



## В этом выпуске:

Мы вернулись! 2

Эхо воспоминаний 2

«Гимназист»  
покоряет  
вершины! 3

С каждым годом  
всё краше и ярче! 3

Новый коллектив —  
новая жизнь 4-5

Особая школьная  
форма 6

Советы  
первоклассникам 7

Жизнь взаимы 8

## Школа зовёт!



**Яркие букеты, взволнованные дети, воздушные шары и флаги... Это уже знакомо каждому из нас. А что первоклассники думают о школе? Давайте спросим у них!**

Первое сентября — очень ответственный день для всех нас, но особенно он важен для детей, впервые переступивших порог гимназии. Наши корреспонденты побеседовали с первоклашками и задали простые вопросы:

### 1. Кем хочешь стать, когда вырастешь?

- балериной (*Румянцева Софья, 1Б*)
- спортивной гимнасткой (*Голубева Арина, 1Б*)
- хочу стать зубным врачом (*Тарасенко Сося, 1Б*)
- я стать хочу космонавтом, потому что я не знаю, как там садятся за руль (*Алексеев Семен, 1Б*)
- метеорологом, потому что там можно самому узнать погоду и всем рассказать, и тебя будут показывать по телевизору (*Харченко Данил 1Г*)
- музыкантом (*Саша Киняк 1Б*)

### 2. Хотел ли ты идти в школу? Почему?

- да, потому что можно узнать много чего интересного, там не надо спать в обед, на перемене можно побегать. Ещё хотел узнать, откуда добывают шоколад (*Харченко Данил, 1Г*)
- да, потому что тут можно тренироваться и найти хороших друзей (*Голубева Арина, 1Б*)
- да, потому что там будут очень хорошие дни, пока я буду в школе, а потом, если я не буду в школе, тогда я просто ничего не буду знать. (*Алексеев Семен, 1Б*)

### 3. Тяжёлый ли у тебя рюкзак?

- не слишком (*Голубева Арина, 1Б*)
- ну, тяжеловатый немножко, но так себе (*Тарасенко Сося, 1Б*)
- не тяжёлый (*Алексеев Семен, 1Б*)

*С первоклассниками знакомилась  
Харченко Мария, 10Э*

# Мы вернулись!

«Снова в школу» — под этим девизом первого сентября тысячи школьников нашей страны направлялись в свои учебные заведения. И одна лишь мысль крутилась в голове у всех: «Поскорее бы отдохнуть!». Кажется, только вчера все кричали: «Ура, каникулы!», а сегодня стоят на праздничной линейке в школьной форме и принимают поздравления с Днём знаний.

К сожалению, летние каникулы всегда имеют свойство пролетать быстрее, чем урок длиною в сорок пять минут. Но начало учебного

года — не повод расстраиваться! Впереди нас ждёт насыщенный год, наполненный яркими событиями. Ведь без этого в нашей гимназии никак! А мы, редакция, в свою очередь, осветим эти события и всеми силами постараемся скрасить школьные будни жизнерадостными страницами «Гимназиста».

Летом члены нашей редакции побывали в ВДЦ «Океан» на смене «Океанский медиапарад». Эта смена собирает самых лучших и талантливых молодых журналистов нашей

страны. Марченко Полина и я (Чучман Валерия) представляли газету «Гимназист» в «Океане». Там же мы прошли обучение в океанском медиацентре по направлению «Пресса» и привезли с собой гору идей и море вдохновения. И все эти «горы» и «моря» мы направим на преобразование нашего школьного информационного издания, чтобы вам, дорогим читателям, было всегда интересно и познавательно читать школьную прессу.

Помимо этого, у нас появилась рубрика о новых

учителях, пополнивших ряды нашей гимназии. И, наконец-то, у «Гимназиста» появился новый индивидуальный дизайн. Теперь страницы нашей газеты стали ещё ярче, красивее и приятнее для чтения.

Ещё в нашей редакции появились новые корреспонденты! Они полны энтузиазма и готовы работать с нами.

Желаем всем успешного начала учебного года и только отличных отметок!

*От сердца и души,  
ваша редакция*

## Эхо воспоминаний

Трагедия в Беслане отзывается в душах людей каждое первое сентября. Этот праздничный день стал трагическим не только для всей Северной Осетии. В этот день дети, которые собирались войти в школьную жизнь, стали заложниками в собственной школе. Бесланская трагедия унесла жизни 354 человек, среди погибших 186 детей. Осада закончилась, но победителей в ней не было.



Минута молчания. Фото: Дольник Анастасии, 10Ф

3 сентября прошла линейка памяти Беслана для учеников младших и средних классов. Линейка торжественно проходила в спортивном зале. Атмосфера бы-

ла траурная, на улице шёл дождь.

В начале мероприятия ведущие познакомили всех с историей, произошедшей 10 лет назад. Потом дети

возложили цветы к стендам с памятными фотографиями.

После минуты молчания линейка была продолжена на улице. Ребята выпустили

в небо белые воздушные шары в память о случившемся с их сверстниками.

Мы будем всегда помнить об этой трагедии.

*Дольник Анастасия,*

## «Гимназист» покоряет вершины

Уже третий год я занимаюсь в секции «Тайга». Этим летом мы сходили в поход, который проходил в горах Киргизии.

За 11 дней мы прошли 150 км. Этот поход был очень трудным, из 11 участников полностью его прошли всего 6 человек, одним из которых был я. В горах было очень холодно, часто шёл дождь и иногда даже град. Во время похода мы шли по леднику. Он достигал 300 метров в глубину, и в нем были такие огромные трещины, что если в них кинуть камень, то не услышишь, как он упадёт.

За время похода мы преодолели 4 перевала: Антор, Арчатор, Телеты и Алакель. Их высота почти 4000 км над уровнем моря. Все они были сильно заснежены. Когда мы ночью стояли и смотрели на звёздное небо, создавалось такое ощущение, что нас сейчас раздавит. Было видно, как



падают звёзды и как близко летают самолёты.

В пути мы наблюдали за сходом лавин, одна из которых чуть не задела нас. Мы видели, как из горного озера начинается огромный водопад, как гонят целый табун лошадей, как из норки в норку бегают маленькие сурки и как за

нами по перевалам скачут горные бараны...

Поход мне очень понравился, мы сделали огромное количество фотографий. Жаль, что всю красоту гор нельзя передать на обычной фотографии.

Я всем советую хоть один раз сходить в такой горный поход. Вместе со

мною весь путь прошла наша школьная газета «Гимназист». И на спуске с перевала Алакель я подарил её одному израильскому туристу.

*Путешествовал  
Таранов Даниил, 9К*

ПОЗДРАВЛЯЕМ!



## С каждым годом всё ярче и краше!

25 сентября нашей гимназии исполняется 24 года. В честь этого события мы публикуем стихотворение Выговского Ильи из 2Г. С Днём рождения, гимназия!

Двадцать четыре – совсем молодая,  
Полная сил и желанья учить.  
Нашу гимназию мы поздравляем,  
Будем её и беречь, и любить.

Двадцать четыре – скромная веха,  
В пыли веков, как мгновенье, года.  
Мы пожелаем счастья, успеха  
И не забудем тебя никогда.

Конец сентября  
Часто хмур и уныл.  
Но светятся счастьем  
Знакомые лица.

О празднике этом никто не забыл.  
Сегодня мы будем усердней учиться.

И нет среди нас,  
Кто б тебя не любил,  
И каждый готовит  
Тебе пожеланье.

«Гимназия Два» -  
Это только название.  
Для нас ты всегда  
Будешь «Номер Один».

# НОВЫЙ КОЛЛЕКТИВ — НОВАЯ ЖИЗНЬ

**Смена обстановки и привычного окружения людей – это всегда непросто. Зачастую те, кто приходят в новый класс, боятся не найти общего языка со сверстниками. Но что делать тем, кого эта проблема коснулась напрямую?**

Если по каким-либо обстоятельствам тебе пришлось покинуть свою старую школу и перейти в новую, в первую очередь постарайся не бояться и не расстраиваться сразу же. Особенно не стоит заранее придумывать проблемы и из-за них огорчаться, ведь жизнь непредсказуема, и всё может обернуться иначе.

Вспомним сюжет типичного американского фильма о подростках и их проблемах: главный герой переезжает с семьёй в другой город, приходит в новую школу и оказывается в ней изгоем. Чаще всего, изгоями в школе становятся те, кто не соответствует «популярным» ученикам или не поддерживает их.

Как обычно бывает по сценарию, этот новенький-изгой находит себе компанию таких же, как и он, изгоев, или же они сами его находят. Это я к чему? К тому, что не стоит бояться большого количества незнакомых людей, ведь чем их больше, тем больше вероятность найти свою родственную душу или

просто схожего с твоими интересами человека.

Но всё-таки бывает и так, что в новом классе оказываются непереносимые личности, унижающие или раздражающие тебя. В таком случае следует рассказать о своих проблемах классному руководителю, дабы он повлиял как-то на недоброжелателей или же перевёл тебя в другой класс. Но если такой возможности тебе не предоставят и всё останется так, как есть, главное – не смей опускать руки и позволять вытирать об тебя ноги. Будь сильнее, поддерживай связь со своими старыми друзьями, рассказывай им о том, как прошёл твой день, каких целей ты уже достиг или удалось ли тебе сделать ещё пару шагов к заветной цели. Можешь поделиться своими негативными эмоциями, дабы получить пару советов и поддержку.

Вообще, для чего мы ходим в школу? В чём заключается основная задача каждого ученика? А заключается она в том, чтобы получить знания. На втором месте уже стоит общение и отношение с окружающими. Так что, если новые знакомства у тебя не завязываются, можешь погрузиться в учебу. Отвлекать тебя никто не будет, и ты сможешь легко сосредоточиться.

Чаще вспоминай, что перемены — к лучшему, и именно так всё и будет.

*Помогала ужиться  
в коллективе  
Мухина Дарья, 10Г*

- Новенькому в классе рекомендуется самому проявлять инициативу в общении. Чтобы знакомство с одноклассниками произошло как можно быстрее, можно записаться с ними в школьный кружок или секцию.
- В процессе знакомства желательно соблюдать принцип золотой середины, то есть не робеть, но и не стараться понравиться всем сразу. Попадая в новый коллектив, необходимо всегда оставаться собой, но при этом учиться находить общий язык с другими ребятами. И главное – никогда ничего не бойся.
- Никогда не стоит обсуждать с новыми одноклассниками порядки в классе и членов коллектива. Дело в том, что можно прослыть сплетником, а это может настроить против тебя остальных.
- Если ты чувствуешь себя душой компании, легко находишь темы для разговоров и веселишь окружающих, пользуйся этим бонусом. Но не стоит всеми силами пытаться играть роль лидера, если такой уже есть в классе, либо в коллективе равноправие. Если люди захотят, со временем ты почувствуешь, что они сами выдвигают тебя на роль лидера.
- Чтобы лучше влиться в коллектив, постарайся подружиться с одноклассниками, ведь чем больше будет круг твоего общения, тем проще тебе будет. Иными словами – проявляй интерес.
- Постарайся запомнить имена всех ребят, с которыми знакомишься. Людям приятно, когда к ним обращаются по имени.
- Веди себя естественно.
- Приходя утром в класс, обязательно здоровайся. Делать это с каждым персонально не обязательно, общего «Привет!» с улыбкой на лице будет вполне достаточно.
- Чаще улыбайся, с солнечным, улыбчивым человеком общаться приятно.
- Если не знаешь чего-то, не стесняйся, спроси об этом у одноклассников. Многим нравится, когда к ним обращаются за помощью.
- Если кому-то из твоих одноклассников грустно, осторожно расспроси о том, что случилось, и предложи свою помощь. Иногда даже от простого участия человеку становится лучше.

*Советует школьный психолог  
Дацко Н. Б.*

**Мы решили опросить новеньких учеников 10-й параллели и увидели, что их ответы во многом отличаются. Кто-то сразу влился в коллектив, а кто-то всё ещё «сидит один на последней парте».**

1. Как тебе новые одноклассники и школа в общем?
2. Кажется ли сложной школьная программа?
3. Кому из учителей ты можешь отдать наибольшее предпочтение?
4. Легко ли тебе находиться в новом коллективе?
5. Охарактеризуй начало учебного года в новой школе одним словом.

1. Одноклассники хорошие, на уроках спокойно и тихо.
2. Школа мне нравится. Программа кажется не особо сложной.
3. Учителям русского, биологии и химии.
4. Так как коллектив новый, иногда бывает сложно, но всё уже начинает улаживаться.
5. Начало.



1. Хорошие ребята, конечно, не со всеми ещё нашла общий язык, но все добрые и милые.
2. Школьная программа не кажется сложной, так как в моей старой школе она была намного сложнее.
3. Наибольшее предпочтение я могу отдать своему учителю японского языка — Татьяне Николаевне, потому что у неё интересные и познавательные уроки.
4. Так как я человек не совсем коммуникабельный, то поначалу было сложно, но сейчас уже всё легко, дружно.
5. Неловкость.



1. Одноклассники обычные. Не то, чтобы мне не нравились, но я чувствую, что весь следующий год просижу одна на последней парте у окна. Школа странная. Странная в том смысле, что там темно, а ещё довольно непривычная планировка. Как в лабиринте – не знаешь, куда идти. Больше всего нравится, пожалуй, что есть японский язык, не нравится, что в гимназии мне как-то невыносимо тоскливо. Странное чувство, в местах, в которых я училась до этого, такого не было. Когда вспоминаешь о школе, то сразу в голове всплывают темные коридоры, ограничения на окнах, жвачка на батарее.
2. Школьная программа не особо сложная. Но в гимназии учителя относятся к своим предметам довольно серьёзно, возможно, даже чересчур. Приходишь домой, делаешь уроки и ложишься спать. В то время, как у моих друзей-десятиклассников из других школ есть достаточно свободного времени.
3. Из учителей мне больше всего нравится учитель биологии — Наталья Арнольдовна. Она очень интересно рассказывает, её приятно слушать. Да и биология – мой любимый предмет, поэтому мне важно, чтобы её вел хороший учитель.
4. Не особо легко. Мне вообще сложно находить с кем-то общий язык, но тут особенно трудно.
5. Тоска.



Опрос проводила  
Нуязина Софья, 9К

## «И один в поле воин»



**ФИО:**

Брюшкова Ирина Николаевна

**Предмет:** английский язык  
в начальных классах

**Любимый фильм:**

«Босиком по мостовой»

**Любимая книга:** Габриэль Гарсия Маркес «Сто лет одиночества»

**Хобби:** танцы, рисование

**Что отличает Вас от других:**

новый взгляд на привычные вещи

**Ваша мечта:**

стать хорошим учителем

**Любили ли вы школу?**

Да! Особенно русский и литературу

**Фраза, ставшая Вашим девизом:**

«И один в поле воин»

**Что Вы цените в учениках:**

внимательность  
и дисциплинированность

**Что вдохновляет Вас в вашей работе:** общение с детьми

**Почему именно Гимназия №2?**

только здесь появляются и воплощаются в жизнь новые идеи, эта школа находится в центре развития новых технологий.

**Ваши пожелания ученикам:**

уделять больше времени на выполнение домашних заданий и быть более внимательными на уроках.

# Особая школьная форма

Лето пролетело у каждого по-разному, но все мы потеряли «рабочий» настрой. Что поможет нам прийти в форму? Может быть сыр? Нет, он только заставит нас улыбнуться на фотографии. Хотя...



«Почему так много домашнего задания? Мы ведь только с каникул вернулись!», «Вроде бы только второй урок, а уже спрашивают. Я не справляюсь!».

**«Адаптация к нагрузкам после длительного отдыха – закономерный процесс, и у каждого ребенка он проходит по-своему»**

**Дацко Н.Б.,  
школьный психолог**

Признайтесь, за первый учебный месяц каждый хоть раз прокрутил эти фразы в голове. Но не спешите сваливать всю вину на учителей, ведь не они совсем забыли про учёбу летом, а мы! И нельзя всё это так оставлять. Давайте как можно скорее вернёмся в учебный режим, а поможет нам в этом школьный психолог Наталья Борисова Дацко: «Адаптация к нагрузкам после длительного отдыха – закономерный процесс, и у каждого ребенка он проходит по-своему. Так, ученикам начальной школы необходимо от 1,5 до 3-х месяцев, чтобы полноценно включиться в школьную

жизнь, пятикласснику достаточно одного месяца, а старшеклассники преодолевают этап за 2-3 недели»

**Раз овечка, два овечка, три...**

Все мы знаем о том, что для успешной работы головного мозга нам нужен здоровый, долгий сон. По статистике, современные школьники уделяют сну намного меньше времени, чем школьники прошлых поколений. Тридцать лет назад ученики видели сны около 9 часов, наши же подростки спят около 6,5 часов! Отсюда и такая усталость. Если вы знаете, что завтра вас ждёт тяжелый день в школе, немедленно выключайте компьютерные игры, садитесь за уроки. Чем раньше вы ляжете в кровать, тем лучше вы напишете контрольную по математике, образно говоря.

**Комментарий психолога:** «Согласно нормам школьники младших классов должны уделять сну не меньше 10 часов, дети от 11 до 16 лет — не меньше 8 часов, а подростки 16-18 лет — от 7,5 до 8 часов. И

не минутой меньше. При таком режиме головной мозг и центральная нервная система отдыхают, а весь организм — восстанавливается».

**«Мы – это то, что мы едим»**

Так говорил философ Гиппократ ещё очень давно. И он был прав. При правильном питании мы становимся более активными и нам легче воспринимать информацию. В рационе школьника обязательно должны присутствовать белки, жиры, углеводы и витамины. Также должны присутствовать продукты, содержащие необходимые для жизнедеятельности минеральные соли и микроэлементы: йод, железо, фтор, кобальт, селен, медь и другие.

**Комментарий психолога:**

«Самой необходимой «пищей для мозга» в период активной умственной деятельности считается холин и лецитин. Эти элементы в большом количестве содержатся в молоке, сыре (а вот и он), яйцах, рыбе и печени.

Ещё одним бесценным элементом является магний, он содержится в орехах, гречке, какао, бананах, семечках, печёном картофеле. Также в рационе школьника обязаны присутствовать продукты, содержащие необходимые минеральные соли и микроэлементы.

Включите эти продукты в свой рацион и тем самым вы облегчите этап включения в учебную деятельность».

## 10 советов о том, как хорошо учиться в школе:

1. Будьте активны и внимательны на уроках;
2. Задавайте вопросы учителю;
3. Делайте пометки на уроках;
4. Регулярно выполняйте домашнее задание;
5. Не ленитесь заниматься дополнительно;
6. Старайтесь быть организованным, составляйте план;
7. Создайте для себя мотивацию;
8. Не оставляйте всё на «потом»;
9. Больше читайте;
10. Не сдавайтесь, и у вас всё получится!



Надеемся, что эти советы помогут вам достичь желаемых результатов, и вы начнёте учиться в полную силу. А нам остаётся только пожелать вам удачи, отличных оценок и плодотворного учебного года!

*Помогла адаптироваться  
Марченко Полина, 10Э*

# Советы первоклассникам

1 сентября 2013 года я пополнил ряды первоклассников гимназии №2. Различные чувства переполняли меня. Гордость, что я уже взрослый и осталась позади детсадовская песочница с ведёрком и лопаткой в ней. Страх: справляюсь ли я со школьной программой, найду ли общий язык с учителями и одноклассниками? Я прожил этот непростой для меня год и хочу поделиться советами с теми, кто пошёл в первый класс в этом году. Может быть, мои простые советы рассеют чьи-то страхи, вселят уверенность в собственных силах, помогут организовать свою учёбу так, чтобы времени хватало, как говорится, на дело и на потеху.

**Совет первый.** Не стесняйся гордиться тем, что ты идешь не в простую школу, а в лучшую в городе. Ты везунчик, а везунчики не плачут. Утри слёзы по любимой воспитательнице и детсадовской запеканке. Возможно, чувства к учительнице будут не менее сильными, а пирожки в школьной столовой не менее вкусными.

**Совет второй.** Подготовь дома своё рабочее место. Не доверяй родителям! Продумай всё до мелочей: на какой полке будут жить твои тетрадки, а на какой – клей, бумага и пластилин.

**Совет третий.** Научись планировать свой день. Договорись с собой, любимым, сколько времени ты потратишь на приготовление домашних заданий, а сколько – на отдых. И не забудь про паузы. Ведь в школе тоже есть между уроками паузы – переменки. Заполни эти паузы общением с домашними питомцами, полей цветы, спой что-нибудь громко, сделай «мостик». Вот увидишь, после такой паузы настроение резко поползёт вверх, и работа будет спориться.

**Совет четвёртый.** Позаботься заранее о материале для уроков труда. Не ленись, собирай красивые веточки, жёлуди, яркие семена, колоски, камушки, ракушки. Ска-

жу по секрету: всю первую четверть на уроках труда вы будете изготавливать поделки из природного материала, поэтому сделанные тобой запасы обязательно пригодятся.

**Совет пятый.** Участвуй всегда и во всём. Я имею в виду классные и школьные мероприятия. Если я, например, не участвую в каком-нибудь мероприятии, то чувствую себя одиноким пловцом на дрейфующей льдине, а где-то вдали огромный корабль, где разноцветная иллюминация, смех, песни, танцы. Так и ты: скорее взбирайся на корабль и радуйся даже самой маленькой роли.

**Совет шестой.** Не вздумай расставаться с любимым кружком, спортивной секцией, художественной студией, музыкальной школой. Первый класс – это не повод лишиться себя личной жизни! Научись совмещать школьную учёбу с дополнительным обучением. И тогда твоя жизнь станет яркой и насыщенной интересными событиями. Ведь ты удвоишь не только знания, но и преумножишь друзей.

**Совет седьмой.** Да, в школьной программе много дополнительных уроков, будь к этому готов. Тебя научат, как правильно пи-



таться, что делать в трудных жизненных ситуациях, как сплести поделку из бисера, петь в хоре и познакомиться с английским. Не жалуйся другим на горькую твою долю, а будь благодарен судьбе: все эти нужные знания ты получишь, не выходя из школы и абсолютно бесплатно!

**Совет восьмой,** последний. Воспринимай свою школу как маленькое солнышко, а весь её персонал – как его лучи. И тогда ты с радостью потянешься сюда за теплом, согреешься сам и согреешь тех, кто рядом. Так оно и будет, уж мне-то поверь.

*Посоветовал  
Выговский Илья, 2Г*

# Жизнь взаимы

Во всём мире люди, от мала до велика, читают произведения Эриха Марии Ремарка. В довольно простой форме он выражает глубочайшее сочувствие всем людским судьбам и показывает жизнь с её обратной, светлой стороны.

Невозможно переоценить то влияние, которое оказывает «Жизнь взаимы» на своих читателей. Своей щемяще-меняющей простотой роман немецкого писателя Эриха Марии Ремарка завоевал как сердца «потерянного поколения» в 1959 году, так с лёгкостью придёт по душе и современному подростку, избалованному благополучием.

Суть проста – Лилиан, молодая девушка со страшным диагнозом, заточённая по собственной воле в санатории высоко в горах, в отчаянии хватается за тонкую



нитьку в клубке свободы. Этой ниткой по случайности оказался автогонщик

*«Ведь всё зависит от себя самого, от того, как ты сам ко всему относишься.»*

*Эрих Мария Ремарк*

Клерфэ. В силу своего увлечения, он так же, как и Лилиан, живёт только сегодняшним днём. Наверное, только день ото дня играя в игру со смертью, можно понять подлинную ценность жизни. Она непредсказуема, она требовательна, порой жестока. Но она продолжается. Она прекрасна.

*Буянова Полина, 10Э  
рис. Бердецкой Ксении, 10Ф*



**«Через тернии к звездам!»**

Адрес:  
г. Владивосток,  
Океанский проспект, 143

Телефон: (423)245-78-46  
Факс: (423)245-78-46  
Эл. почта: vladgym2@mail.ru  
Сайт: vladgym2.ru



**Над выпуском работали:**

*Буянова Полина  
Марченко Полина  
Харченко Мария, 10Э;  
Ефимова Анна  
Дольник Анастасия*

*Бердецкая Ксения, 10Ф;  
Мухина Дарья, 10Г;  
Таранов Даниил и  
Нуязина София, 9К;  
Чучман Валерия, 11Э*

*корректор  
Абраменко Р.К.,  
учитель русского языка  
и литературы,  
куратор издания  
Чистякова Е.Н.,  
учитель информатики*