, Середюк Надії Петрівни. Було показано практичне заняття з елементами тренінгу, розвивальні вправи з групою учнів 7-х класів. Вони були спрямовані на оволодіння психологічними прийомами подолання тривожності, відчуття страху, підвищення самооцінки, вміння налагоджувати дружні та ділові стосунки між однолітками.

Під час заняття учні активно висловлювали свою думку, вчилися співпрацювати один з одним у злагоді та порозумінні, підтримувати одне одного та доповнювати ідеї друзів. В ігровій формі школярі оволоділи способами, які дозволяють розвинути в собі впевненість, як будь-яку іншу якість.

Ось декілька таких прийомів:

1. Згадайте моменти, коли ви були максимально впевнені у собі. Згадали. Тепер постарайтесь викликати ті відчуття, які ви тоді відчували.

2. Потім натягніть на зап'ястя гумову стрічку. Коли відчуєте напад невпевненості, натягніть її і відпустіть. Для вас це буде умовний знак, що треба зупинити своє хвилювання.

3. Після цього викликайте у себе попередній стан – стан впевненості, як зазначено вище. Якщо вдалося, треба цей стан закріпити хорошими емоціями, наприклад, з'їсти шоколаду.

4. Слідкуйте за своєю поставою, ходою. Ваші жести повинні бути виразними, не сутультеся, розправте плечі.

5. Намагайтеся дивитися людині в очі, спробуйте деякий час не відводити погляду. Навчіться за його допомогою передавати необхідні вам емоції.

Ось так, поступово, крок за кроком, входьте в образ впевненої людини. І можливо спочатку це буде лише образ, а вправі будуть вам здаватися важкими. Але з часом відчуєте, що стали більш впевненими.

І головне – посміхайтесь. Адже усмішка – одна з найголовніших ознак впевненої людини.

Учасники тренінгового заняття спробували звільнитися від неприємних відчуттів тривоги і страху за допомогою малюнкових методик і вправ, які були спрямовані на покращення емоційного стану і вміння керувати своїм настроєм та знаходити вихід із складних ситуацій.

Наприкінці заняття тренери Середюк Н.П. і Рикова В.В. довели учням, що найдорожчим скарбом на землі є кожен із нас, з усіма позитивними та негативними якостями. І жодна з коштовностей не може замінити неповторної людської особистості.

Команда тренерів отримала схвальні відгуки від учасників та гостей семінару за злагодженість, логічність та майстерність у висвітленні теми під час проведення даного тренінгу.

Психологічна служба гімназії №315

Наші нагороди в 2012-2013



