



СМОТРИ ВЫШЕ!

# ОРИЕНТИР

ВЫПУСК 51, СЕНТЯБРЬ-ОКТАБРЬ 2021



## СПОРТ

**НА СТАРТ! ВНИМАНИЕ! МАРШ!**

РАЗВЕИВАЕМ СТЕРЕОТИПЫ И ДАЁМ ОТВЕТЫ НА САМЫЕ ГЛУПЫЕ ВОПРОСЫ

Всем привет, меня зовут Аня и я занимаюсь профессиональным спортом около 10 лет (конный спорт-1 год, горные лыжи и парусный спорт-10 лет). В этой статье я постаралась развеять самые популярные стереотипы, связанные со спортом.

«Все спортсмены глупые»

Естественно, люди встречаются разные, такие спортсмены бывают. Как правило, это происходит из-за большого количества тренировок, которые часто совпадают с учебой. Большой спорт требует времени. Но это, скорее, частный случай. В спорте можно встретить действительно умных людей.

«Хотят поспорить успешную карьеру»

Это не про всех. Не для всех спорт-это жизнь, кто-то просто получает удовольствие. Для получения эмоций не обязательно становиться олимпийским чемпионом.

«Женственность и спорт несовместимы»

Многие представляют девушек-спортсменок грубыми, некрасивым и перекаченными. Но это далеко не так. Конечно, девушки бывают разными, но влияет на них далеко не спорт. Возьмем, к примеру, такой вид спорта, как пауэрлифтинг. Даже там за горой мышц может скрываться нежная и красивая девушка.

«Профессиональный спорт вреден»

Вреден не спорт, а неправильные тренировки. Если у тебя грамотный тренер и ты следишь за своим здоровьем, то никаких проблем не будет.

«Все тренеры жестокие люди»

Главное не путать жесткость и жестокость. Основная задача тренера, это подобрать к каждому подход. Кто-то не сможет хорошо работать, если на него давят, а для кого-то это стимул. Я могу привести в пример себя и тренера. Он вспыльчивый человек и на тренировках часто выводил меня на эмоции, благодаря чему у меня появлялось желание делать лучше. Я никогда не забуду его фразу: «Слушайте меня через слово».

«После окончания карьеры все идут в тренеры»

Каждый человек индивидуален, кто-то пойдет работать тренером, а кто-то выберет иной путь. В завершении карьеры жизнь не заканчивается, и человек может спокойно выбрать любую другую профессию.



## ПРОФЕССИЯ

# МАМА, ПАПА, Я-АРХИТЕКТОР

## РАССКАЗЫВАЕМ О ПОСТУПЛЕНИИ

Творчества в нашем мире становится все больше и больше. Огромное количество граффити на улицах, множество молодых тату мастеров, да и немало художников и певцов на Арбате. Хочу поделиться небольшим опытом, связанным с рисованием, творчеством и морем слез. О своей профессии я задумывалась уже с 5 класса. Архитектор - вот кем я хочу стать.

В архитектуре очень много разных направлений. Ты можешь чертить как многоквартирные дома, так и маленькие частные домики, а может, даже и не здания вовсе. Это все очень хорошо, конечно, вот, я определился кем хочу быть. Теперь надо что-то для этого сделать, верно? Да, верно. Если появилось желание быть архитектором или дизайнером, то надо уже подумать и о ВУЗе, ведь нужны туда не только результаты ЕГЭ. Я думаю, что все и так понимают, что есть еще один или два экзамена, который проводит сам университет. Экзамен зависит от будущей профессии, дизайнерам приходится ужасно мучиться с рисунком и композицией, а архитекторам с академическим рисунком и черчением. Отбирают очень строго, поэтому надо быть лучшим среди лучших, за 2-3 года уже заниматься с профессиональными преподавателями и забыть наконец-то про все «художки». Художественные школы вам не помогут, есть определенные ГОСТы и стандарты, рисовать надо правильно. Баллы настолько зависят от полученного вами опыта, что вы, буквально, можете лишиться их, приклеив скотч на лист не так, как нужно. Обычно, при каждом ВУЗе с нужным вам направлением открывают курсы по подготовке, на которые вы можете ходить в школьное время, а потом успешно сдать экзамен. Советую рассмотреть не только самые популярные ВУЗы, которые сразу же выскакивают в поисковике. Лучше углубиться в эту тему самостоятельно или с родителями. Вот несколько известных университетов с нужными направлениями: МАрхИ, ГУЗ, МГАХИ им. В. И. Сурикова, РУДН, НИУ ВШЭ, МИТУ-МАСИ.

Хотела бы отметить, что тратить вам придется очень много, начиная от нервных клеток, а заканчивая огромным количеством денег на канцелярию.

В завершении хочу посоветовать не бояться и не стесняться своего творчества, оно имеет право на существование, надо лишь продолжать идти вперед, ведь из миллиона человек точно найдется один, которому понравится все то, что вы делаете.

*Марина Первушина*



## САДОВОДСТВО

**ЛЮБЛЮ ЦВЕТЫ, А ВЫ?**

ТО, ЧТО НЕ РАССКАЗЫВАЮТ НА УРОКАХ БИОЛОГИИ

Комнатные растения есть во многих домах, но чтобы они росли здоровыми и служили красивым украшением для вас им требуется правильный уход. Сейчас мы вам расскажем, как это лучше сделать, чтобы не навредить вашим зелёным друзьям.

**Общие правила**

Существует множество видов домашних растений, и каждый из них требует своих особенностей в уходе. Но однако есть базовые требования, которые необходимо выполнять.

**Место и освещение**

Множество комнатных растений нуждаются в достаточном освещении. Обычно продолжительность светового дня должна составлять от 12 до 16 часов в сутки. Не рекомендуется выставлять комнатные растения на подоконнике под прямыми лучами солнца. В таких условиях зеленые питомцы рискуют получить ожоги. Солнца не должно быть слишком много. Идеален рассеянный свет или легкая полутень – все зависит от предпочтений определенного вида.

**Умеренность**

Уход за большинством видов растений является довольно простым. Но тем не менее нельзя забывать про умеренность. Переизбыток воды, удобрений или солнечного света не пойдет растению на пользу. Например, переувлажнение почвы может повлечь за собой гниение корневой системы. В итоге растение может заболеть или вовсе погибнуть.

**Свет****Признаки Недостатка**

- бледность листьев
- наклон в сторону окна
- отсутствие цветков
- слишком вытянутые стебли
- сухие нижние листья

**Признаки Переизбытка**

- темные и красные пятна на листьях
- блеклость
- вялость растения
- цветок растёт отклоняясь от света
- однотонность цвета
- отклонения от сортовых признаков

**Полив**

В основном комнатные растения влаголюбивы. Более обильного полива требуют растения цветущие и находящиеся в фазе роста.

лето — каждый день

весна — через день

осень — каждые 2-3 дня

зима — раз в 2 недели



Агния Стребцова

## КУЛИНАРИЯ

**ВРЕМЯ ТРАПЕЗНИЧАТЬ**

РЕЦЕПТ ШАРЛОТКИ С СОВЕТАМИ ОТ НАШЕГО ЭКСПЕРТА

*Ингредиенты*

- яйца - 4 шт.
- мука - 2.5 стакана
- сахар - 1.5 стакана
- яблоки - 4 шт.
- масло сливочное для смазывания формы
- соль - 1 щепотка
- сода - на кончик ножа
- ванилин или корица

Да, тот самый пирог с плетением из полосок теста сверху. Все мы его видели - будь то в аниме или мультфильмах, и вот рецепт наконец перед вами. Возможно, создательницей этого чудесного десерта является королева Шарлотта - жена короля Великобритании Георга 3, а возможно, та девочка в кепке-клубничке из не малоизвестного мультсериала. Хотя, в последнем случае блюдо было бы с начинкой из клубники, нежели из яблок.

*Навар**А теперь пора готовить*

Смешайте в миске сахар и яйца. Добавьте щепотку соли и перемешайте вилкой.



Постепенно начинайте вводить в будущее тесто предварительно просеянную муку. Взбейте тесто, чтобы в нем не осталось комков.



Нарезаем яблоки на небольшие кусочки (примерно 4 яблока на большой противень). При желании можно избавиться от кожуры. Семечки класть не стоит.



Выкладываем кусочки в форму, предварительно смазав ее сливочным маслом.



Заливаем яблоки тестом.



Разогреваем духовку до 180-200 градусов и ставим пирог внутрь.

Примерно через сорок минут шарлотка будет готова к употреблению!

## СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

**ЗДОРОВЫЙ ДУХ**

ГЛАЗА БОЯТСЯ – А РУКИ ИГРАЮТ В ВОЛЕЙБОЛ

Впервые с волейболом я связался в нашей школе. По началу было просто здорово проводить время с друзьями, но позже я решил начать заниматься этим чтобы выигрывать и не подводить команду. Это несколько тяжелее, чем кажется, ведь у тебя должна быть реакция, точность, сила, скорость. По началу это было очень тяжело, ведь в волейбол надо играть по тактике, а я за ней не успевал. Сейчас у меня уже отработана передача, более-менее приём, и я хочу и дальше развиваться в этом направлении.

**15** тысяч человек  
пришли на самый  
большой матч в  
Лондоне.

**148** минут длился самый  
продолжительный  
матч. Он был между  
Италией и США.

**3** золотых медали  
подряд получили  
кубинки. Пока ре-  
корд не перебит.

**60** минут длился наи-  
кратчайший матч.  
Играла Россия с  
Египтом.

**18** тысяч долларов  
стоял на аукционе  
волейбольный мяч  
из фильма «Изгой».

**15** процентов людей на  
всей планете увле-  
каются этим видом  
спорта.

**35** раз поляки оши-  
бились во время игры  
с Ираном. Настоя-  
щий антирекорд.

**30** ошибок, ничуть не  
уступив сопернику,  
допустил Иран в  
том же матче.

У нас в школе уже дав-  
но существует такая вне-  
урочная деятельность.  
Скорее беги к Ольге Алек-  
сеевне или Марине Оле-  
говне и записывайся!

Чтобы немного заинтересовать вас этим видом  
спорта, я решил воспользоваться техникой привле-  
чения внимания через цифры. Здесь написано не-  
сколько интересных фактов. Дальше выбор идет за  
вами. Желаю удачи и терпения, ведь в волейболе всё  
это вам точно пригодится!



люди

# ЧЕЛОВЕК И

РАССКАЗЫВАЕМ О НОВЕНЬКИХ В ШКОЛЕ

Ни для кого не секрет что каждый год к нам переходят новые ученики. Каждый человек переходит в новую школу по разным причинам. Кто-то переехал, кто-то поменял учебное заведение потому что уровень преподавания выше, а может просто не нравилось в прошлом классе. Но много ли вы знаете о новых людях? Наша редакция познакомилась с ребятами и взяла у них интервью.



Аня, 15 лет

1) Я много уделяю времени учебе и спорту. Раньше я ненавидела спорт, но сейчас приходится упрашивать родителей, чтобы разрешила ходить туда.

2) Было волнительно. Это первый мой переход. В прошлой школе были сложные отношения с одноклассниками, и вот наконец я здесь.

3) Удивило отношение. Такое мало где увидишь. Я влилась и сильно рада этому.

4) Ожиданий нет, но вроде здесь высокий уровень подготовки к ОГЭ.

5) Понравилась внеклассная деятельность. Это сильно сплачивает коллектив. Конечно, мало пока посещала мероприятий и много не понимаю, но это гораздо лучше, чем ничего.



Ира, 15 лет

1) Раньше был спорт, но потом я его забросила, поэтому ничем не увлекаюсь.

2) Воспоминания хорошие, сначала было некомфортно в первый день, так как ничего и никого ещё не знала...

3) Уцепило отношение учителей к ученикам.

4) Ожиданий прям как таковых нет, надеюсь лишь, что будет нормальная учёба, и я с удовольствием в этой школе проведу три года.

5) Конкретно выделить не могу, но сама школа и преподаватели классные.

**- Расскажи немного о себе, чем ты увлекаешься?**

**- Твои воспоминания о первом дне в нашей школе?**

**- Что тебя удивило\зацепило у нас?**

**- У тебя есть ожидания от будущей учёбы здесь?**

**- Что тебе больше всего понравилось?**

## МЕРОПРИЯТИЯ ДЮО «ОСТРОВ СОКРОВИЩ»

**ВСЬ МИР-ТЕАТР**

РАССКАЗЫВАЕМ ГДЕ МОЖНО ВОПЛОТИТЬ В ЖИЗНЬ ВСЕ ВАШИ ЖЕЛАНИЯ

А вы уже знаете, какое мероприятие будет длиться почти всю осень? На каком событии соберется почти вся школа? Где вы сможете по-настоящему показать всем свой талант? Наш любимый театральный фестиваль уже совсем скоро начнется, а вы ещё так мало о нем знаете. Сейчас мы всё расскажем!

Как всё проходит?

Режиссеры-это ученики 9-11 классов. Они набирают в команду людей. Играть в спектакле можно всем с 5 по 8 класс.

Как попасть в команду?

Легко, к вам в класс обязательно скоро заглянут с объявлением о наборе ребят. Не упустите своего режиссёра!

Какие есть этапы в ТФ?

1. Выбор сценария.
2. Репетиции.
3. Выступления.
4. Награждение. Бывает оно обычно через 2-3 дня после окончания показов.

*Кто же станет лучшим?*

У каждой команды есть шанс взять первое, второе и третье место. Команд не менее пяти, чаще - больше. А так же каждому актеру выпадает шанс выиграть в какой-либо из номинаций. Например: «Лучшая мужская/женская роль 1,2 и Зего плана», «Лучшая злодейская роль» «Лучший костюм», «Лучшее перевоплощение» и тд.

Спектакли должны быть не меньше 20, но не больше 40 мин. Также каждой группе нужно сделать свою афишу. Кстати, конкурс на лучшую афишу тоже есть. Также есть состязание за лучший костюм и за лучшие декорации.



В общем и целом, театральный фестиваль-это как первая ступенька в карьере театрального искусства, шанс найти хороших знакомых и, может, даже друзей. Ну, и конечно же, получить кучу положительных эмоций!)

Всех ждем, ведь чем больше - тем интереснее. Попробовать точно стоит!!

*Ваня Суворов*

**РЕДКОЛЛЕГИЯ**

**Главный редактор:**  
Софья Логвинова

**Выпускающий редактор:**

Олеся Писарева  
София Мачнева

**Верстка:**

Софья Логвинова  
Женя Лысенкова

**Корреспонденты:**

Марина Первушина  
Ваня Суворов  
София Мачнева  
Аня Медведева  
Агния Стребцова  
Вася Мальцев  
Олеся Писарева



RSPR 77-02124-Г-01



Зарегистрировано в Реестре школьной прессы России. Portal.go.ru