



# ЛИЦЕИСТ

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

№ 5 (112) 2021 МАРТ

ВЫХОДИТ С 1995 ГОДА



## В НОМЕРЕ:

Калейдоскоп событий!

С. 2-3

Школьный Олимп

С. 7-8

КЛАССные вести

С.4-5

Весенние каникулы

С.9

Пойдем в кино!

С.6

В спорте надо жить ярко!

С.10



### Безопасное колесо 2021



3 марта года команда учащихся 4 «Б» класса Дёмина Ульяна, Милотова Полина, Кочеткова Дарья, Дементьев Андрей, Новичков Вадим приняла участие в городской игре «Безопасное колесо» на этапе «Медицина». Мы готовились к этому этапу. Изучали теоретические вопросы по оказанию первой помощи при ранениях, ушибах, переломах костей, вывихах и других травмах. Изучили вопросы по оказанию помощи при остановке дыхания и сердцебиения, остановке кровотечения (артериального, венозного и капиллярного). Ребята умеют наложить правильно жгут и давящую повязку, ачать помощь при переломе костей и обездвижить сломанные конечности. Помимо изучения теории, мы тренировались и практически. По итогам этого этапа они заняли 3 общекомандное место.

*В.А. Жогин, преподаватель-организатор ОБЖ*

### В городской детской библиотеке

19 марта 9 «Б» класс в городской детской библиотеке посетил мероприятие, посвященное 180-летию нашего земляка, историка и публициста В.О. Ключевского. В игровой форме мы познакомились с книгой великого историка «Сказание иностранцев о Московском государстве». Это произведение наполнено заманчивыми и непонятными словами, о смысле которых можно догадаться только по наводящим вопросам. Разобраться в архаизмах XIX века нам помогла специалист информационно-библиотечного отдела Логанина Любовь Борисовна. Мы узнали много слов с интересным значением, историю их происхождения и еще раз погрузились в историю знакомых нам предметов и событий и, конечно, с пользой провели время. Я думаю, мои одноклассники получили положительные эмоции от игры и встречи с историей. Самыми активными в игре были девочки, которые с интересом обсуждали все вопросы. А лучшими игроками стали Ушаков Матвей и Черников Алексей. Класс был приглашен для участия в следующем этапе исторической игры.



*Тренкина Анастасия, ученица 9 «Б» класса*

### Всемирный день поэзии



21 марта – Всемирный день поэзии. В преддверии этого праздника у нас, учащихся 6 «Б» класса, состоялось внеклассное мероприятие в стенах Муниципального учреждения культуры «Информационно-библиотечное объединение» – встреча с зареченской поэтессой Светланой Вячеславовной Попеевой. Мы слушали ее стихотворения, истории из личной жизни, вдохновившие на написание произведений. Оказалось, что Светлана Попеева не просто поэт, но ещё и бард. Нам посчастливилось услышать несколько ее песен. Очень приятно, что в нашем городе живут такие талантливые, интересные люди.

*Белых Андрей, ученик 6 «Б» класса*

### Мастер-класс по росписи

В преддверии 8 марта для учеников 4 «Б» класса было проведено необычное мероприятие – мастер-класс по росписи имбирных пряников. Дети получили возможность создать свой кулинарный шедевр и с огромным удовольствием расписывали пряник и украшали кондитерскими посыпками. Все участники мастер-класса унесли с собой вкусный, красивый пряники, которыми ребята порадуют своих мам и бабушек и массу позитивных впечатлений.

*А.О. Копченова, класный руководитель 4 «Б» класса*



### 8 марта в 3«А» классе



В 3«А» классе на протяжении первой недели весны царила особая, предпраздничная, атмосфера. В ожидании нежного, тёплого праздника 8 Марта ребята готовили видеопоздравление для любимых мам, бабушек, сестрёнок. В «Праздничной мастерской» сделали сувениры и открытку-поздравление. 5 марта в классе организовали игровую программу «А ну-ка, девочки». Мальчики для своих одноклассниц подготовили музыкальное поздравление, стихи и постарались сделать так, чтобы этот день стал настоящим праздником с тёплыми и добрыми пожеланиями.

*Ю.Н.Шумилина, классный руководитель 3«А» класса*

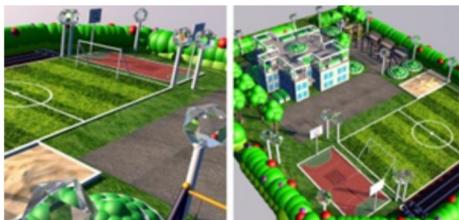
### Юнармия

4 марта команда лицея приняла участие в смотре – конкурсе юнармейских отрядов. Для команды я отобрал учащихся 7 классов, которые находятся в юнармейском движении с 5 класса. Мы тренировались после уроков и, к моему сожалению, я обращался к учителям с просьбой отпустить их с 5 и 6 уроков. Все наши участники имели проблемы с успеваемостью. Но твёрдо все они обещали учиться хорошо. Беседовал и с их родителями. 4 участника хотели бы связать жизнь со службой в армии и стать офицерами. Все они старались выступить как можно лучше. Очень хорошо проявил себя командир – Скребков Андрей. Панфёров Антон, Ермин Матвей, Кодоров Максим, Шеленков Степан старались правильно выполнять команды командира. Эта команда заняла 1 место на предыдущих соревнованиях на этапе «Защитный».

*В.А. Жогин, преподаватель-организатор ОБЖ*



### Проектный калейдоскоп



Театр начинается с вешалки, а школа - со школьного двора.

12 марта состоялась защита проектов конкурса "Проектный калейдоскоп". Команда Лицея 230 в составе Артема Осадчего (10 класс), Карины Крестининой, Алексея Черникова, Анны Терзовой и Евгении Коденцевой (9 класс) под руководством Лагуновой О.В. представляла проект "Зелёная школа". Школьниками было предложено обновить спортивную площадку современным оборудованием, сделать зону отдыха, озеленить школьный двор и построить оранжерею на третьем этаже здания школы.

Оснащение школ «зелеными» пространствами важно для приобщения учеников к заботе о природе, а современные спортивные площадки и зоны отдыха будут хорошо влиять на времяпрепровождение в школе.

### «Пасхальное яйцо»

В дни весенних каникул ученики 3«А» класса побывали в музейно-выставочном центре на мастер-классе «Пасхальное яйцо». Первая часть программы была посвящена традициям празднования Пасхи. Без какого угощения не представляется праздник Пасха? Кто первый покрасил куриное яйцо? Что означает этот символ в Христианстве? На эти и другие вопросы ребята получили ответы в небольшом вступлении к мастер-классу. Потом ребят познакомили с особой аппликацией - методом торцевания. Каждый участник мастер-класса получил трафарет яйца и необходимые принадлежности и своими руками создал пасхальное яйцо - яркое и красивое.

*Ю.Н.Шумилина, классный руководитель 3«А» класса*



### 6 «Б» на мастер-классе

24 марта ученики 6 «Б» попробовали себя в роли пиццамейкера в торговом центре «Дубрава». Нам предстояло приготовить пиццу по рецептам профессионалов. Каждому ученику раздали фартук и повязку на голову. Взяв все необходимые ингредиенты, каждый начал делать свою пиццу. Рецепт один, а способ приготовления – разный. По словам опытных пиццамейкеров, соус для нашей пиццы был привезен из Италии. Ведь именно соус придает блюду особенный вкус. Процесс приготовления понравился всем, ведь каждый старался сделать свою пиццу самой вкусной! Не менее интересный этап – размещение пиццы в настоящей каменной печи. Поскольку в ней был настоящий огонь, пицца испеклась всего лишь за 5 минут. У всех пицца получилась румяной и ароматной. После мастер – класса всем ученикам вручили дипломы участника. Как же приятно было попробовать пиццу собственного приготовления!

*Шаровская Софья, ученица 6 «Б» класса*



### Выставка «Внутри человека»

27 марта учащиеся 5 «А» вместе с родителями посетили выставку «Внутри человека» в краеведческом музее. Экспонаты, представленные в зале, можно было трогать, крутить, вертеть, чтобы лучше понять, как устроен человек внутри. Экскурсовод рассказала интересные факты: почему человек чихает, у кого самый длинный нос, сколько памяти хранится в мозге, и многое, многое другое...

«Выставка-класс! Моему сыну понравился измеритель громкости звука, где он кричал как кашалот. Дочке понравилось собирать, с одноклассниками, фрагменты человека в целую картину. А еще всем понравился экспонат, где при нажатии соответствующих кнопок издавался физиологический звук организма (кашель, зевок, плач и т. д.) А чихание сопровождалось выбросом жидкости, что было неожиданно!» - рассказала Хасянова Ляйсен.

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



### Весенние каникулы в 6 «А»

Весенние каникулы ребят 6А класса начались с весёлого зимнего катания на коньках. Ледовый дворец Заречного радушно встретил лицеистов. Посещение катка становится доброй традицией для мальчишек и девчонок нашего класса. И это не случайно. Ведь целый час можно весело кататься, играть в догонялки, отрабатывать своё мастерство, да и просто общаться вне школы. Некоторые девочки впервые встали на коньки и уже к концу сеанса уверенно держались на льду. Вобщем время на катке провели дружно и с пользой.

*О.В. Литвинова, классный руководитель 6 «А» класса*



### В Ледовом дворце «Союз»

26 марта ученики 10 «А» класса посетили Ледовый дворец «Союз», где прошло массовое катание. Несмотря на то, что нас было не так много, мы с ребятами смогли пообщаться и получили заряд положительных эмоций. Данное мероприятие понравилось даже тем, кто ещё не очень хорошо катается, ведь рядом есть одноклассники, которые всегда готовы помочь. Катание на коньках не просто позволяет провести время с друзьями, но ещё и является видом спорта, что, несомненно, полезно для здоровья. Это прекрасное времяпрепровождение с друзьями или семьей.

*Зыбина Елизавета, ученица 10 «А» класса*



### День Здоровья



7 марта 2021г. во 2 «А» классе состоялся День здоровья. Организаторами спортивного праздника были Елизарова Ирина Борисовна, учитель физической культуры, и Ледяева Людмила Евгеньевна, учитель начальных классов.

День здоровья — это весёлый праздник хорошего настроения, спорта и здоровья. Дети и взрослые ждали этого дня, чтобы поучаствовать в спортивных соревнованиях и подышать свежим воздухом.

В этот день выдалась замечательная погода, которая настраивала на позитивный лад. Дети и родители были разбиты на 2 команды, которые состязались в игровых эстафетах и в перетягивании каната. Борьба в перетягивании каната проходила в несколько этапов. Каждая команда боролась изо всех сил. Все участники с энтузиазмом состязались в скорости, ловкости и сплочённости. В

результате победила дружба.

День здоровья подарил всем заряд бодрости, хорошее настроение и оставил яркие впечатления.

*Л.Е. Ледяева, классный руководитель 2 «А» класса*

### 5 «А» в Музее ВДВ

В первый день весенних каникул - 22.03.21 ребята 5 «А» побывали в музее воздушно-десантных войск Детско-юношеского центра «Юность». Экскурсовод – Первушкина А. познакомила лицеистов с историей ВДВ, представила экспозицию музея, расположенную в трёх залах.

Директор ДЮЦ «Юность» И.Строителей рассказал о подвигах и героизме зареченских юношей, с честью выполнявших свой воинский долг в горячих точках — от афганской, до чеченской войны. Пятиклассникам показали образцы вооружения и экипировки, блиндаж с предметами эпохи Великой Отечественной войны, головные уборы разных родов войск, названия которых они угадывали. Дети с большим интересом слушали, рассматривали экспонаты, наперебой задавали вопросы и участвовали в игре, зарабатывая жетоны.

Самыми активными были Дудкин Павел, Бочкарёва Софья и Челюсов Дмитрий. Ребята были награждены призами. В каждом зале дети с удовольствием фотографировались, даже примерили головные уборы, что и запечатлели на общем фото. По отзывам лицеистов, экскурсия им очень понравилась, было интересно и увлекательно!

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



### О национальных костюмах



20 марта на платформе «Zoom» в 11 «А» прошел классный час. Мы говорили о национальных костюмах татарского, мордовского и чувашского народов. Одежда раскрывает особенности менталитета народа, воспроизводит в орнаменте его представления о добре и зле, формирует неповторимый культурный облик. Татары - один из самых многочисленных народов, населяющих нашу малую родину. Учащиеся познакомились с историей возникновения татарского наряда, рассмотрели элементы женского и мужского одеяния, а также узнали, как выглядит татарский костюм в современной интерпретации.

Мордовская мужская и повседневная женская одежда отличается простотой и целесообразностью, а праздничная одежда женщин очень сложная, с обилием различных украшений. Мордовский костюм считают венцом декоративно-прикладного искусства мордовских мастериц.

Чувашская одежда представлена разнообразием головных уборов, платьев и костюмов, а также известна богатством вышитых ромбо- и зигзагообразных узоров, монетной и бисерной отделки. Чаще всего чувашки изготавливали одежду из домотканого полотна, кожи, войлока, овечьей шерсти или сукна.

*Ягудина А., Муратова А., Шишкина О., ученицы 11 «А» класса*

**Фильм «Пальма»**

24 марта 11 «А» класс посмотрел фильм «Пальма» в кинотеатре «Люмен». Данная кинокартина - это пример того, какой должна быть дружба между человеком и животным. Фильм повествует о мальчике, который потерял маму и был вынужден переехать к отцу-летчику, и об овчарке Пальме, которую хозяин бросил в аэропорту, а сам улетел за границу. Одиночество и боль от потери близкого человека послужат началом искренней дружбы. Фильм о большой любви и преданности. Кинокартина учит тому, что собака - это не просто животное, которое можно так бесчувственно бросить, не цирковое существо, которое можно держать в клетке или снимать на видео для прессы и развлечения людей, собака - это лучший друг, член семьи, верный, преданный, любящий и нисколько не заслуживающий жестокого обращения... При просмотре фильма невольно наворачиваются слезы на глаза. Он, несомненно, заслуживает внимания детей и взрослых.

*Муратова Алина, ученица 11 «А» класса*

**Поход в кинотеатр «Люмен»**

Кино является ведущим видом искусства нашего времени. Кинематограф занимает одно из самых важных мест в культуре и просвещении.

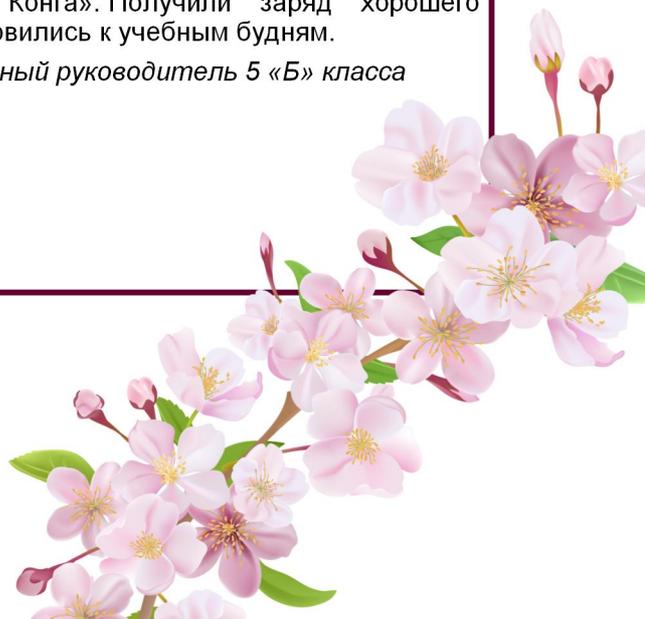
Во время весенних каникул 7 «А» класс вместе с классным руководителем посетил кинотеатр «Люмен». Для просмотра ребята выбрали всем знакомый и любимый с детства добрый фильм «Том и Джерри». Фильмов про Тома и Джерри уже больше сотни. Однако в настоящее кино с живыми людьми эти герои попали впервые. Фильм рассчитан, прежде всего, на две категории людей: взрослым он подойдет, чтобы поностальгировать и посмотреть на любимых мультгероев. А для детей экранизация «Том и Джерри» - отличная веселая комедия.

*О.С. Анпилогова, классный руководитель 7 «А» класса*

**Каникулы в 5 Б**

Ребята из 5 б проводят свободное время весело и интересно. 12.03 посетили СКК «Союз» и посмотрели театрализованное представление «Морозко». 19.03 поучаствовали в Дне здоровья, который подготовил Радаев В.Г. Соревновались в ловкости и силе, разжигали костёр, пели частушки под баян. 25.03 ходили на премьеру фильма «Годзилла против Конга». Получили заряд хорошего настроения и подготовились к учебным будням.

*И.О. Шишкина, классный руководитель 5 «Б» класса*



### ПОЗНАЕМ МИР ВМЕСТЕ!

Турнир экспериментаторов физики «познаем мир вместе!» для учащихся школ-участниц сети атомклассов проекта «школа росатома» прошел 25-31 марта 2021 года по инициативе МАОУ «лицей №1» города Балаково. В рамках турнира участники из 8 Б Михайлин Артем и Чернышев Тимофей и из 9 Б Черников Алексей и Пчелинцев Никита погрузились в мир прикладной физики, что позволило им стать настоящими экспериментаторами, проявить эрудицию, смекалку, закрепить теоретические знания и расширить навыки решения экспериментальных задач и применения знаний в новой ситуации.

От участников турнира требовалось использование различных мыслительных умений: анализировать задачи, конструировать физическую модель процесса, осуществлять мысленный эксперимент, находить решения, делать правильные умозаключения, с чем они успешно справились.

Поздравляем ребят с дипломом об участии и желаем им дальнейших успехов!

*М.А. Лемаева, учитель физики*



### Digitalfuture- 2

С 24 февраля по 10 марта две команды учащихся лицея принимали участие в инженерном хакатоне сети атом-классов. Основная задача проведения сетевого инженерного хакатона «Digitalfuture- 2: от реальности к мечте» - это развитие навыков инженерного проектирования и проектной деятельности у обучающихся.

Командам было предложено спроектировать фонографическую капсулу в среде 3D моделирования и изготовить модель "Молота Леонардо" путём прототипирования. Команды лицея творчески подошли к заданиям и команда "Альт" вошла в число финалистов.

По условиям проведения СуперФинала были собраны две сетевые команды, состав которых определялся рандомно. В сетевые команды вошли ребята из разных треков, разных городов и разных возрастных групп.

Хакатон захватил своей работой, не оставляя свободной минуты, и наши "космические команды" под легендой «Золотого Диска Вояджера» получили огромный опыт по проектированию, а так же опыт по сетевому взаимодействию между собой и с членами команд других городов.

*В.В. Костин, учитель информатики*



### ЭлементарУм

17 марта состоялось мероприятие от Атомклассов ЭлементарУм для юных химиков. В составе команды лицея были ученики 11 хб класса: Алексей Прохоров, Софья Серова, Валерия Дадущкина и ученик 10 хб класса, Осадчий Артём.

Конкурс состоял из трех этапов: озвучка, экспериментальный этап и конструирование. На первом этапе командам было необходимо озвучить мультфильм, рассказав об основах аналитической химии. На втором этапе провести реакции с предложенными реактивами и добиться как можно больше цветовых оттенков, написать уравнения и эффект реакции. И в конце нужно было придумать конструкцию прибора, способного получить газы методом вытеснения воды из материалов доступных в быту. В результате конкурса команда Лицея заняла 5 место в общем зачете. Мероприятие было интересным и поразительным, которое проверило наши знания по химии и креативное мышление. Ждем следующего конкурса, с удовольствием будем участвовать.

*Осадчий Артём, ученик 10 класса*



### Кислотные дожди



В феврале Лицейсты приняли участие в сетевом событии для Атомклассов «Кислотные дожди». Школьникам были предложены задания по биологии, истории, химии и русскому языку, с которыми они прекрасно справились. Ребятам предстояло не просто применить свои знания о Кислотных дождях, нужно было работать в команде, решать творческие задачи, используя креативность. В мероприятии приняли участие почти 200 школьников из 25 городов, был создан один общий проектный продукт - Интерактивная карта кислотных дождей на территории городов проекта "Школа Росатома". Кроме того, каждая команда разработала свою инфографику, интерактивную карту, провела настоящее исследование и поучаствовала в аукционе. Ребята получили хороший опыт, для кого-то это оказалось огромным вызовом, требующим выйти из зоны комфорта, действовать в ситуации неопределенности, изучать новое.

*Коденцева Евгения, ученица 9 «Б» класса*

### Городская олимпиада по психологии

Подведены итоги Городской олимпиады по психологии, которая состоялась 26 февраля. Победителем стала Коденцева Евгения, ученица 9 «Б» класса. Она впервые принимала участие в олимпиаде, не связанной с учебным школьным предметом. Евгения поделилась своими впечатлениями о заданиях олимпиады. Задания были очень интересные и познавательные. Женя отметила, что многие вопросы были связаны с профориентацией, выбором будущей профессии. Это было для неё очень актуально, потому что впереди выбор профиля обучения, а в дальнейшем и профессиональной сферы. Поздравляем Женю и желаем ей дальнейших успехов!

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



### Городские олимпиады младших школьников



10 и 11 марта состоялись городские олимпиады младших школьников 2 и 3 классов, в которых честь лицея защищали Чебакова Елизавета (2 «А»), Михайлов Андрей (2 «В»), Шишкин Егор (2 «В»), Семиколонова Елизавета (3 «А»), Тюлюкин Тимофей (3 «А») и Шевченко Анна (3 «Б»). Ребятам предстояло решить непростые задания сразу по четырем предметам: литературному чтению, русскому языку, математике и окружающему миру. В легкой борьбе с отрывом всего 0,5 балла от второго места и 1,5 от первого 3 место заняла Чебакова Елизавета.

*Л.Е. Ледяева, классный руководитель 2 «А» класса*

### «Начинающий физик»

С 5 по 25 марта проходил квест «Начинающий физик» для обучающихся школ-участниц сети атомклассов проекта «школа росатома» по инициативе МАОУ «Лицей №10» города Советска.

Квест «Начинающий физик» проходил в виде онлайн-события, которое было направлено на развитие интереса школьников к физике и информационно-коммуникационным технологиям. Участие в конкурсе позволило учащимся познакомиться с интересными фактами из жизни великих физиков и историей открытий, попробовать себя в качестве изобретателей, кинооператоров.

От нашей школы было 2 команды «Знайки», учащиеся 7А: Осадчий Иван, Токарева Ксения, Щедрина Мария, Кузнецов Максим, Агапов Егор, и «Молекулы», учащиеся 8А : Антошин Даниил, Першина Виктория, Каширина София, Елисеев Владимир, Галуза Сергей.

2 апреля были подведены итоги. Поздравляем команду «Знайки» со II местом, команду «Молекулы» с дипломом лауреатов. Ждем новых побед!

*М.А. Лемаева, учитель физики*



### 6 «Б» на дне здоровья в Ледовом

26 марта учащиеся 6 «Б» решили провести день здоровья на катке в СКК «Союз». Как хорошо встретиться со своими одноклассниками на каникулах! Хоть нас было и немного, но все равно было весело. Мы и отработывали технику катания, и играли в догонялки, и, конечно же, фотографировались. Такие внеклассные мероприятия очень объединяют класс, после них остаются приятные впечатления!

*Шаровская Софья, ученица 6 «Б» класса*



### В ФОК «Лесной»



На каникулах 25 марта мы с классом ходили на мероприятие в ФОК «Лесной». Там мы выполняли разные задания и упражнения для сплочения нашего коллектива. Мы учились слушать друг друга, помогать и доверять товарищам. Нам понравилось задание, в котором мы писали хорошие качества друг друга - было приятно услышать хорошее о себе и своих одноклассниках.

*Варламова София, Сарвилина Вероника, Исакова Алиса, ученицы 5 «В» класса*

### Виртуальная экскурсия

В дни весенних каникул учащиеся 10 «А» класса совершили виртуальную экскурсию в музей литературного критика XIX века В.Г. Белинского. Дом Белинских деревянный, с семью комнатами и кухней. В экспозициях музея Белинского воссозданы интерьеры классных комнат училища и Пензенской гимназии. В большом количестве представлены учебники и произведения русских и зарубежных писателей XVIII-XIX вв. А также мемориальные вещи, книги из личной библиотеки критика, предметы обстановки и быта того времени.



*Осадчий Артем, ученик 10 «А» класса*

### Прикосновение к истокам народной культуры



12 марта 2021 года во 2 «А» учителями лицея, Радаевым В.Г. и Ледяевой Л.Е., было проведено внеклассное мероприятие, посвящённое празднику «Масленица». Через народные игры, частушки, юмор и шутку, ребятам напомнили о самом важном и близком каждому – о традициях нашего народа, о добрых семейных отношениях, о почитании старших. Дети с большим удовольствием участвовали в весёлых конкурсах, пели частушки, мерились силой, отгадывали загадки. На празднике царил атмосфера веселья и азарта. Конечно, праздник не обошёлся без вкусных блинов. Дети ушли с праздника с приподнятым настроением.

20 марта 2021 года в ДШИ состоялся отчётный концерт, в котором дети достойно выступили вместе с фольклорным коллективом «Летечко».

23 марта 2021 года обучающиеся 2 «А» класса посетили в ДШИ мастер-класс «Народная мастерская» по изготовлению тряпичной куклы. Преподаватель фольклорного отделения, Богачёва Юлия Валерьевна, рассказала о народных традициях по изготовлению тряпичных кукол. Ребята узнали, что куклы бывают обереговые, куклы - обереги, игровые. На мастер-классе дети научились делать куклу для игры. Мастер-класс был интересным, ученики смогли прикоснуться к народной традиции по изготовлению тряпичной куклы.

*Л.Е. Ледяева, классный руководитель 2 «А» класса*

### Победители и призёры по лыжным гонкам



В Заречном прошёл муниципальный этап Всероссийских соревнований среди обучающихся образовательных организаций по лыжным гонкам на призы газеты «Пионерская правда» в зачет 56-ой Спартакиады и 7-ой «Малой Спартакиады». 16 марта на старт вышли учащиеся 5-11 классов. Ребята очень старались, но призовые места не заняли. 17 марта на лыжню вышли учащиеся 1-4 классов. В команду лицея вошли: Вельдина Анастасия, Трудова Яна, Большакова Алина, Рагимова Анна, Аброськина Елизавета, Константинова Анастасия, Беглова Дарья, Семиколенова Елизавета, Иванова Виктория, Дементьев Андрей, Шелепунов Захар, Андреев Кирилл, Попадьев Вадим, Марфин Арсений, Помещиков Кирилл, Тюлюкин Тимофей, Данилин, Щекин Максим. Лицейсты дружно болели на лыжне и достойно боролись. В итоге команда девочек заняла 1 место, команда мальчиков – 3 место. В личном зачёте 1 место - Константинова Анастасия, 2 место - Вельдина Анастасия. У мальчиков 1 место - Дементьев Андрей. Поздравляем юных лыжников и желаем дальнейших успехов.

*И.Б. Елизарова, учитель физической культуры*

### Мастер-класс по самообороне

25 марта группа ребят из 9 «А» класса в ДЮЦ «Юность» прошла мастер-класс по самообороне. Абдрашитов В.Р. рассказал, что знание приёмов самообороны может помочь и взрослым и детям правильно вести себя в критической ситуации.

После разминки ребятам были показаны приемы самообороны при захвате спереди, сзади, при нападении одного или, даже, четырех противников. Под руководством Абдрашитова В.Р. лицеисты, разбившись на пары, отрабатывали приёмы, которые можно использовать в той или иной ситуации.

В конце мастер-класса подросткам объяснили, что изученные приемы самообороны не должны использоваться для провоцирования драки, а лишь для защиты от возможного нападения.

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



### Пионербол



2,3 марта на базе школы №220 прошли городские соревнования по пионерболу. В состав команды лицея вошли: Дементьев Андрей, Кочеткова Дарья, Милотаева Полина, Болонова Анна, Помещиков Кирилл, Щекин Максим, Труктанов Данил, Поляков Станислав, Марфин Арсений и Луконина Милана. Лицейсты разделили третье место со школой №221, получив огромный опыт командной борьбы.

*Л.Ю. Зотова, учитель физической культуры*

Газета «Лицейст»  
Учредитель — МОУ «ЛИЦЕЙ № 230»  
Г.ЗАРЕЧНОГО Пензенской области  
Адрес редакции:  
442960, г. Заречный Пензенской обл.,  
ул. Зелёная, 14

«Зарегистрировано в Реестре школьной прессы России.

RSPR 59-02517-Ж-01



Зарегистрировано в Реестре школьной прессы России. Portal.lgo.ru  
[#2517](http://portal.lgo.ru)

**Редактор** - Е.М. Вавилова (89374241397)

**Над выпуском работали:** О. Шишкина, А. Муратова, А.Белых, А.Тренкина, А.Ягудина, Е.Коденцева, А.Осадчий, С.Шаровская, Е.Зыбина, С. Варламова, В. Сарвилина, А. Исакова

**Тираж** — 30 экз.

Распространяется бесплатно.