

ГАЗЕТА МОУ «ЛИЦЕЙ № 230» Г.ЗАРЕЧНОГО ПЕНЗЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

№ 4 (111) 2021 ЯНВАРЬ—ФЕВРАЛЬ

ВЫХОДИТ С 1995









# В НОМЕРЕ: Калейдоскоп событий! С. 2-3 Школьный Олимп С. 7 Патриотическое воспитание С.4 День защитника Отечества С.8 КЛАССные вести С.5 И мужество нас не покинет... С.9 Пойдем в кино! С.6 В спорте надо жить ярко! С.10





Зимние каникулы с нетерпением ждали и взрослые, и дети. В преддверии Рождества учащиеся 9 «А» класса решили встретиться в Ледовом дворце. Многие ребята - частые посетители катка. Лёд отличный, ровный, чистый, народу много, играла современная танцевальная музыка. Мальчишки и девчонки разделились на группы. Кто-то показал великолепное скольжение, скорость и элементы фигурного катания, а кто-то очень аккуратно делал шаги на льду. Впечатления очень хорошие. Рекомендуем брать коньки и отправляться за хорошим настроением!

О.Г Урядова, классный руководитель 9 «А» класса

# В городской библиотеке

5 февраля 9 «Б» класс посетил городскую детскую библиотеку. Мы попали на увлекательное мероприятие, связанное с именем Василия Осиповича Ключевского. Наш земляк родился в селе Воскресеновка Пензенского уезда Пензенской губернии. Это был русский историк, заслуженный профессор Московского университета, академик Императорской Санкт-Петербургской академии наук по истории и русским древностям. Мы с одноклассниками приняли участие в интеллектуальной игре на знание различных фактов, относящихся к Ключевскому. Две команды участников отвечали на интересные вопросы, связанные с его жизнью и творчеством. Попробовав себя в роли участников, я думаю, что каждый из нас открыл для себя много нового о величайшем учёном. Сегодня трудно представить изучение отечественной истории без работ Клю-



чевского. Его имя стоит в ряду крупнейших представителей отечественной исторической науки. Данное мероприятие помогло нам окунуться в интересный мир истории.

Тарасова Виктория, ученица 9 «Б» класса



# «Круглый стол»

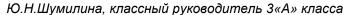
19 февраля у учащихся 10 «А» класса впервые прошёл "круглый стол". Традиция, сохраняющаяся когда-то годами, была вновь возобновлена. Темой дискуссии стала первая Чеченская война. Это страшное событие произошло в 90-е годы XX века. Существует множество мнений и оценок действий обеих сторон. Мы обсуждали такие вопросы как, например, можно ли было избежать этой трагедии, которая унесла с собой огромное количество человеческих жизней. Также рассуждали о предпосылках и причинах войны. К нам был приглашен Кладов Виктор Юрьевич. Узнали из его

рассказа о том, о чем раньше даже не могли предположить. Данное событие не должно быть забыто, как бы ни было грустно вспоминать об этом. Нам понравился такой формат обсуждения исторических вопросов.

Немкова Светлана, ученица 10 «А» класса

#### Мы в ответе за тех, кого приручили

Учащиеся и родители 3«А» класса приняли участие в городской благотворительной акции «Мы в ответе за тех, кого приручили». Неравнодушные ребята принесли различные вкусные и полезные лакомства для подопечных Зелёного терема: овощи, фрукты, крупы, витамины. Собранный подарок для животных передан во Дворец творчества детей и молодёжи.





# Встреча с воином-интернационалистом

16 февраля в 5 «А» прошёл классный час, посвящённый Дню вывода советских войск из Афганистана. На мероприятие был приглашён Жогин Валерий Алексеевич, учитель ОБЖ, участник боевых действий в Афганистане.

Подполковник медицинской службы (тогда капитан) Валерий Жогин проходил службу в г. Баграме, на самой крупной авиабазе советских войск. Он как военврач входил в состав батальона, выполнявшего задачи по ремонту автомобильной техники в полевых условиях. Валерий Алексеевич рассказал, как ему приходилось спасать раненых. Каждый раз военврач говорил себе: «Какой бы страшной ни была рана, паниковать не имею права. От моих действий зависит жизнь человека».



«Чувство опасности сопровождало везде. Было ощущение, что тебе постоянно целятся в затылок», – признается он. Но и к этому со временем привык. О разных случаях рассказал афганец. Вот один из них. Однажды снайпер попал бойцу в область сердца, но пластина бронежилета не дала пробить грудь, открылось сильное кровотечение. У солдата был шок, он ремень автомата не мог выпустить из рук. Ремень отрезали, оружие забрали, но парень так и поехал в медсанбат с отрезанным ремнем в руках. Сейчас страшные годы войны Валерий Алексеевич вспоминает с благодарностью.

И это можно понять. На войне царила атмосфера братства и взаимовыручки, люди помогали друг другу, прикрывали в трудных ситуациях.

Воспоминание об этой школе мужества и боевом братстве живет в душе Валерия Жогина и сейчас. Пятиклассники, затаив дыхание, слушали рассказ учителя. Затем мальчишки и девчонки наперебой задавали вопросы о службе, о сослуживцах, об орденах и медалях...

Такие встречи с участниками боевых действий оказывают огромное влияние на подростков, воспитывают у них чувство патриотизма, учат мужеству и верности Отечеству.

О.Г. Урядова, классный руководитель 5 «А» класса



#### Виртуальные экскурсии

В лицее с 28 января по 23 февраля проходил месячник военнопатриотической работы. На уроках английского языка учащиеся 8 -х классов представили свои творческие работы о памятных местах Пензенской области, города Пензы и Заречного. Ребята провели виртуальные экскурсии на английском языке, связанные с памятью о мужестве и героизме людей, воевавших в «горячих» точках, помогавших в ликвидации последствий природных и тех-

ногенных катастроф. Учащиеся узнали об истории создания памятников, их авторов и о событиях, которым они посвящены. Видеоролик, снятый Мухидиновой Алей и Курносовой Соней, рассказал об одном из памятных мест города Заречного, посвященного памяти жертвам Чернобыля, землетрясений в Армении и Средней Азии, катастроф на предприятиях атомной промышленности. Никого не оставили равнодушными эти истории, которые помогли ребятам больше узнать о людях, проявивших мужество.

М.К. Ермолаева, учитель английского языка

#### На катке

Как интересно и с пользой провести время в дни зимних каникул? Конечно, на катке! Так решили учащиеся 10 «А» класса и 6 января отправились в СКК «Союз». Ледовая арена уже стала любимым местом встречи школьников. Приятная новогодняя музыка, дружная компания — что ещё нужно для веселого отдыха? Здорово, что эти встречи на катке приобщают к данному виду спорта новых любителей!

Е.В. Клыкова, классный руководитель 10 «А» класса



#### День рождения Пензенского края

В период с 1 по 5 февраля 2021 года в МОУ «Лицей № 230» проведена единая тематическая неделя «День рождения Пензенской области», посвященная 82-й годовщине образования Пензенской области.

В рамках реализации регионального проекта «Культурная суббота» в 5-8 классах на уроках эстетического цикла был показан седьмой документальный фильм «Хрустальное сердце России» из цикла «Добро пожаловать в Пензенскую область».

Учащиеся с большим интересом посмотрели фильм. В нём рассказывалось о крае, сотканном из удивительных летописных нитей и окутанном множеством алмазных тайн и легенд, - Никольском районе.

Его называют русской Швейцарией за природу, поражающую своей красотой. В фильме 10 сюжетов, один интересней другого.

Тут « сокровища» Никольска и городские легенды, дом с привидениями и дворянские усадьбы, самобытные традиции и святые места. После просмотра ребята поделились своими впечатлениями и рассказали, что многие из них побывали в Никольске и его окрестностях. Всем жителям и гостям Сурского края рекомендуем посмотреть этот фильм.

О.Г. Урядова, учитель ИЗО



# Афганистан – наша память и боль

4 февраля в 9 «А» Ольга Михайловна Львова провела классный час на тему «Афганская война».

Это военные действия на территории Демократической Республики Афганистан. В этом конфликте принимал участие ограниченный контингент советских войск. В декабре 1979 года в Афганистан была введена 40-я Советская Армия генерала Бориса Громова. Советские войска охраняли стратегические объекты и места дислокации, проводили активные широкомасштабные боевые действия, поддерживали действия афганских правительственных войск, оказывали помощь авиацией и саперными подразделениями. Война длилась 9 лет и закончилась выводом советских войск 15 февраля 1989 года.

Много горя, бед, страданий принесли нашему народу эти 9 лет и пятьдесят один день жестоких сражений в чужом краю. Но и там, в далёком Афганистане, советские воины проявили лучшие человеческие качества: мужество, стойкость, благородство. В неимоверно трудных условиях боевой жизни, вдали от дома, ежечасно подвергаясь опасности, и подчас смертельной, они сохранили верность военной присяге, воинскому и человеческому долгу.

Глотова Анна, ученица 9 «А» класса



# Битва за Ленинград

27 января – памятный день для нашей страны. День полного освобождения Ленинграда от фашист-

ской блокады. Битва за Ленинград - символ мужества и смелости, любви к своему городу и стране. Несмотря на тяжелейшие условия, люди продолжали верить в победу русского народа и надеяться, что самый страшный период в их жизни скоро закончится . 872 дня блокады стали для ленинградцев роковыми, но ничто не могло сломить их дух. Голодные, без сил, они продолжали трудиться на благо своего Отечества. Жители города работали по 12 часов в сутки, каждый из них изготавливал не менее 240 снарядов за смену, забыв



слова «не хочу» и «не буду», в голове крутилось одно «надо». В этот знаменательный день ученики 11 «А» класса почтили память людей, подвиг которых навсегда остался в истории как символ стой-кости, отваги и любви к Родине.

Ягудина Амина, ученица 11 «А» класса

# Урок мужества в 5 «А»

В рамках Всероссийского «Урока мужества» 27 февраля в 5 «А» прошёл классный час, посвящённый снятию блокады Ленинграда.

Дети посмотрели видеохронику военной поры, как во время блокады, холода, голода, постоянных бомбардировках,! жители города выживали, защищали северную столицу, сохраняли произведения искусства известных музеев. Ребята узнали, из чего пекли блокадный хлеб, что спастись от голодной смерти жителям блокадного Ленинграда удалось благодаря Дороге жизни. Пятиклассники посмотрели презентацию «27 января 1944 года...», документальный фильм «Воспоминания ребёнка о блокадном Ленинграде». Группа учащихся подготовила стихи и песни. В исполнении Елизаветы Зиновьевой и хора Русской Армии дети прослушали песню «Дети Ленинграда» и рок-балладу «Помни!» и не смогли сдержать слёз.

О.Г. Урядова, классный руководитель 5 «А» класса



#### День снятия блокады



27 января — День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады. Ученики 10 класса посмотрели документальный фильм, посвященный тому страшному времени. Этот фильм — воспоминание бабушек и дедушек о детстве в блокадном городе. Они говорят о трудностях, с которыми приходилось сталкиваться каждый день. В первую очередь, речь шла о голоде, который охватил все население Ленинграда. Они вспоминали, как музыканты и поэты подбадривали их, сочиняя песни

и стихи, которые жители города слушали по радио.

Блокадный хлеб. Говорят, что у него не было ни вкуса, ни запаха. Вокруг пекарен не распространялся такой хорошо знакомый нам аромат от теплой буханки. Но у блокадников другое мнение: «До сих пор помню этот маленький, толщиной не более 3 см, черный, липкий кусочек. С удивительным запахом, от которого не оторваться, и очень вкусный! Хотя муки в нем было мало, в основном разные примеси».

Суровые зимы 1941-1942 г.г. ударили по жителям города. Это осложняло доставку продовольствия в Ленинград по Дороге жизни. Люди умирали прямо на улицах...

День снятия блокады – это победа всего советского народа. Мы должны чтить и помнить подвиг ленинградцев, которые, несмотря на все тяготы, не пали духом и не сдались врагу.

Анна Морозова, Ольга Веревкина, ученицы 10 «А» класса

# Классный час, посвященный Дню защитника Отечества

19 февраля в 7 «А» прошел классный час, посвященный Дню защитника Отечества. Ученики посмотрели видеофрагменты об истории праздника, подвигах и героях нашей страны. На уроке ребята говорили о том, что такое смелость, отвага, благородство и мужество. Защитники есть в каждой семье: дедушки, дяди, старшие братья и, конечно же, наши любимые папы.

Девочки приготовили для мальчиков викторину, поздравления и подарки.



23 февраля – не просто праздник военных, это праздник всех мужчин, ведь каждый в душе защитник Отечества и семьи.

О.С. Анпилогова, классный руководитель 7 «Б» класса

#### Фильм «Огонь»

6 января 2021 года 11 «А» класс в кинотеатре «Люмен» посмотрел фильм-катастрофу «Огонь». В нём повествуется о работе спасателей «Авиалесохраны».Жертвовать собой ради спасения природы, деревень и городов, людей - их повседневное дело. В кинокартине мы увидели, с какими трудностями и опасностями связана их работа, как профессионально они справляются с ними. Наблюдая за людьми, спасающимися от огня, который распространяется по всему лесу и сжигает деревни, чувствовали их страх и боль, переживания матерей за своих детей. А героизм всей команды, их победа над беспощадной стихией вызывают гордость и вдохновляют на добрые поступки. Фильм произвел на нас неизгладимое впечатление.



Муратова Алина, ученица 11 «А» класса

# Фильм «Солдатик»



31 января в рамках военно-патриотического месячника был проведен День здоровья в 8 классах. В 8 «Б» часть учащихся ушла кататься на лыжах, часть осталась в лицее для просмотра художественного фильма «Солдатик». Картина получилась очень душевной. В ней нашлось место и войне, и любви, и драме, и семейным ценностям, и реальной истории. Она о волнующих и героических событиях, произошедших в жизни самого маленького солдата — героя Великой Отечественной Войны, шестилетнего Сережи Алешкова. Он потерял всех своих родных, попал в действующую армию. С ребёнком затеяли игру в солдатика, чтобы сохранить ему детство, а он, чтобы соответствовать этому почетному для него званию, стал настоящим защитником Родины.

Мы не пожалели, что провели часть воскресенья за просмотром этого фильма.

Демина Александра, ученица 8 «Б» класса

# Фильм «Зоя»

13 февраля 2021 года в рамках военно-патриотического месячника и проекта «Культурная суббота» 11 «А» класс посетил кинотеатр «Люмен», где посмотрел фильм «Зоя». В кинокартине показана история первой женщины, удостоенной звания Героя Советского Союза - Зои Космодемьянской. Еще вчера она была школьницей, а уже сегодня - разведчицадиверсант партизанского отряда, доброволец. В фильме описывается страшная участь, жуткие пытки и испытания, выпавшие на долю Зои Космодемьянской. Но ничто не сломило её дух и не заставило примкнуть к фашистам. Финальная речь партизанки перед казнью стала главным аккордом её героических действий. На глазах у зрителей наворачивались слёзы. Зоя для всех в годы Великой Отечественной войны стала символом стойкости и бесстрашия, примером мужества и патриотизма.

Муратова Алина, ученица 11 «А» класса



# Научно-практический марафон







В начале февраля проходил I этап научнопрактического марафона «Шаги в науку». В этом году он проводился в формате онлайнконференции на платформе Zoom. Участники имели возможность в комфортной для себя обстановке представлять свои исследования на суд компетентного жюри. Лицеисты приняли активное уча-

стие в работе научно-практического марафона. Ими были представлены работы в шести секциях. Исследования ребят получили высокую оценку. Победителем НПК стала ученица 11 «А» класса Шишкина Ольга в секции «Математика – физика – информатика» (руководители Платко Ю. С. и Петрунина Н. Н.). Диплом II степени награждена Горелова Виктория в секции «Социально-политические науки» (руководитель Шишкина И. О.). Дипломы III степени получили Немкова Светлана – секция «Социально-гуманитарные науки» (руководитель Шишкина И. О.), Осадчий Артем – секция «Естественные науки» (руководитель Лагунова О. В.), Синятникова Мария – секция «Математика – физика – информатика» (руководители Костин В. В., Фомичев С. В.), Дадушкина Валерия – секция

«Экология – психология – валеология» (руководитель Лагунова О. В.), Муратова Алина – секция «Филология» (руководитель Вавилова Е. М.).

Поздравляем победителя и призеров, наставников ребят с успешным выступлением в научно-практическом марафоне! Желаем дальнейших творческих побед!

О.М. Львова, учитель истории и обществознания











Что? Где? Когда?

Оказывается, если играть в «Что? Где? Когда?» самому, а не только смотреть ее по телевизору, то можно получить массу новых эмоций.

На прошлой неделе я вместе с Артемом Осадчим поучаствовал в смене, посвященной «Что? Где? Когда?» в образовательном центре «Ключевский». Я не только отлично провел время со своими друзьями и товарищами, но и узнал много нового для себя.

Мне ни минуты не было скучно. Конечно, цель смены — составить сборную, поэтому мы очень часто тренировались, но также была и развлекательная программа. Больше всего мне запомнился тренер «Что? Где? Когда?» Михаил Скипский, который является двукратным обладателем «Хрустальной совы». Три дня, которые мы провели вместе с ним,



были самыми тяжелыми, но и самыми яркими из всей смены. Узнали про хитрости, которые используют профессиональные игроки «Что? Где? Когда?» - разбирать в вопросе каждое слово, обращать внимание на странные фразы и слова в нем, которые могут оказаться подсказкой. Скипский учил нас перебирать огромное количество вариантов ответов за несколько секунд и отсеивать ненужные, находить любые, даже самые странные ассоциации и работать в команде.

И вот наступил день X. Я очень волновался перед финальной игрой. Она — самая большая за всю смену — состояла из 30 вопросов. На кону стояла поездка в Пермь! Все закончилось после основного тура и еще 14 дополнительных вопросов — нашей Победой. От радости мы кричали во весь голос! Как сказал после сам Скипский, эмоции от победы дорогого стоят.

Ушаков Матвей, ученик 9 «Б» класса

# Мы правнуки Победы















11 февраля 2021 года в лицее состоялся традиционный Смотр строя и песни «Мы правнуки Победы». В конкурсе принимали участие обучающиеся 1-4 классов. Каждый класс показал своё умение пройти строем с песней перед учителями и беспристрастным жюри, показали мастерство выполнения строевых команд, командиры отрядов - умение отдавать чёткие команды и привести свой класс к победе в смотре. Компетентное жюри оценивало экипажи по следующим номинациям: строевой шаг, исполнение песни, внешний вид участников смотра, чёткость выполнения групповых и индивидуальных команд, исполнение строевых приемов и работу командиров.

Очень хорошо проявили себя командиры всех классов, а ведь им пришлось нелегко: они отвечали и за себя лично, и за весь класс. Груз ответственности ощущал каждый командир! И никто не подвел свой класс! Лучшими командирами признаны Андреев Кирилл, ученик 4 «Б», Рагимова Анна, ученица 2 «В»,

Немкова Мария, ученица 1 «А»! Молодцы, ребята! Жюри отметило высокий уровень подготовки ребят начальной школы к смотру. Трудно было определить победителей. Судьи очень долго совещались и пришли к общему мнению: 1 место - экипажи 2 «А», 3 «А», 4 «Б» классов;

2 место - экипажи 2 «В», 3«Б» классов; 3 место - экипажи 1 «А»,1 «Б», 2 «Б», 4 «А» классов. Поздравляем всех участников смотра строя и песни!

Смотр строя и песни — традиционное мероприятие, к которому обучающиеся относятся серьёзно и тщательно готовятся. Это признак того, что патриотические традиции не только сохраняются, но и умножаются.

Редакция газеты «Лицеист»

# Праздник в феврале

Праздник 23 февраля – хороший повод для воспитания у младших школьников чувства патриотизма, сопричастности к лучшим традициям своей Родины, формирования у детей гордости за славных защитников Отечества. Это праздник всех людей, которые стоят на страже нашей Родины,

праздник настоящих мужчин, смелых и отважных, ловких и надёжных, а также праздник мальчиков, которые вырастут и станут защитниками Отечества. Такие мероприятия, проведённые с детьми, закладывают в их душах чувство патриотизма, долга перед Родиной.

12 февраля в 1 «А» классе состоялось мероприятие , посвящённое Дню защитника Отечества.

Началом праздника стало чтение стихов нашими мальчиками. Затем Немкова Мария, Костромитина Милана, Колотушкина Алиса, Мещеряков Арсений спели песню «Журавли», которая понравилась всем детям. Девочки умело руководили торжественной частью. Они поздравили мальчиков, а для пап и дедушек сделали открытки своими руками. Читали для них стихи, пели частушки, а мальчики исполнили песню «Прадедушка». На празднике звучало много пожеланий ребятам. А родители порадовали детей сладостями.

Праздник состоялся, и мир вокруг нас стал чуточку ярче, светлее и добрее!

М.Ю. Бармакова, воспитатель 1 «А» класса







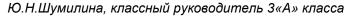
#### Урок мужества

20 февраля в 9 «Б» прошел классный час «Урок мужества», посвященный Дню защитника Отечества. В этот день мы не только поздравляем наших защитников и воинов, но и вспоминаем тех, кто своим героизмом прославил нашу Родину, тех, кто и в мирное время помнит о долге и чести. На классном часе мы говорили не только об истории этого праздника, но и о том, как важна служба в армии. В завершении классного часа была проведена викторина «Армия. История. Награды». Подведены итоги классного спортивного конкурса среди мальчиков «Самый спортивный», который прошел 11 февраля при содействии учителя физкультуры Зотовой Людмилы Юрьевны. Самые спортивные получили грамоты и призы.

М.К. Ермолаева, классный руководитель 9 «Б» класса

#### Межгалактический парад экипажей

Сборная команда обучающихся 3«А» и 4«Б» классов, победителей школьного смотра строя и песни, приняла участие в Межгалактическом параде экипажей. Это традиционное городское мероприятие посвящено Дню защитника Отечества и ежегодно проходит во Дворце творчества детей и молодежи. Ребята на «отлично» продемонстрировали тщательно подготовленное выступление, слаженно выполняли команды, дружно исполнили речевку и патриотическую песню. Теперь с нетерпением ждем подведения итогов!





# МЫ – БРАВЫЕ СОЛДАТЫ



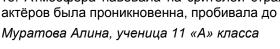
В рамках военно-патриотического месячника в лицее учащиеся 7 «Б» класса приняли активное участие в военизированной эстафете «МЫ - бравые солдаты». Команды продемонстрировали свою ловкость, смекалку, быстроту, находчивость. Особенно лицеистам понравилась сборка и разборка автомата. Все желающие старались самостоятельно выполнить это задание.

И.Б. Елизарова, учитель физической культуры

#### «А зори здесь тихие»

6 февраля 2021 года в рамках военно-патриотического месячника и проекта «Культурная суббота» 11 «А» класс посмотрел спектакль «А зори здесь тихие» по одноименной повести Бориса Васильева. В театральном представлении повествуется о героических действиях пятерых девушек-зенитчиц. Семья, любовь, беззаботность, красивая и модная одежда - это то, чего лишила их война. Девушки были вынуждены переодеться в обмундирование, портянки и сапоги и идти на фронт. Они попали под командование старшины Васкова, а в мае 1942 года вступили в неравную схватку с немецкими диверсантами.

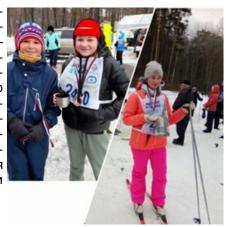
Реквизитов на сцене было немного. Один предмет в разное время изображал слегу, дерево, мертвое тело, другой - костер, болото. Атмосфера навевала на зрителей страх, переживания. Игра актёров была проникновенна, пробивала до мурашек и слёз.





#### Лыжня России

13 февраля в Заречном, как и во всей нашей стране, прошла гонка «Лыжня России». Я и мои одноклассники - Лисин Никита, Кирюшина Ульяна, Солдатов Никита, Ахмед Данил и Пятаев Роман - решили тоже принять участие в столь важном спортивном мероприятии. Было пасмурно и прохладно, но заряд бодрости и энергии - на высоте, а это самое главное, чтобы быстрее добраться до финиша. Мы проехали 2 километра. Было приятно съезжать с ветерком с горок, азарт подстёгивал каждого, хотелось прийти раньше своего соперника. На финише нам вручили фирменные шапочки и медали за участие. Они честно заслуженные, потому что каждый старался в меру своих сил, и обогнать соперников не такая уж лёгкая задача! Мы весело и с пользой для здоровья провели время.



Шаровская Софья, ученица 6 «А» класса

## Первенство лицея «Подтянись!»



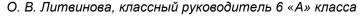
В лицее проведены соревнования по подтягиванию среди 10-11 классов в рамках военно-патриотического месячника. Приняли участие 25 юношей. Подтя́гивания — базовое физическое упражнение, развивающее группы мышц верхней части тела: широчайшие, бицепсы, брахиалис, грудные, мышцы брюшной стенки, предплечья. Выполняется в висе и представляет собой поднятие и опускание тела с помощью рук. Это упражнение можно считать находкой для любого атлета. Лучший результат показал ученик 10 класса Серов Борис — 18 раз. Умуров Мухаммад, Симаков Владислав, Мараев Андрей — 13 подтягиваний.

И.Б. Елизарова, учитель физической культуры

#### **РоупСкиппинг**

13 февраля в Москве проходили Всероссийские соревнования по РоупСкиппингу ( спортивная скакалка). Строителев Никита, учащийся 6 «А» класса, выступал в четырех дисциплинах и завоевал все первые места. В составе сборной Пензенской области у Никиты тоже первое место. От всей души поздравляем нашего учащегося, желаем ему дальнейших успехов в этом виде спорта. Молодец!

230»





#### Кубок Золотого кольца



В феврале в городе Киров состоялся Турнир по плаванию «Кубок Золотого кольца». Ученик 4 «А» класса Семайкин Владислав принял участие в нём и привез в родной город золотую и серебряную медали. Поздравляем Влада и желаем новых побед!

О.Г. Акшина, классный руководитель 4 «А» класса

Газета «Лицеист»

Учредитель — МОУ «ЛИЦЕЙ № Г.ЗАРЕЧНОГО Пензенской области

Адрес редакции:

442960, г. Заречный Пензенской обл., ул. Зелёная, 14

«Зарегистрировано в Реестре школьной прессы России.



http://portal.lgo.ru #2517

Редактор - Е.М. Вавилова (89374241397) Над выпуском работали: О. Шишкина, А. Муратова, С. Шаровская, М. Ушаков, В. Тарасова, С. Немкова, А. Глотова, А. Ягудина, А. Морозова, О. Веревкина, А. Демина

Тираж — 30 экз.

Распространяется бесплатно.