



Верный друг Робик

Я хочу рассказать о моей любимой собаке. Его зовут **Робик**, ему три года. Робик — японский хин: это редкая порода собак, которую не часто можно встретить на улицах городов, в том числе и нашего.

Все началось с моего желания иметь собаку. Однажды в газете я увидела фотографию собаки, которая мне очень понравилась. У мамы я узнала, какой она породы. Это и был японский хин. Как же я обрадовалась, когда бабушка подарила мне на день рождения именно такую собаку: маленькую, черно-белого окраса, с выразительными карими, словно пуговицы, глазами! А как эти глазки смотрят на тебя, когда Робик хочет есть! Сразу начинаешь кормить его всем, что он любит: это и корм для собак, и паштет, и мясо. Моя собака ест даже чипсы!

У Робика, по-моему, можно поучиться оптимизму: он всегда активен, энергичен и подвижен. Я смотрю на него и думаю: «Сколько же энергии у моей собаки!»

Как любому человеку, мне порой бывает грустно, и Робик как-будто чувствует это. Он подбегает ко мне, начинает гавкать, призывая поиграть с ним. После наших игр я забываю о грустных мыслях. Спасибо моей собаке за это!

Справка

Японский хин — неведомая зверюшка из Страны восходящего солнца, как когда-то называли Японию. Хин — национальная японская порода, планомерная селекция которой была начата гораздо раньше всех других известных японских пород: акита, шиба и других. Хинов стали вывозить в Америку и Европу. В отличие от Китая, в Японии строгого запрета на вывоз из страны собак не было.

В 1886 году хин появился в Австрии. Первые описания собак типа хинов относятся к XII веку, когда японские посланники привезли из Китая живой подарок императору.



Робик — ласковый пес, веселый, обладает добрым нравом. Когда я его зову, он тут же реагирует на призыв и бежит ко мне. Утром в выходные дни Робик обязательно прибегает в мою комнату, запрыгивает на кровать и начинает тихо гавкать, боясь меня напугать. Постепенно его лай становится громче. Я просыпаюсь и с удовольствием иду гулять с Робиком. Во время прогулки кто-то из прохожих обязательно скажет: «Какая красивая собака! Можно ее погладить?» А Робик у нас любит, когда на него обращают внимание.

Я очень довольна тем, что моя мечта — иметь японского хина — сбылась, что в моей жизни есть такой верный друг, как Робик.

Юлия БИРЮЛИНА,
учащаяся школы № 8, Кстово



У нас дома — настоящий мини-зоопарк: нашими домашними любимцами являются кот Кузя, черепаха Даша и рыбки.

Рассказ о любимых питомцах я хочу начать с кота **Кузи**. Ему нет еще и года. Я привезла его из деревни, в которой живут мои бабушка и дедушка. Котенок Кузя очарователен: у него серо-белый окрас, белые мордочка и лапки, светло-карие глаза.

Кузя очень забавный. Он часто бежит, резко поворачивая назад, словно делая

волчок. Я смотрю на него и думаю: «Видел бы он себя со стороны!»

Нашему котенку нравится бегать по лугу за бабочками. Кажется, что он не пропустил ни одной бабочки! Но ему еще ни разу не удалось поймать хотя бы одну из них.

Кузя любит есть рыбу, лапшу, пить молоко. Он непривередлив в еде. Я люблю гладить нашего котенка, играть с ним. Наш маленький комочек Кузя нуждается в моей защите.

Кроме кота в нашей квартире живет черепаха **Даша**. Мы купили ее семь месяцев назад. Мне давно хотелось иметь черепаху, и родители исполнили мою мечту. Мы купили для Даши домик, где есть мостик, лестница, пальма и кормушки. Дашин домик уютный, аккуратный, красивый, и в нем всегда чисто. Наша черепашка любит спать, но делает это, в основном, днем. А ночью Даша играет в своем домике. Моему брату Мише нравится кор-

мить черепашку мясом. А еще она любит специальный корм, который получает в избытке.

Однажды Даша выползла из своего домика, залезла, как я думаю, под кровать, и просидела там сутки. А мы сбились с ног, разыскивая черепашку! Спустя день я неожиданно нашла Дашу в коридоре и отнесла ее в домик.

А еще у нас есть пять рыбок. Они появились в нашем доме лишь месяц назад по просьбе моего братика, и именно он ухаживает за ними. Рыбки, по моим наблюдениям, часто гоняются друг за другом. По-моему, это их любимое занятие.

Я люблю животных, и неслучайно у нас есть домашний зоопарк. Наши животные очень милые, и я, конечно, счастлива, что они у нас есть. Я убеждена, что животные — это маленькие друзья человека.

Екатерина СМЕРНОВА,
учащаяся школы № 8, Кстово

Маленькие друзья человека

Из всех возможных решений выбирай самое доброе

Час на неизведанном пути
Ждут замысловатые сюжеты...



Сюжет

Содружество Юных Журналистов

январь 2012

№ 2 (320)

Газета Нижегородского института развития образования

К Международному дню памяти жертв Холокоста

ФАБРИКА СМЕРТИ

К началу 1941 года нацисты создали три категории лагерей. К третьей, самой страшной, был причислен Маутхаузен в Австрии. Ко второй категории относились Бухенвальд, Заксенхаузен и некоторые другие лагеря в Германии. В эту же категорию попал и будущий Аушвиц-2. Наконец, к первой категории «для менее испорченных» и причислялся Аушвиц-1.



Аушвиц выполнял две функции: концлагерь для людей разных национальностей и место уничтожения. Число его узников постоянно росло. К январю 1944 года в Аушвице находилось около 81 тысячи узников, в июле — более 92 тысяч, в августе — более 145 тысяч.

Второй этап в истории Аушвица называют «еврейским». Он связан с Ванзейской конференцией — одним из самых известных совещаний периода Второй мировой войны, посвященной уничтожению целого народа. Ее протокол фигурировал на Нюрнбергском процессе как одно из важнейших доказательств в разделе «Преследование евреев».

Аушвиц был одним из шести лагерей смерти на территории Польши. Но толь-

ко он был предназначен для уничтожения евреев со всей Европы. Всего через Аушвиц прошло не менее 1 миллиона 100 тысяч евреев. Через Освенцим прошли также узники из разных стран Европы: это участники движения Сопротивления, гражданской войны в Испании, заключенные из других концлагерей и тюрем.

Во второй половине января 1945 года нацисты эвакуировали из Аушвица 58 000 заключенных. В этот момент эсэсовская охрана лагеря составляла свыше 4,5 тысячи человек. Они уничтожили более 700 узников буквально накануне освобождения, до которого дожили лишь около 7000 слабых и больных заключенных из более чем 20 стран. Их освободила 100-я Львовская кавалерийская дивизия под командованием генерал-майора Федора Михайловича Красавина.

Татьяна Артемовна ГОРЕВА,
преподаватель истории и обществознания
Нижегородского областного училища
(техникума) олимпийского резерва № 1,
лауреат VI Международного конкурса
«Уроки Холокоста —
путь к толерантности»

Холокост — термин, которым принято обозначать преследование евреев в нацистской Европе с 1933 по 1945 год. Обычно это время делят на два периода: до и после 1941 года. В первый период в Германии, а позже в Австрии проводились различные антисемитские акции. В Германии по Нюрнбергским законам 1935 года евреи были лишены прав гражданства, возможности занимать государственные посты, иметь частную практику и соб-

Окончание на с. 2

Адрес редакции и типографии: 603122, Нижний Новгород, ул. Ванеева, 203, ГБОУ ДПО НИРО.

Телефон редакции: (831) 417-54-07, e-mail: suzhet1996@yandex.ru

Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи и массовых коммуникаций по Нижегородской области 16 октября 2008 года. Регистрационное свидетельство ПИ № ТУ 52-0062.

Учредитель: ГБОУ ДПО НИРО. Адрес: 603122, Нижний Новгород, ул. Ванеева, 203. Тел. (831) 417-75-49, факс (831) 417-54-35.

Выпуск газеты № 2 (320) подготовили: редактор Л. А. Шпак и корреспондент О. А. Мартынова. Рисунки О. Логиновой и А. Сурковой. Компьютерная верстка О. Н. Барабаш. Выпускается 2 раза в месяц. Распространяется бесплатно. Отпечатано в издательском центре учебной и учебно-методической литературы ГБОУ ДПО НИРО. Тираж 500 экз. Заказ № 1913. Подписано в печать 26 января 2012 года по графику в 17.00, фактически 26 января 2012 года в 15.00.

© ГБОУ ДПО «Нижегородский институт развития образования», 2012

Использование материалов и иллюстраций из газеты «Сюжет» возможно лишь с письменного разрешения редакции. Точка зрения авторов может не совпадать с позицией редакции.

ФАБРИКА СМЕРТИ

Окончание. Начало на с. 1

ственный бизнес, вступать в брак с немцами (немками) и получать образование в государственных учебных заведениях. Их собственность и предприятия нередко подвергались конфискации. Против них постоянно совершались акты насилия, и официальная пропаганда разжигала среди «истинных» немцев предубеждения и ненависть к евреям. Как и полагалось, это вызвало массовую эмиграцию, в результате которой полумиллионное еврейское население Германии и Австрии сократилось наполовину.



Во второй период — во время Второй мировой войны — Холокост распространился и на оккупированную нацистами Европу. Он принял форму принудительного каторжного труда, массовых расстрелов, отправки людей в концентрационные лагеря, причем последнее



помогло нацистам окончательно решить так называемый еврейский вопрос путем массового уничтожения евреев в газовых камерах.

Во время Холокоста погибло около 6 миллионов евреев. Холокост — крайняя форма национализма. О национализме и Холокосте я довольно подробно узнал на уроках истории и заинтересовался этой проблемой.

Я считаю проблему национализма очень актуальной в наше время. Как профессиональный спортсмен я часто выступаю в других городах России и за рубежом, и мне приходилось наблюдать конфликты на национальной почве. Что касается меня лично, то я уважительно отношусь к людям других национальностей и категорически против подобных конфликтов. Необходимым методом

борьбы с национализмом являются уроки в школе, на которых осуждаются национализм и фашизм и активно пропагандируется толерантное уважение к другим национальностям.

Андрей ЧИРКОВ,
учащийся Нижегородского областного
училища (техникума)
олимпийского резерва № 1

Все жители планеты Земля знают о страшных событиях Великой Отечественной войны. В этой кровопролитной войне почти каждая семья потеряла своих близких. Много слез было пролито в ту ужасную пору. Нацистские войска не просто хотели уничтожить ненавистные им города вместе с населением, они стремились убить дух человека, унижить людей и высмеять.

Ветеранов, очевидцев тех страшных событий, не так много, и уход каждого из них все дальше отдаляет нас от ужасных минут той войны. Меньше всех осталось узников так называемых лагерей смерти.

Всем известен тот факт, что нацистская Германия, покоряя одну страну за другой, особую жестокость проявила к европейским евреям, лишив их всех прав, загнав в гетто, депортировав в концлагеря, подвергнув физическому уничтожению. Даже в 1944 году, когда стало ясно, что Германия проиграет войну, Гитлер и его сподвижники не прекратили борьбу против евреев. Натиск нацистской Германии почувствовала вся Европа. Выжившие с ужасом вспоминают, как убивали их родителей, братьев и сестер, как они стояли над пропастью между жизнью и смертью, между светлым и темным и молились только об одном: чтобы Бог поскорее прервал эти мучения. Люди попадали в концентрационные лагеря, самым большим из которых был Освенцим.

Это место словно чистилище. Все, кто туда попадал, живым уже не возвращался. Как же страшно им было осознавать, что через некоторое время их убьют! Смерть не заставляла себя ждать, она беспощадно стучалась в дверь к каждому, жившему в Освенциме. А длилась эта «жизнь» у каждого по-разному: несколько минут, пару часов, сутки, недели. Там отбирали все: имя, личность, одежду, но не могли забрать одного — надежду. Вера в светлое будущее оставалась у всех. А жестокость была невыносимой. Людей истощали до смерти: они были похожи на мертвецов, а такие там были не нужны. Самое страшное — когда людей использовали вместо топлива, разводя огромные костры.

А как же люди попадали в такие лагеря? Их словно скот загоняли в вагоны и запирали. Несколько суток люди находились в полной темноте, лишь ма-

ленькая щель освещала лица обреченных людей. Несчастный народ изнывал от жажды и голода. А по прибытию их выгоняли и заставляли раздеваться.

Снимая одежду, все прощались со своим прошлым. Много воспоминаний



связано с ним: первая покупка, подарок родителей, день рождения и вообще жизнь. Все прекрасно осознавали сложившуюся ситуацию, только никто не мог ответить на вопрос: «За что?» Об этом никто не знал, выжившие и сейчас затрудняются ответить. Именно в то время появились братские могилы. Одной ямы хватало на многих несчастных.



Также были газовые камеры, в которые загоняли заключенных, недавно прибывших в лагерь. Людям могли помочь лишь работники, тоже заключенные, которые говорили, куда лучше встать, чтобы быстрее умереть. Немцы были настолько жестоки, что через специальные отверстия со смехом наблюдали, как люди корчились в агонии от нехватки кислорода. А после их просто вывозили и пускали на «производство» или пополняли братские могилы.

На что же способна человеческая ненависть? Сколько людей можно погубить ни за что? Я считаю, что люди такого сделать не могли. Не давший жизнь, не может ее забрать.

Все мы — люди, только разные. И это не повод, чтобы убивать, кидать в огонь, расстреливать и унижать. Ведь тот, кто придумал этот мир, не хотел, чтобы мы все друг друга поубивали.

Екатерина ТРИФОНОВА,
учащаяся Нижегородского областного
училища (техникума)
олимпийского резерва № 1

ных кошмаров масса. Например, стресс как результат непростого события в жизни. Тяжелое заболевание, потеря близкого человека или пережитый серьезный психологический стресс также могут стать причиной возникновения ночных кошмаров. Но зачастую источниками ночных кошмаров могут являться такие ежедневные раздражители, как работа, беспокойство или волнение.

Также большое влияние на наш сон производит пища. Когда и что мы едим, самым прямым образом влияет на наш ночной отдых. Согласно результатам исследований, употребление пищи непосредственно перед сном приводит к повышению активности головного мозга, становясь причиной появления ночных кошмаров. А чем больше мы едим острой или жирной пищи, тем выше шансы, что ночь пройдет неспокойно.

Хорошее состояние сна может нарушить употребление алкоголя. Несмотря на то, что алкоголь в небольших количествах вызывает сонливость, его эффект довольно быстро проходит, и он вызывает преждевременное пробуждение. Чрезмерное употребление алкоголя, как и наступающий после него похмельный синдром, способны стать причиной ночных кошмаров.

Исходя из всего перечисленного можно сделать вывод о том, что ко сну относиться легкомысленно ни в коем случае нельзя. Сон — это один из самых важных процессов в нашей жизни, так же как и употребление пищи, без которой человек просто не способен жить. Однако большинство людей к еде относятся серьезнее, чем ко сну, но если человек не будет спать, то есть вероятность, что он умрет быстрее, чем от голода. Многие — и подростки, и взрослые — часто пренебрегают отдыхом. Несмотря на все дела и заботы, нельзя забывать, что сон — это здоровье. А здоровье необходимо беречь.

Ксения ШЕМЯКИНА,
учащаяся школы № 187,
Нижегород

В современном мире слепые люди обладают не такими широкими способностями, как здоровые. Им присваивается степень инвалидности и жизнь предопределяется в тот момент, когда они лишаются зрения. Причины слепоты может быть сколько угодно, начиная от болезни и заканчивая обычными травмами. Но благодаря англичанину Уильяму Муну и французам Луи Брайлю и Валентину Гаю слепые люди могут читать, не видя текста. А если можно читать, то путь к обучению и саморазвитию открыт.

ЧИТАТЬ НЕ ВИДЯ, ИЛИ БЫТЬ ПЕДАГОГОМ

Луи Брайль имел редкую профессию — тифлопедагог: это педагог, осуществляющий обучение и воспитание слепых и слабовидящих детей и подростков. В 1812 году, когда Луи было три года, он потерял зрение из-за воспаления глаз. Получил он его после того, как поранился шорным ножом, который предназначен для работы с кожей. Это сыграло ключевую роль в его жизни. В возрасте 10 лет его отдали на обучение в Королевский институт для слепых детей, где раскрылся его талант пианиста и органиста. В свои юные 15 лет, вдохновленный «Ночным шрифтом» капитана артиллерии Шарля Барбье, он создал то, что не изменяется уже более двухсот лет, — рельефно-точечный шрифт.

«Ночной шрифт» использовался военными для чтения донесений в темное время суток. Брайль учел недостатки такого шрифта и создал свой рельефно-точечный, противоположный шрифту, который использовал его соотечественник Валентин Гаюи.

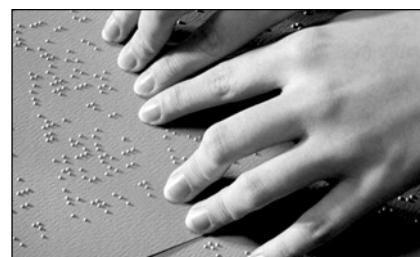
Валентин в возрасте 39 лет, будучи состоявшимся педагогом, исключительно на свои деньги и в здании собственного дома открывает первую в мире школу для слепых детей под названием «Мастерская трудящихся слепых». Именно Валентина Гаюи можно считать первооткрывателем шрифта для слепых под названием унциал (рельефно-линейный шрифт). Это вариант письма, на котором все буквы характеризовались как крупные и округлые, без всяких острых углов и ломаных линий, не выходящих за границы строки. Такой шрифт использовался для обозначения заголовков и рубрик.

Деятельность Валентина была замечена русским царем Александром I, который в 1803 году пригласил французского педагога в Санкт-Петербург для

создания учебного заведения для слепых детей. Валентин Гаюи принял приглашение и через три года прибыл в северную столицу России, где и создал педагогический коллектив из учителей-энтузиастов. Однако перед самым открытием из канцелярии министерства просвещения пришло утверждение, что в России нет слепых детей. Но Гаюи не отступил и стал сам искать себе слепых учеников. Первого из них он встретил в богадельне близ Смольного дворца. После чего к нему пришли еще одиннадцать детей, которых он принял. Он не только учил этих детей, но и кормил за свой счет.

В 1807 году Александр I все-таки утвердил штат, устав и бюджет Санкт-Петербургского института рабочих слепых (название заведения Гаюи в России). В нем Гаюи обучал детей всем главным ремеслам и наукам. Заведение существовало только из-за обилия учеников, которые стремились к обучению. С тех пор и ведется отсчет основания первого в России учебно-воспитательного заведения для слепых детей.

Луи Брайлю, как слепому, были лучше видны неудобства «Ночного шрифта»: это слишком большие буквы, не влезавшие в строки. Шрифт Луи Брайля называется не только рельефно-точечным, но еще и шеститочечным. Он представляет из себя шесть точек по две в трех столбиках. Первой книгой, написанной шрифтом Брайля, была «История Франции» 1837 года. Но даже в таком шрифте были неудобства. Главным недостатком системы Брайля было то, что люди, которые слепли в течение жизни, не могли нащупать маленькие точки. Заметил это англичанин Уильям Мун. Он был третьим, кто внес свою лепту в создание простого шрифта для



слепых. Система Мун была подготовивающим этапом к переходу на шрифт Брайля. Люди, нащупывая систему Мун, приобретали уверенность в тактильных ощущениях, что позволяло лучше понимать и пользоваться «Брайлем».

Доктор Уильям Мун в 21 год переболел скарлатиной и ослеп на один глаз. В 1843 году он впервые сформулировал идею своей письменности, а в 1845 году опубликовал принципиальную схему шрифта. Он был предан религии и рассчитывал на то, что его более упрощенный шрифт сможет лучше понимать любой слепой, нежели систему Брайля.

Его схема напоминала унциал. От него остались выпуклые буквы, но состоял он из кривых, углов и линий. В конечном итоге система Мун не была признана из-за своего трудоемкого создания и в настоящее время не так широко распространена, как шрифт Брайля. Детище Мун практически невозможно найти за пределами Соединенного Королевства, кроме нескольких учебных заведений Германии и Голландии. В мире им пользуются чуть более 400 человек, большинство из которых проживают в Англии.

Брайль, Гаюи, Мун — эти люди навеки вошли в историю, научив читать незрячих. Все они были своеобразными учителями жизни. Кто-то был настоящим педагогом и учил слепых, а кто-то созданным им шрифтом научил их читать, открыв дорогу к свету.

Николай КОЛОТИЛОВ,
учащийся школы № 513,
Москва

НАШЕ ЗДОРОВЬЕ — ЭТО СОН

Люди всегда интересовались природой сна. Ученые прошлых веков не знали его причин и часто выдвигали ошибочные теории. Так, более ста лет назад некоторые из них считали, что сон является отравлением организма и что во время бодрствования в теле человека накапливаются яды, которые вызывают отравление мозга и наступление сна. По другой версии, сон наступал вследствие снижения кровообращения в головном мозге.

Сейчас же все знают, что сон нам жизненно необходим. Человек спит почти треть своей жизни. Но что же такое сон? Современные ученые до сих пор не могут дать однозначного ответа на вопросы: «Почему мы тратим время на сон?», «Почему человек не может жить без сна?», «Почему во время сна мы видим сновидения?» Существует много теорий, которые могут дать ответы на эти вопросы, но в каждой из них есть лишь доля истины.

Сон человека состоит из нескольких циклов, каждый из которых длится примерно полтора часа. Цикл состоит из пяти стадий: четыре стадии — это медленный сон и стадия быстрого сна — стадия сновидений. Стадии медленного сна — это дремота и поверхностный сон. Стадию быстрого сна называют парадоксом: тело расслаблено, мозг еще усиленно работает и быстро двигаются глаза. Стадии медленного сна подготавливают нас к стадии сновидений.

В какой-то степени сон для нас важнее пищи. Человек может прожить без еды около двух месяцев, без сна же гораздо меньше. Норма, необходимая для хорошего отдыха, — около семи-восьми часов в сутки, при этом в детском возрасте требуется десятичасовая продолжительный сон, в старости же эта цифра сокращается до шести часов.

Ученые провели опыты, во время которых человека лишали сна: человека будили на определенной стадии сна, затем человек засыпал вновь. Все результаты фиксировались с помощью специальных приборов. Было выяснено, что лишение быстрого сна приводит к тому, что человек становится рассеянным, агрессивным, у него снижается память, возникают неопределенные страхи и галлюцинации. Ученые сделали вывод, что во время быстрого сна в организме происходят различные процессы, направленные на восстановление функций нервной системы.

Есть люди, которые считают, что бессонница — это не болезнь и не серьезная проблема здоровья. Однако медики не разделяют этого мнения. Они

утверждают, что даже двое суток, проведенных без сна, могут привести к серьезным функциональным нарушениям, а отсутствие сна более 60 часов чревато нервным срывом и острым нарушением мозгового и сердечного кровообращения.



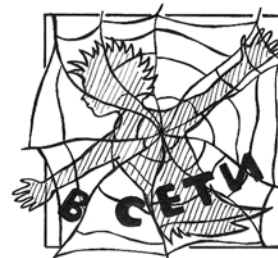
Бессонница является одним из самых распространенных заболеваний нервной системы, это серьезный сбой организма, проявляющийся нарушением засыпания.

А как часто мучают людей кошмары! Они заставляют в ужасе просыпаться среди ночи, могут повторяться каждый день и приводить не только к нарушению сна. Плохие сны накладывают отпечаток на состояние наших нервов, портят здоровье и ухудшают качество жизни. Поскольку во время кошмаров мы просыпаемся, то продолжаем испытывать неприятные ощущения и помним наши дурные сны в мельчайших подробностях.

Считается, что чаще всего кошмары снятся маленьким детям, но и у взрослых повторяющиеся плохие сны — не редкость. Причин для появления ноч-

Интересные факты о сне

1. Бывает так, что в течение дня человек не может решить какой-то очень важный вопрос, и ответ приходит ему во сне. Такие сны действительно имеют большое значение.
2. Через пять минут после пробуждения мы уже не помним и половины своих снов, а через десять минут едва ли сможем вспомнить 10 % из них. Известны случаи, когда поэты, писатели или ученые видели сны, в которых сочиняли стихи, прозу или придумывали новую научную теорию. Повезло тем, кто догадался оставить у изголовья кровати ручку и бумагу. Ученый Д. И. Менделеев увидел сон, в котором ему приснилась таблица, где химические элементы были расположены в порядке возрастания их атомного веса. А. С. Пушкину приснились две строчки из стихотворения «Лицинию», а Л. Бетховен во сне сочинил пьесу.
3. Слепые от рождения люди не видят во сне картинок: вместо этого в их снах присутствуют запахи, звуки и ощущения.
4. Человек не видит снов в тот момент, когда храпит.
5. В своих снах мы видим множество, казалось бы, незнакомых нам людей, однако это не выдумки нашего подсознания: на самом деле мы видели этих незнакомцев в реальной жизни, только не запомнили их лиц.
6. Не все люди способны видеть яркие сновидения, насыщенные богатой палитрой цветов. Примерно 12 % зрячих людей могут видеть сны лишь в черно-белом цвете.
7. Самые реалистичные и насыщенные сны видят люди, которые отказались от такого пагубного пристрастия, как курение.
8. 18 дней, 21 час и 40 минут: именно столько времени составляет рекорд самого долгого отсутствия сна.
9. Любители поспать видят сновидения в два раза чаще, чем те, кто спит мало. После стресса, когда нервные клетки получают встряску, человек спит без снов, а тот, кто ведет вялую жизнь и о встрясках давно забыл, видит много ярких и красочных снов, потому что быстрый сон — это тренировка тех нервных центров, которые бездельничали на протяжении дня.
10. Даже в утробе матери малыш видит сны. Фаза сновидений помогает развитию мозга, поэтому до двух лет у ребенка преобладают сновидения. У взрослого человека сновидения составляют около 25 % от общего количества сна.
11. Все люди, за исключением тех, кто страдает сильным расстройством психики, видят сны. Однако мужчины и женщины видят сны по-разному. Мужчины снятся в основном представители своего пола, женщины же в снах видят представителей обоих полов в примерно одинаковой пропорции.
12. Маленькие дети не видят во снах самих себя до достижения трех лет. С трех до восьми лет дети видят больше кошмаров, чем взрослые за всю свою жизнь.
13. Если разбудить человека во время стадии быстрого сна, он запомнит свой сон до самых мельчайших подробностей.



Год от года все большую известность среди широких слоев населения приобретает **Международный день безопасного Интернета**. Это 8 февраля — дата, которую установила Европейская сеть центров безопасного Интернета Insafe.

Наверное, в календаре дат и событий нет ни дня, который не был бы посвящен той или иной исторической вехе или значимому факту. Некоторые из них из незначительных становятся чуть ли не государственными, остальные же остаются чисто профессиональными.

МОЯ БЕЗОПАСНАЯ СЕТЬ

Цель мероприятий, проводимых на неделе, предшествующей основной дате, — пропаганда безопасного и более ответственного использования онлайн- и мобильных технологий во всем мире, особенно детьми и молодежью. Стартовав в 2004 году, День безопасного Интернета отмечается в более чем 60 странах мира.

Каждый год Insafe старается быть на острие социальных аспектов интернет-безопасности — от кибербуллинга до общения в социальных сетях — и потому каждый год выбирает новую актуальную тему. В этом году ей стала «Виртуальная жизнь» — ее тесная взаимосвязь с реальной жизнью.

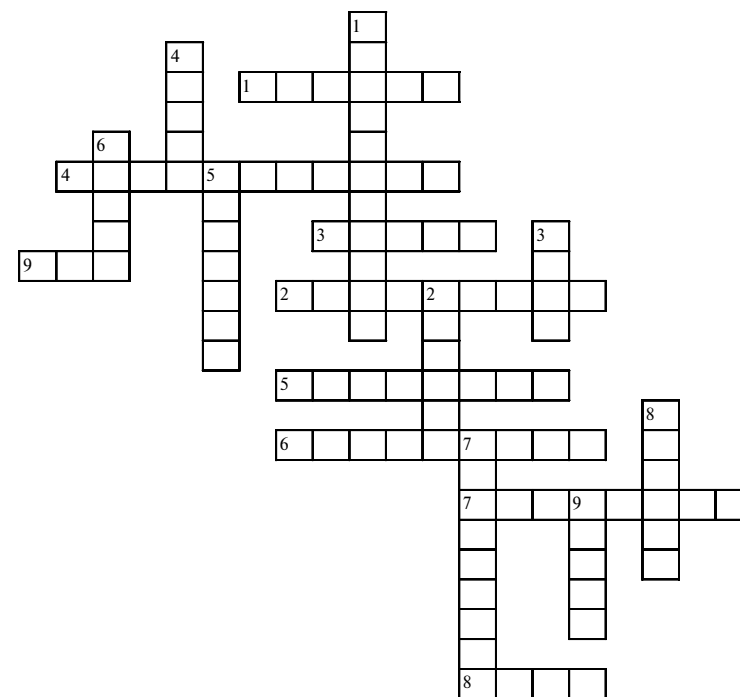
Если вы — активный интернет-пользователь, и вам близко все, что связано с информационными технологиями, то вы без труда разгадаете наш кроссворд. Подсказки вы можете найти в «Азбуке интернет-безопасности» в своей школе.

Любовь ШПАК,
редактор

Кроссворд-викторина от Центра безопасного Интернета в России

По горизонтали: 1. В игре он обретает второе «я». 2. Тот, кто открывает пользователям двери в Интернет. 3. «Интернет-взломщик». 4. Хакерская шутка, или несоответствующий результат запроса в поисковике. 5. Отправка электронных сообщений или изображений непристойного характера по Сети или мобильному телефону. 6. Присматривает за порядком в любом сообществе и на форуме. 7. Действия форумных провокаторов, которые иногда возводятся ими в степень искусства, хотя все прочие пользователи называют их хулиганскими. 8. То, что занимает место в почтовых ящиках, но не приносит пользы. 9. Место для организованной «болтовни» в Сети.

По вертикали: 1. Картинка, несущая в себе отрицательный, а иногда и юмористический посыл. 2. В паспорте — фотография, а на форуме — ... 3. Любимый пользователь компьютера, кроме «чайника». 4. Значок, без которого общение в Сети было бы сухим и без эмоций. 5. С помощью этой программы вы гуляете по Интернету. 6. Виртуальное пространство России — это ... 7. В Интернете нас бережет. 8. «Рыбная ловля» интернет-мошенников. 9. Без него пароль будет бесполезен.



По зову сердца

В конце 2011 года завершился первый районный фестиваль добрых дел, проходивший по инициативе Нижегородского областного общественного благотворительного Фонда помощи детям-сиротам и Кстовской районной организации ветеранов.

Каждый желающий мог принять участие в акциях: «Они — тоже дети», «Чтобы не грустили детские глаза», «Тепло ваших рук», «Подари ребенку радость».

Ученики 7 Г класса школы № 8 Кстово собрали кан-



целярские принадлежности, одежду, игрушки для малышей, находящиеся на лечении в Кстовской больнице. «На призыв классного руково-

дителя оказать помощь больным детям мы откликнулись сразу. На наш взгляд, это порядочно и благородно», — говорят Надя Жукова и Даша Пожарская. С помощью родителей была выпущена газета, призывающая всех неравнодушных учеников оказать помощь детям, проявить милосердие и сострадание к малышам.

Я сердечно благодарю ро-

дителей, которые поддержали своих детей, приняв участие в акции «Чтобы не грустили детские глаза», и сотрудников детского отделения центральной районной больницы за теплый прием, за их огромный труд и терпение к малышам. Пусть улыбнутся больные дети нашему маленькому подарку. Радость и хорошее настроение — лучшее лекарство от болезней.

Вокруг нас много людей, которые нуждаются в помощи. Давайте не будем безразличны к чужой боли!

Наталья Анатольевна
КУЧЕРУК,
классный руководитель
7 Г класса школы № 8,
Кстово



Актер, музыкант и поэт

Как люди проводят свой день? По-разному. Но неотъемлемой частью жизни каждого человека является учеба или работа. Все, кто когда-либо учился, представляют, как живут обычные студенты. Их будни — это бесконечные подготовки к зачетам и сессиям, посещение библиотек и лекций, нечастые встречи с друзьями и хроническая нехватка времени, особенно для сна. Примерно можно представить и день работающего человека. С самого утра он отправляется на работу (везет, если она любимая!), где проводит большую часть дня, закопавшись в делах. И только потом может позволить себе отдохнуть и куда-нибудь сходить. Сложнее представить, как проводят свой день юные актеры, которые играют на сцене Учебного театра.

20-летний Артур Зимин учится на IV курсе отделения драмы Нижегородского театрального училища им. Е. А. Евстигнеева. С детства Артур любит творчество, особенно игру на сцене. В своем родном городе Сарове он четыре года занимался в Детской школе искусств № 1 и добился больших успехов: в 2006 году на Детском театральном фестивале им. Е. А. Евстигнеева стал лучшим в номинации «Комическая роль» (спектакль «Теремок» режиссера-постановщика М. В. Драгуновой). На Всероссийском конкурсе «Дети играют для детей» Артур получил грамоту за лучшее исполнение мужской роли второго плана. Теперь каждая минута его жизни связана с театром.

Сегодня Артур Зимин — это уже сформировавшийся актер со своим представлением о жизни и игре на сцене. На данный момент он играет в четырех постановках курса, в двух из них — главные роли.



— Какая роль близка тебе больше?

— Роль Скапена в спектакле «Плутни Скапена» Мольера. Скапен — веселый и артистичный человек, который легко ко всему относится. Своим поведением он доказывает окружающим, что жизнь без игры невозможна.

— Подготовка к спектаклям — это особенный процесс?

— В этот период я обдумываю содержание спектакля, свое место в нем и то, каким должен быть мой герой.

— Актером быть сложно?

— Это каждодневная работа. При этом это не только подготовка к спектаклям, но и работа над собой, своей речью, фигурой.

Чтобы стать хорошим актером, нужно постоянно самосовершенствоваться, поэтому студенты театрального училища изучают важные для их профессии дисциплины: мастерство актера, речь, вокал, фехтование, сценическое движение, танец, историю мировой культуры, историю изобразительного искусства, историю русского и зарубежного театров, литературу, грим, социологию, философию, музыкальную литературу, музыкальное воспитание. На занятиях и проходит основная часть дня Артура, но это его не пугает: все дисциплины ему настолько нравятся, что он даже не смог выбрать один или несколько предметов, которые любит больше всего.

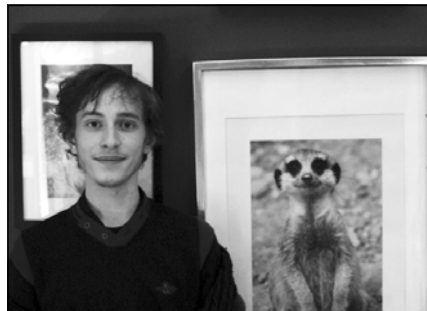
Закончив обучение в театральном училище, Артур планирует поступать на кинорежиссуру. Съемки в его жизни так же важны, как и театр: он периодически снимает видеоклипы. А сейчас он начал работу над короткометражным фильмом по рассказу Рэя Брэдбери «Ветер»: здесь ему пригодятся навыки создания видеоспецэффектов.

У Артура много других занятий, которым он отдает свое свободное время. Он увлекается фотографией — периодически создает фотошедевры. Иногда, когда душу переполняют чувства и эмоции, пишет стихи и рассказы. Артур хорошо играет на гитаре и получает удовольствие от создания звуков, приятных его душе. Не только музыка, но и битбокс привлекает его своим звучанием. В летнее время он не прочь покататься на скейтборде, и это тоже у него неплохо получается.

Также Артур обладает искусством перевоплощения: это помогает ему работать фриком и мимом. Он преподносит себя не в обычном облике, в котором его привыкли видеть, а в ярких запоминающихся образах, чем вызывает у зрителей массу удовольствия.

Огонь. Самая яркая, необузданная и опасная стихия. Именно покорение огня выбрал Артур для своего хобби. Занятия фаер-шоу и выполнение трюков с огнем пробуждают в нем сильнейшие эмоции.

Несмотря на такое обилие увлечений и дел, Артур всегда находит время на любимую девушку и друзей. Он предпочитает общение с близкими шумным посиделкам и застольям.



Какой же Артур на самом деле? Кирилл Дерюшев, одноклассник Артура, отзывался о нем так: «Артур — очень веселый и общительный человек, который увлеченно занимается творчеством. Он человек мыслящий: может некоторое время вынашивать в себе некую мысль и затем



поразить окружающих. Еще Артур спокойный и ответственный, поэтому на него всегда можно положиться. Он обладает редким умением «подкалывать» партнеров во время спектакля. Например, во время серьезной сцены он вдруг подмигивает или делает какое-то незаметное зрительям, но заметное партнеру движение. Это сразу же разряжает обстановку».

А так характеризует Артура еще один коллега по цеху — Александр Георгиев: «У него сильно развито воображение, что очень хорошо для будущего режиссера. У Артура хорошая координация, поэтому ему удаются занятия фаер-шоу. На гитаре он умеет играть очень многое, даже классику. Особенно он любит играть Моцарта, Вивальди и Баха. Он очень требователен к тому, что ему важно. Артур никогда не останавливается на достигнутом, развивается с каждой минутой. Также он хороший друг, который всегда поможет и которому очень сложно отказать».

Вот такая богатая событиями жизнь у творческого человека. Каждая минута жизни Артура заполнена работой над собой, поэтому каждый день приносит ему незабываемые впечатления, которыми он делится с окружающими. Он помогает нам, зрителям, погрузиться в неповторимый мир игры, который приоткрывает нам завесу тайн его души.

Светлана
ЗВОНКОВА,
учащаяся гимназии № 67,
Нижний Новгород



Нужна ли современным детям школьная форма?

Действительно, а зачем нужна школьная форма? Ведь дети и так могут учиться без единой формы. Может, не стоит ничего менять? А с другой стороны, ученик в школьной форме думает об учебе, а не об одежде и о том, как бы в негласном модном соревновании кого-нибудь перешеголять.

Заглянем в историю. В 1834 году в Российской империи была утверждена общая система всех гражданских мундиров, в том числе и для средних учебных заведений. Положение о гимназической форме для девочек было утверждено в 1896 году.

Форма учащихся средних учебных заведений имела полувойсковой характер. Сходные по фасону, их фуражки, шинели и гимнастерки отличались цветом, кантами, а также пуговицами и эмблемами. В 1949 году появился первый наряд для учеников — весьма строгий и скромный.

Со временем школьная форма менялась. После распада СССР в школах и вовсе отказались от ношения формы. Сейчас же каждое учебное заведение России вправе само-

стоятельно принимать решение о введении формы. Те гимназии и школы, в которых ее ношение является обязательным, заказывают ее разработку и пошив известным домам мод. Таким образом, в современной России школьная форма вновь стала показателем престижа и избранности.

Чтобы это узнать, я провела опрос. Большинство учителей оказались за школьную форму, то есть за строгий вид учеников, но против единства цвета и фасонов. А вот почти все ученики как раз против школьной формы: им не нравятся ее цвета, потому что черный и серый пор-



А какой же должна быть эта самая форма? Какие требования предъявляют к ней сегодня? Гигиенисты говорят, что ткань школьной одежды должна быть не толстой, достаточно легкой, «дышащей» и обладать теплопроводностью. Следовательно, гигиенические свойства школьной формы весьма важны для теплового комфорта и самочувствия ребенка. Требования к составу ткани, из которой она сшита, жесткие, потому что ребенок носит эту одежду большую часть времени: он проводит в школьной форме пять, а иногда и восемь часов в день. Покрой одежды не менее важен: неправильно сшитая одежда может нанести вред. Но еще лучше иметь сразу несколько предметов школьной одежды, чтобы их было удобно менять в течение недели.

Средняя стоимость школьной формы такова: для мальчика — 3500 рублей, для девочки — 5500 рублей.

Я считаю, что школьная форма не настолько плоха, как мы привыкли о ней думать. А что думают по этому учителя, сами ученики и их роди-

тели? Среди учащихся есть и те, кому школьная форма по душе: они считают, что ходить в форме красиво и это дисциплинирует. Что же родители? А они солидарны с учителями: покупка школьной формы для них менее затратна, и в то же время она удобна и красива.

Валерия
СМИРНОВА,
учащаяся школы № 185,
Нижний Новгород

Детский телефон доверия

Министерство образования Нижегородской области сообщает, что на территории Российской Федерации работает детский телефон доверия с единым номером **8-800-2000-122**.

Время работы телефона — с 9.00 до 21.00 ежедневно, кроме выходных и праздничных дней.

Деятельность детского телефона доверия заключается в оказании детям и их родителям экстренной консультативно-психологической помощи по телефону, в том числе в случаях жестокого обращения и насилия в отношении детей, включая случаи сексуального насилия как в семье, так и вне ее.