

# #ПРОСТОКЛАСС

ИВАНОВСКАЯ ГОРОДСКАЯ ШКОЛЬНАЯ ГАЗЕТА  
12+  
ФЕВРАЛЬ 2024  
#2 (44)

## МИЛАНА ЛУЖАНОВСКАЯ

УМНЕЕ ВСЕХ / СТР. 10-11

КАК СОСТАВИТЬ РАСПОРЯДОК  
ДНЯ / СТР. 3

СЕРИАЛ, ПОКОРИВШИЙ  
РОССИЮ / СТР. 8-9

ТЕЛЕФОННЫЙ АПОКАЛИПСИС  
/ СТР. 16-17





# Весна в планах

Зима постепенно отступает, а впереди нас ждёт долгожданная весна. Это время обновления, пробуждения природы, новых возможностей и ярких событий. Редакция #простокласс предвкушает всплеск творчества, энергии и позитива. Мы даже планы составили:

- Хотим немного освежить дизайн, добавить красок, чтобы соответствовать трендам.
- Собираемся больше писать о городских событиях, давать модные советы, рекомендовать хорошую музыку и литературу. Будем экспертно говорить о поступлении и подготовке к экзаменам.
- Мы начали поиск новых героев на обложку. А значит, вас ждут классные знакомства.
- Продолжим следить за событиями в мире культуры и искусства. Весна – это время, когда проходит множество культурных фестивалей, выставок и концертов в разных уголках нашей

области и страны. Мы поможем вам с выбором.

Наконец, мы планируем углубиться в темы, которые волнуют каждого из нас. Редакция будет активно освещать вопросы экологии, здорового образа жизни, отношений в семье, саморазвития и образования. Мы хотим быть вашими помощниками и вдохновителями в поиске гармонии и благополучия.

Дорогие читатели, весна – это время перемен и новых начинаний. Следите за обновлениями нашего издания и не пропустите ничего интересного!

Желаем вам приятной весны и позитивного настроения!

# Дайдзест

## ШКОЛЬНИКОВ УЧАТ ПРОТИВОСТОЯТЬ КИБЕРУГРОЗАМ

В школах области проходит образовательный проект «Урок цифры». Педагоги рассказывают о киберугрозах и методах борьбы с ними.

Темы актуальные: вредоносные программы, фишинг, дистанционное мошенничество, дипфейки. Впереди ребятам предстоит узнать, как проходит тестирование сайтов, как квантовые вычисления создают медицину будущего от Росатома, какие бывают технологии в интернет-торговле. В проекте участвуют ученики 1–11 классов.

## ГРОМЧЕ ПОЙ!

Два хороших коллектива из Иванова получили награды IX Всероссийского конкурса «Музыка детских сердец».

На мероприятие приехали 20 хороших коллективов детских музыкальных школ и школ искусств из Ивановской, Владимирской, Костромской и Ярославской областей. Возраст участников до 11 лет включительно. Иваново представили хор младших классов «Родничок» и хор подготовительного отделения «Ручеёк» Хоровой школы мальчиков им. А.М. Жуковского Двор-

ца детского и юношеского творчества. «Родничок» стал лауреатом I степени. Дипломом конкурса отмечен и «Ручеёк». Коллектив получили признание в номинации «Юные дарования».

## КОМУ СПОРТЗАЛ?

Шесть школ города примут участие в конкурсном отборе проектов программы #СпортШколаГород. Мэрия планирует отремонтировать четыре спортзала и две уличных площадки.

58 школа уже готова к обновлению, в ней работают несколько спортивных секций: тхэквондо, ушу и регби – заниматься приходят не только учащиеся, но и ребята из близлежащих домов. Некоторые даже приезжают из других районов, потому что знают, какие отличные тренеры здесь преподают: под их руководством ребята занимают призовые места на городских соревнованиях.

## ЛУЧШИЕ В СПОРТЕ

В Иванове прошли всероссийские соревнования по вестилевому каратэ «Золотое кольцо России». Турнир был организован среди юношей и девушек, мальчиков и девочек. В соревнованиях приняли участие более 700 спор-

тсменов из Ивановской, Костромской, Владимирской, Ярославской и Тамбовской областей.

Завершились ежегодные Всероссийские соревнования по каратэ «Кубок Петра Великого» для спортсменов 12 лет и старше. Состязания прошли в Липецке. По итогам Ивановская область заняла пятое общекомандное место. В межрегиональном турнире серебряным медалистом стал Арсений Федечкин, а бронза у Петра Блеклова.



# Как составить распорядок дня

**ЧТОБЫ НЕ РАСПЫЛЯТЬ ВНИМАНИЕ НА МЕЛОЧИ, ВАЖНО КОНЦЕНТРИРОВАТЬСЯ НА ГЛАВНЫХ ВЕЩАХ И ПЕРВОСТЕПЕННЫХ ЗАДАЧАХ. УПОРЯДОЧИТЬ ЖИЗНЬ И ДИСЦИПЛИНИРОВАТЬ СЕБЯ ПОМОЖЕТ РАСПОРЯДОК ДНЯ. ЧЕМ ДОЛЬШЕ ВЫ БУДЕТЕ ЕГО ПРИДЕРЖИВАТЬСЯ, ТЕМ СИЛЬНЕЕ УКРЕПЯТСЯ ВАШИ ПОЛЕЗНЫЕ ПРИВЫЧКИ, И ТЕМ МЕНЬШЕ БУДЕТ ПРОСЕДАТЬ МОТИВАЦИЯ. ПРАВИЛЬНО РАЗРАБОТАТЬ ГРАФИК НАМ ПОМОГУТ СОВЕТЫ ДЕТСКОГО ПСИХОЛОГА АННЫ УРУСОВОЙ.**



АННА УРУСОВА

Детский  
и семейный  
психолог

– С чего начать работу над графиком?

– Проведите день, записывая в ежедневник или заметки на телефоне всё, что делаете. Отмечайте даже незначительные дела: почистил зубы, позавтракал, погулял с собакой, почитал 30 страниц книги. К вечеру у вас появится внушительный список. Посмотрите на него внимательно. И сократите количество нежелательных занятий. Цель в том, чтобы подстроить свой фактический график под нужный, не пытаясь придумать идеальное и невыполнимое расписание. Решите, на какие действия вы хотели бы тратить меньше времени, например, на скроллинг в соцсетях или просмотр телевизора. Вычеркните некоторые из этих действий из списка.

– Как не лениться и делать то, что запланировал?

– Попробуйте придерживаться распорядка в течение одного дня. Сделайте всё, что написали, ложитесь спать, как указано в блокноте. Если не выйдет, запишите, что пошло не по плану и почему. Измените распорядок на основе опыта. Если вы нереалистично оценили какое-либо действие, выделите больше времени на него и вычеркните менее важное. И наоборот. Например, вы отвели на обед час. А поели за 20 минут, это не значит, что остальное время нужно смотреть в экран телефона или плевать в потолок. Сократите время в графике и перераспределите оставшиеся 40 минут.

– С первого дня выйти на идеальный распорядок не выйдет?

– Нет, на это нужно время. Если не получается придерживаться графи-

ка, не бойтесь вносить коррективы и тестировать варианты. Будьте честны с собой. Если вы не готовы заниматься спортом каждый день, не ставьте такую задачу.

– Почему?

– Это раскачает вашу тревожность. Невыполненные задачи часто лишают мотивации и заставляют опустить руки.

– Как лучше делать уроки: сначала трудные, а потом простые или наоборот?

– Всё индивидуально. Выберите для себя комфортный способ и следуйте ему. Ничего страшного, если со временем он будет меняться. Но важно делать уроки в одно и то же время, это дисциплинирует.

– Какие ошибки при составлении графика самые частые?

– Есть 2 типа людей: сверхпланировщики – их дни расписаны с момента пробуждения до вечерних ритуалов, причём часто они не понимают точно, сколько времени нужно для чего-либо. Вторые, это минималисты – также известные как «мечтатели». В их графике есть одно или два повторяющихся события и уйма пробелов, так что они «свободны» (по крайней мере, на бумаге) для длительного «ничегонеделания». Нужно избегать этих крайностей.

– Как справиться с тревогой, если совсем не попадаете в график?

– Если у вас не получилось выполнить какую-либо часть расписания, к примеру, вы слишком долго проспали, не пытайтесь наверстать, продолжайте с того места в расписании, где вы находитесь. Вскоре вам удастся снова войти в колею.

## СОВЕТЫ ПО ЭФФЕКТИВНОМУ ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТУ

– Разбивайте задания на небольшие части. С такими будет психологически комфортнее справиться. Например, не пишите «выучить испанский», а поставьте задачу: «запомнить 5 новых глаголов». И идите шаг за шагом.

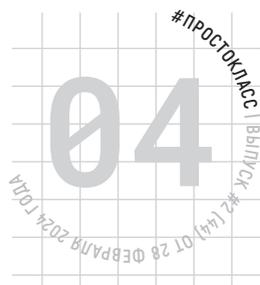
– Выясните, когда вы наиболее мотивированы. Если вы – жаворонок, выполняйте самую тяжёлую работу сразу после того, как проснётесь. Если сова, отложите важное на вечер.

– Подбадривайте себя, чтобы зарядиться мотивацией. «Разговор с самим собой» – отличный способ успокоиться, сконцентрироваться и достичь своих целей. Обращайтесь к себе по имени. Говорите себе, что вы можете (и сможете) сделать нужное.

– Не стремитесь к совершенству. Отбросьте свои предубеждения об идеальном дне и результате своих дел.

– Поговорите с друзьями и семьёй, если страдаете от тревожности или депрессии из-за того, что откладываете дела на потом. Вполне нормально просить о помощи.

– Выполняйте основную часть домашних заданий сразу после учёбы, вашему мозгу будет проще справиться с большим объёмом работы.



# #Родная62

**В ФЕВРАЛЕ ШКОЛЕ №62 ИСПОЛНИЛОСЬ 55 ЛЕТ. ЗА ЭТО ВРЕМЯ В УЧЕБНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ПРОШЛО БОЛЬШЕ ПЯТИДЕСЯТИ ТЫСЯЧ УРОКОВ, ПРОЧИТАНЫ СОТНИ ТЫСЯЧ ПАРАГРАФОВ И ВЫУЧЕНЫ МИЛЛИОНЫ ФАКТОВ. КАК ЖИВЁТ ШКОЛА, И ЧЕМ ЗАНИМАЮТСЯ УЧЕНИКИ? – УЗНАЕТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС.**

## КАК БЫЛО РАНЬШЕ

Школа открылась в 1969 году в густонаселённом районе Иванова, на 5-ой Коляновской улице. Тогда учиться пошли 412 учеников. Полвека спустя здесь 864 ребёнка.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ

62 школа – центр притяжения в своём микрорайоне, поэтому в ней очень много секций и кружков. Есть класс по вокалу, хор, кружки ИЗО и бисероплетения. Большое внимание учителя уделяют спорту, работает несколько секций: футбола, волейбола, баскетбола. Ребята посещают занятия по каратэ от педагогов соседней спортшколы.

Не так давно в 62 отремонтировали спортзал, он стал намного ярче и светлее. Сейчас занятия в нём распланы по минутам, а на переменах ученики обязательно бегут в зал, чтобы поиграть в мяч. Самое страшное наказание за плохое поведение в школе – запретить ребёнку идти в спортзал.

## ЗАПАХ ШКОЛЫ

Чем пахнет школа? 62 пирожками, свежими и вкусными. Школа очень гор-

дится своей столовой. В прошлом году она стала призёром федерального конкурса столовых, который проходил во Владикавказе.

Делегация из 62 принимала участие в двух номинациях «Лучшая школьная столовая» и «Лучший повар школьной столовой». В финале ивановцы встретились с более чем 400 поварами из 68 регионов России. На конкурс повара приготовили пирожки, ивановские узелки, кашу с тыквой и ягодами, фаршированные яблоки и даже «золотую рыбку».

Меню в 62 школе очень разнообразное и вкусное, его разрабатывали на основе пожеланий детей и их родителей. Из необычного – есть хинкали и брокколи. А самое любимое у школьников – это пицца.

## ТВОРЧЕСТВО

Ежегодно школа проводит фестиваль «Апрелинки», в нём участвуют ученики с 1 по 11 класс. Номинаций очень много, каждый может найти свою, по

талантам. Костюмы для выступлений помогают шить родители, или дети сами придумывают их на уроках технологии. Фестиваль проходит очень весело и зрелищно. По итогам конкурса номера победителей попадают в программу гала-концерта.

В мае, на последний звонок педагоги проводят гала – концерт. Он проходит для всех жителей микрорайона. В номерах участвуют по 50 учеников, выступают и выпускники. В школьном дворе собираются сотни людей.



**Вера Давыдова, директор школы №62:**

– Такие мероприятия всегда спланивают дети и учителей. Также помогают выявить таланты, ведь не всегда знаешь свои сильные места и адекватно можешь оценить свой потенциал. Мы всегда ответственно подходим к подготовке: заранее репетируем, пишем сценарии и подключаем детей. Мы очень гордимся тем, что не привле-

**ШКОЛА №62 – ЦЕНТР КУЛЬТУРНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ. СРЕДИ ТРАДИЦИЙ ШКОЛЫ – УЧАСТИЕ УЧЕНИКОВ В ЕЖЕГОДНОМ ФЕСТИВАЛЕ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «АПРЕЛИНКИ», РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ «УЧЕНЫЕ УВЛЕЧЕНИЕМ», А ТАКЖЕ ВОСПИТАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ЧЕРЕЗ СИСТЕМУ МЕРОПРИЯТИЙ В РАМКАХ АКЦИИ «ЗДРАВСТВУЙТЕ».**



каем творческие коллективы, а делаем все своими усилиями.



**Елизавета Демидова,  
ученица школы №62:**

– Наш класс очень активный и старается участвовать в соревнованиях и конкурсах, а также мы сами их организовываем, для нас это очень важно. На юбилее школы мы тоже не остались в стороне, участвовали почти во всех номерах, готовились к этому празднику пару последних лет.

### ТОРЖЕСТВО В ЧЕСТЬ ЮБИЛЕЯ

На юбилейный концерт в Филармонии, подготовленный педагогами и учениками школы, пришли учителя из других школ, представители ивановской администрации, председатель Ивановской городской Думы Александр Кузьмичёв.

– Благодарю каждого педагога школы за высокий профессионализм, компетентность, педагогический талант и преданность своему благородному делу. Вы взрастили и воспитали достойных и талантливых людей, специалистов самых разных отраслей и профессий, – отметил Александр Кузьмичёв. – А ученикам и выпускникам хочется пожелать никогда не забывать школу и педагогов, которые учили вас быть отзывчивыми и честными, милосердными и неравнодушными, нужными другим людям, своему городу и своей стране. Сохраните в своих сердцах благодарность к ним – каждый из них внес вклад в ваше личностное становление!

В зале собрались учителя–ветераны труда, те, кто стоял у истоков становления школы, выпускники, преподавательский коллектив, а также нерав-



нодушные гости. Праздничный концерт «От сердца к сердцу» действительно смог тронуть каждого.

### УЧИТЕЛЯ

Все учителя в школе очень добрые и отзывчивые. С ними на перемене можно попить чай и поговорить о личном. Они не ругают за оценки, объясняют, что в школу дети приходят, чтобы учиться, а значит, и ошибаться.



**Татьяна Коренкова,  
учитель литературы  
школы №62:**

– У нас часто проходят уроки в формате дискуссии. Мы стараемся разговаривать друг с другом, а не просто

**62 ШКОЛА – ЦЕНТР ПРИТЯЖЕНИЯ В СВОЁМ МИКРОРАЙОНЕ, ПОЭТОМУ В НЕЙ ОЧЕНЬ МНОГО СЕКЦИЙ И КРУЖКОВ. ЕСТЬ КЛАСС ПО ВОКАЛУ, ХОР, КРУЖКИ ИЗО И БИСЕРОПЛЕТЕНИЯ. БОЛЬШОЕ ВНИМАНИЕ УЧИТЕЛЯ УДЕЛЯЮТ СПОРТУ, РАБОТАЕТ НЕСКОЛЬКО СЕКЦИЙ: ФУТБОЛА, ВОЛЕЙБОЛА, БАСКЕТБОЛА. РЕБЯТА ПОСЕЩАЮТ ЗАНЯТИЯ ПО КАРАТЭ ОТ ПЕДАГОГОВ СОСЕДНЕЙ СПОРТШКОЛЫ.**

учить материал. Сегодня мы, изучая «Войну и мир», смотрели отрывки из фильма, чтобы наглядно увидеть путь становления Пьера Безухова. Я стараюсь на уроках литературы дать понять детям, что читать очень интересно.



**Александра Коровина,  
ученица школы №62:**

– Мне очень нравятся наши учителя. Они нас поддерживают. Например, сегодня мы пришли на урок очень грустные, и Татьяна Александровна включила нам смешное видео про мандарин, чтобы поднять нам настроение. Заряд на весь день.

Ученикам комфортно в школе и на вопрос: «Что вы хотели бы изменить?» ответ всегда один: «Ничего, мы любим её такой».





# Профессия: СИТИ-МЕНЕДЖЕР

Каково это быть самым узнаваемым и самым «виноватым» во всех бедах жителей – мы узнали у Владимира Шарыпова – главы города Иваново.

– Владимир Николаевич, вы хотели быть чиновником?

– Нет, о такой должности я и не задумывался. Работать начал с 14 лет, сначала был физический труд, потом интеллектуальный, перешёл на должности, которые требовали знаний, ума и стратегии. 7 лет работал в центре энергосбережения, прошёл путь от инженера до директора предприятия. Потом занял пост начальника Региональной службы по тарифам, возглавил департамент энергетики и тарифов, стал заместителем губернатора. А после попробовал себя в роли главы города.

– Для этой работы нужно специальное образование?

– Я работаю не один, у нас большой штат Администрации, там есть специалисты по всем вопросам. Конечно,



**ВЛАДИМИР ШАРЫПОВ,  
39 ЛЕТ**

Учился в школе №9. В 2005 году окончил ИвГУ, стал бакалавром экономики.

В 2006 году защитил диплом инженера по специальности «Промышленная энергетика».

С 2016 года занимает пост главы города Иваново.

руководитель города должен быть подкован в вопросах экономики, юриспруденции, технических вопросах и гуманитарных. Я постоянно учусь. В 2018 году прошёл стажировку в городском университете Гонконга по программе «Мастер государственного управления для руководителей». В 2020 году окончил Российскую академию народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ по направлению «Государственное и муниципальное право».

– Для вас образование – это важно?

– Я думаю так, первое образование мы получаем для родителей, чтобы им было спокойно за наше будущее, второе ради денег и заработка, третье – для души. Возможно, сфера моих интересов изменится, и я захочу попробовать себя в какой-то ещё профессии, пойду учиться ещё раз.

– Как проходит день мэра?

– День начинается рано, утром я иду в бассейн или на тренировку, после еду на работу. Решаю вопросы, встречаюсь с людьми, ставлю задачи, контролирую исполнение решений. Дел много, вечером приходишь почти без сил. Времени на семью остаётся меньше, чем хотелось бы.

– В кабинете или на выездах?

– Часть дня я работаю в кабинете с бумагами, принимаю визитёров. Регулярно выезжаю со СММ на мероприятия, осмотры дорог, домов, фабрик и заводов. Часто посещаю школы, детские сады, смотрю, как ремонтируют детские площадки, приезжаю посмотреть места, на которых будут новостройки.

– А выходные и отпуска?

– Я всегда с телефоном, не отключаю звук и Интернет. Всегда должен быть на связи. Вот сейчас сижу на интервью с вами и посматриваю на экран, в городе произошла крупная авария на сетях ЖКХ, я переживаю, насколько быстро её устранят. Все меры приняты, а волнение остаётся. Далеко за пределы региона выехать не могу. Хотя это может профессиональная деформация.

– Какая ещё профессиональная деформация грозит мэру?

– Нужно быть готовым к негативу, я часто читаю плохие комментарии о себе в соцсетях, слышу их на улицах. Важно не обращать на них внимание, идти дальше и делать свою работу хорошо. Но это деформирует, сложно доверять хорошему отношению. Мне вот, например, рассказывают хорошие ново-

**ПЛОХ ТОТ ШКОЛЬНИК, КОТОРЫЙ НЕ МЕНТАЕТ О ПЕРСПЕКТИВНОМ И ДЕНЕЖНОМ БУДУЩЕМ, О РАБОТЕ, КОТОРАЯ ДАСТ РАЗВЕРНУТЬСЯ ЕГО СПОСОБНОСТЯМ И ТАЛАНТАМ, БУДЕТ ВАЖНОЙ ДЛЯ СОТЕН И ТЫСЯЧ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ. А МОЖЕТ БЫТЬ, ВЫ ДАЖЕ МЕНТАЕТЕ СТАТЬ САМЫМ ИЗВЕСТНЫМ ЧЕЛОВЕКОМ В ИВАНОВЕ? ТОГДА ПРИСМОТРИТЕСЬ К ПРОФЕССИИ МЭРА ГОРОДА.**

сти или благодарят, а я думаю: где подвох?

– К вам часто подходят на улице?

– Да, бывает. В бассейне люди подходят, в магазинах. Рассказывают о каких-то проблемах, просят включиться. С негативом в лицо не очень часто, но и такое бывает.

– Я знаю, что на вас было покушение. Сложно ли после него доверять людям?

– Было такое, потом долгое расследование и суд. Сейчас злоумышленник отбывает наказание. Случалось угрожали моей семье, говорили, что проследят за дочерью, пока она в школу идёт. Приятного мало. Но я всё равно считаю, что хороших людей больше, чем плохих.

– Переработки и риск для жизни. С минусами понятно. А какие плюсы у работы мэра?

– Реальная возможность что-то изменить, сделать город лучше, помочь людям. Я пришёл на должность в 2016 году, были одни задачи, сейчас их будто становится больше и больше. Остановиться невозможно. Не будет такого, что всё сделал, можно рас-

слабиться. Город как живой организм, его нужно кормить, лечить, заботиться о нём.

– Вокруг вас всегда много людей.

Как вы их запоминаете?

– Это моя работа узнавать людей – сотрудников администрации, руководителей предприятий, директоров школ, лидеров объединений и активистов.

– Работа мэра – быть всегда на виду, перед СМИ и блогерами. Вам это нравится?

– Не очень, но я к этому привык. Привык отвечать на вопросы, вести диалог, могу сам рассказывать о городе, пока не остановят (прим. ред. смеётся)

– А много ли получает мэр?

– Меньше, чем вам кажется. У всех есть представление, что мэр – очень богатый человек, в золотых часах, который ездит на океан 30 раз в год и спит на золотых слитках. Конечно, это не так, я получаю примерно столько же сколько директор одного продуктового магазина. Только ответственность больше.

– Кто может стать мэром? Каким должен быть этот человек?



– Ответственным, внимательным, неравнодушным, толстокожим. Он должен стараться видеть ситуацию целиком, не отвлекаться на эмоции, уметь принимать решения.

– А нравиться людям должен?

– Это не самая главная цель. Всем угодить невозможно. Работать нужно хорошо, чтобы не было перед собой и теми, кто тебе доверился, стыдно.

– Как думаете, много школьников мечтают стать большим городским начальником?

– Надеюсь, что нет. Тут нужно с другого края заходить. Мечтать нужно быть полезным, нужным, чувствовать в себе силы изменить город к лучшему. Идти вперёд только ради кресла и самой должности не стоит.

– Вы сами ведёте свою страницу в ВК?

– Иногда пишу сам, когда есть время, иногда поручаю выложить пост помощнице. Знаю, что под текстами много комментариев, могу точно сказать, что каждый мы читаем и стараемся реагировать, принимать меры, обрабатывать.

– Ваша дочь уже скоро будет делать выбор в пользу профессии. Что ей посоветуете?

– Советовать не буду и запрещать тоже. Конечно, я переживаю, какую профессию она выберет. Но это будет её решение. Я его уважаю.





**ПРОЕКТ «СЛОВО ПАЦАНА» СТАЛ МЕГАПОПУЛЯРЕН, И ХОТЬ У НЕГО РЕЙТИНГ 18+, КАЖЕТСЯ, ПОСМОТРЕЛИ СЕРИАЛ ВСЕ ПОДРОСТКИ СТРАНЫ. МЫ ПОПРОСИЛИ ПСИХОЛОГА СВЕТЛАНУ ТАБЛОВУ РАССКАЗАТЬ, НАСКОЛЬКО СЮЖЕТ МОЖЕТ ЗАТРОНУТЬ ДЕТСКУЮ ПСИХИКУ. ЧИТАЙТЕ ВНИМАТЕЛЬНО, СЕРИАЛ ПРОДЛИЛИ НА ТРИ СЕЗОНА, ОБЩЕСТВЕННОЕ БУРЛЕНИЕ НЕ УСПОКОИТСЯ ЕЩЕ ДОЛГО.**

# Сериал, покоривший Россию

**В ЧЁМ ЕГО ВРЕД, А МОЖЕТ, ПОЛЬЗА?**

Лента вызвала бурную дискуссию, общество разделилось на два лагеря. Одни считают, что фильм несёт глубокий смысл и отражает реальность жизни молодёжи не только в СССР, но и в современной провинции. Говорят, что сериал открывает глаза на проблемы, с которыми сталкивается молодёжь: безработица, агрессия, преступность. Другие обвиняют «Слово пацана» в пропаганде насилия и культуры бандитизма. Говорят, что фильм романтизирует деструктивный образ жизни, поддерживает стереотипы о жизни плохих парней.

И то, и то звучит убедительно.

**– Почему вы решили посмотреть сериал?**

– Эта лента про моё детство! Очень талантливый проект, с полным погружением в атмосферу конца 80–х.

**– Как вы думаете, положительно или отрицательно сериал влияет на психику зрителей? Почему?**

– Всех сейчас беспокоит романтизация подростковых банд. Но если дети оторвутся от экранов смартфонов, выйдут на улицу и начнут учиться дружить, общаться и пробовать быть частью команды – разве это плохо? Плохо только, если они воспримут всё буквально и начнут применять силу. Что, думаю, в современных условиях изобилия маловероятно.

**– Одно сериала, выходит, мало, чтобы вернуться в 80–е?**

– Чтобы сформировалось большое общество подростков, творящих бес-

предел и живущих по тюремным законам, надо, чтобы совпало очень много неблагоприятных факторов. Давайте не будем забывать, что те четырнадцатилетние дети были намного взрослей современных. Не умней, иначе они бы не творили такой ужас, а взрослей. Современные подростки наоборот намного умнее, но менее взрослые. Чем комфортнее среда, тем дольше детство. В фильме эти дети не играют во взрослых, они реально взрослее своего возраста. Они выживают. Но у них нет ещё жизненного опыта, поэтому и законы звериные, основанные на инстинктах.

**– Какой посыл, по вашему мнению, режиссёры хотели донести до зрителей?**

– Я думаю, это больше документальная история, потому что ТАК было. Это часть нашей истории, наша боль, наш стыд и наши ошибки. Это история о том, откуда сейчас столько травмированных, психически сломанных взрослых. Это история, которая расскажет детям, что с их родителями не так, почему иногда не получается найти общий язык.

**– Какие психологические темы или проблемы наиболее ярко выражены в сериале?**

– Я, как девочка, могу в первую очередь выделить тему насилия и отношения к жертвам насилия. Мама Айгуль вылила суп в унитаз, показывая, что никто после неё это есть не будет. И это та страшная и неприятная правда осуждения жертвы, которую раскопали и подняли на поверхность авторы фильма.

**– Мне показалось очень много экранного времени посвящено теме насилия в семье.**

– Верно. В те времена бить детей было НОРМОЙ, так их воспитывали. Жестокие родители, выросшие ещё в бо-





СВЕТЛАНА  
ТАБЛОВА

Психолог

лее суровых условиях, не знали, как по-другому. Они много работали, чтоб выживать, и их дети росли на улицах, были предоставлены сами себе. Это тотальная нищета и дефицит, пустые полки магазинов, одинаковая серая уродливая одежда. Это запрет на самовыражение и индивидуальность. Нас, девочек, учителя в туалете умывали, смывали тушь с ресниц. Любая индивидуальность и яркость порицалась. А как же своё мнение? Безусловно, это вызывало недовольство детей. Они начинали ненавидеть весь мир.

#### – Почему подростки сбиваются в группы?

– Группа разделяет ответственность. Преступления совершать группой намного легче, так как психика делит вину на всех участников. Сравню с поведением животных. Стаями и стадами легче выжить, кормиться. Быть частью стаи – это безопасно. Важно быть принятым – это тоже базовая в потребность для выживания. Если мы обратимся к первобытному пещерному миру, то там всё просто: принимает тебя племя, полезен ты ему – ты выживешь, не принимает – умрёшь.

#### – Какие выводы можно сделать после просмотра? Чему он учит?

– Я думаю, задача создателей была погрузить нас в атмосферу фильма, как в переживание ночного кошмара. В осознание абсурда происходящего. Фильм захватывает как горная река и сначала ведёт по тёплой долине, где мы наслаждаемся видами гор, а потом выносит на пороги и начинает бить лицом о камни. Доброта и жестокость, благородство и подлость – всё смешалось в героях. В фильме нет ни одного положительного персонажа. В жизни всегда так... Нет только хорошего и только плохого.

#### – Как вы считаете, с какого возраста можно смотреть этот сериал?

– Он многоуровневый, и на каждом уровне воспринимается по-своему, но, безусловно, это фильм для взрослых. Глубину и трагедию сюжета можно понять, пройдя большой жизненный путь и получив негативный опыт. Для детей фильм слишком мрачный и жестокий.

#### – Почему сериал вызывает такой ажиотаж среди подростков?

– Потому что это фильм про них. Про их проблемы, горести и радости. Это идея. Идея дружбы, братства, идея соучастия, которая делает людей счастливыми. Приведу пример из детства, чтобы не думали, что в Советском Союзе совсем всё плохо было. У нас были общие традиции: всем классом ходить в походы зимой и летом, помогать ветеранам снег чистить. И это были очень яркие моменты, моменты счастья. Когда делаешь общее дело. И это то, чего очень не хватает современному обществу, где каждый сам за себя. Гdzie дети сидят одни у экранов, а живое общение заменили текстовые сообщения и короткие кружочки в телеграм. Для взрослых – это ностальгия, это воспоминания, возможность хоть ненадолго вернуться в молодость или в детство.

#### – Как вы относитесь к тому, что режиссёры хотят снять 2 и 3 сезоны?

– Думаю, некоторые истории лучше оставить незавершёнными, но с коммерческой точки зрения это верное решение, которое принесет хорошую прибыль.

#### – Рекомендуете ли вы сериал к просмотру? Почему?

– Это наша история, и её нужно помнить и знать, чтобы не наступать на одни и те же грабли. Это событие,

последствия которого мы сейчас переживаем в современном обществе. Но, наверное, я рекомендовала фильм для подростков с разбором и объяснением глубины, абсурдности и беспредела, в котором мы тогда жили.

#### – А как бы вы поступили на месте каждого из героев?

– Если ты говоришь, что взрослый, принимай взрослые решения. А во взрослом мире почти всегда нет хороших решений и простых выходов из ситуации. И ты принимаешь решение между вариантом плохо и очень плохо. Вариант «бьют и отбирают деньги» – плохой, вариант «пошёл в банду и сам отбираю деньги» – тоже плохой. А вот третьего варианта дети не видели в силу возраста, им некому было помочь и подсказать, «они сами лучше всех всё знали». Третий вариант всё-таки был.

Мой муж жил в одном из бандитских городов, где в группировках состояли поголовно. И ряд благоприятных условий, в том числе хорошая любящая и заботливая семья, где детей ценили и не били, развили в нём пацифизм и уважение к людям. Он пошёл в спорт. А спортсменов во все времена не трогали. Выход есть, если ты не озлоблен и не обижен на весь мир изначально.

#### – По сюжету в своих бедах виноваты все герои?

– Подростки не виноваты, что они выросли такие. Эту фразу я говорю всем родителям, которые приводят ко мне ребёнка со словами: «Сделайте с ним что-нибудь». Когда школьник становится старше, его родители начинают все ошибки в воспитании. И тут есть над чем подумать...



# Милана Лужановская

УМНЕЕ ВСЕХ

В суперфинале интеллектуальной викторины сражались 12 самых сильных игроков сезона. Накал страстей был невероятно высок. В решающем раунде сошлись Милана Лужановская из Иванова и Артём Сахвадзе из Краснодара. Победа и миллион рублей, увы, достались Артёму. Но Милана не унывает и рассчитывает на реванш в следующей схватке.

**– Расскажи о своих увлечениях.**

– Мне 11 лет, я много времени посвящаю учёбе в школе, занятиям в театральной студии и изучению английского языка. Как только появляется свободная минутка – читаю, очень люблю книги.

**– Что например?**

– Крапивина люблю, энциклопедии.

**– Всё успеваешь?**

– Стараюсь, живу по графику, ставлю задачи на день и неделю. Это очень дисциплинирует.

**– А тройки и двойки получаешь в школе?**

– Один раз, в 3-м классе получила тройку, и очень расстроилась. Стараюсь впредь таких ошибок не совершать.

**– Кто твой кумир?**

– Полководец Суворов, он восхищает меня целеустремлённостью, твёрдостью духа и великодушием.

**– Расскажи, пожалуйста, как ты решила вынести свои знания в публичное поле? Не страшно было идти на телевизионное шоу?**

– Однажды мама спросила меня, не хочу ли я принять участие в шоу «Умнее всех». Тогда оно шло в прямом эфире, я посмотрела один выпуск, и мне понравилось. Решила, что хочу принять участие. Потом я записала видеовизитку, отправила её на кастинг, прошла несколько этапов и оказалась в телевизоре.

**– Как проходило шоу?**

– Очень непросто. Нужно было рано вставать, съёмки шли плотно, вопросы были сложные. Плюс подготовка – нам подбирали костюмы, грим, причёску. Весь день был на нервах.

**– Что помогло уверенно чувствовать себя в кадре?**

– Думаю, мой опыт в театральной студии. Камеры и незнакомые люди меня не смущали, я сосредоточилась на ведущей и вопросах.

**– За время участия в шоу ты с кем-нибудь подружилась?**

– Конечно, я подружилась со многими ребятами, мы поддерживаем друг друга до сих пор, у нас есть чат в мессенджере, мы общаемся, делимся впечатлениями.

**– А как сложилось с твоим главным конкурентом, Артёмом?**

– Мы хорошо общались, у нас сложились приятельские отношения, но, к сожалению, мы не успели обменяться номерами телефонов. И если честно, я рада, что выиграл именно он, а не кто-то другой. Он очень хороший человек.

**– Когда ты проиграла, расстроилась?**

– Да, плакала, мама очень поддержала. Она сумела подобрать слова, которые меня утешили, говорила, что я большая молодец, что пройти в финал – это очень круто.

**– Как ты думаешь, что тебе больше помогло стать финалисткой в шоу?**

– Любовь к книгам, я много читаю для общего развития, вопросов по школьной программе было мало. Начинать выручила.



**МИЛАНА ЛУЖАНОВСКАЯ, 11 ЛЕТ**

Милана – круглая отличница, победительница олимпиад разных уровней. Она достигла максимального результата на Турнире имени М. В. Ломоносова, организаторами которого выступают МГУ и МФТИ.

Девочка занимается в театральной студии «Оперение».





**ШЕСТИКЛАСНИЦА ИЗ ШКОЛЫ №8 МИЛАНА ЛУЖАНОВСКАЯ ВЫШЛА В СУПЕРФИНАЛ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО ШОУ «УМНЕЕ ВСЕХ» НА ТЕЛЕКАНАЛЕ «ПЯТНИЦА». В ЭФИРЕ ДЕВОЧКА ЗАЯВИЛА, ЧТО ХОЧЕТ СТАТЬ ЖУРНАЛИСТОМ, И ДАЖЕ ВЗЯЛА ИНТЕРВЬЮ У ТИНЫ КАНДЕЛАКИ. МЫ НЕ МОГЛИ ПРОПУСТИТЬ ТАКУЮ УДИВИТЕЛЬНУЮ ГЕРОИНЮ И ПОЗВАЛИ МИЛАНУ СТАТЬ ЛИЦОМ ОБЛОЖКИ ГАЗЕТЫ #ПРОСТОКЛАСС.**

Книжный блог  
Миланы:



– Ты с детства любишь читать?

– Да, научилась в три года и вот никак не могу успокоиться, читаю и читаю. Хотя иногда трудно бывает что-то выучить, я стараюсь перебороть лень.

– Какими качествами должен обладать человек, который хочет принять участие в этом шоу?

– Он должен быть целеустремленным, не бояться камер, обладать интеллектом и смелостью.

– Хотела бы ты поучаствовать в каком-нибудь другом шоу?

– Да, хотела бы, но пока не могу, так как я слишком маленькая. Только подрасту, сразу попробуюсь на кастингах.

– Как твои одноклассники и учителя отреагировали на то, что ты попала в телевизор?

– Очень восторженно. Когда я пришла в школу, все завалили меня вопросами, кто-то даже попросил автограф, а учительница подарила мне подвеску в виде ключика и сказала: «Хоть этот ключик и не золотой, но пусть он откроет тебе все двери».

– В твоём классе быть умной почётно, или тебя дразнят?

– Средний вариант, никто не поддевает, но и не стремится составить конкуренцию.

– Какой твой любимый и нелюбимый предмет в школе?

– Я люблю литературу, технологию, а также географию. Нелюбимых предметов нет, но на физкультуре приходится много бегать, я в этом не сильна.

– Ты ходишь в театральную студию, потому что хочешь стать актрисой?

– Нет, я хочу стать журналистом, а актёрство – это способ развлекаться.

– Почему журналистом?

– Во-первых, мне нравится узнавать новости, всегда быть в центре событий, во-вторых, это просто интересная профессия, так можно познакомиться с разными людьми.

– О чём бы ты хотела в своей журналистской деятельности писать или снимать?



– Наверное, о человеческих проблемах, например, у кого-то трубу прорвало, а я помогла решить этот вопрос. И про культуру – про театры и выставки тоже хочу писать.

– Как ты думаешь, в чём будет сложность работы журналистом?

– Скорее всего, в мобильности. Журналист должен быть подвижным, а если, например, поездка на машине каждый день по два часа, у меня может кружиться голова. Я веду свой блог и иногда мне хочется плакать из-за многочисленный дублей. Нужно быть стойкой и не показывать, что у тебя болит голова.

– Ты брала интервью у Тины Канделаки, как это происходило?

– Это было волнительно, но мне понравилось. Нужно было придумать вопросы за три минуты.

– Что спросила?

– Поинтересовалась об опыте работы на телевидении и секретах достижения успеха. «Чтобы хорошо вести передачи, надо много над собой трудиться. Ты должен следить за своим физическим состоянием, внешним состоянием и, что самое главное, внутренним наполнением. Потому что если ты один день не

прочитал что-то интересное, как же ты можешь быть интересен окружающим?» – ответила Тина Канделаки.

– У тебя есть блог, как ты решила его вести?

– У нас на шоу была девочка, которая снимала видео про книги, и я решила тоже начать вести свой блог про литературу. Думаю, это многим интересно.

– Как твои родители относятся к блогу?

– Хорошо, мама иногда помогает, если что-то не получается.

– У тебя есть мечта?

– Стать журналистом, поступить в МГУ.

– Какие ты поставила себе цели на 2024 год?

– Победить в шоу «Умнее всех», закончить на все пятёрки и, наверное, съездить в летний лагерь.

Посмотрите выступление Миланы:





# Учитель в оранжевом галстукe

– Дайте угадаю, вы всегда мечтали быть учителем?

– А вот и нет! В детстве я совершенно не мечтал о педагогической карьере. Я видел себя военным или сотрудником полиции. На пятом курсе вуза пошёл на практику в гимназию №23. И так понравилось, что я решил попробовать поработать в школе. И втянулся.

– Как давно вы педагог?

– Уже одиннадцатый год. За это время произошло много всего, но вспоминается только хорошее. В школе №8 хороший коллектив, ученики и атмосфера. Эта работа заряжает меня, каждый день новые вызовы и сложности, не заскучаешь.

– Почему вы выбрали историческое образование?

– Мне было пять лет, когда я нашёл в доме старую политическую карту

мира. Я часами проводил с ней время, рассматривал и изучал, так и приистрастился к географии. А потом задался вопросом: «А как мир оказался именно таким, как на этой карте?». В поисках ответа я увлекся историей и обществознанием. И, кстати, узнал, как так вышло. Теперь ответами делюсь с учениками.

– Как у вас проходят уроки?

– По классике, в обычном рабочем режиме. Я никогда не испытывал проблем с учениками, умею держать хорошую дисциплину. Чтобы ребята не заскучали, добавляю в рассказ интересные факты.

– Какой самый смешной случай на уроке вам запомнился?

– В школе постоянно происходит что-то забавное, это разговор ни на один час. Обычно смешно, как ученики

запоминают материал, в проверочных работах встречаются настоящие шедевры, например: «Монголы постоянно совершали побеги на Русь» или «Древний Игипед».

– Не разочаровались ли вы в профессии учителя?

– Точно нет. Но я смотрю на свою работу без иллюзий и розовых очков. По моему мнению, профессия учителя очень ответственна. А принятие этой ответственности делает труд педагога важным, но в то же время увлекательным. Мне нравится, выходя из школы, ощущать чувство выполненного долга. Поэтому профессия учителя полностью оправдала мои ожидания.

– Какой подход нужен к ученикам, чтобы они хорошо учились?

– Учитель должен показать ребятам все последствия и результаты приложенных ими усилий и совершённых поступков. Я всегда поступаю по справедливости и жду такой же отдачи от своих учеников.

– Знания или оценки?

– Важны знания, они точно пригодятся во взрослой жизни.

– Правда ли, что все учителя исторически строгие?

– Правда. Но не надо бояться строгих учителей. Для учителя строгость – обязательное качество, как отвага для военного или милосердие для медика.

– Какие плюсы и минусы в профессии учителя по вашему мнению существуют?

– Плюсов довольно много: интересная и разнообразная работа с детьми, долгий отпуск, социальный пакет и так далее. О минусах профессии знают все, но, на мой взгляд, главный минус – это рабочий ритм, который не каждому человеку по плечу.

– Уроки заканчиваются, и учитель свободен. Разве нет?

– Во все нет, ещё проверка тетрадей, ведение документации, общение с родителями, подготовка к следующим урокам. Всё это превращается буквально в круглосуточную работу. Даже на выходных не отпускает.

– А какой ритм?

– Стремительный, порывистый, бурлящий. Дети кипят энергией, их мир

ПРОСТО  
ЗНАЙ!

- В РОССИИ РАБОТАЮТ БОЛЕЕ 1 МИЛЛИОНА 200 ТЫСЯЧ УЧИТЕЛЕЙ.
- 99% ОПРОШЕННЫХ УЧИТЕЛЕЙ ГОВОРЯТ, ЧТО АБСОЛЮТНОЕ ТРЕБОВАНИЕ К ПЕДАГОГУ – ЭТО ЛЮБОВЬ К СВОЕМУ ДЕЛУ.
- ЗАНЯТОСТЬ УЧИТЕЛЯ НЕ ОГРАНИЧИВАЕТСЯ ШКОЛЬНЫМ УРОКОМ. ВСЁ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС, ВКЛЮЧАЯ ПЛАНИРОВАНИЕ, ПРОВЕДЕНИЕ УРОКОВ И ПРОВЕРКУ ДОМАШНИХ ЗАДАНИЙ, ЗАНИМАЕТ ДО 53-Х ЧАСОВ, ХОТЯ ОФИЦИАЛЬНАЯ НОРМА ТРУДА ПЕДАГОГА – 36 ЧАСОВ В НЕДЕЛЮ.
- ИССЛЕДОВАТЕЛИ ОТМЕЧАЮТ, ЧТО УЧИТЕЛЬ СТОЛЬ ЖЕ ТЯЖЁЛАЯ ПРОФЕССИЯ, КАК И ДИСПЕТЧЕР ВОЗДУШНОГО ДВИЖЕНИЯ, ПИЛОТ ИЛИ ПОЖАРНЫЙ. УРОВЕНЬ СТРЕССА У НИХ НАХОДИТСЯ НА ОДИНАКОВОМ УРОВНЕ.
- ШКОЛЬНЫЙ УЧИТЕЛЬ, ПО СТАТИСТИКЕ, – ЖЕНСКАЯ ПРОФЕССИЯ, 86% ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СООБЩЕСТВА СОСТАВЛЯЮТ ЖЕНЩИНЫ. ПРИЧЕМ ДОЛЯ МУЖЧИН В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ РАВНА НУЛЮ.
- СРЕДНИЙ ВОЗРАСТ УЧИТЕЛЯ В НАШЕЙ СТРАНЕ – 52 ГОДА.



**ЧТО ОБЩЕГО У ОБРАЗОВАНИЯ И НАСТОЛЬНЫХ ИГР? ЧТО ТАКОЕ «ДРЕВНИЙ ИГИПЕД»? СИМВОЛОМ ЧЕГО СТАЛ ОРАНЖЕВЫЙ ГАЛСТУК? ОТВЕТЫ НА ЭТИ И ДРУГИЕ ВОПРОСЫ ВЫ НАЙДЁТЕ В НАШЕМ ИНТЕРВЬЮ. ГЕРОЙ НОМЕРА – АЛЕКСАНДР САЦЕВИЧ, УЧИТЕЛЬ ИСТОРИИ И ОБЩЕСТВОЗНАНИЯ В ШКОЛЕ №8.**



**АЛЕКСАНДР  
САЦЕВИЧ**

Выпускник ИвГУ 2013 года. Ведёт историю, историю России в мире, всеобщую историю, обществознание.



постоянно меняется, только успевай соответствовать.

**– В школе вас видно издали, оранжевый галстук бросается в глаза в толпе. Почему именно такой цвет вы выбрали?**

– Оранжевый галстук – неотъемлемый атрибут советника по воспитанию. Он символизирует свет и радость – то, с чем обычно ассоциируется детство.

**– У вас новая должность с этого года. Расскажите о ней.**

– С этого года я совмещаю работу учителя с работой советника директора школы по воспитанию и взаимодействию с общественными организациями. Эта работа предполагает более детальную воспитательную работу, чем было прежде. Проведение различных мероприятий, направленных на развитие патриотизма, интеллекта и творческих способностей учеников. У меня

большой организационный опыт, в том числе и вне школы, поэтому я со всем легко справляюсь.

**– Бывает ли у вас выгорание, если да, то как его побороть?**

– Да, выгорание было. Мне удалось решить его самым лучшим образом – я полюбил свою работу и своих учеников. Ну и мятный чай по вечерам помогает.

**– У вас есть хобби?**

– Моё главное хобби – настольные игры. Говорят, если хочешь лучше узнать человека, то сходи с ним на горы или на разведку. Я бы добавил к этому сеанс игры в «Ужас Аркхэма» третьей редакции. В 2015 году я создал в школе клуб настольных игр, и он открыт до сих пор. Так что хобби отлично сочетается с работой.

**– Ученики часто видят летом, как вы катаетесь на велосипеде. Это хобби или способ укрепить здоровье?**

– И то, и то. Велосипедизм – это полезно, интересно, увлекательно. Я очень люблю велосипед, и в глубине души лелею мечту о том, что однажды это будет главный вид транспорта для горожан.

**– Чем вы занимаетесь в свободное время?**

– Я люблю поиграть в компьютерные игры, увлекаюсь литературой, могу написать стихи, а также нравится изучать иностранные языки.

**– Какая у вас сейчас мечта и какие цели на будущее?**

– Одна из главных целей на будущее – получить высшую педагогическую категорию. Постоянное повышение квалификации и профессиональный рост очень важны для учителя. Кроме того, мне бы хотелось принять участие в организации фестиваля настольных игр.

#ПРОСТОКЛАСС | ВЫПУСК №2 (4ч) ОТ 28 ФЕВРАЛЯ 2024 ГОДА

14

# Хочешь стать блогером?

НО НЕ ЗНАЕШЬ КАК? ПОМОЖЕМ!



ЛАРИСА ГАРМАШ

Специалист по SMM, блогер.

СТАТЬ БЛОГЕРОМ НЕПРОСТО, НУЖНО УМЕТЬ ПИСАТЬ, СНИМАТЬ, МОНТИРОВАТЬ. И БЫТЬ ПОСТОЯННО В РЕСУРСЕ, ЧТОБЫ ГЕНЕРИТЬ БЛЕСТЯЩИЕ ИДЕИ, КОТОРЫЕ ЗАЛЕТЯТ НА МИЛЛИОНЫ ПРОСМОТРОВ И ПРЕВРАТЯТ ТЕБЯ В ЗВЕЗДУ СОЦСЕТЕЙ. ВМЕСТЕ СО СПЕЦИАЛИСТОМ ПО SMM ЛАРИСОЙ ГАРМАШ МЫ ПОДОБРАЛИ НЕСКОЛЬКО ЛАЙФХАКОВ ПО СОЗДАНИЮ КРУТЫХ ВИДЕО.

## ПРИЁМЧИКИ

- **Выбери противоречивую тему, которая бурлит в обществе, и выскажи свою точку зрения.** Пусть даже она отличается от общепризнанной и популярной. Провокация мало кого оставит равнодушным, ты увидишь это по статистике просмотров. Будь готов к негативу.
- **Добавь шокирующих фактов.** Современное общество крутится в беспрерывном новостном потоке, чтобы выделиться из него, удиви свою аудиторию оригинальной информацией и интересными фактами. Но важно, чтобы они были честными, а не выдуманными.
- **Дай аудитории лайфхак.** Короткое и понятное видео, которое поможет хакнуть жизнь. Расскажи, как выучить 100 страниц теории за полчаса или как открыть банку огурцов при помощи силы убеждения и спичечного коробка.
- **Придумай историю, которая вызовет у зрителей эмоцию и заставит за-**

**думаться.** Может это будет рассказ о твоей жизни или опыт близких. Важно, чтобы история была искренней. Фальшь лайками не поощряют.

- **Подбери сочное превью.** Это изображение, которое видят зрители перед запуском видео. Яркие и необычные картинки с интригующим заголовком помогут привлечь более широкую аудиторию.
- **Шути по полной.** Снимай весёлые видео. Позитивные эмоции всегда привлекают внимание, а это именно то, что тебе нужно.

## ХРОНОМЕТРАЖ

Оптимальная длительность роликов для соцсетей – от 30 до 120 секунд. Некоторые платформы позволяют выкладывать длинные видео. Однако коротыши вызывают больший интерес у подростковой аудитории. Да и для долгого контента нужна детальная проработка и много времени на исполнение.

## ТЕКСТ И СУБТИТРЫ

Больше половины видео в социальных сетях смотрят без звука. Поэтому стоит монтировать видео, которые будут понятны интуитивно. Также выручит разборчивый текст с расшифровкой сказанного внизу экрана.

## КАК СНИМАТЬ

Сложно представить современного человека без смартфона в руках. При этом основную часть времени люди держат мобильные устройства вертикально. Поэтому для соцсетей больше подходят именно вертикальные видео.

## ИДЕЯ И ПОСЫЛ

Старайся делать видео короткими и ёмкими. Не стоит вешать в один ролик несколько идей.

## ПЕРИОДИЧНОСТЬ

Составь график выпусков и придерживайся чёткого расписания. Не заставляй свою публику долго ждать, будь всегда на виду.

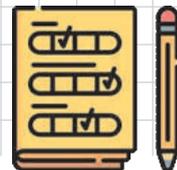
## ИДЕИ ДЛЯ ВИДЕО

- **Попробуй взять интервью у интересного человека.** Спортсмена, акти- виста, отличника. Подготовь заранее список вопросов, спрашивай то, что было бы интересно твоей аудитории.
- **Проведи мастер-класс.** Покажи рецепт твоих любимых кексов, подго- товь гайд по макияжу или расскажи, как убраться в ящике стола.
- **Ответь на часто задаваемые во- просы или очевидные.** Расскажи, по- чему ты ведёшь свой блог, и кому он будет полезен.
- **Снимай домашних питомцев.** Та- кие видео – беспроигрышный вариант. Лайк, если любишь котиков.





**МЕНЬШЕ ПОЛУГОДА ДО ИТОГОВЫХ АТТЕСТАЦИЙ ШКОЛЬНИКОВ, САМЫЙ ЧАСТЫЙ ПАНИЧЕСКИЙ ВОПРОС: «ЧТО ДЕЛАТЬ?» КОНЕЧНО, ГОТОВИТЬСЯ! ПРИЧЁМ В УДОВОЛЬСТВИЕ, ДА, И ТАК МОЖНО. ПРЕДЛАГАЕМ ПОДБОРКУ БЕСПЛАТНЫХ РЕСУРСОВ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ К ОГЭ И ЕГЭ ПО ВСЕМ ПРЕДМЕТАМ.**



# Топ бесплатных ресурсов для подготовки к экзаменам



## ФИПИ

На сайте вы найдёте демоверсии, спецификации и кодификаторы по выбранным предметам, а также всю актуальную информацию об экзаменах.



## ЯНДЕКС.РЕПЕТИТОР

Здесь онлайн решаем тренировочные варианты по всем предметам ОГЭ и ЕГЭ.



## QUIZLET

Сервис позволяет создавать собственные наборы карточек с терминами, определениями или вопросами и ответами. Есть уже готовые наборы карточек, созданные другими пользователями. Это отличный способ повторить и закрепить материал перед экзаменами.



## ЗНАЙКА

Вы найдёте все школьные предметы в виде уроков, варианты есть для каждого класса. Это очень удобно при поиске нужной информации.



## DUOLINGO

Если вы готовитесь к экзаменам по иностранному, Duolingo поможет изучить новый язык или улучшить уже имеющиеся навыки. Представлены интерактивные упражнения, игры и тесты, которые помогут вам правильно говорить и читать.



## CASTLE QUIZ

Это игра, в которой вы выбираете предмет и тему, а система находит вам соперника для битвы. Нужно будет решать задания, а победителем станет тот, кто сделает меньше ошибок или разрушит замок соперника.



## GOODNOTES

В приложении вы сможете создавать универсальные заметки и конспекты с рисунками, графиками и таблицами.



## ЕГЭ & ОГЭ

Здесь найдёте конспекты, таблицы, схемы и тесты, необходимые для

подготовки к экзаменам. Приятный интерфейс и интуитивно понятная навигация.



## ЭКЗАМЕР

Один из самых популярных ресурсов для подготовки к экзаменам. Обучение проходит в формате игры. У сайта также есть мобильные приложения для Android и iOS, если вы хотите заниматься с телефона. Экзамер предлагает составить свой собственный график занятий.



## 4ЕГЭ.РУ

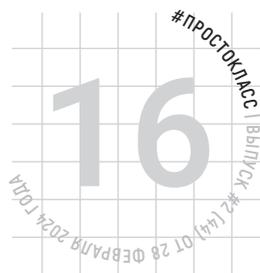
Сайт, на котором вы найдёте буквально всё – новости ЕГЭ/ОГЭ, пробники, события, мини-тесты ЕГЭ, демоверсии, видеоуроки, ВПР в 11 классе, новости вузов, банк ФИПИ, карточки и планировщик подготовки. Много хороших отзывов, оставленных выпускниками.



## НЕЗНАЙКА

Сайт предлагает тесты по ЕГЭ и ОГЭ. Выберите предмет и прорешайте один из предложенных вариантов. Можно отработать конкретные темы, а после выполнения заданий, система покажет правильные ответы с пояснениями.

Выберите подходящий для вас ресурс и начните готовиться к ОГЭ и ЕГЭ уже сегодня, а ещё лучше вчера! Помните, что самое важное – это систематические и регулярные занятия. Старайтесь распределять время и полноценно отдыхать. Удачи!



# Телефонный Апокалипсис

## ВНЕ ЗОНЫ ДОСТУПА

19 декабря 2023 года президент Владимир Путин подписал закон №618-ФЗ, согласно которому на использование детьми телефонов в школах России налагается запрет. Подписанный главой государства документ был в тот же день опубликован в сети – в нём отмечается, что в силу закон вступает с момента публикации.

Но спешу тебя обрадовать, на переменах пользоваться телефоном можно. Поэтому сильно расстраиваться не стоит.

## ПОЧЕМУ ВВЕЛИ ЗАКОН?

Министр просвещения России заявил, что школьникам нельзя пользоваться гаджетами согласно новым санитарным нормам. Правило введено для того, чтобы смартфоны не отвлекали от занятий. Запрет распространяется на учеников всех классов. Родители на собраниях уже под этой новеллой расписались и тоже несут ответственность за нарушения.

В документе не уточняется, где дети должны оставлять телефоны – в раздевалке, фойе, классе или других местах. Место хранения должны определить педагоги вместе с родителями. Учащиеся могут пользоваться фитнес-браслетами. А планшеты с сим-картами доставать на уроках нельзя.

## ПЛЮСЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СМАРТФОНОВ

– Гаджеты помогают освоиться в информационном обществе и найти друзей.

– Телефон – хороший помощник в обучении, доступ в сеть упрощает получение информации. Можно загуглить, кто правил страной после Елизаветы Петровны, или как найти ближайшую булочную.

– С помощью гаджетов и специальных приложений для текстовой и ви-

деосвязи можно общаться онлайн. Например, написать родителям, что ты в порядке, получил двойку и готов к наказанию.

– Легко установить напоминания и контролировать список задач на день.

– Телефон помогает развлечься и отдохнуть. На перемене переключиться и залипнуть в шарики самое то.

## МИНУСЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ГАДЖЕТОВ

– Зрение ухудшается.

– Внимание рассеивается.

– Выбатывается зависимость от телефона.

– Становится лень думать. Да и зачем напрягаться, если можно загуглить.

– Есть постоянный риск сломать или потерять телефон. И сильно приуныть. Кажется, что все эти минусы от злоупотребления. Посмотрите недельную статистику, сколько часов в неделю ваш телефон активен?

## МНЕНИЯ УЧЕНИКОВ

Я задала вопросы ивановским школьникам и узнала, почему подростки сидят в интернете на уроках.

**Артур Фатехов, ученик 11а, школа №28:**

– Сажу на уроках в сети, да потому что мне скучно.

**ПО СТАТИСТИКЕ ОКОЛО 51% ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ ПРОВЕРЯЮТ ПРИЛОЖЕНИЯ В ТЕЛЕФОНЕ ОТ 1 ДО 10 РАЗ В ДЕНЬ. 25% ДЕЛАЮТ ЭТО 11-20 РАЗ, 16% – 21-50 РАЗ, А 7% – БОЛЕЕ 51 РАЗА В ДЕНЬ. В СРЕДНЕМ ПОЛЬЗОВАТЕЛИ ПРОВЕРЯЮТ ТЕЛЕФОН КАЖДЫЕ 10-12 МИНУТ, ЧТО СОСТАВЛЯЕТ ОКОЛО 96 РАЗ В ДЕНЬ. ЕЖЕДНЕВНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕЛЕФОНА ОБЫЧНО СОСТАВЛЯЕТ МИНИМУМ 5 ЧАСОВ.**



**В ВЕК ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ТЕЛЕФОНЫ СТАЛИ НЕЗАМЕНИМОЙ ЧАСТЬЮ НАШЕЙ ЖИЗНИ, БУКВАЛЬНО ПРОДОЛЖЕНИЕМ РУКИ. МЫ НОН-СТОП ЛИСТАЕМ ЛЕНТУ, ПОЛУЧАЕМ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ В ПОИСКОВИКАХ, ОБЩАЕМСЯ С ДРУЗЬЯМИ, СМОТРИМ ВИДЕО И СЛУШАЕМ МУЗЫКУ. НО В ШКОЛЕ НАС ЖДЁТ ВЫНУЖДЕННЫЙ ДЕТОКС ОТ ТЕЛЕФОНА И ИНТЕРНЕТА В НЁМ. МЫ РЕШИЛИ СПРОСИТЬ, ЧТО ДУМАЮТ О ЗАПРЕТЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МОБИЛЬНЫХ НА УРОКАХ УЧИТЕЛЯ И ПОДРОСТКИ.**



**Иван Кудрин, ученик 11а, школа №28:**

– Я сижу, потому что мне не интересно слушать, что говорят на занятиях.

**Кристина Чигирёва, ученица 4б, школа №28:**

– Телефонами пользоваться нельзя, а ещё на уроках иногда бывает интересно. Я стараюсь не сидеть в телефоне, потому что если тема, которую ты прослушал будет в контрольной, ты получишь плохую оценку.

**Платон Пронин, ученик 4б, школа №28:**

– Никогда не сижу в телефоне на уроке, мне интересно, что рассказывают учителя. Я считаю, что телефоны на уроке мешают.

**Илья Голубев, ученик 10а, школа №28:**

– Да, я периодически сижу на уроках в телефоне. Но только на тех, где учитель не может взять под контроль мой интерес. Мне становится скучно наблюдать за сутью урока, и тогда я достаю телефон.



**ПРОСТО  
ЗНАЙ!**

**СОГЛАСНО НОВОМУ ЗАКОНУ ТЕПЕРЬ ТЫ СМОЖЕШЬ ВОСПОЛЬЗОВАТЬСЯ ТЕЛЕФОНОМ НА УРОКЕ ТОЛЬКО, ЕСЛИ:**

- ТВОЕЙ ЖИЗНИ ИЛИ ЗДОРОВЬЮ УГРОЖАЕТ ОПАСНОСТЬ.
- ПРОИЗОШЛО ЧП.
- ТЕЛЕФОН ПРОСИТ ДОСТАТЬ УЧИТЕЛЬ, ОН НУЖЕН ДЛЯ ЗАНЯТИЙ.

## МНЕНИЯ УЧИТЕЛЕЙ

**Илюхина А.Н., учитель, школа №28:**

– Мои ученики на уроках не сидят в телефонах. Я думаю, что другие школьники выходят в сеть, потому что им не интересно учиться. Я советую больше читать и меньше проваливаться в Интернет.

**Гарина Е.А., учитель, школа №28:**

– Большинство учеников сидит в телефонах. Потому что школьники зависимы от гаджетов. Несмотря на это я считаю, что старшим классам смартфоны могут принести пользу, а младшим классам, до 8 класса включительно, это вредно.

**Егорова Е.Н., учитель, школа №28:**

– Иногда мои ученики сидят в телефонах на уроке, но я стараюсь та-

кую ситуацию не допускать. У многих выработалась зависимость от гаджетов. Что касается пользы или вреда от телефонов, то польза есть, но вред в злоупотреблении. В век гаджетов мы не можем обойтись без любимых устройств, нам некомфортно, когда телефон вне зоны доступа. Как любую зависимость и эту можно победить.

Телефоны в школе на пользу или во вред? – вот в чём вопрос. У каждого на него будет свой ответ. Решайте сами, а я считаю, что телефон важен и нужен в учебном процессе. Он даёт больше возможностей для того, чтобы получать знания. И только тебе решать: будет ли телефон врагом или другом.

#ПРОСТОЖИЗЬ  
18  
Выпуск №2 (май) от 28 февраля 2024 года



**ОЛЬГА ФЁДОРОВНА  
ДИРЕКТОРОВА**

Учитель  
в школе №56.

# Луч света в классной комнате

**У УЧИТЕЛЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ ТРУДНАЯ РОЛЬ – ВОСПИТАТЬ В РЕБЁНКЕ ТЯГУ К ЗНАНИЯМ, ПРОБУДИТЬ ИНТЕРЕС И ЗАЛОЖИТЬ ОСНОВУ ЛИЧНОСТИ ШКОЛЬНИКА. ПОЭТОМУ ПЕДАГОГ ДОЛЖЕН БЫТЬ ВНИМАТЕЛЬНЫМ, ЗАБОТЛИВЫМ И ОПЕКАЮЩИМ. ОЛЬГА ФЁДОРОВНА ДИРЕКТОРОВА ИЗ 56 ШКОЛЫ ИМЕННО ТАКАЯ.**

– Как давно вы работаете учителем?

– Давно, с 1978 года. Мой профессиональный стаж 45 лет. Сейчас я работаю в 56 школе, до этого трудилась в школе №5 и гимназии №44. В ней в то время в параллели училось 12–13 начальных классов. Таких учебных заведений в России было всего два.

– Кем вы мечтали стать в детстве?

– Воспитателем детского садика. Я всегда любила нянчить и играть со своими племянниками. Но раньше в городе не было профильных училищ. Хотела в Кинешму поехать, но родители были против. Я закончила педагогическое училище, а потом, работая в школе, получила высшее образование.

– Помните ли вы свой самый первый урок?

– Самый первый – нет. А вот учеников – да. Помню своих первых первоклассников, они были добрыми ребятами и оставили в моей памяти хорошие воспоминания. Недавно мои дети из 4 класса перешли в среднее звено, но забегают ко мне поговорить, рассказать о своих впечатлениях, а просто попросить помочь. У нас очень дружная атмосфера создаётся.

– Какой у вас стиль преподавания?

– Мне кажется, самый обычный и единственно возможный. Я преподаю уроки по традиционной программе школ России и использую свои навыки при работе с детьми. Нужно уметь слушать и слышать учеников. Говорить на одном языке, спокойно объяснять, ведь ребята маленькие, бывают обидчивые. Направлять их активность в нужное русло.

– Как вы держите дисциплину в классе?

– Мне помогает Школа дошколает, там мы учим правила поведения. Мои

ребята знают, что урок начинается со слов: «Учитель входит – надо встать. Учитель сесть позволит – сядь. Парта – это не кровать». Детям с первых классов тяжело даётся школьная нагрузка, и поэтому мы делаем перерывы и зарядки. Например, зарядка для рук «Наши пальчики устали» и так далее. Также мы учим много речёвок. С подготовительных классов виртуально путешествуем по материкам, континентам, морям и рекам. Все проходит в развлекательной форме, это помогает детям сплотиться и проявить себя, показать свои навыки.

– А трудно ли вам приходится с родителями учеников?

– Бывают всякие случаи. Родители разные, каждый хочет, чтобы именно его ребёнка заметили, обратили внимание. А у меня 30 учеников, и выделять одного нельзя. Все талантливы и заслуживают внимания.

– Расскажите про плюсы и минусы вашей работы.

– С учениками бывает сложно договориться, найти к каждому ключик. Но я стараюсь раскрыть потенциал ученика. А плюсы появляются тогда, когда ребёнка удалось заинтересовать.

– Расскажите о сложных моментах, ведь такие бывают.

– Вспоминается один случай. Обычно я прошу детей разбиться по парам, и только тогда мы идём куда-то. Был один мальчик, он не слушался, дёргал всех и вёл себя капризно. Тогда я сделала ему замечание и сказала вести себя как подобает. А как выяснилось потом, он сломал руку в этой суматохе и сам не заметил. Это был самый грустный и тяжёлый момент. Тогда я поняла, что всегда нужно слышать ребёнка и обратить на него всё внимание.

– Расскажите про ваши сильные стороны?

– Я часто привожу примеры из жизни, чтобы было понятно. Например, дети ругаются и ссорятся. А я всегда рассказываю им о своей маме, которая ни разу в жизни не сказала грубых слов. Учу школьников относиться с уважением друг к другу.

– Какой у вас девиз по жизни?

– В детстве ко мне пришли подружки и спросили: «Оля, риск – это благородное дело?» А я отвечаю: «Да». Пусть это и будет мой девиз.

– Какие три слова вас лучше всего описывают?

– Уважение, терпение, наблюдение.



# С чистого листа



**ГРЯДЁТ МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЖЕНСКИЙ ДЕНЬ. И ЧТО ЭТО ЗНАЧИТ? ПОРА ОБНОВЛЯТЬ ФОТО НА АВАТАРКУ! У МЕНЯ ЕСТЬ БЛЕСТЯЩАЯ ГЛЯНЦЕВАЯ ИДЕЯ!**

Сложно поверить, что этот снимок сделан без фотшопа и сложных графических редакторов, но это так! Хотите похожее? Тогда читайте инструкцию и пробуйте!

## НАМ ПОТРЕБУЕТСЯ

- Большой лист бумаги (подойдёт ватман, обёрточная бумага или даже кусок обоев).
- Ножницы и скотч (лучше малярный, но и обычный сойдёт).
- Много света (можно расположиться днём напротив окна).
- Друг-приятель, готовый потратить полчаса на фотосессию.
- Суперский настрой!

## ПОДГОТОВКА

- Закрепите с помощью скотча лист в дверном проёме. Лепите клейку вату с изнаночной стороны листа.
- Отметьте места (так же с обратной стороны), где нужно будет вырезать отверстия для головы и рук. Следите, чтобы вырезы не были слишком большими, иначе края дыр попадут на фото, и нужного эффекта не получится.
- Вырежьте отверстия и удобно расположитесь.



## ФОТКАЕМСЯ

Ваш НЕфотограф должен расправить лист, закрепив, если необходимо, края скотчем. В идеале должно быть минимум теней и складок. Чем более гладким будет лист, тем лучше получится эффект.

Ну и... позируем! Попробуйте разные выражения лица, разные позы рук и эмоции. А затем просто выберете лучшее фото.

## ОБРАБОТКА

Обычно я не настаиваю на этом этапе, но в этом случае он важен. Подкрутите яркость так, чтобы убрать максимум теней. Но не переусердствуйте, лицо должно выглядеть естественно. Можно подкрутить контраст и насыщенность. Я использую редактор в галерее телефона, но вы можете скачать сервисы для обработки. Вдруг найдёте там особый эффект или фильтр? Пробуйте!

## НЕСКОЛЬКО СОВЕТОВ

– Продумайте свой образ. Кто вы на этом фото? Девушка, которая собирается на свидание? Светская львица? Звезда ТикТока? Подберите аксессуары

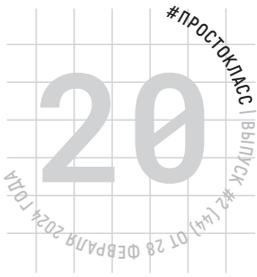
и атрибуты: перчатки и шляпка, помада и зеркальце, стильная сумочка, цветок или книга – решать вам.

– Попробуйте поиграть со светом. Пусть ваш НЕфотограф возьмёт в руки настольную лампу и направляет свет чуть сверху или чуть снизу от вашего лица.



– Если полностью забрать волосы, то пустое пространство вокруг лица и рук будет сильнее бросаться в глаза. Поэтому позаботьтесь о причёске.

Не бойтесь экспериментировать, не стесняйтесь камеры. А если снимок не понравится, то его никто, кроме вас, не увидит. Стёрли и забыли.



# Как звучала зима

ИВАНОВСКАЯ ГОРОДСКАЯ  
ШКОЛЬНАЯ ГАЗЕТА  
#ПРОСТОКЛАСС

Номер 2 (44) 2024

Распространяется бесплатно.

#### Учредитель:

МБУ ДО ЦСК «Притяжение»

Директор: И. М. Хохлова

Адрес учредителя

(издателя): 153006,

Ивановская обл., г. Иваново,  
ул. 3-я Сосневская, 139

Адрес редакции: 153006,

Ивановская обл., г. Иваново,  
ул. 3-я Сосневская, 139

Тел.: 8 (4932) 47-48-88

Главный редактор:

М. Е. Смирнова

Руководитель Школы юного

журналиста: М. Е. Смирнова

Дизайн и верстка:

А. А. Фролова

Корректор: Е. А. Жарикова

Редакция: С. Кияева,

В. Рябинина, М. Зюмаева,

А. Арефьева, А. Белова,

Л. Умнов, А. Чужинина,

А. Морозова, А. Федосеева,

В. Чекунова, К. Авдеева

Фото: pinterest.ru,

shutterstock.com, А. Белова,

Р. Лаврентьев, М. Смирнова,

Л. Романова, архив школы

№62, архив С. Табловой,

архив спортшколы №11

Email: tvivanovo@gmail.com

Номер подписан в печать

21.02.2024 г. в 18.00

Дата выхода: 28.02.2024 г.

Мнение редакции может  
не совпадать с мнением  
авторов публикаций.

Перепечатка материалов  
или воспроизведение части  
информации из газеты  
допускается только со  
ссылкой на «#простокласс».

#### Отпечатано:

ОАО «ВОТ», г. Владимир,

ул. Благодрава, д. 3

Тел.: +7 (4922) 24-36-72

Номер заказа: 30822

Тираж: 5 000 экз.

#### Регистрационный номер:

ПИ № ТУ 37-00390 от  
14.01.2020 г. Выдано Управ-  
лением Федеральной службы  
по надзору в сфере связи,  
информационных технологий  
и массовых коммуникаций  
по Ивановской области.

Зарегистрировано в Реестре  
школьной прессы России:  
RSPR 37-03753-Г-01

**ЗИМУ 2023-2024 МЫ ТОЧНО ЗАПОМНИМ: РЕКОРДНЫЕ ПЕРЕПАДЫ ТЕМПЕРАТУР, ВЯЗКАЯ КАША ПОД НОГАМИ, ГИГАНТСКИЕ СОСУЛЬКИ, ГУСТЫЕ ТУМАНЫ, ДИКИЕ ХОЛОДА И ПРОНИЗЫВАЮЩИЙ ВЕТЕР. БЫВАЛО РАЗНОЕ: НОВОГОДНЕЕ, СЕРПАНТИНОВОЕ НАСТРОЕНИЕ И ХОЛОДНАЯ, БЕЗВЫХОДНАЯ ТОСКА. ВСПОМИНАЯ ОБ УШЕДШЕЙЗИМЕ, СЛУШАЙТЕ НАШ СЕЗОННЫЙ ПЛЕЙЛИСТ.**

#### ДАЙТЕ ТАНК (!) «МАЛЕНЬКИЙ»



Трогательная и очень цепляющая композиция, которая заставит подумать о своей жизни и вспомнить детство. Самое то, когда сидишь в комнате вечером, за окном темно и шум дороги, а на столе стоит тёплый чай.

#### BLUR «SONG 2»



Отвлечёмся от слоу-композиций и послушаем классику английской альтернативы. Song 2 – это драйв, энергия, боевой настрой. То, что нужно, чтобы прорваться через метель по метровым сугробам.

#### ANACONDAZ\* «ПОЕЗДА»



У вас запланировано дальнейшее путешествие? Поездка в соседний город с семьёй или с классом? Тогда можете слушать «Поезда». Спокойная, мелодичная песня создаёт хороший вайб и улучшает настроение. Приятных путешествий и лёгкой дороги!

#### МОНЕТОЧКА\* «ПЕРЕЖИВУ»



Песня для тех, кому не нравится зима и дубак, для тех, кто ждёт весны и солнца. Не волнуйтесь, всё проходит, и это пройдёт. Крепитесь, люди, скоро лето!

#### НИНА БРОДСКАЯ «ЗВЕНИТ ЯНВАРСКАЯ ВЬЮГА»



Напоследок немного железной классики. Бодрая, энергичная и просто добротная песня, которую могут слушать представители всех возрастов! Зумеры опять открыли ретро.

Слушайте песни из этого плейлиста, включайте свои песни, не мёрзните!

