



КОМНАТА СКАЗОК

СТР.

3

ПРОЕКТ «УНИВЕРСИТЕТ – УЧИТЕЛЮ»

СТР.

4

МОДА СПАСЁТ МИР

СТР.

8

КОЛОНКА РЕДАКТОРА

СТР.

8

ПЕРМЬ

# Перемена

«Перемена – Пермь». Пермская школьная газета. Тираж 10 000 экземпляров  
Издаётся 2 раза в месяц. Распространяется бесплатно по школам г. Перми

0+

20 марта 2020 • peremena-perm.ru • Пермская школьная газета • Издаётся с 2011 года

5 (172)

## КОРОНАВИРУС: ПАМЯТКА ДЛЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

Во всем мире объявлена пандемия, вызванная коронавирусом COVID-19 (corona virus disease 2019). Нашему главному редактору и педиатру одновременно удалось стать слушателем лекции главного пульмонолога России Александра Григорьевича Чучалина, академика РАН, заведующего кафедрой госпитальной терапии РНИМУ им. Н. И. Пирогова. «Перемена-Пермь публикует краткую версию этой лекции.

### НАЧАЛОСЬ С ЦЫПЛЯТ

Коронавирус был описан еще в 1937 году. Тогда ветеринары столкнулись с проблемой гибели цыплят от неизвестного возбудителя. Оказывается, биологической мишенью этого вируса являются эпителиальные клетки слизистой трахеи. Своё название этот вирус получил из-за шиповидных отростков, с помощью которых проникает в клетку и поражает её. К 2000 году было описано уже 15 серотипов вируса. С этого периода произошёл научный взрыв по изучению коронавируса. Сейчас о вирусе как таковом известно практически всё. Остаётся загадкой то, из-за чего происходит его мутация. Именно это затрудняет подбор наиболее эффективных медикаментов и методов лечения.

По состоянию на 20 марта 2020 года количество заболевших составляет более 200 000 человек, количество вовлечённых стран – 114, количество умерших – 8141. Столь обширная география и побудила к тому, чтобы назвать процесс пандемией.

### НОВЫЕ ВИРУСЫ ПОРАЖАЮТ ЛЕГКИЕ

— Столетие, в котором мы живём, ознаменовалось появлением новых болезней, — комментирует Чучалин. — Каждые несколько лет мы стоим перед фактом новой болезни, при которой самым уязвимым органом являются лёгкие.

В подтверждение слов академик привел разные случаи эпидемий с начала XXI века. В 2002 году была выявлена так называемая атипичная пневмония (SARS). В 2003 году произошла вспышка заболевания птичьим гриппом (H5N1). Смертность здесь на небольшой группе достигала 52 %. В 2009 году наблюдался свиной грипп (H1N1), который не обошел стороной и Россию. Но если сравнивать наши эпидемиологические данные со странами Америки и Западной Европы, то мы понесли наименьший социальный урон, нежели другие страны. Общее число больных тогда составило 1 632 258 человек, а смертность достигла 17,4 %. В 2012 году в странах арабского мира вспыхнула болезнь, которая тоже была неизвестна. Первый диагноз поставили пациенту

с тяжелым воспалением легких — коронавирусом ближневосточного респираторного синдрома. 2013 год — небольшая вспышка высокопатогенного гена нового птичьего гриппа (H7N9). Тогда смертность достигла 39,3 %.

### ПУТЕШЕСТВУЮЩИЙ СИНДРОМ

— И вот сегодня мы столкнулись с коронавирусом, — продолжает Александр Григорьевич. — Убеден, что мы сделаем много открытий в этой ситуации. Это видно по тем мероприятиям, которые предпринимаются по всему миру и по тому, как врачи апробируют методы лечения.

Биологическим резервуаром вируса является летучая мышь. Коронавирус путешествует по всем странам и получил название — путешествуящий синдром. Анализ особенностей течения болезни у переболевших позволяет сказать, что 81 % пациентов перенесли инфекцию легко, 14 % — тяжело (с одышкой и гипоксией — понижением содержания кислорода в крови). Это данные на период, когда количество заболевших

составляло 74 500.

### КАК РАСПОЗНАТЬ КОРОНАВИРУС?

Ведущие симптомы коронавирусной инфекции: лихорадка — в 99 % случаев, сухой кашель — в 59 % (за счет поражения верхнего отдела дыхательных путей), одышка. При появлении одышки безобидная простуда превращается в тяжелую. Особую группу риска по тяжелому течению болезни составляют люди пожилого возраста. Именно они составили большое число умерших от инфекции по всему миру. Скрытый период болезни может продолжаться более двух недель, то есть в этот период вирус может себя никак не проявлять, протекать незаметно.

### СИМПТОМЫ КОРОНАВИРУСА СХОЖИ С ПНЕВМОНИЕЙ:

- потеря сознания (в результате прогрессирующего разрушения лёгочных тканей);
  - сухой, непродуктивный кашель;
  - повышение температуры (38 °C или выше, озноб);
  - затруднения при дыхании;
  - боли в области груди;
  - головная боль;
  - боль в мышцах;
  - общее недомогание.
- Встречаются также и гастроэнтерологические симптомы: тошнота, пищеварительный дискомфорт, диарея — поражения тонкого кишечника.

### КАК ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ КОРОНАВИРУСА?

- часто мойте руки с мылом — не менее 20 секунд;
- не касайтесь немытыми руками глаз, рта и слизистых;
- избегайте тесного



На фото: **НАТЯНА ИВАНОВНА АВЕРЬЯНОВА**, ЗАСЛУЖЕННЫЙ ВРАЧ РОССИИ, ДОКТОР МЕДИЦИНСКИХ НАУК, ЗАВЕДУЮЩАЯ КАФЕДРОЙ ПРОПЕДВТИКИ ДЕТСКИХ БОЛЕЗНЕЙ ПГМУ ИМ. А.А. ВАГНЕРА

контакта с зараженными людьми, держитесь на расстоянии 1-2 метра от собеседника;

- почаще делайте влажную уборку, по возможности используйте дезинфицирующие средства
- используйте маски для защиты органов дыхания;
- при первых признаках заболевания обратитесь за медицинской помощью в лечебные организации, позвонив «03»
- старайтесь без особой нужды не покидать своего дома, не посещайте места скопления людей
- работающим людям рекомендуется перейти на удаленный вариант работы.

### ЧТО ДАЛЬШЕ?

С 23 марта по 12 апре-

ля 2020 года все образовательные организации России закрыты, а школьники и студенты перешли на дистанционные формы обучения. Редакция газеты «Перемена-Пермь» продолжит информировать своих читателей на электронных ресурсах: сайте peremena-perm.ru, страницах в контакте и в социальных сетях. Мы желаем вам здоровья, дорогие наши читатели. Следующий номер газеты ждите 13 апреля 2020 года в каждой школе и детском саду города Перми.

**МИХАИЛ БОТАЛОВ,  
ЕЛЕНА НИКУЛИНА,  
НАТАЛЬЯ ХАНОВА**  
МАТЕРИАЛ ПОДГОТОВЛЕН  
ПО ДАННЫМ ЛЕКЦИИ  
А.Г. ЧУЧАЛИНА



## Детскому саду № 161 – 50 лет!

В марте 2020 года Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка – детский сад № 161» г. Перми отмечает юбилей – учреждению исполняется 50 лет! В связи с предстоящим событием мы поговорили с Марковой Светланой Юрьевной, заместителем заведующего по воспитательно-методической работе.

**– Светлана Юрьевна, с каким багажом ваше учреждение подошло к 50-летию с момента основания?**

– Во-первых, хочется сказать, что сегодня наш детский сад – это большой холдинг, объединивший несколько отдельных учреждений. Нашей первоочередной задачей было сформировать единую команду из разных коллективов без потерь в кадрах. Во многом благодаря нашему руководителю – Бездомниковой Елене Владимировне – у нас это получилось.

Во-вторых, за это время нами был накоплен огромный опыт работы с детьми, имеющими особые образовательные потребности,



то есть детьми с ОВЗ. Такие дети занимаются у нас в 8 группах из 29. И наши специалисты не просто работают с такими детьми, но и делятся своими наработками с педагогами дошкольных учреждений города Перми, Пермского края и России. С 2018 года мы являемся Центром инновационного опыта университета округа Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета.

Для этого на базе нашего учреждения функционируют стажировочные и презентационные площадки. У нас есть необходимое интерактивное оборудование: интерактивные доски, интерактивный пол, современные роботы и конструкторы, и все то, что связано с использованием информационно-коммуникативных технологий в дошкольном образовании.

**– Что Вы можете рассказать о вашем коллективе и его достижениях?**

– Для нас очень важно, чтобы в нашем коллективе были как стажисты, так и молодые. Первые ценны тем, что, какие бы изменения не произошли в образовании, их опыт всегда будет актуален. Как правильно организовать занятие, как лучше организовать процесс работы с родителями лучше, чем стажисты не знает никто. А молодые специалисты приходят с множеством идей. И они вливают в наш коллектив свои свежие мысли, новый взгляд. Это сотрудничество и слияние и дает высокий результат в работе.

Подтверждением этому служит то, что в 2015 и 2018 году мы были дипломантами конкурсов на лучшее дошкольное образовательное учреждение. Сейчас мы участвуем в конкурсе «Образцовый детский сад» 2019-2020.

БЕСЕДОВАЛ  
МИХАИЛ БОТАЛОВ

## Только вперед

Ольга Валентиновна Соколова, заведующий детским садом № 227, называет себя молодой руководителем, но при этом сделала уже многое на своем посту. Если ранее их учреждение занимало лишь 124-ю позицию в пермском городском рейтинге, то за 3 года ее руководства оно вошло в его первую двадцатку.

**– Ольга Валентиновна, расскажите о вашем коллективе, педагогическом составе.**

– С точки зрения административного опыта, я молодой руководитель, поскольку работаю в этом детском саду только 3-й год. А коллектив в учреждении сформировался уже давно. Некоторые педагоги работают практически с основания детского сада. То есть это люди, имеющие огромный педагогический опыт, у них много разных наработок.

Приступив к своим обязанностям я, в первую очередь, стала внедрять инновации в образовательный процесс. И мне приятно, что наш педагогический коллектив подхватил это движение. Мы стали аттестоваться, и у нас сейчас 80 % педагогов из 49 человек

уже аттестованы на высшую и 1-ю категории.

**– Насколько вашим сотрудникам, которые всю жизнь проработали в детском саду, легко принимать новые технологии?**

– Все зависит от человека. У нас есть педагоги-стажисты, которые осваивают компьютер, и им это очень нравится! Конечно, им сложнее, чем молодежи.

Тем более, что технологии развиваются очень быстрыми темпами. Но большинство старается не отставать и идти в ногу со временем.

**– Как вы оцениваете свой коллектив на уровне города или края?**

– За 3 года мы совершили настоящий рывок, поднявшись в общегородском рейтинге дошкольных учреждений, войдя в первую двадцатку (всего в городе 146 детских садов). Задача руководителя – дать ориентиры, направить команду в нужном направлении. А коллектив уже подхватывает и решает поставленные задачи, постепенно двигаясь к цели. Я иногда вспоминаю, что сделано за это время и понимаю, какие они молодцы. И в плане своего личного развития и профессионального. Для них это было нереально труд-



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС ДОЛЖЕН БЫТЬ НА ВЫСОТЕ В ЛЮБОЙ МОМЕНТ ВРЕМЕНИ НЕЗАВИСИМО ОТ НАСТРОЕНИЯ ПЕДАГОГА И ПРОЧИХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВ

но, но они это сделали.

**– Что Вы можете пожелать своим коллегам?**

– На мой взгляд, пермское образование, в том числе дошкольное, выгодно отличается тем, что мы очень дружно живем. Мы не замыкаемся внутри района, а взаимодействуем между собой. Как руководители, так и педагоги.

Я хочу пожелать всем жизненной активной позиции, чтобы это желание взаимодействовать и творить вместе было всегда. Во многом, это заслуга департамента образования г. Перми, который инициирует проекты, направленные на объединение и обмен опытом. За это им огромное спасибо.

БЕСЕДОВАЛ  
МИХАИЛ БОТАЛОВ

## Со спортом на «Ты»

На протяжении многих лет славится своими спортивными успехами детский сад № 120. В микрорайоне Парковый он более известен как «Спортикос». Состоит учреждение из трех корпусов – это 26 групп, которые посещают более 800 дошколят. Цифры более чем внушительные, однако, не меньшее впечатление производят спортивные достижения воспитанников детского сада.

В распоряжении учреждения имеется 12-метровый бассейн, отремонтированный в 2017 году и оснащенный новым оборудованием, большой спортзал, а также футбольное поле. Дошкольники успешно занимаются плаванием, водным поло, а также футболом и каратэ. Это самые популярные направления в детском саду.

80 % детей, посещающих занятия в бассейне, уже



умеют плавать и после выпуска из детского сада многие продолжают заниматься плаванием профессионально. Дети, увлекающиеся футболом и каратэ, ежегодно успешно представляют учреждение на городских и даже всероссийских соревнованиях, завоевывают призовые места.

Бассейн «Спортикоса» зачастую служит площадкой для городских соревнований по плаванию. Здесь также проводятся реабилитационные занятия для детей с ограниченными возможностями здоровья – для этого создана специальная программа и имеется квалифицированный педагог Юлия Юрьевна. Благодаря ей многие

БАССЕЙН «СПОРТИКОСА» ЗАЧАСТУЮ СЛУЖИТ ПЛОЩАДКОЙ ДЛЯ ГОРОДСКИХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ПЛАВАНИЮ.



дети получили возможность сделать первые серьезные шаги по восстановлению и улучшению своего здоровья.

В детском саду развивается и художественно-эстетическое направление. Воспитанники активно занимаются рисованием. Работами ребят можно полюбоваться в фойе учреждения. Некоторые выпускники «Спортикоса» поступают в художественные школы и, ещё будучи учениками или студентами, подрабатывают, расписывая, например, стены зданий или одежду. Всё это благодаря опытному педагогу Эльвире Эвальдовне Медведевой. Именно она раскрывает в детях художественные таланты – учит видеть красоту в повседневности и проявлять в работе оригинальность.

Шахматный кружок преподавателя Петра Владимировича Тяпутина также приносит хорошие результаты – призовые места дошколят на городском уровне.

Сотрудники «Спортикоса» с уверенностью говорят, что их воспитанники хорошо зарекомендовали

себя в городе и считаются одними из лучших шахматистов своего возраста.

В летнее время в детском саду ребята занимаются футболом и бегом на открытом воздухе, организуются показательные выступления. Зимой старшие и подготовительные группы обязательно встают на лыжи – площадкой для лыжни служит фут-



больное поле.

Отдельного внимания заслуживают детско-родительские досуги. В Спортикосе это всегда яркие, зрелищные игры: лазертаг, тканебол, пионербол, комический футбол и многое другое. Как отмечает администрация детского сада в лице заведующего Марины Викторовны Верхолапанцевой и заместителя заведующего по УВР Ма-

рины Николаевны Цветковой, большую помощь в проведении подобных мероприятий оказывает директор футбольного клуба «Прогресс» Дмитрий Олегович Бояршинов. Он организует судейство матчей, а также предоставляет снаряжение для проведения лазертага.

Конечно, огромная заслуга в том, что «Спор-

тикос» даёт качественное образование и развитие спортивных способностей дошколят, принадлежит администрации детского сада и стабильному педагогическому составу. Ну, а пожелать такому детскому саду можно только двигаться в том же направлении и приумножать успехи своих воспитанников!

НАТАЛЬЯ БЫЛЁВА



## СТРАНА ДЕТСКОГО СЧАСТЬЯ

Театр кукол «Туки-Луки» уже четырнадцатый сезон радует своими спектаклями детей и взрослых в театральном зале ДК Гагарина. А теперь у театра появился уютный зал для самых маленьких зрителей! Он расположен на улице Качалова, 10 и называется «Каморка тукилуки». Входит в него всего 30 зрителей, и это самая настоящая «Страна детского счастья!»

В цокольном этаже жилого дома создано удивительное сказочное пространство. Проект этот совершенно уникальный для нашего

еся разуться. Да, да, не удивляйтесь, поскорее снимайте ботинки и проходите в зал, здесь всё совсем как дома! Нет рядов кресел с номерами мест,



города, взрослые здесь возвращаются в детство, а дети попадают в самый настоящий сказочный мир! Малышей от 2-х лет и их родителей ждут добрые кукольные сказки, а самое главное – неповторимая душевная атмосфера театра кукол «Туки-Луки».

При входе в «Каморку» зрителям предлага-

зато можно сесть на мягкий диван или на стулья, или на детские стульчики, а многие зрители с удовольствием усаживаются (и даже укладываются) прямо на ковры и на мягких подушечках.

Приходите на спектакли в «Каморку» пораньше, этот зал открывается за 30 минут до начала спектакля, чтобы малыши



могли освоиться в новой обстановке. Это чудесное место совсем не похоже на обычный театральный зал! Здесь очень много удивительных вещей: детских игрушек, дисковых телефонов, старинных часов и светильников и даже самая настоящая радиолы с пластинками!

Родители с радостью узнают вещи из своего детства и показывают своим детям, как с ними обращаться, а малыши с удовольствием включаются в игру. Перед началом спектакля в «Каморке» можно порисовать цветными мелками, почитать детские книжки, послушать песенки в исполнении театрального ансамбля «Малюканты» и даже самим выступить – всем желающим артисты-музыканты выдают инструменты и радушно принимают в свой ансамбль!

А ещё каждый ребёнок при входе получает в по-

дарок маленький изящный ключик – самый настоящий ключ от сказки, которым маленький зритель вместе с артистами будет открывать дверь в волшебный мир театра! В репертуаре «Каморки тукилуки» семь детских сказок, и каждая по-своему удивительна и хороша.

После окончания спектакля можно не спешить домой, а ещё полчаса поиграть в тёплой компании актёров театра кукол «Туки-Луки».

**Билеты в «Каморку тукилуки» можно купить на сайте театра [www.tuki-luki.ru](http://www.tuki-luki.ru), в группе театра ВКонтакте или забронировать по телефону 271-77-60.**

**Добро пожаловать в Страну Туки-Луки, страну добрых друзей и волшебных сказок!**

**НАТАЛЬЯ БЕЛОЧИЦКАЯ, ФОТО ИЗ АРХИВА ТЕАТРА**

## КОМНАТА СКАЗОК



14 марта мне довелось побывать на представлении в Пермском доме народного творчества «Губерния». Это мини-спектакль, в котором детям и их родителям рассказывают сказки. И не просто рассказывают, а вовлекают в процесс слушателей. О том, что происходило в Комнате сказок, — в нашем материале.

Дети с родителями собрались в ожидании сказки. Ведущие начали свой рассказ с небольшого вступления и пригласили всех в комнату, которая действительно олицетворяет сказочный мир. При уютном свете ламп, в этой комнатке, обставленной антикварной мебелью, с камином и сундуком, и началось действие спектакля.

Гостям представили историю всеми любимого писателя Ганса Христиана Андерсена. Все удобно расположились на мягких подушках. Голос рассказчицы сопровождался прекрасной живой музыкой Эдварда Грига, которую исполнял музыкант на фортепиано. Сказка началась.

Перед гостями предстали образы старой сказочной Дании, приключения отважных моряков и пиратов, история преданной любви к капитану дальнего плавания и известная каждому история Русалочки.

Дети с родителями не только слушали и смотрели на то, как разворачиваются события сказочного повествования, но и участвовали в представлении: перетягивали канаты, писали послание и «отправляли его по морю» в бутылке, изучали географические координаты, вспоминали названия морей и океанов.

Ведущие мастерски удерживали внимание зрителей, и было видно, что интересно абсолютно всем, что гости действительно попали в самую настоящую сказку. Здорово, что с детьми на представление пришли не только мамы, но и папы, а кто-то пришел и всей семьей.

Время пролетело незаметно, гостей пригласили в другой зал. Путь в него совершенно необычен. Постоянным гостям Комнаты сказок (а таких немало!), он знаком, для других стал большим сюрпризом. Я также не стану раскрывать тайны. Яркий свет зала на секунду заставил зажму-

риться, и перед участниками спектакля возник стол, где всех ждало угощение. Началось чаепитие, ведущие предложили гостям изготовить из цветной бумаги кораблики, чтобы они остались на память о спектакле на морскую тему. Дети с удовольствием принялись за дело. А завершилось все действие импровизированным плаванием-хороводом с кора-



бликами, загруженными сладким провиантом. Такая сказка останется в памяти детей на долгие годы, а может быть, и навсегда.

Автор и ведущий проекта «Комната сказок» Наталья Кожанова поделилась своими размышлениями о спектакле:

— Наш проект «Комната сказок» существует уже 7 лет. Изначально мы планировали его лишь как рассказ перед слушателем. Но постепенно этот формат обогатился атрибутами, предметами. Далее возникла идея использовать музыку. Она помогает создавать настроение, делает эмоции более яркими. Благодаря генеральному директору Татьяне Марковне Санниковой была оборудована комната, появились театральный свет и, антикварные предметы для создания атмосферы.

Основная идея проекта заключается в том, чтобы показать родителям, что игра с ребенком может возникнуть из взаимодействия с самыми простыми предметами, будь то сапоги или варежки, что угодно. А детям наши спектакли дарят новые впечатления, добрые чувства. Вы же видели, как они переживали сегодня за русалку. Эти чувства не подделаете.

**МИХАИЛ БОТАЛОВ**

## АЗЫ ТЕАТРАЛЬНОГО ИСКУССТВА

Традиционный творческий проект нашей редакции, в этом сезоне получивший название «Театр Памяти», предлагает его участникам две важных возможности. Первая – попасть за кулисы ведущих культурных учреждений столицы Прикамья, чтобы узнать их историю и понять, почему Пермь можно назвать театральным городом. Вторая – обучиться основам создания своих постановок. Именно об этом и пойдёт речь в материале.

Ещё с первого сезона проекта «Экологический театр» большую часть мастер-классов и консультаций проводит настоящий патриот детского творчества, преподаватель Пермского краевого колледжа искусств и культуры Владимир Николаевич Ефремов.

В этом году образовательную программу он открыл занятиями по режиссуре, сценарию и актёрско-



му мастерству. Ученики и педагоги из всех школ-участниц проекта усердно разбирались, как начать работу над инсценировкой, адаптировать собранную архивную информацию об участии пермяков в работе концертно-театральных бригад в годы Великой Отечественной войны под сцену и не перепутать проблему и конфликт в произведении.

Обязательную теоретическую часть занятий наш педагог разнообразил интересной практикой. Например, в рамках мастер-класса по актёрскому мастерству дети не только изучали сценическое движение и пробовали копировать все движения своего друга, но и разыгрывали небольшие «сценки», пытаясь уйти из зала или убе-

дить партнёра остаться в нём.

Продолжение образовательной программы обеспечили коллеги Владимира Николаевича, преподаватели из ПККИК. Ольга Германовна Суб-



ботина обучила детей азам сценической речи и поделилась своими лайфхаками о публичных выступлениях, а Александра Булатовна Ахмарова рассказала о том, как создать декорации для спекта-

кля с минимумом затрат и максимумом эффекта на зрителя. Новыми для участников проекта стали занятия по поиску и отбору информации, особенно полезные в этом сезоне, раз уж участникам предстоит немалая архивная работа. Спикером этого мастер-класса выступил профессиональный журналист и писатель, соучре-



дитель издательского дома «Компаньон» Светлана Федотова. Она поделилась с детьми самыми полезными ресурсами, с помощью которых реально найти информацию о любом более-менее значимом пермяке.

Образовательная программа стала для участников по-настоящему полезным подспорьем в работе над своими собственными документальными постановками. О результатах работы детей и их педагогов читайте во втором апрельском номере газеты!

**ДМИТРИЙ ШИЛОВ**



# ИДЕАЛЬНЫЙ ВЕС — ЧТО ЭТО?

На протяжении истории скульпторы, живописцы, деятели культуры воспевали в своих произведениях женщин разных форм. Кто-то идеалом видел пышнотелых красавиц, кто-то — стандарты атлетически сложенных девиц, а кто-то — модельную внешность 90-60-90. Ценителями являлись мужчины. Но задумывались ли они, какими способами достигаются эти результаты?

В наши дни понятие «лишний вес» становится почти национальной проблемой. Безумное стремление к красоте приводит современных девушек к страшным последствиям: стрессам, апатии, анорексии — синдрому, который связан с отсутствием аппетита и сопровождается метаболическими проблемами.



Как избежать этих бед?

Встреча, на которой оказались ученицы гимназии № 8, посодействовала формированию представления об идеальном весе. Экспертом выступил кандидат медицинских наук Павел Николаевич Чайников, директор Научно-образовательного центра спортивной медицины и медицинской реабилитации ПГМУ. Являясь к тому же главным внештатным специалистом по спортивной медицине Министерства здравоохранения Пермского края, Павел Николаевич дал много ценных наставлений.

Например, об использовании онлайн-калькулятора веса. Этот инструмент позволит рассчитать индекс массы тела человека по весу и росту, а затем определит, является ли ваш вес нормальным

или избыточным. Павел Николаевич показал, как пользоваться калькулятором калорий, который позволит рассчитать необходимое вам количество энергии. Такой помощник, установленный в вашем гаджете, легко определит подходящее количество калорий в зависимости от вашего роста, веса, возраста и степени физической активности.

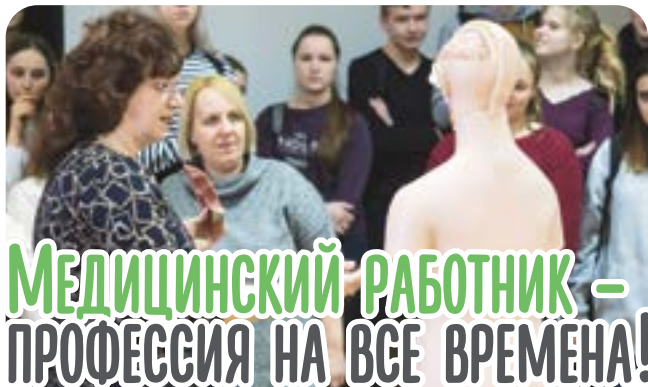
Еще один путь к идеальному весу — психология. Ведь внутренний конфликт, отсутствие мотивации, желание поесть, чтобы защитить себя от стресса и внешнего мира может привести к ожирению и заболеваниям сердца, риску инфарктов и инсультов.

Проект «Марафон здоровья» даёт возможность получить информацию о здоровом образе жизни современного человека, особенно девушек. Ведь именно они станут со временем матерями. Такие

проекты формируют не только понятие о здоровье, но и обогащают практическими навыками, которые обязательно найдут применение и будут направлены на формирование здоровой нации.

Это занятие стало важным шагом к пониманию необходимости заботиться о здоровье смолоду. Оно дало возможность задать вопросы специалистам, защитить себя и заняться пропагандой здорового образа жизни среди друзей, одноклассников, родственников. ЗОЖ — это не просто лозунг. После проекта каждая участница получит возможность сделать его реальным образом жизни. Спасибо проекту за перспективы в области здоровья и внутреннего комфорта!

**ДАРЬЯ РОМАНОВА,**  
ЮНКОР ГИМНАЗИИ № 8



Чем раньше человек начинает задумываться о выборе будущей профессии, тем легче ему на дальнейших этапах жизни. Очень важно иметь четкое представление о специальности, чему и сколько предстоит учиться. Человек, решивший связать свою жизнь с медициной, обязан особо отчетливо осознавать свое решение, и быть готовым к тому, что жертвовать придется не только временем, но и силами. Медик несет огромную ответственность, поскольку от его действий, умений и добросовестности зависит жизнь людей.

10 марта команде медиков школы № 37 предстояла экскурсия в медико-фармацевтический колледж. А, что это за колледж? Всем было очень интересно. Из рассказа заместителя директора мы узнали, что пермский медико-фармацевтический колледж — одно из старейших и известнейших учебных заведений края. Он располагается в здании бывшей частной мужской гимназии сестер Циммерман. По мнению некоторых историков, Оттилия, Маргарита и Эве-

лина Циммерман являются прототипами «Трех сестер» А. П. Чехова.

В настоящее время в медико-фармацевтическом



колледже осуществляется подготовка специалистов среднего профессионального образования по 3 специальностям:

- фармация (квалификация — фармацевт);
- сестринское дело (квалификация — медицинская сестра);
- лабораторная диагностика (квалификация — медицинский лабораторный техник).

По словам Людмилы Фёдоровны Михалёвой, заместителя директора, выпускники колледжа высоко ценятся в профессиональной сфере и востребованы не только в

Во время экскурсии по колледжу, нам рассказали, какой нужен проходной балл, каким профессиям обучают в этом колледже, как проходят занятия у студентов.

Первое, что мы увидели — это современные силиконовые манекены с открытыми органами. Данная экспозиция вызвала у всех присутствующих неподдельный интерес. В дополнение девочкам разъяснили, как правиль-



Пермском крае, но и далеко за его пределами.

Для подготовки квалифицированных специалистов учебные кабинеты и лаборатории оснащаются современным оборудованием, в преподавании используются новые методики, активно применяются информационно-развивающие и проблемно-поисковые технологии. Срок обучения по всем специальностям — 2 года 10 месяцев.

но делать инъекции и дали возможность каждой потренироваться в этом.

В результате нам всё понравилось. Мы еще раз убедились в том, что профессия медицинского работника — это профессия на все времена! Она не только обеспечит уверенность в будущем, поможет пройти сквозь любые кризисы, но и пригодится во многих жизненных ситуациях!

ЮНКОРЫ ШКОЛЫ № 37

## ИНФОГРАФИКА КАК МЕТОДИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ

Учителя учатся? Да, они повышают свои навыки и пробуют создавать что-то новое — все, чтобы, придя на урок, заинтересовать детей и дать им нужные знания. Так и появился проект «Университет — учителю», главным партнером которого стал Пермский государственный национальный исследовательский университет.

Это образовательный проект, позволяющий профессиональным знаниям учителя. Преподаватели университета готовы делиться своими наработками и подходами в образовании и научных исследованиях.

Совместно мы будем ежемесячно обучать педагогов возможностям в преподавании отдельных предметов. Например, сегодня, 19 марта, кандидат филологических наук, доцент кафедры журналистики и массовых коммуникаций, преподаватель филологического факультета ПГНИУ Иван Михайлович Печищев знакомит



**ОБУЧЕНИЕ ПЕДАГОГОВ ПРОХОДИЛО В ФОРМАТЕ ВЕБИНАРА. ПЕДАГОГИ ПОДКЛЮЧИЛИСЬ К ОБЩЕМУ ПРОСМОТРУ ПРЕЗЕНТАЦИЙ, ОБЩАЛИСЬ В СПЕЦИАЛЬНОМ ЧАТЕ И МОГЛИ СРАЗУ ЖЕ ПРАКТИКОВАТЬСЯ.**

учителей с инфографикой.

«Инфографика делает информацию понятной, а визуальность — это язык 21 века», — начинает спикер. Действительно, с помощью инфографики можно сделать информацию понятной и развить детское мышление.

Чтобы начать работать с инфографикой нам нужны данные (из учебника, головы, литературного произведения) и идея (своя или с опорой на мнение другого). Собрав все вместе, мы можем начать работу с цифрами, датами и временем, географическими названиями, ал-

горитмами, предметами.

Можно попросить педагога назвать простое число и начать визуализировать его: в столбчатой диаграмме — сравнить численность, в графике — показать увеличение или уменьшение параметра с каждым днем.

Можно дать задание — создать мультимедийный реферат — так у учащегося будет развита способность искать не только текстовую информацию, но и видео, картинки, числа. Из собранного материала можно придумать и нарисовать (можно и на бумаге) инфографику: создать временную ленту и показать события, нарисовать карту и отметить важные точки, прописать алгоритм действий и нарисовать иконки к каждому из них.

Сейчас, в период длинных каникул, пермское школьное сообщество решило на дистанционное обучение. Попробуйте провести для своих учеников вебинар и работу с общим Google-документом. Такой формат позволит всем принять участие, ведь это формат работы «без регистрации и смс». «Да, регистрация отбива-

ет желание работать дальше» — делится Кристина Ходаковская, учитель 127-й школы в общем чате.

Например, наши педагоги в едином документе придумывали форматы визуализации текстов. Каждый предлагал свое видение информации и обосновывал его. Попробуйте дать детям текст — пусть придумают как просто и доступно показать информацию, содержащуюся в нем. Такое упражнение заставляет мыслить визуально.

А еще наши педагоги теперь умеют (и научат своих учеников) создавать облака слов и размышлять над полученными данными, а также будут пользоваться полезными сервисами, чтобы сделать презентацию материала еще красочнее. «Теперь буду отличным учителем становиться!» — подводит итог всей встречи Екатерина Тежикова, учитель 134-й школы.

**Если Вы хотите присоединиться к проекту — пишите на почту редакции k.peremenam@mail.ru с пометкой «Университет — учителю», и мы будем информировать Вас о ближайших событиях.**

**ЕЛЕНА НИКУЛИНА**



## МИНУТА ПРОШЛА, А ЗНАНИЯ ОСТАЛИСЬ

Накануне школьных каникул Перемена-Пермь и компания МТС подвели итоги проекта «Знания за минуту». Здесь ребята научились рассказать сложные теории и термины за 60 секунд с помощью цифровых инструментов и навыков. Участие в работе приняли команды из шести пермских школ — № 25, 83, 14, лицея № 4 и гимназий № 7 и 33.

### УСПЕТЬ ЗА 60 СЕКУНД

Редактор газеты «Перемена-Пермь» Наталья Ханова считает, что проект стал пилотной площадкой для изучения всех популярных соцсетей и хостингов и создания видеороликов для наиболее популярных сегодня социальных сетей youtube, Tik Tok, Instagram и других.

Реализацию проекта поддержала директор пермского филиала МТС Оксана Кайгородова. «С каждым днем появляются новые технологии и инструменты, которые открывают для каждого новые горизонты. Очень хочется, чтобы ребята не боялись открытий, а могли быстро ориентироваться в мире,



видеть возможности и перспективы. МТС как цифровому оператору важно поддерживать образовательные проекты в сфере технологий», — отметила Оксана Кайгородова.

### ЧЕМУ НАУЧИЛИСЬ?

Ребята признались, что всегда мечтали попробовать себя в роли видеоблогеров. Представитель школы № 14 Егор Жданов говорит, что на проекте попробовал себя сразу в нескольких профессиях — побывал журналистом, видеооператором, блогером, монтажером. «Это поможет мне в своей дальнейшей профессиональной ориентации», — уверен Егор. В команде школы № 25 рассказали, что каждый не только прокачал свои soft skills, но и сделал проект плацдармом для реализации своих самых креативных идей.

Представители лицея № 4 говорят, что научи-

лись съёмке и монтажу, а одним из самых полезных мастер-классов стало занятие по созданию инфографики. Команде гимназии № 33 больше всего понравилось работать над короткими видео — вайнами и сторис. Ученик гимназии № 7 Максим Черенёв говорит, что занятия в рамках «Знаний за минуту» уже вошли в привычку и расставаться с ними очень жаль. «Мы научились не только правильно снимать видео, но и узнали о медиаграмотности. Это очень важно в эпоху интернета», — говорит Максим.

На подведении итогов проекта каждая команда презентовала свой лучший ролик. Самой популярной темой оказалась Big Bata. О больших данных рассказали сразу три команды — лицей № 4, а также школы № 83 и 14. Свою концепцию ролика о времени Present Perfect

представила школа № 25, о теории эволюционного происхождения человека рассказали гимназии № 7 и 33. Участники поделились, как проходила работа по созданию сценария, рассказали о формировании концепции роликов, работе в команде, неудачных дублях и забавных ситуациях. «Самое главное, что мы старались, а остальное придёт с опытом», — отметили ученики гимназии № 7.

### ТВОРЧЕСТВО СО СМЫСЛОМ

Жюри проекта, в которое вошли Оксана Кайгородова, выпускающий редактор интернет-журнала «Звезда» Наталья Фомина и ведущий и автор программ на радиостанции «Эхо Москвы в Перми» Артем Жаворонков, назвали топ лучших роликов. Их авторами стали:

- 1 — команда лицея № 4.
- 2 — команда школы № 25.
- 3 — команда гимназии № 33.

В индивидуальном первенстве победили Матвей Трофимов и Максим Щелоков из гимназии № 5, которые рассказали, что такое Big Data. В топ также Ксения Семерикова из школы № 61. Ребята рассказали, что получили опыт участия в проекте «Знания за минуту» пригодится им в дальнейшем,

а еще здесь они нашли новых друзей.

### ОКСАНА КАЙГОРОВОДА, ДИРЕКТОР ФИЛИАЛА МТС В ПЕРМСКОМ КРАЕ:

— Приятно погрузиться в творчество со смыслом. На проекте ребята постарались рассказать уже хорошо знакомые со школы темы, так и новые термины, например, искусственный интеллект или Big Data и при этом цифровым языком. Видно, что много времени уделено сбору, анализу, обработке и представлению информации. И сегодня ребята смогут сделать классный контент не хуже любого блогера-миллионника.

### НАТАЛЬЯ ФОМИНА, ВЫПУСКАЮЩИЙ РЕДАКТОР ИНТЕРНЕТ-ЖУРНАЛА «ЗВЕЗДА»:

— Очень здорово, что вы использовали мультимедийность: закадровый текст, инфографика, видеовставки. Субтитры — это хороший выход, если качество вашего звука страдает. У всех классные видеоролики, и я не сомневаюсь, что вы можете ещё лучше.

### АРТЕМ ЖАВОРОНКОВ, ВЕДУЩИЙ И АВТОР ПРОГРАММ НА РАДИОСТАНЦИИ «ЭХО МОСКВЫ В ПЕРМИ»:

— Всем, не сговариваясь, удалось поиграться со всеми жанрами, которые использует современное телевидение. Вы все старались выполнить свою работу хорошо. С удо-

вольствием приглашаю вас ко мне на телевидение для того, чтобы оформить свои знания и сгладить шероховатости.

### «ПОКОЛЕНИЕ М» В ФОРМАТЕ ТИК ТОК

Приглашаем вас принять участие в новом творческом конкурсе в рамках проекта «Поколение М» от МТС и TikTok. В нем могут участвовать блогеры и вокалисты от 16 лет до 21 года. С 1 по 14 апреля размещайте музыкальные видео, демонстрирующие вокальные возможности, или ролики в формате storytelling/comedy, размещайте их в TikTok с хэштегом #Поколение\_М. Жюри конкурса выберет четырех финалистов, которые смогут выступить вместе со звездами на финальном офлайн-мероприятии проекта — гала-шоу «Поколение М: Blog&Voice» в Санкт-Петербурге — и на большой сцене побороться за музыкальный контракт с продюсерским центром «Эколь» и стажировки у популярных блогеров в Москве.

ВАСИЛИСА ЧИКУНОВА



## БЫСТРО ДУМАТЬ И НАНОСИТЬ УДАР

В коридоре школы № 32 меня встречает Оксана Дмитриевна Созинова, классный руководитель 8 «Г» класса. Она провожает меня до кабинета, в котором состоится интервью с её ученицей — Лерой Карабатовой, а по дороге рассказывает: «Лера — это уникальный ребенок. Отличница, везде преуспевает, чемпионка в спорте, ответственная». Я киваю, и мы идем дальше. «А на вид — такая хрупкая и аккуратная, что даже удивляешься, как она совмещает это с каратэ?» — заканчивает учитель.

И действительно, на меня смотрит тоненькая, светлая, улыбающаяся девочка. Я захожу в кабинет, где Лера и ее одноклассники дописывают контрольную по русскому языку. Терпеливо жду ее, чтобы обо всем расспросить.

### НАЧАЛОСЬ

— Школа № 32 находится черед дорогу от моего дома. Поэтому было решено поступать именно сюда, — начала свой рассказ Лера. — В детском саду я занималась балетом. А когда пошла в первый класс,

родители предложили заниматься каратэ, подобрали тем, что мне поможет моя растяжка.

И правда! В первом классе я единственная сидела на шпагате, пока другие только учились. Собственно, решила попробовать, так все и началось. На сегодняшний день у меня целый шкаф наград, среди которых первенство России по каратэ, победы в международных соревнованиях, победы в городских боях и, главное, зеленый пояс. А скоро буду сдавать экзамен на коричневую полосу.

### РАЗВИТИЕ

— Мы занимаемся как боями, так и отрабатываем технику ката — стойки, движения. Такой спорт развивает и силу, и быстроту принятия решений — я должна быстро подумать и нанести удар. Считаю, что каратэ развивает дисциплину и ответственность, ведь надо выполнять четкие указания; а также уважение — мы ценим наших тренеров и тех, с кем дерёмся.

### РЕЖИМ ДНЯ

— Я встаю по утрам в 6:30 и начинаю собираться в школу. С 8 утра до трех часов дня я учусь, затем ухожу на тренировку по боям. Затем быстро бегу домой, где переодеваюсь, и снова бегу на тренировку. Только уже по ката. Домой я прихожу в 20:30, учу уроки и ложусь спать. И так 5 дней в неделю, — подытожила моя собеседница.

Даже удивительно, как у Леры все получается! Учителя хвалят ее за хорошую успеваемость, тренера — за успехи в спорте, а родители — за то и другое. На соревнованиях родители зачастую с ней — переживают, а куда без этого. Главное, что в девочке есть нескрываемый азарт к делу, которым она занимается уже 8 лет!

ЕЛЕНА НИКУЛИНА

## МАСЛЕНИЦА-2020

Шумными масленичными гуляниями закончилась последняя февральская пятница в школе «Мастерград».

Масленица — праздник, который традиционно отмечают многие жители города. Красивые и радостные все провожают зиму и встречают солнечную весну. Вот и вся школа «Мастерград» готовилась. В итоговом мероприятии были задействованы и учителя, и дети, и их родители. Это стало настоящим событием микрорайона Пролетарский, собравшим более 500 человек.

Весёлый настрой праздника задали чудесные скоморохи: Кухар Светлана Алексеевна, Фомичева Полина Александровна, преподаватели начальной школы. Не обошлось и без красавицы-весны,



роль которой досталась еще одному преподавателю школы «Мастерград» Ларисе Викторовне Борозновой.

С общей залички стартовала общая масленичная игра. Дети, участвуя в масленичных аттракционах, зарабатывали жетоны, которые потом обменивали на сладости. Не обошлось без финансового азарта! Как старались дети, как поддерживали их родители! Оживленные открытые игровые площадки покорили сердца маленьких пролетарцев! Чего только

не придумали педагоги для ребятнишек: и валенки метали, кто дальше, и чурки настоящие катали, и в мешках прыгали, и корове хвост клеили, и в ручеек играли, и на удивительных ходулях передвигались, и традиционное перетягивание каната, и на метёлках соревновались, и ещё много интересного! А какие чудесные фотозоны были организованы! Дети смогли сделать незабываемые фото!

Масленица-2020 удалась на славу! Все это случилось благодаря нашим организаторам — Закировой Татьяне Николаевне и Романовой Валентине Александровне, а также всему дружному коллективу начальных классов школы «Мастерград».

ИРИНА ВЯЧЕСЛАВОВНА УЛЬРИХ, ЗАМЕСТИТЕЛЬ ДИРЕКТОРА ПО УВР ШКОЛЫ «МАСТЕРГРАД»





## «МЕНЯЮТСЯ ТРЕБОВАНИЯ И ПРОГРАММЫ, А ДЕТИ ОСТАЮТСЯ»

В декабре 2019 года сразу двое учителей школы № 82 г. Перми, Елена Александровна Бартель и Татьяна Валерьевна Малофеева, были награждены нагрудным знаком «Почётный работник воспитания и просвещения РФ». Своим опытом и взглядами, которые позволили им достичь успеха, педагоги поделились с нами.



ЕЛЕНА АЛЕКСАНДРОВНА:

– Учителем я захотела быть ещё в начальной школе. Мне нравилось играть в учителя, ставить оценки, проверять дневники. Английский я выбрала, потому что любила индийские фильмы и очень хотела написать письмо главному герою «Танцора диско» Митхуну



Чакраборти.

Мой педагогический стаж – 25 лет, работаю с 1993 года. Из них 21 – в 82-й школе. Мои дети тоже её закончили, а дочка даже пошла по моим стопам, став педагогом в языковом центре «Британия».

В образовании меняются требования и программы, а дети остаются. Всегда были шалуны и хулиганы, способные и не очень ребята. С родителями же стало труднее. Больше претензий стало. Тенденция такая – можно пожаловаться и, не зная сути проблемы, требовать какого-то наказания.

Миссия педагога – быть примером, а не только человеком, наполненным предметными знаниями. У многих детей, не секрет, нет образца среди родителей, культура воспитания не всегда на должном уровне. А в школе они видят людей интеллигент-

ных, добрых, умных. Поэтому наша главная задача – воспитать человека.

ТАТЬЯНА ВАЛЕРЬЕВНА:

– Ольга Васильевна Терина, директор нашей школы, попросила меня, свою бывшую ученицу, в 1994 году выручить её в ситуации, когда учитель истории ушла на защиту дипломной работы. Я тогда оканчивала университет сама, и по итогу осталась здесь на всю жизнь.

Школа с тех пор стала более крупной, красивой и современной. В дефицитные 1990-е годы иногда не хватало даже мела. А ещё меня очень пугала перспектива самой делать ремонт в классе – это отдавалось на откуп учителям. Сейчас, конечно, порядка больше.

Миссия педагога – сеять разумное, доброе, вечное. Нести не только знания, но и моральные, общечеловеческие ценности, устанавливать добрые отношения с детьми.

25 лет в образовании – это большой срок. Большую часть своей сознательной профессиональной жизни я уже отдала образованию. Но не жалею и не разочарована.

ДМИТРИЙ ШИЛОВ

## УЧИТЕЛЬ ОТ БОГА

Про таких учителей, как Любовь Степановна Пирожникова, говорят: «Учитель от Бога!». Нет ни одного человека в нашей школе, кто не знал бы о ней, ведь Любовь Степановна воспитала уже не одно поколение добрых, отзывчивых, умных, развитых, открытых всему новому в мире ребят!



ПОЧЁТНЫЙ РАБОТНИК ВОСПИТАНИЯ И ПРОСВЕЩЕНИЯ РФ

Хотя изначально она и не планировала связывать свою жизнь с учительством, поскольку сначала на профпробах избрала для себя иное, творческое направление.

Вспоминая о том, почему именно эта профессия стала её призванием, Любовь Степановна с большой теплотой и признательностью вспоминает о тех людях, которые, как считает она, стали особой вехой в её жизни: о первой учительнице Тамаре Семёновне Орловой, Владимире Александровиче Керкине, Тамаре Михайловне Носковой и живому общению с гуру в педагогике Ш. А. Амонашвили.

Например, будучи ученицей начальной школы,

вместе с первой учительницей она оказалась вовлеченной даже в создание знаменитой «Оляпки» на пермском телевидении. Сейчас Любовь Степановна, вспоминая о том, что уроки наставников были нестандартными, уже на своих собственных уроках пользуется их приёмами, что позволяет в конце занятия услышать от детей искреннее: «Спасибо за урок!», «Как быстро он прошёл!».

Проработав уже 28 лет учителем начальных классов, Любовь Степановна каждый раз с волнением ждёт встречи с детьми, понимая, что учительство – это прежде всего ответственность не

только за достойный уровень знаний, который в дальнейшем смогут продемонстрировать её ученики, но и за то, какими людьми они станут: настоящими, искренними, достойными гражданами России.

А мы с уверенностью можем сказать, что её призвание – учить, потому что ученики, пришедшие к ней первоклассниками, продолжают быть такими же упорными, целеустремлёнными, открытыми к знаниям и дальше, получая золотые медали по окончании 11 классов!

Мы уверены в том, что настоящий учитель всегда учится у своих учеников: вот и нагрудный знак «Почётный работник воспитания и просвещения РФ» недавно был вручен в торжественной обстановке Любовью Степановне по результатам голосования всего педагогического коллектива нашей школы! Гордимся тем, что нам посчастливилось быть Вашими коллегами, дорогая Любовь Степановна!

С УВАЖЕНИЕМ,  
КОЛЛЕКТИВ  
ШКОЛЫ № 83

## АНДРЕЙ ЮРЬЕВИЧ АНДРЕЕВ: ВОЕННО-СПОРТИВНЫЙ ИНТЕРЕС К ПЕДАГОГИКЕ

«Смешной, интересный, ответственный», – так отзываются об Андрее Юрьевиче Андрееве его ученики, Настя Никитина и Катя Лузина. И это только те, с кем удалось побеседовать.



В профессию Андрей Юрьевич пришёл не сразу. И, как он шутит, получилось это по глупости. Сначала отслужил по контракту в армии, затем 15 лет работал в полиции. После выхода на пенсию Андрей Юрьевич сначала просто помогал школе готовить детей к мероприятиям, связанным с военной службой, а затем занял пост учителя ОБЖ.

Теперь в своей школе № 63 он является ещё и руководителем отряда ОПН, и отряда «Патриот». Он тепло отзывается обо всех своих учениках: «У меня плохих детей нет. У меня самые замечательные детишки!»

С приходом Андрея Юрьевича в школу военно-спортивная жизнь учеников стала интереснее. Раньше «Зарницу» проводили на школьном стадионе. Андрей Юрьевич же

предложил сделать игру более масштабной и разработал дистанцию на три километра на лесной местности. Обеспокоенные классные руководители сначала начали возражать: «Дети не справятся!», а когда вместе с учениками прошли все этапы игры, сказали: «Всё было замечательно, кроме одного – дистанция короткая».

«Каждый урок, каждый конкурс – это всегда что-то интересное, всегда приключения. Поэтому мы так ценим Андрея Юрьевича!», – говорят ученики. На вопрос о том, как удаётся завоевывать доверие и признание, сам Андрей Юрьевич отвечает просто: «С детьми нужно разговаривать на равных и стараться заинтересовать».

Часто они вместе собираются за чашкой чая, чтобы поделиться новостями, выслушать проблемы друг друга и обсудить

планы на участие в новых конкурсах. Проблем с мотивацией, как правило, не возникает, и решение принимается быстро: «Будем участвовать? – Будем!» Несмотря на высокую занятость в школе и за её пределами, у Андрея Юрьевича остаётся время на хобби. Он с детства увлекается коллекционированием масштабных моделей, а сейчас ещё и занимается конструированием гоночных автомобилей и участвует в автогонках.

Кстати, команда школы № 63 под руководством Андрея Юрьевича принимает участие в проекте «Десант памяти», который посвящён пермякам, погибшим в битве под Москвой во время Великой Отечественной войны. «Мы намерены победить! То, как мы мучились с поиском информации и написанием очерка – не описать словами. Поэтому другого исхода мы и не предполагаем!»

Не зря девизом Андрея Юрьевича являются слова: «Победишь себя – будешь непобедим». За целеустремлённость, ответственность и преданность делу его любят ученики и ценят коллеги.

ЕКАТЕРИНА ЩЕЛКОНОВА

## «МАЛЕНЬКАЯ СТРАНА»

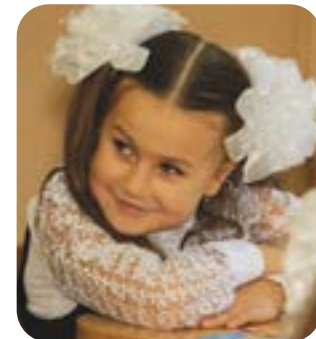
«Маленькая страна» – это наша начальная школа, уникальная, творческая, современная и классическая. При всех требованиях ФГОС, использовании новых технологий главной задачей начальной школы остаётся научить младшего школьника учиться, помочь сохранить пытливым, любознательным, интерес.

В результате объединения в нашей школе стало 37 классов начального звена, и, несмотря на то, что классы находятся в разных корпусах, они имеют много общего в методике преподавания, использовании современных технологий, ведении внеурочной деятельности.

О. А. Туснина считает, что успех во многом зависит от разнообразия форм работы с детьми. Такие формы, как «Предметное лото» на уроках окружающего мира, «Что? Где? Когда?» на уроках литературного чтения, приемы дистанционного диктанта помогают детям лучше усвоить материал, подро-

жаться, а главное, не скучать на уроках!

Игра, по мнению И. С. Сидоровой, – отличный помощник учителя, чтобы актуализировать материал, закрепить, провести рефлексию. Педагоги в начальной школе – активные и творческие, Е. П. Мик-



лина в увлекательной форме проводит творческие вечера, конкурсы, вовлекает в процесс подготовки родителей. Интересен и уникален опыт работы с родителями Т. А. Петуховой, кстати, очень опытного и мудрого педагога.

Новый предмет ОРКСЭ в 4-х классах помогает ученикам быть добрыми, внимательными и отзывчивыми. Педагоги Л. В. Овчинникова, Е. Ю. Лисовская умело выстраивают беседы с уча-

щимися и родителями, работают с пословицами, притчами, художественными произведениями, мультфильмами.

Достойное место в начальной школе занимает проектная деятельность. Лучшие проекты победители – школьных, городских конкурсов, фестивалей, конференций: настольная игра «Могучий властелин морей» (Степан Мазунин), «Робот-помощник», (Лев Соcнин – учитель З. Н. Чумакова), «Роль сундука в жизни человека» (Дарья Якубова), «Муравьи в природе и дома» (Кирилл Закиров, учитель Н. Ф. Суятина) «Украшение стола», «Топиарий на бокале» (Анастасия Пузикова, учитель Л. В. Овчинникова и др.)

Главные социальные партнеры школы – родители, они – главные помощники учителя, особенно в начальной школе. В совместном поиске происходят чудесные превращения и открытия. «Почемучки» и «фантазеры» взрослеют, раскрывают свои способности и таланты и с нетерпением ждут перехода в основную школу.

АЛЕВТИНА МИХАЙЛОВНА  
СКОРЫНИНА,  
ЗАМЕСТИТЕЛЬ  
ДИРЕКТОРА ШКОЛЫ № 37



# КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА

Проект «Контрольная закупка по-пермски. Сезон 2» идёт полным ходом. Узнаем, какие мероприятия уже прошли в рамках этой инициативы редакции «Перемена-Пермь».

## ЧТО ВНУТРИ ПЕЛЬМЕНЕЙ?

В последний день зимы мы посетили Пермский государственный аграрно-технологический университет. Целью встречи была экспертиза нескольких видов замороженных полуфабрикатов пельменей. Ученики школы № 65, девчонки из гимназии № 31 и креативные ребята из школы № 14 дружно объединились в компанию юных экспертов. Доцент кафедры «Товароведения и экспертизы товаров» Светлана Анатольевна Семакова и студенты ПГАТУ познакомили учеников школ

с понятием «товароведение», рассказали о том, что такое ГОСТ на пищевую продукцию.

Итак, столы расставлены, пельмени разложены, отличное начало экспертизы. Взвешивать пельмени — это очень весело и легко, а вот отделять тесто от фарша — задание не из приятных, но это необходимо для определения толщины оболочки теста. Огромная ответственность была на том, кому выпало провести органолептическую оценку. Ключевым показателем качества полуфабрикатов пельменей является



масса фарша. Оказывается, его должно быть не менее 50 % от массы продукта. Если этот показатель ниже, значит, пищевая ценность полуфабриката не соответствует нормативам ГОСТа.

После замеров и взвешивания команды обработали полученные результаты по предложенной формуле. Количество фарша в полуфабрикатах, которые подверглась экспертной оценке

наша команда, составило 48,6 %, что меньше нормы.

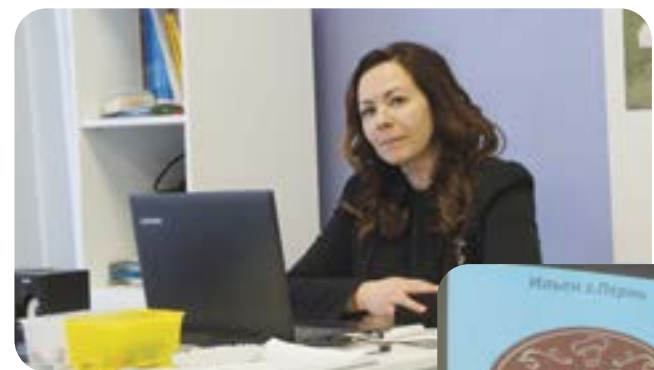
Нам пришла мысль: а не провести ли дома проверочку? Одноклассники из «СинТеза» поддержали идею.

**ВАЛЕРИЯ ЧИКИШЕВА И АНАСТАСИЯ ПОПЧЕНКО, ЮНКОРЫ ШКОЛЫ «СИНТЕЗ»**

## ПЕЛЬМЕННАЯ ТЕХНОЛОГИЯ

Ребята познакомились с ещё одним партнёром проекта «Контрольная закупка по-пермски»: производственной фирмой ООО «Ильен». Эта встреча состоялась на базе гимна-

зии № 31, куда пришли ученики школы № 60 и Анастасия Стампель, заместитель директора ООО «Ильен». Анастасия Васильевна рассказала ребятам о компании, этапах производства, контроле качества и своих сотрудниках.



Каждый россиянин съедает около 500 граммов пельменей в месяц.

всего два сотрудника и небольшое количество оборудования.

На сегодняшний день компания производит 12 тонн продукции в месяц. Фирма добилась больших успехов. В 2018 году они стали обладателями сере-

бряной и бронзовой медалей на выставке «Агрофорум-2018», и в этом же году стали участниками проекта «Покупай Пермское».

Анастасия Васильевна поделилась технологией изготовления пельменей на фабрике «Ильен». Приготовление ингредиентов происходит поэтапно:

1. Предварительно производят обвалку и жиловку мясного сырья или используют охлажденное бескостное мясо. Обвалка — это отделение мяса от костей.
2. Мука должна отлежаться в цеху в течение пары недель.
3. Измельчённое мясное сырьё пропускают через мясорубку. Туда же добавляют лук и чеснок. Затем все измельчённые ингредиенты замешивают в фаршемешалке в течение 5-7 минут. После продукты выкладывают в специальные ёмкости.
4. Замешивают тесто до

однородного состояния. Интересно, что вместо яйца в «Ильен» используют меланж. Это яйцо в сухом виде. Использование меланжа позволяет избежать попадание сальмонеллы в продукт. Готовое тесто оставляют на 40-60 минут для созревания.

5. Производятся пельмени с помощью автоматов и ручной долепки.

6. Пельмени замораживают до температуры внутри продукта не выше -10 градусов.

7. Продукт упаковывают вручную или фасовочными автоматами.

8. Готовый продукт рекомендуется хранить при температуре -18 градусов не дольше шести месяцев.

Продукцию компании «Ильен» можно попробовать в сети кафе «Алендвик», в сети магазинов «Семья» и «Купи Домой». Попробуйте эти замечательные пельмени!

ЮНКОРЫ ШКОЛЫ № 60

## А ВЫ ПРОБОВАЛИ «УКУСИКИ»?

2 марта участники проекта «Контрольная закупка» побывали на экскурсии в группе компаний «Алендвик» в кафе «Пельмешки да Вареники». При встрече сотрудники компании провели инструктаж по технике безопасности, выдали гостям халаты, шапочки и бахилы.

Было интересно узнать, почему и когда было основано кафе, как всё начиналось, развивалось. После экскурсии началась приятная часть нашего визита — дегустация. Перед этим нам самим дали приготовить и положить себе на пробу фирмен-

ные «укусики» — маленькие пельмени, на один кус. Затем нам принесли пельмени, пирожки, которые оказались очень вкусными. В целом, осталось очень положительное впечатление от экскурсии.

Больше всего нас удивило то, что в этой сети все пельмени и вареники лепят в своем цеху и есть возможность приобрести замороженный полуфабрикат домой, — делится впечатлением Алёна Жевлакова. — И, как оказывается, не очень сложно готовить разные варианты пельменей и вареников. Нам удалось попробо-



вать себя в роли поваров и фасовщиц.

«Пельмешки да вареники» — это сеть современных кафе быстрого обслуживания, предлагающая любителям традиционной русской кухни широкий ассортимент

блюد. Фирменное блюдо — «укусики» — маленькие куриные пельмешки, на 1 кус. Попробовав «укусики», вы поменяете свое представление о традиционных пельменях.

**ВАРВАРА ГОНЧАРОВА, ЮНКОР ГИМНАЗИИ № 31**



Что такое лидерство? Как должен действовать лидер? Какими качествами обладать? Об этом и многом другом школьники узнали в рамках проекта «Школа лидеров», организованном редакцией газеты «Перемена-Пермь» совместно со своим партнёрами.

## ТРЕНИНГ «ЛИДЕРСКИЕ КАЧЕСТВА» ОТ ПНИПУ

2 марта старший преподаватель кафедры менеджмента и маркетинга ПНИПУ Галина Черновалова рассказала школьникам о том, кто такой лидер в современном мире. Например, это уже не тот, кто «знает» верное решение, это тот, кто знает и умеет убедить свою команду действовать быстро, оптимально и стратегически! Во время игр, проведенных бизнес-тренингом, формировали навыки лидера и делали выводы для себя.

Первое задание «написать инструкцию по созданию животного». Нашей команде достался слон. «Возьмите овал, приклейте к нему кружок и четыре прямоугольника...».

После разработки инструкции команды менялись написанным и приступали к «воплощению в жизнь» неизвестного зверя. В конце игры мы обменивались впечатлениями, убедившись, получая в группах «неизвестного животного», насколько важно уметь грамотно и без искажений

передавать задуманную информацию. Так же мы поняли, почему важно и нужно прислушиваться к мнению членов коллектива и уметь понятно доносить мысль до каждого.

Второе задание: «Переверните коврик на другую сторону; запрещается касаться земли руками и ногами». Мы не смогли его выполнить. А вот следующее задание решили на ура! Нужно было завязать узел посередине верёвки, не отпуская от неё рук. Наш вывод: нельзя заикливаться на ограничениях, нужно думать о том, что делать можно. На этих двух заданиях мы хорошо отработали этапы командной и проектной работы.

Итак, лидер — это тот, кто ведет команду к победе, сплачивает коллектив. На тренинге мы глубоко прочувствовали все аспекты командной работы и сложности пребывания в роли лидера. Несомненно, это очень пригодится нам в будущем.

**АННА МАСЛЕННИКОВА, ЮНКОР ШКОЛЫ № 60**

## ТРЕНИНГ «ЦЕЛЕПОЛАГАНИЕ» ОТ АО «СИБУР-ХИМПРОМ»

Оказывается, для воплощения мечты, недостаточно держать её в голове. Главное — уметь правильно её сформулировать. Тренинг по теме «Целеполагание», прошедший 4 марта, был чрезвычайно актуален для участников-подростков.

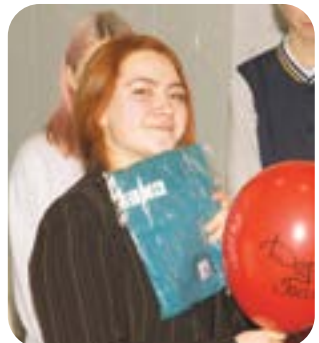
Нам рассказали о подходе к постановке целей SMART. Это универсальный и обязательный набор критериев, оформленный в виде аббревиатур, которым должна соответствовать



поставленная цель. На примере желаний друг друга мы разобрались с пошаговым алгоритмом действий и попробовали сформулировать свои мысли. Каждый выстроил свой круг жизнедеятельности и понял, что нужно изменить и как объективно оценивать себя, чтобы прийти к цели.

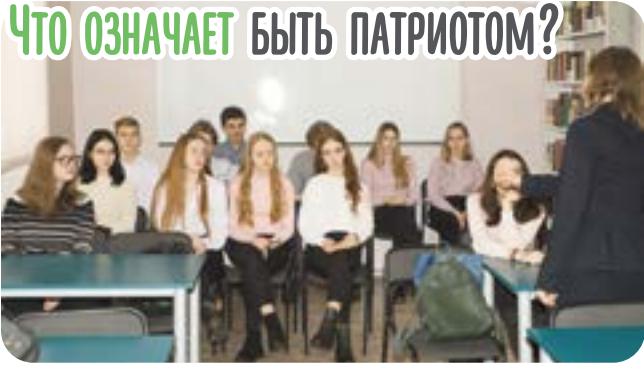
Здорово, когда ты тут же можешь попробовать на практике полученные знания и получить рекомендации тренера. Спасибо, что помогаете разобраться в себе и становиться лучше!

ЮНКОРЫ ГИМНАЗИИ № 31





## ЧТО ОЗНАЧАЕТ БЫТЬ ПАТРИОТОМ?



Мария Конюшко,  
юнкор школы № 127

Проект «Улицы Победы» реализуется уже 2 месяца. Он приурочен к 75-летию победы в Великой Отечественной войне. В этом номере юнкоры школы № 127 поделились своими размышлениями о проекте и патриотизме, написав небольшие эссе.

Мария Бабилова,  
юнкор школы № 127

«Любая история, будь то города, страны, известного человека или случайного прохожего, наполнена различными событиями, с которыми будут связаны на протяжении всей нашей жизни какие-либо вещи и воспоминания.

Каждый день, идя на работу или учебу, мы ходим по знакомым улицам и видим на пути здания, изученные до каждой трещинки. Помним адрес своего дома и места, куда мы так торопимся. Каждый адрес состоит из названия улицы и номера дома. Но, проходя мимо, задумываемся ли мы, а что же значит название той или иной улицы? В честь кого они

названы?

А все наименования, так или иначе, связаны с историей нашего города. Зачем же знать историю города? Думаю, для того, чтобы сохранить наши знания и опыт и передать их будущим поколениям. И начать изучение истории можно со своей родной улицы. Может быть, она названа в честь солдата, чей подвиг спас тысячи жизней?

Проект «Улицы Победы» может помочь узнать историю улиц города. Участники проекта уже готовят виртуальные экскурсии по знакомым всем улицам. И совсем скоро все смогут узнать историю их названий. Этот проект действительно принесет большую пользу для жителей города, этому стоит уделить внимание».

«Что вообще означает слово «патриот»? Это человек, который любит свою родину и готов участвовать в ее развитии, а также помогать соотечественникам. Но знать историю - значит быть патриотичным? С одной стороны, да, однако, с другой - нет.

Человек, знающий историю своей Родины, обязательно является патриотом. На мой взгляд, это зависит от интересов человека и его воспитания.

К сожалению, история забывается со временем. Возможно, значимые фигуры, которые известны многим, будут оставаться в памяти людей и на страницах учебников. Но подумайте сами, сколько мы забываем героев, совершивших большие подвиги, но оставшихся в стороне? Их очень много, но про них никто ничего не знает и о том, как они боролись за свое Отечество.

Участвуя в проекте «Улицы Победы», мне хочется, чтобы люди знали, что улица, на которой они живут, носит фамилию одного из героев Великой Отечественной войны, который добровольно отдал свою жизнь ради счастья будущих поколений».

сферах. Они смогут привнести эстетику в свои презентации, творческие задания, дизайн комнат. Кто знает, может, эти задатки приведут их к творческим профессиям дизайнера, художника, стилиста, архитектора?

**2. Наладить общение.** Данная рубрика позволит задумываться над вопросами самопрезентации. Наше телосложение, причёска, одежда, обувь, аксессуары формируют мнение о нас, служат стимулом для окружающих: подойти или держаться подальше, прислушаться к мнению или не доверять. С помощью внешности мы можем рассказать о своём характере, интересах, внутреннем мире. Умение управлять своим имиджем откроет новые возможности коммуникации с учителями, одноклассниками, друзьями и близкими.

**3. Полюбить себя и поднять самооценку.** Мода не сможет сделать нас лучше, не исправит форму носа и прикус. Но она совершенно точно поможет нам полюбить себя такими, какие мы есть. В новой рубрике мы будем поднимать темы создания гармоничного внешнего вида, рассказывать ребятам о том, как совладать со своей внешностью. Удивительно, к каким открытиям можно

прийти, узнав, каков ваш цветотип, тип лица и фигуры, и применив эти знания при подборе гардероба.

Мода объединяет все возрасты. Лучший способ научить молодых азам стиля — личный пример, поэтому мы будем готовить материалы также для педагогов и родителей. Быть может, и учителя пересмотрят свой образ? Увидят в моде нестандартный способ наладить мосты с новым поколением.

В данной рубрике будут выходить материалы о том, как выбирать одежду и обувь для разных случаев, как сочетать цвета, соблюдать пропорции, фильтровать модные тенденции. Мы будем проводить эксперименты по преобразованию, проводить мастер-классы и обзоры магазинов одежды, учиться составлять луки.

Мы приглашаем к сотрудничеству всех, кому интересна эта тема. Пишите на нашу электронную почту k.peremenam@mail.ru с пометкой в теме «Модная перемена». Мы ищем тех, кто хотел бы принять участие в мероприятиях, выразить своё мнение, предложить темы для обсуждения. Подписывайтесь на аккаунт Татьяны в instagram: zaikina\_tatiana.

ИРИНА КУЧУМОВА

## «ПЕРЕМЕНА» В ПЕРИОД ПЕРЕМЕН

Вы знаете, дорогие читатели, мне кажется, когда выйдет в свет новый выпуск газеты «Перемена-Пермь», все мы будем немного другими.

Пройдёт три недели. Этот период страшит нас. Мы ждём эпидемии коронавируса. Мы пока не знаем, как справимся с ней. Многого зависит от нас. Будем ли мы соблюдать правила безопасности? Будем ли выходить из своих домов и квартир? Станем ли обращаться за помощью, как только повысится температура, появятся симптомы простуды или иное недомогание? Не скроем ли факт контакта с тем, кто недавно вернулся из-за рубежа? Уделим ли особое внимание родителям, бабушкам и дедушкам, чтобы оградить их от посещения магазинов, аптек, поездок в общественном транспорте? Сможем ли объяснить своим детям, что карантин в школе — это жизненно важное мероприятие, что в отсут-

ствии родителей не стоит ходить по гостям или в кино. Да, коронавирус наступает. Есть первые заболевшие. Сейчас жизнь в городе будто приостановилась, спряталась в домах. Но пройдёт время, и она закипит вновь.

Учителя и воспитатели делают всё, чтобы образовательный процесс не прекращался. Журналисты нашего издания также продолжают работу в удалённом режиме. Мы будем готовить новые проекты, создавать публикации для нашего сайта и аккаунтов в социальных сетях.

На передовой окажутся врачи города. И так получилось, что я, врач-педиатр, буду каждый день приходить на работу в свою детскую больницу. Конечно, меня охватывает дрожь при мысли о том, что я могу принести домой коронавирус и заразить своих родных. Конечно, меня пугает, что мои близкие люди в возрасте за шестьдесят могут заболеть. Как они перенесут инфекцию? Утром, когда я просыпаюсь и открываю глаза, как будто заново



попадаю в сегодняшнюю реальность. Я иду в свою больницу, в которой два этажа занимает детское инфекционное отделение, и спрашиваю себя: каким будет этот день?

Мой преподаватель журналистики говорил: надо, чтобы текст немного «полежал», тогда статья будет хороша. Я публикую колонку. Но в какой-то мере она действительно «полежит». И спустя три недели она покажет мне самой, какими мы были в начале пандемии.

**Будьте здоровыми! Берегите себя и окружающих. Встретимся в школах Перми.**

НАТАЛЬЯ ХАНОВА,  
ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР,  
ВРАЧ-ПЕДИАТР



## МОДА СПАСЁТ МИР

Профессиональный стилист Татьяна Заякина станет автором новой рубрики на сайте peremena-perm.ru. «Модная перемена» будет посвящена теме имиджа и стиля.

Многие рассматривают моду как нечто праздное и несерьёзное. Тем не менее, в ней интересно переплетаются аспекты искусства, психологии и коммуникации. Татьяна уверена, мода сможет способствовать решению некоторых проблем сферы образования.

**1. Привить детям чувство прекрасного.** Наш внешний вид — самый простой способ поэкспериментировать с формами, пропорциями и цветами. Научившись видеть удачные сочетания в одежде, ребята будут применять эти знания и в других

### ПЕРВАЯ ПЕРМСКАЯ ШКОЛЬНАЯ ЛИГА

КАЖДОЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ  
ШКОЛА № 145 ПРОВОДИТ  
ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ  
ИГРЫ «БРЕЙН БАТТЛ».  
ЭТО КОМАНДНАЯ ВИКТОРИНА, СОСТОЯЩАЯ ИЗ ЗАНИМАТЕЛЬНЫХ ВОПРОСОВ,  
МУЗЫКИ И ВИДЕО-КОНТЕНТА.  
ГРУППА ВК «БРЕЙН БАТТЛ»  
(VK.COM/BRAINPERM)

Серия автобусных экскурсий —  
"Победный май!"  
приглашаем школьников Перми  
с 1 по 11 классы

**Экскурсия «Военный Молотов: экспедиция в прошлое» (2,5 ч)**

- путевая экскурсия по г. Перми и на смотровой площадке музея-диорамы;
- экскурсия в музей-диораме «Шли эшелоны на фронт»;
- мастер-класс «Танцплощадка 450го».

От 600 руб./чел.

**Экскурсия «Спасённое детство» г. Краснокамск (3,5 ч)**

- путевая экскурсия о спасении детей во время ВОВ в г. Молотов;
- экскурсия в Детском музее г. Краснокамска «Кама-Нева: дети войны»;
- мастер-класс «Военная открытка»: подлись перьевыми ручками;
- возложение цветов в Парке Победы г. Краснокамск.

От 500 руб./чел.

**Экскурсия «Ленинград и Молотов: эвакуация в годы войны» (2 ч)**

- обзорная экскурсия по исторической части города об эвакуации людей и ценностей, расположение эвакуантов;
- экскурсия в Историческом парке «Россия-моя история» на выставке «Культурная жизнь военного Молотова»;
- возложение памятника «Мать скорбящая» и возложение цветов.

От 450 руб./чел.

**В ПОДАРОК:**  
возложение цветов и георгиевская лента

**+7 909 11 77 111; +7 (342) 201-85-85**

ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ  
«АКАДЕМИЯ»

г. Пермь,  
ул. Советская, 28.  
Тел. +7(342) 2-122-007  
www.academia59.com,  
academia.59@rambler.ru

- Подготовка к ОГЭ и ЕГЭ с экспертами
- Итоговое сочинение
- Иностранные языки для детей и взрослых
- Русский как иностранный
- Помощь в освоении школьной программы (1-11 кл.)
- Психолог
- Логопед

Бесплатная диагностика готовности к ОГЭ и ЕГЭ по русскому языку

- Высококвалифицированные преподаватели
- Эксперты ЕГЭ
- Индивидуальный подход
- Малые группы (3-5 чел.), парные, индивидуальные занятия