



*Что изучает гелотология? Что за «Большая Перемена» и почему о ней все говорят? В чем формула успеха наших лицеистов? Что мы не знали о космосе? Как правильно настроиться на экзамены и проверочные работы? Кому посвящают свои оды ученики? Не знаете? Тогда читайте восьмой выпуск газеты «РИТМИКС»!*

### «ПОЕХАЛИ!»



*Что, по привычке, говорит космонавт, когда ему жарко?  
-Открой форточку, душно!*

А вы знали, что сегодня при подборе кандидатов для полета на Международную космическую станцию (МКС) к членам экипажа, помимо основных требований, предъявляются и такие, как: способность шутить, правильное восприятие сатиры по отношению к себе и коммуникабельность? Позитивный настрой, оптимизм и хорошее чувство юмора помогают космонавтам в космические будни. А

как же иначе покорять Вселенную?

Современные ученые утверждают, что смеющийся ежедневно по 15 минут человек продлевает свою жизнь на несколько лет. Существует даже отдельная наука – гелотология, которая изучает влияние смеха на человеческий организм.

**NOTA BENE!**

*Замиль Хамзин*

**А вот Всероссийский конкурс «Большая перемена» не за космическими далями. Сейчас ещё можно подать заявку на участие! Регистрация проходит в личном кабинете на платформе [bolshayarereмена.online](https://bolshayarereмена.online) с 25 марта по 15 мая.**

**Больше информации на сайте конкурса: [bolshayarereмена.online](https://bolshayarereмена.online).**

**Успей сделать первый шаг навстречу изменениям в твоей жизни!**



# А вы знали?

## Космические факты

**12 апреля 1961 года Юрий Гагарин впервые в истории совершил орбитальный облёт Земли, став первым человеком в космосе. Познакомлю вас с интересными фактами и событиями настоящего времени.**

**1. Сколько километров до Международной космической станции?**

От Земли до Международной космической станции (МКС) около 400 километров. Но если на Земле такое расстояние можно преодолеть за часы, то в космосе этот путь растягивался на двое суток.

Однако отечественным специалистам удалось совершить прорыв в пилотируемой космонавтике и сократить время в полёте на станцию до трех часов.



Артём Усманов

**2. 16 восходов и закатов Солнца встречает экипаж на борту МКС за одни сутки.**

На МКС восход и закат происходят каждые 45 минут. Причина этого в том, что МКС совершает один оборот вокруг Земли за 90 минут. Из-за этого происходит 16 закатов и рассветов каждый день. Они вращаются вокруг Земли намного быстрее, чем вращается Земля.

**3. Она на самом деле падает.**



Азалия Аскарлова

Есть такая штука, как гравитация. Международная космическая станция находится над поверхностью Земли, где сила гравитации всего на 10 % ниже той, что мы испытываем на нашей планете. Этого вполне достаточно, чтобы станция упала на Землю.

Так почему она не падает? МКС на самом деле падает. Однако, благодаря тому, что скорость падения станции практически



Вячеслав Николаенко

равна скорости, с которой она движется вокруг Земли, то она падает по круговой орбите. Благодаря центробежной силе она падает не вниз, а вбок, то есть вокруг Земли. То же самое происходит с нашим естественным спутником Луной.

**4. Первый фильм, снятый в космосе.**



В апреле в отечественный прокат вышел «Вызов» — первый в истории художественный фильм, частично снятый в космосе! В октябре 2021 года режиссёр Клим Шипенко и актриса Юлия Пересильд прибыли на борт МКС. Отправка киноэкипажа в космос стала одним из самых грандиозных событий в истории российского и мирового кинематографа.

Увидеть, какой получилась картина «Вызов», можно уже во всех кинотеатрах страны! Не пропустите!

Артём Усманов.

## Субботник - хорошая традиция

**А что такое субботники? Это такие общественные мероприятия, в которых люди добровольно убираются там, где они учатся, работают и живут. В советские времена стало доброй традицией: вместе выходить людям на улицы и в парки города, вместе наводить чистоту и порядок в городе после долгой зимы. Субботники обычно проводят с 22 по 29 апреля.**



В последние субботы апреля в Казани прошли городские субботники. Это масштабные мероприятия, в чём я убедился, пока добирался до школы. Я увидел, как много людей убирают территорию вдоль дорог и около своих домов.

Субботник в нашем лицее – это не только мероприятие по облагораживанию и очистке территории, но и прекрасная возможность еще раз встретиться и вместе сделать полезное дело!

Старшеклассники большой дружной семьёй вышли на субботник. Вооружившись необходимым инвентарем, ребята и педагоги с удовольствием приводили в порядок школьную территорию: собирали мусор, сгребали прошлогоднюю листву и траву. Общими усилиями за несколько часов вся территория преобразилась: везде чисто и

красиво, а это залог здоровья и хорошего отношения к природе!

Я, как корреспондент газеты «РИТМикс», тоже принял участие в этом событии. Мне очень понравилось, с каким энтузиазмом работали учащиеся на школьном дворе, и как их сближает труд. Видел, как им было весело и хорошо.

Мы с ребятами из нашего 4г класса в будущем поддержим эту хорошую апрельскую традицию! Труд детей и взрослых по наведению порядка воодушевил и меня на уборку в доме, территории возле дома.

**Карим Лихманов**

Я заметил, как чисто и уютно стало в лицее! Молодцы, ребята!



## Конкурс-это интересно

**«Весна идёт! Весне дорогу!» - поётся в песне на слова Исаака Дунаевского. Конкурс красоты и талантов «Жемчужина Татарстана», весенние каникулы в пришкольном лагере «РИТМ» - приятные воспоминания! Красавица Алия Фаттахова, ученица 8«А» класса и моя сестра – Вице Мисс! Одноклассник Тимур Галиакберов завоевал титул «Мистер лагерь», а его сестрёнка Камила стала «Мисс Очарование»! Ребята поделились формулой успеха:**

Любой конкурс требует быть собранной и уверенной в себе. Нужно уметь правильно подать себя на сцене и, конечно, важна поддержка семьи и друзей!

В первую очередь, это один из способов развития меня, так как в будущем я желаю достичь большего в этой сфере. Каждое участие в конкурсе дает опыт и возможность совершенствоваться!

Человек неидеален, и всегда есть, к чему стремиться. Я присоединяюсь к мнению моей младшей сестры Дины о том, что надо «быть собой»!

Пожелаю всем ребятам не бояться идти вперёд, искать и находить, раскрываться в мире людей. Это непросто, но очень интересно!

**Алия и Дина Фаттаховы**



Весенние каникулы я провёл в пришкольном лагере «РИТМ». Там были мои друзья. Мы весело и интересно проводили время. Каждый день для нас придумывали развлечения и конкурсы.

В конкурсе «Мистер лагерь» я захотел участвовать сам. Это был не только интересный, но и сложный конкурс. Я хотел обязательно победить в нём. Готовился я к нему один вечер дома с мамой и сестрёнкой. Я сделал презентацию, повторил песню, которую учил на вокале. Вместе с сестрёнкой Камиллой мы разучили танец, который она придумала.

Мне пришлось поволноваться, когда в начале выступления не могли найти мою фонограмму, но потом я быстро собрался и отлично выступил! Кстати, сестрёнка тоже участвовала в конкурсе, и она стала «Мисс Очарование».

Я хочу всем ребятам пожелать смелости, чтобы они не волновались, как я. У всех есть таланты, только нужно их показать! Получать награды очень приятно!

**Тимур Галиакберов.**



## Полезные советы

**Сдаем всероссийские проверочные работы (ВПР), пишем годовые контрольные работы! Как подготовиться и выдержать психологические нагрузки? Как быть собранным и в хорошем настроении? Мне дали свои рекомендации педагоги нашего лицея, а также моя мама. Берите на заметку:**

**Соблюдайте режим дня.** Вовремя ложитесь спать. Очень важно выработать устойчивый учебный навык: ежедневно, углубленно изучать тему с дополнительной литературой! Тренироваться, выполнять разные задания по типу и сложности, начать заниматься до экзаменов!

Развивайте **память** и **кругозор**! Учите стихи! Разгадывайте кроссворды! Читайте вслух и пересказывайте! Играйте в «Судоку»! Участвуйте в конкурсах и конференциях! Будьте активными в жизни класса и лицея! Повышайте самооценку! **Я это могу!**

Чередуйте в течение дня выполнение домашнего задания, подготовку к экзамену и отдых! Очень полезна для снятия напряжения дыхательная практика, например, упражнение «Свеча»: надо представить горящую свечу, сделать глубокий вдох – и одним длинным выдохом задуть свечу! Далее «задувать» можно короткими выдохами!

**Думайте о хорошем!**



*Учитель начальных классов и классный руководитель  
Лилия Иргизовна Гурьянова*



Весна на дворе...и это прекрасно!

Переводите эмоциональное напряжение в физические нагрузки (попрыгать, отжаться, помочь маме или папе по дому)!

Учитесь переключаться ненадолго: займитесь любимым делом, погуляйте на улице или на балконе. **Просто погладьте кошку!**

*Школьный психолог, Ляля Фатыховна Тибеева*

Окружите ребенка любовью и заботой, но постарайтесь не мешать ему! Надо помочь распределить время на подготовку и отдых!

Вкусная и полезная еда - залог прекрасного самочувствия и хорошего настроения! Гуляйте в парке или просто пройдите вместе по улице около дома! Если он просит вашего участия, то выслушайте, подскажите, как лучше поступить! **Оптимистичный настрой и вера в успех помогут получить отличные результаты!**

*Лилия Закирова  
Подготовил рубрику Даулат Галиев*



## Любовь к родному краю

**Фольклор - это, в первую очередь, творчество о любви к истории своего народа, к родному языку. Лайсан Камилловна Абакаева занимается фольклором с 2008 года и учит детей не только любви к народному творчеству, но и вокалу, так как по первому образованию она - руководитель хорового коллектива.**

Лайсан Камилловна преподает татарский язык и литературу в нашем лицее, а также является руководителем школьного фольклорного ансамбля «Заман», что в переводе с татарского языка означает «Время».

Свой творческий путь коллектив начал с момента основания нашего лицея в 2020 году и состоял всего из 6 детей.

Сейчас ансамбль состоит из двух групп: «старшей» из 18 человек и «младшей» из 10 человек. В репертуаре ансамбля песни на русском, татарском языках и музыкальные произведения кряшенской народности.



Победить на столь высоком уровне ребятам удалось благодаря трудолюбию и опыту участия в многочисленных конкурсах.

Редакция газеты поздравляет коллектив ансамбля «Заман» и его руководителя с победой, желает творческих успехов и удачи в будущем!

**Азамат Файзрахманов**



*«Московское время». март 2023 г.*

На Международном конкурсе-фестивале детского и юношеского творчества «Московское время», прошедшем в марте в г. Москва, ансамбль «Заман» в номинации «Театр мод» с коллекцией «Наследие народов» завоевал звание Лауреата I степени и получил путевку на осенний тур фестиваля, который на этот раз состоится в городе Санкт-Петербург.

*«Уважительный диалог между представителями всех народов большой татарстанской семьи, забота о сохранении языков, культур и традиций – наше бесценное достояние. Народы, населяющие Татарстан, обладают богатейшим историко-культурным наследием».*

*Раис Республики Татарстан Рустам Нургалиевич Минниханов выступил с ежегодным посланием Государственному совету республики и объявил 2023-й Годом национальных культур и традиций.*



## Мы рекомендуем!

**Егор и Данил Осиповы** поучаствовали на XVI серии научно-популярного проекта «PROНаука в КФУ».



Мы с братом посетили мероприятие - «Зачётная ночь»! После регистрации нам выдали зачётные книжки. Участвуй в конкурсах и интерактивах, прослушай лекцию – получи зачёт!»

Три печати давали возможность получить в розыгрыше крутые призы! Я собрал вазу из осколков! Мой брат Данил, ему 8 лет, первый раз писал буквы пером и чернилами!

Мы прослушали лекцию «Как убедить жюри, что именно ты заслуживаешь первое место?!». Нам очень понравилось! Было увлекательно и весело! **Рекомендуем!**

**Залина Газизянова** поделилась своими впечатлениями от просмотра мюзикла «Том Сойер» (по мотивам произведения Марка Твена) в Театре им. В.И.Качалова:

Всем ребятам очень понравилось выступление актеров! Они прекрасно пели и удивительно танцевали! Захватывающий сюжет про убийство на кладбище, и в то же время про верную Дружбу и первую Любовь!

Из всех персонажей мне ближе всего Бекки Тэтчер. Ну, это же понятно, она девочка, как и я! Страшно представить, что можно столкнуться с тем, что пришлось пережить этим детям! Одна только мысль о том, что можно потеряться в пещерах, наводит жуть! Дохлая чёрная кошка, крысы,



которых вертят на верёвке над головой, – просто какой-то УЖАСТИК!

Спектакль длится 3 часа, а антракт один. Я бы сделала две паузы и сходила в буфет на вкусные бутерброды с красной икрой. Лучше сходить в театр и увидеть всё своими глазами! **Рекомендуем!**

**Вячеслав Николаенко** рассказал, как провел «Один день из жизни комиксов» в Национальной библиотеке Республики Татарстан:



Коллекционер Илья Сергеев – весёлый человек, рождённый в стране, которой уже нет на карте мира, прилетел из города Санкт-Петербурга. Он побеседовал с нами о советских комиксах! Самый популярным детским изданием был журнал «Весёлые картинки»!

За активное участие в беседе я получил пару новых комиксов и настольную игру «Открой Америку»! Читать комикс полезно. У человека работают сразу оба полушария головного мозга: левое отвечает за чтение, а правое – за воображение! И это не так-то просто! **Рекомендую!**



## Без фильтра

Редакция газеты «РИТМикс» предлагает к прочтению литературные работы учеников нашего лицея на тему «Ода любимому педагогу и наставнику».

Директору  
лицея,  
Гульнаре  
Гаппасовне  
Галеевой



Главней её в школе больше нет,  
Есть у неё свой кабинет.  
Она красива и строга -  
Наша Гульнара Гаппасовна.

**Залина Газизянова, 4«Г»**



Учителю начальной школы  
Алине Равилевне Граник

Алина Равилевна - мой любимый учитель.  
Я люблю её и её уроки. Также мне  
нравится, как Алина Равилевна играет с  
нами на переменах. Приходите к ней  
учиться, вам точно понравится.

**Анна Плеханова, 2«Д»**

Классному руководителю,  
Лилие Иргизовне Гурьяновой.

Мы не дрожим, как  
осенние  
листочки!  
Мы набираем  
силы и энергии,  
как весенние  
почки!  
Сдаём ВПР...



Грациозно, как  
лягушка, её рука  
выводит «ДВА» в  
моём дневнике!  
Стих этот я – УЧИЛ! Но это  
НЕТОЧНО...

Поём под гитару, жуём под чаёк!  
А что? ТАК было можно?  
Конечно, дружок!

**Вячеслав Николаенко, 4«Г»**

Ода в честь Бисера Жековича Желева,  
педагога по физической культуре.

За физкультуру Вам- спасибо.

Учили с детства нас всегда.

Вам кучу дней самых счастливых

Быстрее, выше и сильнее.

И Вам, учитель физкультуры

Спасибо нынче от души!

**Артём Саргсян, «4Г», Луси Саргсян,  
2«Д»**

