



Территория «Интеллект»

- В НОМЕРЕ:**
- XVIII Международная олимпиада «Интеллект»
 - Десять шагов в рейтинге
 - ЗОЖ
 - Полезная паутина
 - День Земли в кругу друзей Ломоносовской школы
 - Участники олимпиад
 - Дебаты StudyLab
 - Проба пера
 - Премьера

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ПОЛЕ

Не так давно в Ломоносовской школе состоялась XVIII Международная олимпиада «Интеллект». В ней приняли участие ученики из разных уголков нашей родины, а также гости из других стран. Организаторами этого мероприятия традиционно выступили Ломоносовская школа и Президентская школа. Это не случайно, ведь на протяжении многих лет в нашей школе создаётся особая атмосфера, особая территория — территория «Интеллект». Как она формировалась и что ещё делается для её развития? На эти вопросы мне ответила руководитель НМЛ «Интеллект» к.п.н. Лариса Анатольевна Корешкова: — Какой должна быть школа? — этим вопросом издавна задавались разные люди в разных частях Света. Школа готовила к светской жизни и к работе на производстве и в поле, воспитывала будущих ученых, политиков, предпринимателей, людей искусства и просто мастеров своего дела. Идея, ради которой создавалась Ломоносовка, — прежде всего, интеллектуальное развитие школьников. Автор идеи Марат Александрович Зиганов разработал для этого целую образовательную технологию «Интеллект». И Ломоносовка стала школой, где дети успешны и счастливы, ведь с развитыми способностями им учиться легче, и свободного времени остается больше. Поэтому, попадая в Ломоносовскую школу, тыходишь на территорию «Интеллект».

Администрация школы и ее учителя создают ту самую интеллектуальную среду, в которой проводятся уроки, зачеты, тренинги, конференции, деловые игры, конкурсы, акции, школьные собрания, об-

зоры деловой прессы и даже концерты, спектакли и балы. Благодаря технологии «Интеллект» ломоносовцы учатся ценить свое время, понимают, как работать с огромным потоком информации, умеют выстраивать логику выступления на уроке и зачете, умеют презентовать уверенно и интересно. Развитые способности дают возможность создавать правильные образы, вовремя проявлять внимание (особенно на диктантах и контрольных работах), точно и полно мыслить, надолго запоминать, а следовательно, добиваться высоких результатов. Таким образом, территория «Интеллект» — территория успеха, образовательное поле, где прорастают семена ИнтеллекТа, царит высокая ИнтеллекТуальная Культура, которой вполне владеют ученики Ломоносовской школы.

От себя, как человека, который всю учебную неделю проживает на этой «территории», добавлю, что технология «Интеллект» действительно очень помогает в учёбе. Делает это не напрямую, часто даже незаметно для учеников, однако очень эффективно. Например, слушая учителя на уроке, мы, уже не задумываясь, на автомате выделяем из его речи ключевые слова и фразы и, структурируя их, записываем в тетрадку. Для учеников нашей школы это норма, и именно так нас учит «Интеллект». Проявления технологии можно встретить во многих сферах жизни ученика. Можно сказать, что «Интеллект», как iPhone. Без него можно прожить, однако он значительно упрощает нашу жизнь, а мы и не задумываемся, какво оно жить, не умея им пользоваться.

Максимилиан Рыжков

ДЕСЯТЬ ШАГОВ В РЕЙТИНГЕ

В Ломоносовской школе есть свои конкурсы: «Ученик года», «Надежда школы», «Класс года», «Самый спортивный класс», «Самый спортивный ученик». Все они заслуживают внимания, но мы поговорим об учебном рейтинге учеников. Занять одну из лидирующих позиций почетно, хотя бы потому, что это даст бесценный опыт. Кроме того, победитель имеет особую привилегию — право не сдавать один из зачетов по выбору. Хорошая мотивация? Но чтобы быть в пятерке лучших, нужно приложить усилия. Облегчим вам путь в рейтинг, поделимся советами, которыми сами пользуемся в учебной и внеучебной деятельности.

50% от количества баллов ученика в рейтинге — это успешная учеба. Как же справиться с огромным потоком информации? Как учиться успешно без перенапряжения? Первые 5 шагов к рейтингу посвящены именно успеху в учебе.

Шаг 1 Будь успешен на уроке!

Успех на уроке обеспечивает не только качественную самостоятельную подготовку к нему, но и эффективная работа во время урока. Как же «правильно» провести эти 40 минут?

- Подготовь все необходимое для урока до звонка.
- Не отвлекайся, сосредоточься на задании.
- Не жуй на уроке. (По исследованиям ученых, жевательный процесс концентрирует мозговую деятельность лишь на 15 минут, а затем дает обратный эффект: мозг восполняет перенапряжение отключением мозговых центров).
- Не болтай с соседом по парте.
- Подготовь свой ответ заранее: продумай, о чем будешь говорить и свой план выступления.
- Соблюдай правила этикета: не кричи с места, не спорь с одноклассниками.

Шаг 2 Планируй свою деятельность!

Существует мнение, что мы устаем от несделанных дел и особенно от беспорядка в голове, который возникает, когда нерешенные проблемы накапливаются. Умение планировать обеспечит не только успех

в учебе, но и будущие профессиональные достижения.

С чего начинается планирование? Можем воспользоваться методом Эйзенхауэра: распределяем дела по важности и срочности.

	Срочно	Не срочно
Важно	1)	2)
Не важно	3)	4)

Дела из ячеек один и три нужно сделать в первую очередь, начинать, конечно, следует с важного. Затем приступить к выполнению дел из ячеек два и четыре. Таким образом, всю деятельность можно легко распределить по этой сетке.

Затем определи цели и составь план действий, необходимых для ее достижения. Важно также научиться отслеживать выполнение плана и оценивать полученный результат.

Шаг 3 Выполняй домашнюю работу!

В выполнении домашней работы без планирования тебе не обойтись. И так, как лучше организовать самостоятельный труд:

- Обязательно выполняй задание за письменным столом. Во-первых, выполнять домашние задания на кровати или на полу вредно для спины

и здоровья, во-вторых, там тебе будет проще отвлечься.

Подготовь рабочее место: стол должен быть абсолютно чистым.

- Распредели время и следи за его расходованием в соответствии с планом работы.

- Чередуя выполнение «трудных» и «легких» заданий.
- Сделай один короткий (не более 15 минут) перерыв.
- Выполнив домашнюю работу, внимательно собери все необходимое к следующему учебному дню в портфель.

Шаг 4 Внимательно работай с источниками информации!

Умение работать с различными источниками информации понадобится тебе не только в школе. Познавать что-то новое ты будешь на протяжении всей жизни. Важно знать, где и каким образом можно получить ту или иную информацию. Необходимо научиться её перерабатывать.

Как работать с книгой?

продолжение на стр. 2



ДЕСЯТЬ ШАГОВ В РЕЙТИНГЕ

продолжение

- Выбери материал в книге по нужной тебе теме.
- Прочитай внимательно текст.
- Постарайся сформулировать основную мысль прочитанного, ответив на вопрос: о чем текст? Ответ на вопрос постарайся сформулировать одним предложением.
- Прочитай текст второй раз и составь краткий план прочитанного.
- Перескажи прочитанное, пользуясь составленным планом.
- Обрати внимание на правила, определения, термины, даты, которые необходимо выучить наизусть. Выпиши их. Произнеси вслух не менее 3 раз. Постарайся воспроизвести выученное устно и письменно через некоторое время.
- Проверь себя, пересказав текст кому-нибудь и восстановив по памяти план на черновике.

Шаг 5

Конспектируй!

- Создай систему значков и сокращений для каждого предмета.
- Используй цвет при записи темы, тезауруса, дат.
- Подчеркивай в конспекте самое важное, чтобы быстро повторить тему перед уроком.
- Помни о технологии «ИнтеллектТ»! Схемы, таблицы и планы облегчают восприятие информации.
- Даже при написании сочинения составляй его опорный конспект. Это поможет не отвлекаться от мысли, структурировать изложение информации.
- Важно уметь не только учиться, но и проводить свой досуг с пользой. Следующие пять шагов к успеху помогут тебе разнообразить внеучебную деятельность.

Шаг 6

Хороший отдых — залог успешной учебной деятельности!

- Раскрывая секреты успешной учебы, мы особо хотим отметить важность хорошего, полноценного отдыха. Чередование разных видов деятельности (умственной и физической) поможет тебе «отключаться» от однообразной работы.
- Во время занятий твои глаза и нервная система напряжены. Поэтому после окончания уроков не стоит сидеть перед телевизором или у компьютера. Лучше побыть немного на свежем воздухе, подвигаться.
- Если ты очень устал от физической нагрузки, от-

дохни в тихом месте под спокойную музыку или почитай любимую книгу.

Шаг 7

Как выбрать себе занятие по вкусу?

Проанализируй свои интересы, склонности и потребности, ответив на следующие вопросы:

- Что меня интересует?
- Чем я хочу заниматься?
- Что я могу уже делать?
- Кто может мне помочь в развитии этого навыка?
- Кто из моих друзей или одноклассников уже занимался этим?

Собери информацию о кружках и секциях:

- 1) в нашей школе представлены практически все виды внеучебной деятельности, проконсультируйся у их кураторов;
- 2) в интернете можно найти множество курсов для дополнительного развития;
- 3) посоветуйся с друзьями, одноклассниками и родителями.

Просмотри свой расписание дня и определи, каким временем ты располагаешь: какие дни и часы у тебя более свободны от обязательных занятий. Если время занятий в выбранном кружке тебя устраивает, согласуй свой выбор с родителями.

Шаг 8

Спорт — это жизнь!

Спортивные занятия полезны для человеческого организма. В процессе выполнения различных физических упражнений активизируется работа внутренних органов, увеличивается работоспособность. Любительский спорт — неотъемлемая часть здорового образа жизни. Что же дает нам спорт?

- Физическое здоровье. Спорт — это хороший способ укрепить сердечно-сосудистую систему и мышцы.
- Отличную координацию, которая позволяет лучше сосредоточиться на определенных вещах. Это будет полезно и в повседневной деятельности, и в учебе!
- Прекрасную физическую форму, которую легко держать благодаря упорным тренировкам.
- Дисциплину. Большинство спортивных игр подчеркивают важность строгого графика занятий и тренировок.
- Снятие стресса. Спорт — это хороший способ избавиться от стресса и депрессии. При активной физической деятельности выделяется гормон счастья — серотонин.
- Социализацию. Во время занятий спортом можно

познакомиться с новыми людьми, например, на групповых занятиях.

Шаг 9

Развивай свой характер!

Чтобы развить в себе положительные качества, нужно общаться с людьми, которые этими качествами обладают. Нужно стараться замечать в людях хорошее, отмечать это для себя. Особое внимание стоит обратить на качества, приведённые ниже.

- Умей говорить «Нет». Этим ты сэкономишь много времени, нервов и здоровья.
- Умей поддержать разговор.
- Постоянно находи новое применение своим талантам.
- Задавай вопросы, если тебя что-то заинтересовало.
- Будь оптимистом всегда. При любых проблемах и неудачах не нужно сдаваться.
- Бескорыстно и искренне помогай другим.
- И главное, осознай свою уникальность. Не будь зависим от мнения большинства и смело выражай себя.

Шаг 10

Читай всё!

Чтение полезной литературы расширяет кругозор человека, обогащает его внутренний мир, положительно сказывается на памяти. Кроме того, чтение увеличивает словарный запас, способствует выработке ясного мышления, помогает научиться образно формулировать свои мысли.

Чтение серьезных произведений заставляет нас постоянно думать о том, какую же мысль хотел выразить автор, а это ускоряет мыслительный процесс.

Анализируя прочитанное, мы задаемся вопросами, почему тот или иной персонаж поступил определенным образом, фантазируем. Мы применяем опыт, полученный при чтении, в жизни.

Полезно читать книги и потому, что они оказывают значительное влияние на наши нравственные ориентиры и на наше духовное развитие. После прочтения определенного произведения люди начинают меняться в лучшую сторону.

Все эти советы помогут тебе не только получить почетное место в учебном рейтинге, но и избавиться от проблем в учебе, разнообразить свою внеучебную деятельность, обогатить свой внутренний мир.

Екатерина Кибальчич, учебный рейтинг — 936

Моя пирамида

Международная олимпиада «ИнтеллектТ» — настоящий праздник. Я не в первый раз принимала в нём участие. У меня появилась своя пирамида ИнтеллектТ. В моей пирамиде уже есть участие в двух чемпионатах и одной олимпиаде. В апреле я добилась в свою пирамиду чет-

вёртую часть. Я заняла 1 место среди 5-ых классов. Чтобы получить эту важную «деталь» мне пришлось постараться. К этому я стремилась. На празднике ИнтеллектТ мы успели посетить мастер-классы, поучаствовать в спортивных играх на улице. Было очень весело! Хочу

от души поздравить всех победителей и призёров олимпиады. А всем ребятам — пожелать удачи на следующих олимпиадах.

Екатерина Крейнина, золото среди 5 классов, победа в номинации «Точная память»



Чтобы победить

Елизавета Насекина, золото среди 6 классов, победа в номинации «Железная логика»:

— Нас встречали гостеприимные люди, было все хорошо организовано, удобно, понятно. Участвовать первый раз в такой олимпиаде сложно, поэтому я немного волновалась. Но старалась сохранять спокойствие и, думаю, мне это удалось, потому что на все вопросы ответила хорошо. Задания были понятными, похожими на те, которые мы выполняем на уроках «ИнтеллектТ». Победа на олимпиаде для меня очень важна, потому что я хочу стать программистом и многого достичь в этой профессии. А для этого важно развивать мышление, особенно математическое. Мне вообще интересно развиваться, выходя за рамки школьной программы, самой находить интересные зада-

ния и выполнять их. Чтобы победить, надо заниматься, тренироваться выполнять задания, сохранять спокойствие и не терять времени.

Мария Пятанова, победа в номинации «Динамичное воображение»:

— На олимпиаде было очень весело. Я познакомилась с ребятами из разных школ, многие из которых были настоящими «профессионалами». Было тяжело. Некоторые задания были очень сложными. Но я понимала, что если я никакого места не займу, то это ничего, потому что даже просто участвовать в Международной олимпиаде — большая честь! Чтобы победить, к олимпиаде нужно готовиться. Мы с Аней пообещали друг другу, что хорошо подготовимся и в следующем году обязательно победим!

Григорий Макаров, абсолютный победитель (се-

ребро) среди 5-11 классов, победа в номинации «Устойчивое внимание»:

— Я уже второй раз участвую в Международной олимпиаде «ИнтеллектТ». Это очень интересная олимпиада, хотя, конечно, некоторое напряжение и волнение присутствуют. Некоторые задания были трудными, но, в общем-то, не было ничего такого, что мы не проходили на уроках «ИнтеллектТ». Участие в таких олимпиадах развивает мышление, память, внимание, что очень сильно пригодится в жизни. Чтобы победить, надо не впадать в панику и сохранять спокойствие. Я не считаю, что у меня есть какие-то особенные качества, просто я хорошо знаю этот предмет!

Антон Березкин, бронза среди 7 классов, победа в номинации «Точная память»:

— Особого волнения я почему-то не испытывал, хотя поехал на такую олимпиаду впервые. Я писал, как будто это простая школьная работа. Сложными были последние задания, у которых большой объем, а времени на них отводилось мало. «ИнтеллектТ» — образовательная программа, чтобы развивать интеллектуальные качества. И эти качества проявляются во время участия в таких олимпиадах. Чтобы победить, надо не волноваться, потому что волнение отвлекает, сконцентрироваться, выполнить все задания. Ну, и еще, конечно, нужна доля удачи!





МЕЖДУНАРОДНАЯ ОЛИМПИАДА «ИНТЕЛЛЕКТ»

Благодарю

Елена Блохина, абсолютный победитель (бронза) в международной группе, победа в номинации «Точная память»:

— В Международной олимпиаде «Интеллект» я принимала участие в первый раз. Мне очень понравилось! Соревновалась в английской группе. Некоторые задания для меня были лёгкими, например, запомнить лексическое значение слов, разгадать анаграммы. А вот вставить подходящие по смыслу слова в текст было нелегко. Самое главное во время олимпиады — собраться с мыслями и справиться с волнением. Мне это удалось! Благодарю учителей английского языка, а особенно Марину Витальевну, за подготовку к олимпиаде, а своих классных руководителей Анну Николаевну и Галину Александровну — за поддержку и веру в меня!

Асель Викторовна, мама Ниязова Рамазана:

Выражаю свою благодарность организаторам олимпиады «Интеллект». На мой взгляд, им удалось создать атмосферу праздника, ведь для детей очень важно проходить учебные испытания «на позитиве». Детям обеспечили доброжелательную рабочую обстановку, продумали перерывы на игры и обед. Несмотря на соревновательную составляющую олимпиады, важно не забывать и про детское здоровье. Для родителей это главное. Конечно, я переживала за результат, так как здесь собрались самые сильные и подготовленные участники. Но волнения были напрасными: результат сына превзошел мои ожидания! Мой ребенок получил огромное удовольствие, успешно поработал и занял призовое место! Думаю, эта победа придаст уверенности Рамазану и в других олимпиадах и конкурсах. Участие в Международной олимпиаде «Интеллект» — это бесценный опыт, который помогает закалять характер ребят, учит их адаптироваться в эмоционально-напряженных ситуациях, пробуждает интерес к наукам. К тому же развивается внимание, память, мышление, воображение. Интеллект — тот капитал, который младшие школьники через годы пронесут во взрослую жизнь. Спасибо олимпиаде за возможность развивать его уже сейчас. Думаю, ребята согласятся со мной и оценят этот праздник интеллекта по достоинству!

ЗАРЯДКА ДЛЯ УМА

Рамазан Ниязов, абсолютный победитель (серебро) среди 2-4 классов, победа в номинации «Точная память»:

— Мне очень понравилось принимать участие в олимпиаде «Интеллект». Конечно, я волновался, хотя много готовился и имею опыт участия в таких мероприятиях. Задания мне показались несложными и интересными. Это прекрасная зарядка для ума и возможность посоревноваться с ребятами. Спасибо организаторам за высокий уровень проведения олимпиады. С удовольствием буду участвовать в ней ещё!



ВЕРИТЬ В СЕБЯ

Мария Тетюшева, золото среди 4 классов, победа в номинации «Точная память»:

— В Международной олимпиаде «Интеллект» я принимаю участие уже в третий раз. Мне очень нравится особая атмосфера, которая здесь царит. Все ребята общаются между собой, поддерживают друг друга. Нет никакой жёсткой конкуренции. Чтобы победить в олимпиаде «Интеллект», нужно быть максимально сосредоточенным, внимательным и собранным. Самое главное — нужно верить в себя! Это мой секрет успеха!

ВИВАТ, ОЛИМПИАДА!

В этом году мне улыбнулась удача, я стала абсолютным бронзовым призером XVIII Международной Олимпиады «Интеллект». Честно говоря, у меня был самый настоящий шок, от которого долго не могла прийти в себя, потом наступили радость и эйфория от победы. Я чувствовала удовлетворение от проделанной работы, а самое главное, поняла, что вкус борьбы и преодоления трудностей — знаковые моменты жизни. Они продвигают тебя вперед, рождают желание новых достижений и побед. А это значит, развития и совершенствования. Из 250-ти участников из разных уголков нашей необъятной Родины, а также из стран СНГ я третья на пьедестале победителей! Я счастлива, что достойно представила нашу родную Ломоносовскую школу № 5.

слышать их тёплые отзывы и комментарии об интеллектуальной подготовке наших ребят.

Мы от всей души благодарим администрацию школы, наших учителей за то уникальное образовательное пространство развития, которое они создали в школе. Здесь все дышит энергией мысли, душевной открытостью к диалогу, а технология «Интеллект», разработанная д.п.н. М.А. Зигановым — двигатель нашего интеллектуального развития, продуктивной коммуникации, достойной информационной культуры.

Желаю всем участникам Международной олимпиады «Интеллект», чтобы на их пути возникали новые ступени побед, на которые они бы с радостью восходили.

Екатерина Цой, абсолютный победитель (бронза) среди 5-11 классов, победитель в номинации «Устойчивое внимание»

Почти все ребята из нашей школы заняли призовые места или победили в одной из номинаций. Прекрасный уровень нашей подготовки был отмечен организаторами олимпиады и участниками других школ. Было приятно



ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ АТЛАНТЫ

Главный приз, отдых на курорте премиум класса Forte Village (Италия) присуждён Еве Неудачиной, абсолютному победителю (золото) в международной группе.

Абсолютные победители

Золото: Артём Николаенко (НШ), Полина Грот (ОШ), Ева Неудачина (СШ).

Серебро: Рамазан Ниязов (НШ), Григорий Макаров (ЛШ-ЗМ), Максим Посажеников (ОШ).

Бронза: Эвелина Семеновко (ЛШ № 5), Екатерина Цой (ЛШ № 5), Елена Блохина (НШ).

Групповые победители

Золото: Никита Афанаськин (НШ), Александр Валуйский (НШ), Тимур Ахмадеев (НШ), Мария Тетюшева (НШ), Анастасия Комышан (НШ), Екатерина Крейнина (ОШ), Елизавета Насекина (ЛШ-ЗМ), Егор Потапенко (СШ), Елена Елесева (ОШ), Мария Максимова (СШ).

Серебро: Семён Лифшиц (НШ), Игорь Воронин (НШ), Полина Пушкарёва (ОШ), Дария Носова (ЛШ № 5), Тимофей Шелудяков (ЛШ № 5), Анастасия Рыбина (СШ), Даниил Соловьёв (СШ), Денис Попов (СШ).

Бронза: Фёдор Коханчик (ЛШ-ЗМ), Мария Позднякова (ОШ), Александра Грицаенко (ОШ), Кирилл Панченко (ОШ), Антон Берёзкин (ЛШ-ЗМ), Николай Костиков (СШ), Никита Тимошенко (СШ), Алёна Березуцкая (ЛШ «ИнТек»), Владимир Кузнецов (ЛШ «ИнТек»).

Поздравляем ломоносовцев холдинга!

22 победителя в номинации «Динамичное воображение».

24 победителя в номинации «Железная логика».

19 победителей в номинации «Точная память».

22 победителя в номинации «Устойчивое внимание»..





В последнее время ЗОЖ стал очень популярен среди молодежи. Аудитория 14–22 уделяет много времени спортивным тренировкам и здоровому питанию, отказалась от табака и алкоголя. Большинство ученых уверены: умственные способности можно повысить благодаря физическим упражнениям. Но это не означает, что, занимаясь спортом каждый день, вы станете нобелевским лауреатом. Специалисты уверены: интеллектуальный уровень человека, прежде всего, зависит от определенного набора генов. Если с самого рождения ваш мозг не отличается сверхпроизводительностью, то вряд ли вы сможете достичь высот в науке. Специалисты также уверены, что уровень умственных способностей ещё зависит от среды, условий, в которых развивается человек. Это вселяет надежду в каждого из нас. Поэтому способность реализовать свой потенциал зависит от нас самих — на-

ших тренировок и правильного подхода к делу.

В ходе научного эксперимента было установлено, что люди со здоровой сердечно-сосудистой системой и правильной работой сердца лучше справлялись с заданиями и проявляли свои когнитивные способности. Не обязательно заниматься сверх своих сил, а также изнурять себя сложными упражнениями с увесистыми штангами и гантелями, вам вполне подойдет бег, аэробика. Будьте внимательны к себе и своему здоровью как умственному, так и физическому, это даст вам возможность прожить свою жизнь полноценно.

Существуют правила, разработанные учеными, которые помогут вам жить здорово.

Спим в холоде

Сохранение молодости зависит от окружающей температуры, поэтому спать лучше в прохладной обстановке при температуре от 17 до 18 градусов.

#ЗОЖ

Считалось, что ум и спорт всегда существовали в параллельных вселенных, но времена уже давно изменились. Каждый шахматист и кандидат наук уже давно ходит в тренажерный зал или обзавелся собственным тренером. Но стоит обратить свое внимание на то, что интенсивность занятий и сила мышц никак не влияют на уровень интеллекта.

Активнее двигаемся

Делаем утром и вечером зарядку или, по крайней мере, бегаем, занимаемся спортом хотя бы раз в день. Ведь, как доказано учеными, 8 лишних минут занятий продлевают жизнь.

Слушаем свой организм

Иногда нужно выходить за пределы диет и покупать себе из еды то, чего очень хочется. В этом случае можно есть калорийную и вредную пищу, нарушая при этом диету ЗОЖ.

Здоровый и активный ум — здоровое сердце

Думая, размышляя, подсчитывая и решая интеллектуальные задачи, мы даем нагрузку нашему уму, происходит активация нейронов в головном мозге. Наш ум развивается, что способствует долголетию ума, так как замедляется умственная деградация. Вместе с этим усиливается обмен веществ. Не забываем о сердце, так как оно напрямую связано с головным мозгом. Чем здоровее и активнее наш мозг, тем здоровее наша сердечно-сосудистая система.

Хорошая работа — залог молодости

По тому, как мы работаем, проявляется ЗОЖ, поэто-

му очень важно, чтобы работа и работники не нарушали ваши принципы здоровой жизни. И кроме этого, работа должна нравиться. Вы должны любить свою работу, как дитя родное. Если вы любите работу, то это позволит вам продлить жизнь и выглядеть моложе своих сверстников.

Ужин отдать врагу

Обычно люди не подсчитывают лишние калории, да и что далеко ходить,

ни в одном кафе или ресторане вам не скажут, насколько калорийны куриный суп или рагу. А это очень важно. В современном обществе переедание и, как следствие, проблемы с лишним весом, связаны именно с употреблением лишних калорий в пищу. Чтобы не накапливать лишние килограммы, просто едим меньше. Другой стороной может выступить анорексия или излишнее отсутствие калорийной пищи в диете. В этом случае всем, кто боится совершить ошибку, следует обратиться к диетологу или подсчитывать калории и распределять физические и умственные нагрузки.

Диета по возрастам

Очень важно следить за возрастными измене-

ниями организма. Зрелому организму требуется больше продуктов с содержанием витамина Д и Е. Они способствуют замедлению процессов старения и разрушения организма. Также большое внимание следует уделить возникновению проблем с костной тканью, для этого необходимо употреблять в пищу не только витамины, но и минералы, которые содержатся в молочных продуктах, рыбе и водорослях.

Будьте здоровы, красивы, интеллектуальны одновременно!

Екатерина Дружина, учебный рейтинг — 842, 3 место в рейтинге социальной активности



#выбор

ЗОЖ в нашей школе — это не красивая аббревиатура, это осознанный выбор учеников и стиль жизни большинства сотрудников! Здесь не составит труда придерживаться здорового образа жизни. Для этого есть всё. Это и сбалансированное питание, и прогулки, и утренняя гимнастика, и физкультминутки на уроках, и динамические перемены, и занятия в разнообразных секциях.

Наши старшеклассники имеют возможность выбрать на уроках физкультуры занятия себе по душе: танцы, настольный теннис, фитнес, волейбол, футбол. Это позволяет сделать уроки обычной физкультуры полезными, интересными и разнообразными.

Учитель физкультуры Галина Александровна Горюнова



Педагоги Ломоносовской школы

#основнаястаршая

«В нашей школе проводятся акции и выставки, которые помогают нам узнать новое и расширят наш кругозор. Учителя помогают детям в решении их проблем. У нас есть и замечательная команда психологов, которые помогают нам во время обучения», — говорит Даша.

О том, как готовят к старшей школе, она говорит так: «Для нас часто организуют экскурсии в старшую школу. Мы проводим акции для старшеклассников,

устанавливая с ними контакт. Также у нас проходят зачеты, на которых завязано все обучение в старшей школе. Это помогает понять, как нас будут оценивать в будущем и к чему нам стоит готовиться».

Начав обучение в Ломоносовке с четвертого класса, я знаю, что оценивание с пятого по девятый классы идет по четвертям, в отличие от десятого и одиннадцатого, где оно проходит по полугодиям. Проводятся зимняя и весенняя сессии, которые



Ни для кого не секрет, что обучение в основной и в старшей школе существенно различаются. Процесс получения знаний направлен в разные русла, у учеников разные цели, а учителя дают различный материал при помощи технологий, которым их обучают на базе нашей школы. Но мне захотелось взглянуть на обстановку изнутри. Собрала информацию у учеников основной школы, сравнила с той, которой обладаю сама, чтобы понять, как можно подготовиться к обучению в старших классах и облегчить себе будущее.

Поговорив с сестрой Дашей, ученицей 5А класса, я поняла, что за несколько лет обучения в этом классе именно нашей школы развивается, не собираясь останавливаться. Упор делается не только на учебу, но и на разные социальные проекты, которые помогают всесторонне развить учеников. Также большое внимание уделяется работе в команде, умению выстраивать дипломатические отношения с окружающими и вливаться в новую для каждого среду.

окончательно решают, какую оценку ученик получит по определенному предмету. На базе старшей школы действует система базового и профильного обучения для каждого предмета. Ученик сам решает, какому из предметов он желает уделить больше времени, в какой области он хочет получить более глубокие знания. Выбрав профиль, ученик проходит курс подготовки к ЕГЭ, что позволяет не терять время на репетиторов, готовясь ко всему в школе.

Количество учебных часов, безусловно, различается. В основной школе максимальный набор уроков — семь, а в старшей — девять, но здесь все зависит от подобранных профилей.

Подводя итог, скажу, что в старшей школе больше внимания уделяется самостоятельности, подготовке к вузовскому обучению и предстоящим экзаменам, а в основной школе внимание распределяется поровну между социальными проектами и получением знаний.

Александра Попова



ВЫБОР... ИНТЕЛЛЕКТ... ЗДОРОВЬЕ... ПРОФИЛЬ... СОТРУДНИЧЕСТВО... IT

В постоянно развивающихся условиях современного мира многое меняется, и сфера образования не осталась в стороне. Новые технологии с недавнего времени стали обеспечивать данную область множеством не только печатных, но и виртуальных ресурсов. Началом вмешательства прогресса в образование стало появление виртуальных энциклопедий, таких как www.wikipedia.com. Этот веб-сайт всегда пользовался популярностью, так как на нём можно найти абсолютно любую информацию и также можно внести свою статью, которая может оказаться полезной для пользователей энциклопедии. Помимо этого ресурса существуют другие сайты и приложения, которые могут облегчить обучение каждого ученика.

Ресурс <http://arzamas.academy> предоставляет возможность изучить большинство курсов общеобразовательного направления,

не выходя из комнаты. Здесь можно найти как текстовые материалы, так и видео. Курсы, которые читают лекторы топовых вузов страны с докторскими степенями в своей области очень полезны в процессе обучения и, более того, очень интересны.

Также современному ученику может пригодиться «Google Диск». Это отличное хранилище для документов любого формата. Кстати, это отличный помощник для тех, у кого отсутствуют программы для создания документов и презентаций, так как в «Диске» можно с лёгкостью всё это сделать. Удобство данного ресурса в том, что документы сохраняются автоматически, также вы можете открыть доступ к ним другим людям для совместного редактирования.

«Фоксфорд» (www.foxford.ru) — это онлайн-школа для учеников 5–11 классов. На курсах

#полезнаяпаутина

школьники могут подтянуть или углубить знания, подготовиться к ГИА, ЕГЭ и олимпиадам по основным школьным предметам. Занятия ведут преподаватели МГУ, МФТИ, ВШЭ и других ведущих вузов страны. Также, существует онлайн-олимпиада «Фоксфорда», где любой ученик может проявить себя. Более того, разработано приложение для мобильных устройств, которое можно загрузить в App Store, на Google play и из Магазина Windows.

Грамота.ру — популярный в Рунете интернет-портал, посвящённый русскому языку. Среди служб — проверка правописания слов с помощью поиска по нескольким академическим словарям, первый из которых — Русский орфографический словарь Российской Академии Наук под редакцией д. ф.

н. профессора В.В. Лопатина. На портале публикуются разнообразные информационно-справочные материалы, даются онлан-консультации. prezi.com — это веб-сервис, с помощью которого можно создать интерактивные мультимедийные презентации с нелинейной структурой. Сервис для создания презентаций «prezi.com» предлагает большое количество возможностей для визуализации презентаций, посредством использования видеоматериалов, графики и прочих интересных эффектов. Работа веб-сервиса prezi.com основана на технологии масштабирования (приближения и удаления объектов). В отличие от «классической» презентации, выполненной в Microsoft PowerPoint или OpenOffice Impress, где презентация

разбита на слайды, в Prezi основные эффекты связаны не с переходом от слайда к слайду, а с увеличением отдельных частей этого же слайда! Язык интерфейса сервиса английский. Текст в презентациях может быть на любом языке, в том числе на русском. Существует также приложение «Prezi» для мобильных устройств.

Карточки, чтобы учить английский, немецкий, французский, испанский, хинди, тагалог и так далее, хранятся по адресу: quizlet.com. К терминам прилагается картинка-ассоциация, озвучка и пакет игр, облегчающих запоминание. Регистрация бесплатна. Так что можно смело совмещать этот сайт с другими общедоступными ресурсами для изучения языков онлайн. Самый большой плюс — это огромные залежи учебного материала: широкий спектр тем, большое число языков (в том числе

химические формулы и математические символы). Есть очень качественные и редкие карточки по медицине, точным наукам, химии, биологии. Ещё один плюс — есть мобильная версия Quizlet.

Также очень полезный портал для выбора вуза, курсов и специальности — «Учёба.ру». Это самый большой каталог учебных заведений и программ в России и за рубежом. На сайте ucheba.ru есть вся информация касательно образования в целом.

Существует ещё множество подобных ресурсов, помогающих в учёбе, и все невозможно уместить в одной статье. Но современный ученик может и обязан пользоваться всеми привилегиями, данными нам современным столетием, и не упустить ни единой возможности усвоения опыта поколений.

Александра Морозова, учебный рейтинг 891



#интерес

Я считаю, что занятия спортом должны быть разнообразными, и, когда наши ломоносовцы имеют возможность выбрать спорт по духу, переключать свои интересы с одного вида спорта на другой, то это позволяет не терять интерес к спорту и развивает новые спортивные навыки. Цель школы, как я думаю, вырастить новое поколение. Оно должно быть здоровым и осознавать всю ценность здоровья.

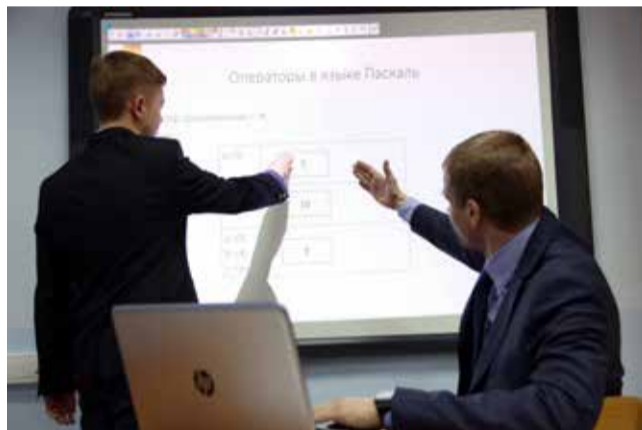
Анастасия Иванова, учебный рейтинг 850, 1 место в рейтинге социальной активности

#профиль

Для многих учеников выбор профиля эквивалентен выбору будущей профессии. А потому определиться с профилем — большая проблема. Что же нужно предпринять для её решения?

Наша школа предоставляет удивительную возможность пройти тест на профориентацию, который помогает сформировать окончательный набор профилей многим выпускникам. Также можно посоветоваться со студентами, преподавателями и родителями, которые могут сыграть решающую роль в выборе профилей. Но полагаться на постороннюю помощь не обязательно, нужно проанализировать свои интересы, способности и найти компромиссный вариант. Лично я полагалась на свои знания и увлечения, которые совпали как с результатами психологического тестирования, так и с мнением родителей и учителей.

Лица Комарова



#сотрудничество



Стало хорошей традицией сотрудничество с родителями старшекласников, приоткрывающими для учеников занавес своего бизнеса.

Никто так интересно не расскажет о своем любимом деле, как люди, не представляющие своей жизни без него. А что уж говорить о том, что явным плюсом является тот факт, что в роли экскурсоводов выступают твои родители или родители твоих одноклассников.

В апреле классный коллектив 9А пригласили на крупнейшее бизнес-мероприятие транспортных и логистических услуг, технологий и техники. В этот день в «Крокус Экспо» представляли свои предложения около 300 крупнейших компаний по хранению, перевозке и логистике.

Майя и Алексей Воротины (родители Нины и Мари), представляли на этой выставке свою компанию — ООО «Восточно-Уральский терминал». Увлеченные своей работой, они с удовольствием рассказали старшеклассникам об особенностях своего бизнеса, познакомили с компаниями-партнерами. Рассказали о подводных камнях, с которыми не раз довелось встретиться в работе. Особенно был интересен момент, касающийся заключения договоров с представителями азиатских компаний. Такой подход к профориентационному развитию старшеклассников — залог успешного будущего и становления профессионалов своего дела.

Елена Владимировна Абраменкова, классный руководитель





РАЗВИТИЕ... ЛОМОНОСОВ... ИСТОРИЧЕСКОЕ МЫШЛЕНИЕ

ИНТЕЛЛЕКТ НАС СВЯЗАЛ



В апреле состоялась Международная олимпиада «Интеллект». Событие грандиозного масштаба привлекло внимание не только учеников Ломоносовских школ, но и других ребят из 150 городов. Интернациональное интеллектуальное «сражение» стало знакомым мероприятием 2016 года и задало интенсивный учебный темп.

«Интеллект» — олимпиада для эрудированных, целеустремленных и готовых к борьбе людей. Готовность к участию в ней не определяется оценками в их дневниках. «В этом умственном состязании могут принимать участие дети, имеющие и четверки, и тройки; здесь важны не точные знания, а интеллектуальная развитость участников», — подчеркнул официальный представитель олимпиады Марат Александрович Зиганов.

Стоит отметить высокий уровень подготовки к олимпиаде: все гости и участники сопровождалась кураторами, кабинеты были празднично украшены, вкусный и полезный обед добавил сил ребятам, нуждающимся в огромном количестве энергии, знаковые жёлтые майки настроили участников на позитивный лад, а в финале дня были проведены спортивные игры и разнообразные мастер-классы. Встреча и совместная работа интеллектуально развитых детей поспособствовали встречам новых друзей и интересным знакомствам.

Олимпиада «Интеллект» принесла огромную пользу не только участникам, но и гостям: вовлечение в чудесную «ломоносовскую» жизнь позволило получить приятные впечатления и драгоценные воспоминания. Главный редактор газеты «Ломоносовец» Галина Васильевна Крюкова отметила: «Для журналиста Олимпиада „Интеллект“ — это просто кладезь; как правило, об образовании мало пишут, и уроки освещают достаточно скудно — нет хороших книг, фильмов об этом. И если журналисты придут на олимпиаду „Интеллект“, они увидят, как совместить состязание с хорошим праздником. Олимпиада „Интеллект“ — это настоящее проявление здорового образа жизни, когда включен интеллект, когда человек движется, когда он находит друзей и получает огромную массу положительных эмоций».

Арина Панькова, руководитель КЮЖ

День Земли в кругу друзей Ломоносовской школы

Наш традиционный праздник состоялся. А с ним утвердился Ломоносовская Весна: интеллектуальная, динамичная, красивая и бодрая. Вот небольшой фоторепортаж об этом событии:



Белый мрамор

(...после прочтения романа Л.Н. Толстого «Война и мир»)

Москва! О, сколько жизни в этом слове!
Твоя весна — любой весне весна!
Но не забудешь ты пролитой крови,
И слово это страшное — «война»!
Ты выстояла много бед, распадов,
Наполеоновскую гордость извела,
Когда французы грабили нещадно,
Ты не погибла, лишь своих ждала...
В Бородине рубили мы французов,
Был хаос наступлений, оборон,
«Дадим им славный бой!» — сказал Кутузов,
На смерть свою пошел Багратион.
И наш солдат в войне прославлен рвением,
Француз тогда познал свой первый страх!
Но вот дана команда к отступлению —
Ее отдал военсовет в Филях...
Наполеон вошел в Москву пустую,
Увидел — армия не может воевать,
Как раненый шакал бежит от бури,
Он дал один приказ — бежать!
История людей не научила,
Потом уж были войны и страшней,
Но лишь Москва имен не позабыла —
Имен защитников, имен мужей...
В Москве есть много памятных табличек,
Под имена героев сточенных камней,
Но только белый мрамор, обезличив,
Их навсегда оставит в памяти людей...
Дворцов из мрамора никто давно не строил,
Но все, что под Москвой — большой дворец,
И в каждой станции — искусство расписное!
И ходит поезд из конца в конец...
Фили — теперь уже район московский,
Когда-то здесь и был военсовет,
И парк большой у линии Филевской,
Что возит пассажиров много лет...
На этом мраморе, на станционном,
Великих имена места нашли!
Кутузов здесь навек с Багратионом,
Через одну лишь станцию — Фили.
И каждый день, в подобие молитвы
Их диктор произносит на вагон,
И миллионы пассажиров вспомнят битву —
«Багратионовская»? Жил Багратион...
А здесь — Кутузовский проспект широкий,
С машинами и с аркой посреди!
«Кутузовская» — прямо под дорогой,
Все видят белый мрамор, кто в пути.
И вот состав по ней опять проедет,
Звучит героя имя в сотый раз,
И спросят у папаши дети:
«А кто Кутузов» — он начнет рассказ...
Навеки память город сохраняет,
Ведь белый мрамор — часть души Москвы,
«Кутузовская» — диктор оглашает,
А может быть, бывали там и вы?
Весна — сквозь зелень поезд продирался,
Вся ветка здесь в цвету — здесь все растет!
«Кутузовская» — вот назвали станцию,
«Фили», «Багратионовская» ждет...
И каждый день по тысяче вагонов
Тех имена звучат, кто защищал,
Тех, кто сразил тогда Наполеона,
Им белый мрамор памятником стал.

Владимир Кузнецов

— Что даёт Вам участие в этих Олимпиадах?

Алиса: — Благодаря победе я могу не сдавать вступительные университетские экзамены в июне.

Ксюша: — Я могу поступить в университет, да, хоть сейчас, не сдавая ЕГЭ, ДВИ (дополнительные вступительные испытания). Конечно, чтобы получить аттестат, нужно сдать русский и математику на экзаменах. Но при этом поступить я могу и без аттестата, просто предъявив диплом Всероссийской Олимпиады.

— Как давно вы начали свою подготовку к олимпиадам, и как она проходила?

Алиса: — Уже с начала года усердно постепенно готовилась с учителем в школе и самостоятельно дома. Учила, повторяла, смотрела работу предыдущего года, которую прислал учитель географии Азарт Исрафилович.

Ксюша: — Начала готовиться в августе. Расскажу подробнее. ВОШ (Всероссийская Олимпиада Школьников) делится на четыре этапа, и к каждому из них нужна своя подготовка, ведь с новым уровнем задания усложняются, появляется то, чего не было раньше. К школьному туру я вообще не готовилась, была уверена в своих силах, было достаточно базовых знаний, которые получила в школе. Нужно было просто написать тест и эссе и затем получить определенные баллы. На этапе подготовки к остальным турам уже было два репетитора, а ещё я ходила в особую школу для подготовки ребят именно к Олимпиадам. У меня были пары по 6 часов, по 4, в зависимости от того, какие преподаватели приходят и как они читают лекции. Домой приезжала в 11–12 вечера, потом делала уроки и спала по минимуму. Последний месяц перед заключительным этапом. Я «забросила» все уроки, к счастью, троек не нахва-

МЕСТО В ШЛЮПКЕ

Когда предложили написать о двух моих одноклассниках, я с радостью согласился. Дело в том, что Ксения Ткаченко и Алиса Карслян — призеры престижнейших олимпиад нашей страны. Ксюша — обладатель дипломов Всероссийской Олимпиады школьников и Ломоносовской олимпиады — обе по истории. Алиса — победитель Ломоносовской олимпиады по географии. Я взял у девочек небольшое интервью и буду честен, получил массу положительных эмоций от общения с ними. В первую очередь, мы обсуждали их успешное участие в олимпиадах.



тала. Олимпиада проходила сразу после весенних каникул, поэтому на каникулах я сидела над учебниками, наверное, по 10–12 часов и готовилась. Вообще, было тяжело. Каждый вечер начинался с мысли, что сделаю уроки после 12-ти, лягу спать и наконец-то будет отдых, а утром встану, и всё опять начнётся. И я не могла жить по-другому. В какой-то момент мне даже начали сниться кошмары, связанные с историей (смеётся). Снились Ленин со Сталиным. У меня не было времени даже погулять во дворе, поэтому мама заставляла меня выходить дышать воздухом на балкон.

— Мне кажется, что одних знаний не достаточно, чтобы выиграть, как вы думаете?

Алиса: «Мне иногда помогала моя интуиция».

Ксюша: «Согласна. Нельзя выезжать только на знаниях. Нужно уметь чувствовать предмет, грамотно понимать, в какой момент до-

вериться своим знаниям, а в какой — своему внутреннему «я». Я бы не сделала задания только с помощью своих знаний. Для этого нужно и умение анализировать, и умение сопоставлять факты. Даже если ты чего-то не знаешь, можно догадаться, проанализировав документ, сделать те или иные выводы.

И Ксюша, и Алиса наверняка приятны в общении. Как оказалось, они обе не могли даже подумать, что смогут достигнуть таких высот и до сих не верят, что это с ними произошло. Как оказалось, девочки увлечены не только предметами, по которым писали олимпиады. Алиса занимается живописью и лепкой, а Ксюша — настоящая спортсменка. Думаю, что далеко не каждый сможет похвастаться первым взрослым разрядом по гимнастике, вторым разрядом по аэробике и званием КМС по ушу. Конечно, подготовка к Олимпиаде и нагрузка в школе принудили оставить усердные спортивные трени-

ровки, а абонемент купленный в спортзал так и не пригодился, но при этом Ксюша продолжает общаться со всеми ребятами из сборной и является пока единственной девочкой во всей нашей параллели, кому удалось получить золотой значок ГТО.

Девочки сказали мне, что несмотря на большую подготовку, они старались выделять в плотном графике время на отдых. Человеческий организм не машина, и он не может постоянно работать. Ксюша вообще обозначила для себя субботу — целым днём отдыха. В этот день — никаких репетиторов, занятий, уроков. Только сон, кино, походы по ресторанам и встречи с друзьями.

Думаю, правильно, что ты можешь повлиять на своё будущее, изменить его в лучшую для тебя сторону, понять, что действительно тебе нужно. Признаться, искренне рад за девочек и горжусь ими. Я считаю, что они настоящий пример того, каким должны быть ломоносовцы. Экзамены, волнения, переживания у нас ещё впереди. А вот, Ксюша и Алиса уже обеспечили себе место в «спасательной шлюпке». Разве это не здорово?!

Андрей Жарский,
учебный рейтинг 877,
2 место в рейтинге
социальной активности

P.S. Когда статья была отправлена в редакцию, я узнал, что ещё одна моя одноклассница, Николь Симонян, стала победителем Ломоносовской олимпиады, но уже по химии. Для всего класса эта новость оказалась абсолютной неожиданностью. Николь в Олимпиаде не просто участник, а победитель! И в этом вся Николь! Всегда скромная, не любит говорить о своих успехах, которых у неё, на самом деле, достаточно. Умная, добрая, воспитанная, она этого заслуживает как никто другой.

Запомнить все



В жизни каждого современного человека информация играет большую роль. Но большинство людей встречается с проблемой её запоминания. Если информация интересная, то нам не составляет никакого труда её запомнить, но чаще возникает необходимость специального запоминания, именно тогда люди встречаются с проблемой сохранения информации в своей памяти. Я хочу рассказать о нескольких методах запоминания информации. Одним из них является мнемоника. Она включает в себя десятки способов усвоения информации, один из

которых — создание зрительных образов. Вы берёте информацию, которую надо запомнить, и превращаете её в образ через ассоциацию. Второй способ — это привязка к цифрам. Он несколько сложнее и требует подготовки. Каждому числу от 1 до нужного вам числа вы придумываете рифму, которая первой придёт на ум. Вместо рифмы можно использовать сильную ассоциацию, которая у вас связана с цифрой. Третий способ называется «матрешка». Образы соединяются парами. Первый образ ассоциации всегда больше второго и содержит в себе второй. После соединения первого и второ-

го образа переведите свое внимание на второй образ (первый должен исчезнуть из сознания). Мысленно увеличьте второй образ и создавайте ассоциацию между вторым и третьим образами. Это специально разработанные приёмы и способы, облегчающие запоминание определенных типов информации. Каждый человек выбирает тот способ запоминания, который ему ближе. Кому-то легче запомнить цифры, а кому-то иностранные слова. Но в любом случае, метод мнемоники поможет сохранить информацию в вашей памяти надолго.

Анастасия Ерёмкина

ИНТЕЛЛЕКТ... ДЕБАТЫ... БУДУЩЕЕ

XVIII Международная Олимпиада «Интеллект» пришла в жизнь школьников всей России и многих стран СНГ 9 апреля 2016 года. Если продолжить линию сравнения знаменитого американского поэта и драматурга, то каковы же впечатления от этого благоухающего цветника?

«Отец Олимпиады» Марат Александрович поделился со мной своими мыслями:

— Будущее олимпиады заложено её основным содержанием, благодаря интеллектуальным способностям определяется будущее человека. Он будет успешным в будущем лишь тогда, когда в настоящем у него развиты эти способности. Интеллект — это пружина. Кроме нее существует еще и тело, которое эта пружина может оттолкнуть, — это знания. Они устаревают, но если есть пружина, которая хорошо сформирована и развита, то она поможет выстрелить твоими знаниями в любой момент. Именно на Интеллекте мы «тренируем» пружину, а на Олимпиаде она «выстреливает».

— Олимпиаде исполнилось 18. Она стала совершеннолетней. Какие чувства у Вас вызывает этот факт?

— Когда человеку исполняется 18, ему говорят: «Теперь ты СОВЕРШЕННОлетний», — то есть человеку столько лет, что он совершеннолетний. На самом деле, именно в это время происходит изменение в душе человека, в его поведении. Это переломный момент. В Олимпиаде то же самое, мы сегодня закладываем основу для принципиального изменения, которое произойдет через два года. Именно сейчас у «юной Олимпиады»

в душе смятение, она изменяется. С одной стороны, совершеннолетие — это кажущаяся самостоятельность. Нужно выбрать жесткую позицию и идти по своему пути. С другой стороны, человек может стать инфантильным. Я надеюсь, что мы «не впадем в детство», а будем развиваться по четко намеченному курсу.

Все мы видели на церемонии открытия видеосфрагмент с поздравлением декана Кембриджского университета, что говорит о высоком международном статусе как Ломоносовской школы, так и самой Олимпиады. В связи с этим Марат Александрович обещает нам «взрывные перемены».

Кстати, я впервые в своей жизни пришла на Олимпиаду не для участия, а только для написания этой статьи. Я увидела и призы и то, как совершаются последние приготовления к «празднику разума». Я прочувствовала этот праздник, отбросив волнение. Я наслаждалась тем, как «веретена с разных сторон равномерно и не умолкая шумели» (Нужно ли упоминать, что это цитата из «Войны и мира»? Она очень подходит для описания этого процесса). А какие ощущения испытывали сами участники Олимпиады?

Маруся Максимова, ЛШ:
— Я третий раз участвую в Олимпиаде, и я ни разу не выигрывала никакого места, побеждала только в номинациях, поэтому моя основная цель — получить место на Олимпиаде.

Маруся — одна из наиболее активных учениц нашей школы, поэтому она и пела гимн, и выступала на кон-

МОИ

Если сравнить интеллект с растением, то книги подобны пчёлам, переносящим оплодотворенную пыльцу от одного ума к другому.

Роберт Лоуэлл

церте, и участвовала в самой Олимпиаде. А что же ей нравится больше?

— Я всегда и выступаю, и участвую, поэтому мне нравится и то, и то. Я уверена в своих силах и не испытываю волнения. Участие в Олимпиаде дает мне опыт как в учебной деятельности, так и в выступлениях на сцене. При выполнении заданий мне пригодились практически все знания с уроков «Интеллекта».

Больше всего мне нравится то, как в формате одного дня совмещены атмосфера праздника, рабочий настрой и всеобщая дружба. Я испытываю особую гордость, что именно наша школа устраивает такое глобальное мероприятие.

Максим Посажеников, ЛШ:

— Как и все участники Олимпиады, я надеюсь на победу. Больше всего мотивирует то, что на меня надеется мой классный руководитель. Мы тщательно готовились: повторяли основные аспекты технологии «Интеллект», решали примерные задания. Кроме того, я получаю настоящее удовольствие, находясь здесь, общаясь с ребятами. Я бы очень хотел участвовать в Олимпиаде и в следующем году!

Оля, школа № 1284, Москва:

— Я настроена на положительный результат, так как я действительно ста-

ралась при выполнении заданий. Я не первый год участвую и уже успела накопить опыт для успеха в Олимпиаде. В жизни и в учебе технология «Интеллект» также полезна: она помогает научиться логически мыслить, применить знания предметов в конкретной ситуации. Кстати, именно в применении конкретных знаний состояла основная сложность заданий. Я с удовольствием буду участвовать в следующем году.

Кузнецов Вова, ЛШ «Ин-Тек»:

— Я уже опытный «олимпиадец», участвую в «Интеллекте» с начальной школы и каждый год делаю это

с удовольствием. Почему бы не приехать, вместе со всеми не порадоваться, не посмотреть, что здесь происходит снова? В конце-то концов, люди меняются, все меняется, и Олимпиада постепенно самосовершенствуется. Основная причина моего участия в ней — показать то, на что я способен. Я заполучил некоторые навыки, которые позволили мне приходить сюда и побеждать. Я стал лучше воспринимать учебный материал, анализировать его, как следствие, у меня появилась особая способность — с первого прочтения я запоминаю почти всю основную информацию текста. В этом году я участвовал в Олимпиаде на английском языке. Однако у этого есть свой минус: не каждый ученик, пришедший сюда, может знать специфическую лексику, которая не употребляется широко. Кроме того, иной язык — это всегда иная

категория мышления, поэтому на английском всё звучит и представляется по-другому. В английском логика языка немного проще, чем в русском, поэтому нет такой широкой возможности «играть словами». Так как в следующем году я буду в 11 классе, эта Олимпиада у меня последняя, я уже не попаду на роскошный праздник, но обязательно приму участие в Чемпионате.

Декан факультета Международной Журналистики МГИМО Я.Л. Скворцов в своем обращении к «олимпиадам» сказал: «Это поколение, которому принадлежит будущее. Участники Олимпиады — это интеллектуальный резерв нашей страны». И я искренне надеюсь на светлое будущее не только для Олимпиады «Интеллект», но и для нашей страны.

Екатерина Кибальчич, учебный рейтинг 936



29 марта Британская школа StudyLab провела урок «Дебаты» с учениками Ломоносовской школы. Преподаватель Константин Русанов делится впечатлениями:

«Дебаты развивают критическое мышление, дисциплину, навыки устной речи. Это был пробный урок, сначала я объяснил, что такое дебаты, как они устроены. Потом разбил ребят на две команды, играли в игру «Кто лишний на воздушном шаре?». Каждая команда выбрала медийную персону, известную политическую или историческую личность и представила си-

StudyLab

туацию, что эти персонажи летят на одном воздушном шаре и нужно кого-то одного сбросить вниз. Сначала каждый участник игры должен был сказать аргументированную речь, почему его нужно оставить, какую ценность он представляет для человечества. А после — привести аргументы в пользу того, почему его оппонент должен быть выброшен за борт. Еще мы брали экспериментальные темы, к примеру, обсуждали кто луч-

ше — Мария Шарапова или Елена Исинбаева.

Дебаты — это возможность проверить уровень английского языка. Признаться, я не ожидал, что у ломоносовцев такой высокий уровень английского. Я подготовил упрощенную версию, а можно было усложнить. Обычно дебаты требуют подготовки, предварительной проработки материала, но у ребят такой уровень языка, что они импровизировали, и получилось очень хорошо. Я отметил,

что они раскованные, мыслят довольно зрело, особенно мне понравился Денис — очень яркий парень, активный, он выделялся».



#преьера

Состоялась премьера спектакля-перформанса «Мальчик по имени Уайльд»

