



# ЛИЦЕИСТ



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

№ 5 (153) 2026 ЯНВАРЬ

ВЫХОДИТ С 1995 ГОДА

## 30 лет редакции "Лицейист"



### В НОМЕРЕ:

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| Редакция LIVE            | С. 2  |
| Школьный Олимп           | С. 3  |
| Будь в движении!         | С. 4  |
| Мы помним                | С. 5  |
| Опрос                    | С.6   |
| День студента            | С. 7  |
| В преддверии праздника   | С. 9  |
| В спорте надо жить ярко! | С. 10 |
| Герои не носят плащи     | С. 11 |
| На стиле                 | С.12  |
| Мы советуем              | С. 13 |

Весь январь участники школьного объединения «Юнкор» проводили в Лицее акции, посвященные различным праздникам, создавая атмосферу и вовлекая в процесс всю школу.

Стена благодарности 12 января



Международный день объятий 21 января



День ручного письма 23 января



Наше ВК-сообщество. Здесь самые актуальные новости и анонсы! Результаты конкурса «Пиши красиво» у нас в группе!

### Результаты школьной метапредметной олимпиады

Призеры в 4 «Б» классе:

**Математика:** 2 место – Хлопцева Арина, 3 место – Киреева Елизавета.

**Окружающий мир:** 3 место – Попов Арсений.



### Высший пилотаж

16 января на базе МБОУ «Лицей современных технологий управления № 2» г. Пензы состоялся VIII региональный конкурс исследовательских и проектных работ школьников «Высший пилотаж – Пенза» 2026. ».

Миряева София выступала на секции «Филология» с научным руководителем Клыковой Е.В. И выиграла в номинации за практическую значимость, Гузенко Вероника - на секции «Социология» с Шишкиной И.О., Беглова Дарья - на секции «Лингвистика» с Апенкиной Е.В, она стала призером в своей секции!



### Вместе против терроризма

Ученики 9 «Б» класса приняли участие в городском конкурсе «Вместе против терроризма», приуроченному к празднованию Дня солидарности в борьбе с терроризмом. Комаров Ярослав, Андреев Кирилл, Вилков Денис и Юртаев Илья предложили вниманию жюри поучительный видеоролик, наглядно рассказывающий о том, какие действия следует предпринять, став невольным свидетелем террористического акта. Кочеткова Дарья, Милотаева Полина, Ланцова Полина и Демина Ульяна разработали сценарий мероприятия антитеррористической направленности. Усилия ребят не были напрасными: команда 9 «Б» класса заняла почетное 1 место. Видеоролик вы можете посмотреть, воспользовавшись QR-кодом.





### Подведение итогов года

22 января во Дворце творчества детей и молодёжи царил по-настоящему праздничная атмосфера. На сцене выступали школьники Заречного вместе с «Навигаторами детства», а в зале собрались самые активные семьи, педагоги и лицеисты.

Вечер был особенным: мы подвели итоги Года защитников Отечества и дали старт Году единства народов России. Тема дружбы и сплочённости звучала в каждом номере.

Одним из самых волнительных моментов стало награждение. Заместитель начальника Департамента образования Марина Юрьевна Растрогина вручила благодарственные письма:

- семьям Фурасьевых и Строителейых,
- активисткам Дарье Бегловой, Алине Большаковой, Кристине Тарасовой,
- педагогу Светлане Викторовне Долговой.

А затем зал наслаждался прекрасной музыкой в исполнении Тимофея Катаева, Алисы Колотушкиной, Ирины Беловой и Алины Глазуновой. Особенно запомнились яркие выступления от каждой школы — каждый коллектив по-своему показал нашу общую силу и радость творчества. Этот концерт зарядил всех энергией на предстоящий год. Впереди нас ждёт ещё много ярких событий и свершений!



### Орлята России

15 января Орлята 4 «Б» класса приняли участие в необычном занятии, которое для них подготовили и провели наставники София Варламова и Алиса Исакова. Темой встречи стало добровольчество. Ребята посмотрели тематический фильм о важности добрых дел и помощи окружающим. Затем предложили им творческое задание: изобразить, как они видят настоящего волонтера, и отразить в рисунке его главные качества. Работы получились невероятно красочными и глубокими по смыслу.

Такие встречи не только расширяют кругозор младших школьников, но и укрепляют связи между разными возрастными группами в нашей школе.

### Городской конкурс

Орлята 3 «А» класса успешно завершили трек «Орлёнок-Доброволец».

Участие ребят стало настоящим приключением, наполненным искренностью, радостью от взаимопомощи и гордостью за себя и свою команду.

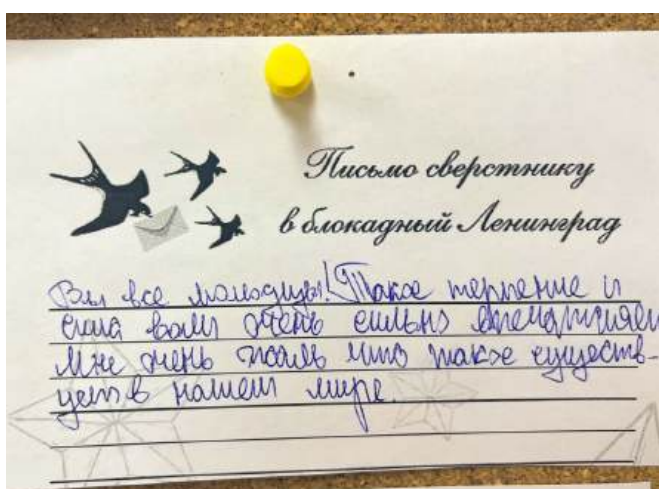


# Блокада Ленинграда

## День освобождения города

27 января в Лицее прошли классные часы, посвященные знаменательной дате в истории нашей страны - Дню полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады.

Девятые классы приняли активное участие в памятных мероприятиях. Викторина, приуроченная к событию, позволила ребятам вспомнить ключевые моменты этого периода. Посмотрев документальный фильм, ребята погрузились в воспоминания подростков, отраженные на страницах их личных дневников. Оказавшись один на один с бедой, жители блокадного Ленинграда всё равно находили в себе силы жить и верить в спасение. Девятиклассники, глубоко прочувствовав важность момента, написали письма своим ровесникам из будущего в прошлое. Равнодушным не остался никто. Каждый нашел в себе слова сопереживания и благодарности героям.



872 ДНЯ 08.09.1941  
27.01.1944



### Обними

21 января, во Международный день объятий, редакция газеты «Лицейст» провела для 9Б класса короткую и тёплую викторину. Ученики угадывали научные факты и рекорды, связанные с объятиями, а в конце — поделились, кому бы они их подарили. Викторина прошла весело и оживлённо, всем очень понравилось. Завершилось всё, конечно же, дружными обнимашками — как и положено в такой день. Отличный повод вспомнить, что простое человеческое тепло иногда нужно больше всего.



**Хотите тоже проверить  
свои знания? Переходите по  
QR-коду**



В преддверии дня студента 25 января редакция газеты «Лицейст» попросила выпускников нашей школы ответить на интересующие нас вопросы. Приятного чтения!

**Влад: Какое твоё самое запоминающееся воспоминание, связанное со школой?**

— Для меня это время, проведенное с одноклассниками, не сравнится с тем, что сейчас испытываю в институте. Люди не ощущаются такими близкими как в школе.

**Влад: Какой предмет или учитель оказали на тебя самое большое влияние?**

— По моему мнению, каждый учитель сделал свой определенный вклад в мое развитие, но особенно я хочу выделить Клыкову Елену Валентиновну, учителя русского языка и литературы. Выражаю ей всю свою благодарность.

**Влад: Как думаешь, какой навык помогла тебе выработать школа? И помог ли тебе приобретенный опыт в школе в жизни?**

— Из основных приобретенных мною навыков могу выделить навык коммуникации. По сей день общаюсь с профессорами и преподавателями, ничего не стесняюсь. По сравнению с моими однокурсниками я без стыда могу задать глупый вопрос и получить ответ.

**Влад: Какие чувства ты испытывал во время выпускного?**

— Меня переполняло чувство свободы и предвкушения.

*На вопросы отвечал выпускник 2022 — Андрей Мараев*



**Алиса: Скучаешь ли ты по школьной жизни? Почему?**

— Безусловно скучаю. Школа — это беззаботное время, когда можно было уделять внимание своим интересам, а свободного времени было больше, чем в университете. Там остались друзья и тёплые воспоминания о весёлых событиях.

**Алиса: Что стало самым большим и приятным открытием в студенческой жизни? Чего ты совсем не ожидала от университета?**

— Самым приятным открытием стала возможность общаться с успешными профессионалами и получать от них наставления. Не ожидала такого высокого качества образования — за первый семестр освоила профессиональную речь, основы правоповедения и получила хорошую базу. Также удивило, что первую практику проходила сразу в прокуратуре. Это дало уверенность, что после вуза смогу стать профессионалом.

**Алиса: Что бы ты хотела пожелать нашей школе, нынешним ученикам?**

— Ученикам желаю усердия, не сдаваться на пути к цели и находить время для полезного отдыха — хобби, спорта, творчества. Школе желаю процветания и успехов в воспитании умных и сильных учеников.

**Алиса: Расскажи про свою первую сессию. Это было больше страшно или интересно?**

— Первая сессия — это всегда очень страшно. Зачётная неделя перед каникулами и экзаменами прошла довольно легко, так как я получила почти по всем предметам зачёты автоматом. Но сама сессия была довольно напряжённой. Бессонные ночи перед экзаменами — это уже классика жанра. Но мне повезло с принимающими преподавателями. Они старались создать дружелюбную и располагающую атмосферу. Это, конечно, не всегда помогало. На последнем экзамене меня трясло все 30 минут подготовки. Но во время ответа страх мгновенно ушёл, а после наступило облегчение, так как экзамен был успешно сдан. В общем, опыт был довольно впечатляющий, возможно, даже немного травмирующий, ибо такой тревоги и давления я не испытывала даже на ЕГЭ. Но, думаю, это поможет мне легче справиться со следующей сессией.

**Алиса: Кому из школьных учителей ты бы сказала спасибо сейчас и за что конкретно?**

— Огромное спасибо я бы хотела сказать всем учителям лицея. Я не могу выделить кого-то конкретного, так как каждый из учителей и сотрудников школы заслуживает благодарности за ту или иную помощь в становлении моей личности. Это профессионалы своего дела, которые помимо преподавательской деятельности находят силы и желание заниматься социальным, психологическим и патриотическим развитием учеников. За время моего обучения в лицее я поняла, что учителя для меня стали не просто наставниками, но и настоящими друзьями, семьёй. Я до сих пор с теплотой вспоминаю школьные дни и горжусь тем, что училась именно в лицее.

*На вопросы отвечала выпускница 2025 Полина Рвянина*

Виктория Алексеевна не просто педагог, учитель истории и финансовой грамотности, но и выпускница этой школы. Когда-то она сама постигала науки в этих стенах, сидела за школьной партой, а сегодня возвращается в родные классы уже в роли наставника.

Для учеников она — живое доказательство, что школьные годы могут стать началом большого профессионального пути.



**Алиса: Что самое яркое, теплое (или, может, самое забавное) всплывает в памяти, когда вы думаете о годах учебы здесь?**

—Когда я думаю о школьных годах, проведённых в Лицее, я вспоминаю различные забавные ситуации, шутки, общение с одноклассниками и учителями. Например, помню, как в 11 классе вместо того, чтобы идти на урок естествознания после обеда, мы остались в столовой и просидели, болтая там и попивая чай, примерно половину урока. Потом, конечно, отправились на урок. Спасибо большое всему коллективу школы тогда за понимание нас в старшем учебном звене. Вспоминаю, как мы ходили классом в музей, кинотеатр — здорово видеться и обсуждать что-то с уже знакомыми людьми в неформальной обстановке. А ещё вплоть до 10 класса я приходила в школу за минут 40 до начала урока. До 7 класса просто повторяла устное домашнее задание в

коридоре, а потом влилась в активное участие в конкурсах чтецов, и до уроков мы с учителем русского языка и литературы, Еленой Валентиновной Клыкковой, репетировали. Теплый след в памяти и телефоне навсегда оставят наши с одноклассниками переписки в группах социальных сетей, потому что в них было всё: и добрые шутки, и мемы, и ссоры, и многочисленные вопросы, споры о домашке. А ещё, безусловно, яркое воспоминание — это лицейские учителя. Я считаю, что они самые лучшие и таких нет нигде. Они дают знания, которые правда остаются в памяти, умеют объяснять сложные вещи простыми словами и всегда готовы выслушать, поддержать, дать мудрый совет.

**Алиса: Была ли у вас любимая школьная традиция?**

—Пожалуй, любимой школьной традицией был "свободный" день, когда одиннадцатиклассники приходили в свой последний учебный день в той одежде, наряде, которые они сами выберут. Этот день символизировал не только завершение учебного года, легкость и свободу, но и придавал дню ощущение праздника.

**Алиса: Какие навыки или привычки, полученные еще в ваши школьные и студенческие годы, пригодились вам здесь, в роли учителя?**

—В роли учителя мне пригодились такие навыки, как правильная формулировка ответов, лаконичная и грамотная речь, коммуникативность, эмпатия, рефлексия, критическое и стратегическое мышления, соблюдение установленных дедлайнов, норм и правил поведения. Это важно не только в работе учителя, так как это базовые навыки, которые помогают сформировать о себе правильное мнение в обществе, выстроить перспективную коммуникацию. Если говорить о привычках, то здесь всё очень просто: просыпаться по будильнику, быстро собираться, быть аккуратной.

**Алиса: Что привело вас назад, в эти стены, уже в качестве учителя?**

—В стены Лицея я вернулась уже в роли учителя благодаря своему образованию и тому, что наша школа — это очень теплое место, здесь всегда готовы поддержать, помочь, объяснить и выслушать. Всё-таки моё направление подготовки — "Педагогическое образование", и мне в ходе обучения в вузе стало очень интересно попробовать свои силы в этом нелёгком труде. Более того, я считаю, что только на практике можно максимально эффективно закрепить полученные знания.

*На вопросы ответила Фатевичева Виктория Алексеевна, учитель истории.*

**1 февраля**

День Робинзона Крузо — легендарного героя первого английского романа Даниеля Дефо 1719 года, который, несмотря на 28 лет изоляции на необитаемом острове, благодаря своему практицизму и воле к жизни не просто выжил, но и обустроил своё существование.

**3 февраля**

Всемирный день борьбы с ненормативной лексикой. Этот день призван напомнить о важности чистоты и уважительности речи как в личном общении, так и в публичном пространстве, и способствовать осознанному использованию языка.

**4 февраля**

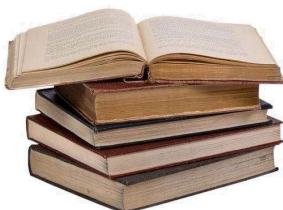
День хорошего настроения. Его главная идея проста и прекрасна: в этот день стоит сознательно создавать себе радость — заниматься любимым хобби, встречаться с друзьями, смотреть хорошее кино или просто позволить себе маленькие удовольствия, чтобы зарядиться позитивом.

**7 февраля**

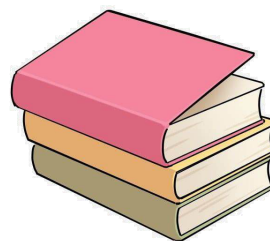
В этот отмечается Всемирный день зимних видов спорта. сходите на каток, покатайтесь на лыжах или санках.

**10 февраля**

День памяти Александра Сергеевича Пушкина, основоположника современного русского литературного языка и величайшего национального поэта. В этот день по всей России и за её пределами чтят его бессмертное творчество: читают стихи и вспоминают его вклад в мировую культуру.

**14 февраля**

Это не только День всех влюбленных, но и Международный день дарения книг. Этот праздник напоминает нам, что книга — один из самых тёплых и мудрых подарков, способный подарить радость всем без исключения.



### Новогодний Клуб выходного дня

Традиционно в новогодние каникулы лицеисты, родители и педагоги посетили Клуб выходного дня. Спортивные залы и лыжная база распахнули двери для любителей ЗОЖ. Отличная погода и позитивное настроение помогли прекрасно провести всем досуг.



### Каникулы со спортом!

Лицеисты во время каникул отдали предпочтение катке.



### День Здоровья

Этот день стал настоящим праздником для детей, который подарил массу положительных эмоций и полезные знания.



### Наши помощники!

Первые лица не остались равнодушными. Они вооружились лопатами и 13 января решили помочь учащимся 3 корпуса школы № 225, а также жителям микрорайона и расчистить пешеходные дорожки.



Мы посвящаем эту страницу двум героям из 9 «А» класса, которые защищали честь лицея в одиночку на Рождественском балу. Это история про тех, на ком держится наша школа: не побоявшись никого, они вышли на сцену и станцевали вдвоем.



8 января во Дворце творчества детей и молодежи состоялся настоящий Рождественский бал. Более 70 школьников исполнили старинные танцы, память о которых передается из поколения в поколение – вальс и полонез.

Лицей на мероприятии представляли ученики 9 «А» класса **Большакова Алина** и **Салимов Максим**. Не побоявшись январских морозов и отбросив стеснение, ребята достойно исполнили свой танец перед большой аудиторией. Максим и Алина продемонстрировали высокую степень ответственности, личную смелость и готовность прийти на помощь. Они - наши



Автор: Дарья Беглова

## Модный гид: Аксессуары для школы

Хочешь сделать школьный образ индивидуальным и стильным? Секрет — в деталях! Правильные аксессуары оживят даже самую строгую форму. Главное правило — умеренность. Достаточно одного-двух акцентов.

**Вот наш топ-5 аксессуаров для школы:**



### Часы — статус и стиль

Это уже давно не только прибор для определения времени. Классическая модель на кожаном ремешке добавит образу солидности, а яркий пластиковый браслет — энергии и индивидуальности. Это беспроигрышный вариант для всех.



### Заколки и ободки — главные герои

Массивные закладки-«пандочки», неброские крабики с жемчугом или минималистичные ободки с цепочкой — твой самый простой способ выделиться. Сочетайте их с собранными волосами, чтобы аксессуар был замечен.



### Серьги — минимализм рулит

Выбирай небольшие, но выразительные модели: гвоздики с камушком или жемчужиной, маленькие кольца, короткие подвески (звёздочки, сердечки). Длинные и звенящие серьги оставь для выходных — они будут отвлекать на уроках.



### Броши и значки — идеальный способ добавить изюминку.

Миниатюрную брошь можно приколоть к пиджаку, воротнику блузки или даже на ремешок рюкзака.

Это способ рассказать о своих увлечениях без слов.



### Ремни — стильный акцент

Это не просто функциональные детали, а модные инструменты! Узкий кожаный ремень в тон обуви поможет подчеркнуть талию и добавить образу чёткости и собранности. Выбирай классические цвета, чтобы образ оставался гармоничным.



Продолжаем нашу рубрику про фильмы и книги. Перед вами новая подборка на вечер или выходные. Приятного чтения или просмотра!

### «Кладбище нерасказанных историй»

Автор — Джулия Альварес

Роман в жанре магического реализма о писательнице, которая закапывает свои незавершённые рукописи, а её погребённые лирические герои вдруг начинают оживать и разговаривать с ней.



### «Чебурашка 2»

Россия. Семейный, комедия, фэнтези. Жизнь Гены и Чебурашки переворачивает известие о том, что на месте их дома планируется большой парк развлечений.



### «Папа может»

Комедия с Александром Реввой и Виталией Корниенко

Когда жена уезжает в отпуск, отец четверых детей Виктор остаётся главным в доме и впервые сталкивается с реальностью семейного быта, который моментально выходит из-под контроля



Страница подготовлена Святославом Полиловым

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



[#2517](http://portal.igo.ru)

**Редактор** : Е.В. Апенкина  
**Верстка**: София Миряева  
**Над выпуском работали**: София Миряева, Алиса Исакова, Вероника Елизарова, Владислав Мухутдинов, Святослав Полилов, Дарья Беглова  
**Тираж** — 30 экз.  
Распространяется бесплатно.