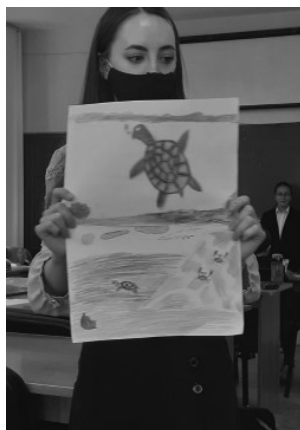


Рубікон

ГАЗЕТА НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОГО КОМПЛЕКСУ
«ІНЖЕНЕРНО-ЕКОНОМІЧНА ШКОЛА – ЛЬВІВСЬКИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ ЛІЦЕЙ»



Хочу стати для вас найкращим другом



Зовсім недавно я був куратором 17-ти дорослих, вродливих, розумних одинадцятикласників, для яких зумів стати справжнім другом. А вже зараз біля мене 33 маленьких, дещо збентежених п'ятикласників, які прагнуть постійно пізнавати світ, для яких

потроху стаю не тільки хорошим наставником, а й вірним другом та порадиником.

Я - вперше куратор п'ятої групи і для мене це так само хвилююче, як і для моїх вихованців. Кожен з них став особливим світом за ці півтора місяця

спільної роботи. За такий маленький проміжок часу не обійшлося без сліз, паперових літаків на уроках, забутих зошитів, змінного взуття чи спортивної форми ну і, звісно, без спізнень на уроки. Але все це маленькі краплини у великому океані ліцейських буднів та ліцейського життя.

Мої любі п'ятикласники! Кожен з вас - унікальна, неповторна особистість. Вірю, що всі ви здатні відстояти власну думку і здолати будь-які труднощі для досягнення успіху. Будьте гідними людської поваги та радуйте мене і батьків своїми досягненнями. Нехай Вам щастить на шляху до нових звершень! Я у Вас вірю і всіх люблю!

Завжди Ваш, найкращий куратор,
Іван Михайлович!

*Іван Воронич,
куратор 5А групи*

Я - натхненний

Після четвертого класу я почав навчатися у НВК «ШЕЛ». Перші дні я хвилювався, адже це новий клас, нові учні, нові друзі, нові вчителі. Після першого тижня я вже трошки познайомився з однокласниками і не так хвилювався через вчителів - всі вони виявилися класними і добрими. Мені найлегше вдається математика, природознавство і польська мова. Попри те, що польська мова для мене є повністю нова: мені незвичні слова, фрази, звучання та мелодика, я нею захоплююсь. Серед однокласників знайшлися такі, яким подобається те саме, що й мені, з якими можна поговорити про відео, хобі, фільми, спорт, навчання. А ще ми з друзями після ліцею займаємось футболом - це моє улюблене заняття поза НВК.

Мені подобається у новій школі! Я - натхненний!

*Ярема Клюк,
учень 5А групи*

Зміни у моєму житті

Цього року я вступила у НВК «ШЕЛ», який відрізняється від моєї попередньої школи. Найбільше мені тут подобається, що діти не користуються телефонами протягом дня. Завдяки цьому ми більше спілкуємося між собою. Учителі ставляться до кожної дитини з повагою та терпінням. Найбільше захоплююсь уроками математики і фізкультури, а також мені цікава німецька мова. У ліцеї є два чудових спортивних майданчиків і тренажерний зал. На мою думку, для кращого всестороннього розвитку учнів у ліцеї необхідно відкрити більше гуртків.

Я думаю, що у НВК «ШЕЛ» я здобуду глибокі знання, які мені стануть у нагоді в майбутньому.

*Юля Попеляста,
учениця 5А групи*

Коли я йшов поступати до ліцею, то думав, що вивчуся і отримаю хорошу освіту. Моя думка не змінилась. Мені подобається у ліцеї, тому що тут цікаві традиції, уроки, а ще добрі вчителі. Кожного разу, коли я приходжу у ліцей, мені стає легше і краще. Дуже цікавий гімн, емблема, прапор. Для мене цей заклад дуже важливий, він дорожчий за гроші. Я вважаю, що наш ліцей навчить кого завгодно.

*Матвій Баландюх,
учень 5Б групи*

У ліцеї все строго, але то не страшно - більше розуму прийде. Щотижня відбувається щось нове і зараз у нас проходять заходи до Дня захисника України. До нас також приходили із поліції і розказували про те, як себе вберегти від біди.

У нас є свій Facebook, де ми викладаємо відео про ліцейське життя. Наша група любить подорожувати. У кожного в групі свої обов'язки. Я - господиня. Також є староста, журналіст і той, хто слідкує за харчуванням. Ви би знали, як тут класно!

*Юлія Чобіт,
учениця 5Б групи*

Враженнями про НВК «ШЕЛ» діляться учні 5Б групи

Коли я дізнався про ліцей, то одразу захотів вчитися у ньому. Ліцей класний. У ньому розумні діти, добрі вчителі. Марта Віталіївна – куратор нашої групи. Тут нові правила, цікаві предмети. Наприклад, мені подобається математика, природознавство та інформатика. Цікаві електронні щоденники. Невеличка, але красива їдальня.

Руслан Волосянський

Учні старших груп уже познайомилися із леликами. Лелики – це п'ятикласники, які ще не пройшли посвяту у ліцеїсти. Ця урочистість відбудеться 30 жовтня.

Наш прекрасний куратор – Козак Марта Віталіївна. У ліцеї смачно готують і приємно викладають. У нас дуже добрі вчителі.

Анна Вуйта

Коли я прийшов до ліцею – зрозумів, що буде не просто. Мене найбільше захопила гра у футбол. Здивувало, що у закладі є гімн та герб у вигляді лелеки з книгою. Тут поглиблено вивчають математику, а це мій улюблений предмет.

Володимир Ганасевич

Із самого дитинства я мріяв вступити у Львівський економічний ліцей, тому що тут є багато уроків математики та інших предметів. Ліцей для мене важливий: якщо буду добре вчитись, стану розумнішим.

Дмитро Гануляк

Я – в ліцеї. Тут я зустрів багато дітей і знайшов з ними спільну мову. Мені сподобалися уроки математики та природи. Мене здивувало, що в НВК «ШЕЛ» є свій гімн. Чесно, мені тут подобається і не хочеться його покидати. Робитиму все можливе, щоб стати гідним ліцеїстом.

Василь Головач

Я захотів навчатися у НВК «ШЕЛ» тому, що багато чув про цей заклад. Ліцей – особливий. Наприклад: одна ліцейстка написала слова гімну, а інша

добрала музику до нього. Гімн ліцею виконують вже більше 20 років.

Тут навіть є свої традиції, табір, проводяться змагання і конкурси. Учніське життя у НВК досить активне.

Остап Досяк

Мені подобається в ліцеї, бо ми – згуртовані, як одна сім'я. Вчителі і учні немов цеглинки і разом ми – найсильніша стіна, яка подолає все. Також є багато хороших вчителів, які якісно навчають. У ліцеї нас називають «леликами». Я не шкодую, що тут навчаюсь.

Софія Юрків

До нас приходили і розказували про книги. Мені дуже сподобався Олімпійський тиждень і спортивні змагання. У нас є емблема ліцеїста, на якій зображений лелека з книгою, як символ знань.

Захар Ясенецький

У ліцеї вчиться мій брат Сергій. Я познайомилась з однокласниками і вони стали моїми друзями. Тут цікаво тому, що різні конкурси. Ми малювали олімпійські кільця і я виборола третє місце. Буду далі брати участь у змаганнях, бо люблю перемагати. У ліцеї трошки строго, але це добре. Думаю, що багато тут навчусь.

Анастасія Ясницька

Життя у НВК «ШЕЛ» стало для мене кроком у доросле життя. Я відразу поринула у знання. Ми вчимо гімн ліцею, придумуємо танець до Посвяти у ліцеїсти. Багато свят, конкурсів, творчих завдань. У мене тут є робота. Я – помічник журналіста.

Ольга Муравська

Мені дуже подобається наш гімн ліцею. Зручно, коли фізкультура проходить на вулиці, тому що отримую енергію і за-

ряд на весь день. Мене вразило, що клас називається групою, а класний керівник – куратором. Для мене ліцей важливий.

Софія Коваль

Я – знову куратор!

Кураторство – це дуже відповідальна і важлива функція учителя. Від куратора, певною мірою, залежить бажання або небажання дітей вчитися, їхнє натхнення та успіхи, відносини з однокласниками і вчителями. Хвилюються не лише юні ліцеїсти, коли вступають у нову для них ліцейську родину, а й вчителі. Ми ретельно готуємося і продумуємо не лише уроки за спеціальністю, а й кожен крок для створення і розвитку навчально-виховного потенціалу учнів нової групи ліцею. З чого розпочати знайомство? Як навчити бачити добро і творити його? Як бути справедливим і чесним?

Кожного разу одні і ті ж думки, але щоразу інші діти – різні покоління і характери. Та всіх їх об'єднує дитяча щирість, нові однокласники і нові вчителі. Трішки перелякані, але усміхнені учні 5-6 групи прийшли у НВК «ШЕЛ» на свої перші уроки. Уже пройшли дні, тижні і вони поступово вивчають новий колектив та переймають ліцейський дух від старших колег.

Наші Маленькі Ліцеїсти! Щиро бажаю Вам наснаги до навчання і великих успіхів! Бажаю знайти тут вірних друзів та проживати прекрасні моменти, які незабаром стануть яскравими спогадами шкільних років.

*Марта Козак,
куратор 5Б групи*





Я вперше завуч

Ліцею я поріг переступаю,
Зникає вмиль в душі тривога.
Нову посаду обіймаю,
А це нові обов'язки й вимоги.

Посада завуча відповідальна
З учителями маю працювати,
Ділитись досвідом своїм,
Поради методичні надавати.

Питання на педраду готувати:
Все відповідно до роботи плану,
І розклад учням й вчителям
складати,
І атестати всім випускникам
вручати.

Усіх я маю бачити і чути,
Нічого я не маю права
пропускати,
І звіти про успішність мають бути
У певні терміни їх треба
формулювати.

І курси вчасно мають всі пройти:
Все згідно графіку нового,
Атестуватись щоб усі могли,
А це чергово і позачергово.

Всіх учнів нашого ліцею
В лице я маю знати.
Розмови вести за потреби,
А деколи й з уроків відпускати.

Таланти учнів маю я шукати,
Які заховані глибоко у душі,
Щоб у ліцеї їх розкрити
І розвивати у дорослому житті.

Я вперше завуч, а ще - я жінка,
А також сину - мати,
І це моє усе життя,
Йому я маю всю себе віддати.

*Софія Музика,
заступник директора*

Я вперше куратор

Коли мені запропонували стати куратором бб групи, довго вагалась, розмірковувала, чи впораюсь з поставленим переді мною завданням. Адже, куратор – найважливіша людина у виховному процесі: друг, помічник і наставник для кожної дитини у групі. Бути куратором не просто, весь час потрібно тримати руку на пульсі, любити кожного свого учня таким, яким він є: талановитим чи не дуже, веселим чи сумним, спокійним чи непосидючим...

А група цікава, весела, креативна, непосидюча, деколи невгамовна зі «сюрпризами, які можуть бути чи не бути не зовсім добрі», - як сказав один з учнів. Кожна дитина у нашій групі – це окрема загадка і невивчена зірочка, яку потрібно зрозуміти, розгадати її/його таємниці, засвітити й не дати згаснути.

Ось і намагаюсь «вирахувати пін-код» для створення умов у групі, щоб кожна дитина почувалася комфортно, творила своє життя, зростала інтелектуально, духовно, творчо, постійно самовдосконалювалася, і кожна мить наближала її до щасливого здорового і успішного майбутнього.

«Тепер ви наша «класна», - сказали мені мої учні. На що я заперечила, бо «класною – найкращою, розуміючою, зразковою» стану лише разом з ними. Все в наших руках, дорогі мої «сонечка бб групи».

*Надія Горняткевич,
куратор бб групи*

«Якщо ваш внутрішній голос каже, що ви не можете малювати – малюйте якомога більше, тоді цей голос затишнє».

Вінсент Ван Гог

У 2021 навчальному році я вперше за період своєї педагогічної діяльності стала наставником і куратором тридцяти шести розумних, талановитих і просто хороших дітей – учнів 7 групи. Проте, я не випадково розпочала свої роздуми саме з цієї цитати всесвітньовідомого митця, оскільки до останньої миті мала великі сумніви і сильні страхи щодо того, чи впораюсь я з таким завданням. Адже, виховуючи двох власних діточок, я чудово розумію наскільки це важко і відповідально бути вихователем і наставником для чужих дітей. Але вже зараз можу сказати, що мій внутрішній голос переживання стихає і я розумію, що зробила правильний вибір, адже радісні посмішки і захоплені погляди дітей справді надихають.

Усвідомлюючи, що куратор групи є для підростаючого покоління духовним посередником між суспільством і дитиною, прагну створити сприятливі умови для формування особистості, внести необхідні корективи у процес морального і духовного виховання, скоординувати зусилля педагогів, сім'ї, соціуму, стимулювати інтерес до розвитку творчих, інтелектуальних і фізичних можливостей і здібностей кожного учня.

Попереду на мене чекає нелегка праця, бо є до чого прагнути і чого навчатись, але, головне, це бачити і цінувати в дітях ту неповторну індивідуальність, яка відрізняє нас усіх один від одного, зуміти забезпечити свободу самовираження їх особи і зрозуміти, що дитина – людина, що має власне уявлення про світ, свій досвід і особисті почуття.

*Наталія Манько,
куратор 7 групи*

Я вперше вчитель



лячись на своїх викладачів, колег та учнів, я намагаюся вдосконалювати свої педагогічні навички щодня, відслідковувати нові тенденції в освіті з питань викладання історії і права, поетапно впроваджувати новизну у практику. Глибоко переконана, що бути вчителем - це важка та клопітка праця, яка приносить неоціненний досвід.

*Мар'яна Зворська,
вчитель історії*

«Розпізнати, виявити, розкрити, виплекати, випестувати в кожного учня його неповторно-індивідуальний талант – значить підняти особистість на високий рівень розквіту людської гідності».

В. А. Сухомлинський

Кожна людина обирає свій власний шлях саморозвитку та самовдосконалення, формування себе як впевненої у собі особистості і я не стала винятком. Ще зі шкільних років була переконана, що справа, якою займатимусь у майбутньому, має приносити мені задоволення.

У старших класах мене зацікавила історія, яку я невдовзі після цього сумлінно вивчала в університеті. Під час навчання у школі та у вищому навчальному закладі великий вклад у мене, як у педагога, внесли мої викладачі. Власним прикладом вони демонстрували головні аспекти роботи вчителя, які я засвоїла на все життя. Також в університеті я почала займатися громадською діяльністю, яка, на мою думку, розвинула мої комунікативні здібності.

Окрім вищесказаного, колосальне враження на мене справила педагогічна практика у школі, яку мала змогу проходити на останньому році навчання бакалаврату. Протягом цього періоду я переймала досвід у старших колег, зрозуміла, що педагог не лише повинен мати глибокі знання зі свого предмета, постійно займатись самоосвітою, бути в курсі новинок літератури і технології, але й володіти високими моральними якостями, адже професія вчителя – це робота з людьми!

Перелічені фактори, напевно, і вплинули на мій вибір професії. Див-

Усім привіт! Я - вчитель української мови та літератури. Колись ці слова майоріли в моїх думках як мрії. Пригадую, ще в шкільні роки, у класах початкових, я сиділа за столом у своїй кімнаті і наполегливо "проводила уроки" з умовними учнями. А вже у зрілому віці, в час вибору майбутньої професії, я твердо знала свою мету – вступаю на філологічний факультет Львівського національного університету.



Всі мене запитували, чому я так захопилась цією професією. А я відповідала: "Люблю солов'їну українську мову, прагну вдосконалювати свої філологічні навички, а найголовніше – ділитись знаннями з іншими". Крім того, я завжди була переконана, що мова – це одяг думок людини. Тепер я дипломований вчитель-філолог і я вдвічі щаслива, бо отримую насолоду від спілкування з дітьми. Широко вірю, що внесу свою плідну часточку у розвиток свідомих і грамотних юних українців!

Для мене педагоги – це шкільні батьки, адже в стінах навчального закладу саме вони розпізнають індивідуальність кожного учня, скеровують їхню енергію у правильне навчально-виховне русло. Не вважається вчителем той, хто нехтує своєю місією, хто приходить на роботу лише для власного матеріального збагачення. Пріоритет у вчителя такий – відповідальність за моральне збагачення вихованця. Я чітко це усвідомлюю і на уроках української мови та літератури роблю все можливе, аби мої учні збагачувались знаннями та ставали духовно багатими!

І, звісно, не можу не згадати відомі слова Григорія Сковороди, який стверджував, що "вчителем є той, хто навчає так, як сам живе". Тож лише внутрішньо відшліфований педагог має право виховувати інших.

*Мар'яна Луцак,
вчитель української мови та літератури*

«Широко простягає хімія руки свої у справи людські...»

М.В. Ломоносов

Питання: « Чому я обрала професію вчителя?», на мою думку, є риторичне. Бути вчителем - не так просто у даний час. Цю професію насамперед потрібно любити. Любити свою роботу, свою професію. Якщо ти її не будеш любити і не будеш передавати свої знання іншим, то це означає, що це не твоє. Насамперед потрібно знайти себе, своє покликання, щоб було цікаво і легко працювати у тій чи іншій сфері діяльності.

Чим же зацікавила мене моя професія? Перш за все ти, як працівник освіти, навчаєш когось і навчаєшся чомусь новому. Попрацювавши декілька років в навчальному закладі, ти розумієш і усвідомлюєш, що ж кожним днем тобі все більше і більше подобається працювати з дітьми. Хімія - це така наука, яка тебе оточує повсюди і з кожним роком ти дізнаєшся щось нове та цікаве. Проводячи багато часу у колі колег, ти усвідомлюєш, наскільки кожен з них має покликання до роботи з учнями. Кожен учень є індивідуумом, окремою незалежною особистістю. Вони думають по-різному, працюють і навчаються по-своєму.

Мої плани щодо майбутньої професії наступні:

- навчати дітей кожного разу по-новому;
- любити їх і прищеплювати їм любов до навчання;
- знаходити індивідуальний підхід до кожної дитини;
- розвиватися у професійному плані, підвищувати свою майстерність;
- любити свою професію і дітей.

І на завершення скажу: бути вчителем не кожен зуміє, оскільки ця людина повинна бути обдарована талантом, який потрібно передавати своїм вихованцям.

«Хіміки — це ті, хто насправді розуміють світ» Лайнус Полінг

*Віта Дністрян,
вчитель хімії*



На кухні у пані Іванки

Як і у всіх навчальних закладах, так і у нашому ліцеї активно працює буфет, а «богинею» страв та різноманітних смаколиків є пані Іванка, людина великої душі і щирого серця. Про її талант приготування, смакові якості страв та материнське відношення до учнів і вчителів знає кожен учень. Щоперерви з дзвоником у приміщення буфету вриваються, як вихор, десятки учнів груп (відповідно до встановленого графіка), прагнуть залюбки поласувати щоразу новими стравами. Аби зрозуміти, що ж саме надихає пані Іванну на створення великого різноманіття страв, ми взяли інтерв'ю у нашої кухарочки.

- Пані Іванно, добрий день. Скажіть, будь ласка, що для вас означає працювати на кухні у НВК

«ШЕЛ»?

- Що означає... Люблю діточок дуже і з любов'ю все готую, стараюся для вас, аби ви були ситі та задоволені.

- Які страви Ви любите готувати найбільше?

- Для мене всі страви улюблені, смачні і я стараюся для вас, щоб було все гарно і смачно. Проте, найбільше люблю готувати борщ і бульйон, бо ви всі навчилися їсти і дуже любите перші страви. Дехто навіть замовляє по два рази. Популярними також є щавлевий борщ та овочевий суп.

- На Вашу думку, що діти люблять їсти найбільше?

- Найбільше полюбують картоплю з відбивною, борщ, вареники,

різні салати (ми щодня маємо по два-три різних), страви з курячого філе, також у нас з'явилися нагетси: дітям дуже смакує.

- Скільки є позитивних моментів у Вашій роботі та які саме?

- Позитивні тоді, коли я бачу, що ви все їсте. Дуже то приємно, бо я розумію, що моя праця не є марною. Також люблю, коли діти самі підходять і просять приготувати їх улюблені страви. Стараюся відповідати запитах учнів.

- На Вашу думку, які страви діти замовляють найменше?

- Як не вистає коштів, то і багато не замовляють, але найбільш ходовий товар - сосиска в тісті.

- Скільки страв Ви налічуєте на своїй кухні?

- Страв десь, певно, п'ятнадцять, але кожного разу додаються нові. Ми постійно оновлюємо асортимент, прагнемо йти в ногу з часом і запитами та потребами учнів. Мені дуже приємно бачити, як розбігаються очі дітей при виборі страв.

- Щиро Вам дякуємо за те, що піклуєтесь про учнів та смачно готуєте для нас.

- Завжди прошу. Заходьте.

Інтерв'ю проводили:

*Аліна Сташко, Анна Петраш,
Марта Блавацька, Єлена Бондаренко,
учениці 6А групи*



Дорогу долає той, хто впевнено йде

Кожного року теплого вересневого дня, коли я, як вчитель, заходжу на перший урок фізики до семикласників, звертаюся до них такими словами: «Діти, сьогодні ми з вами починаємо вивчати найцікавішу науку, яка називається фізика. А скарбниця ваших знань із фізики буде поповнюватися при кожній нашій новій зустрічі, починаючи від сьогодні і до завершення навчання у ліцеї. Впевнено можу сказати, що ці знання ви будете використовувати впродовж усього свого життя».

Видатний фізик А. Ейнштейн вважав, що вміє «навчати той, хто вчить цікаво». Саме інтерес мотивує до навчання. Тому готуючись до кожного уроку, я шукаю способи, які викликають в учнів зацікавлення матеріалом теми. Якщо дітям не цікаво на уроці - навчити їх дуже складно. Існує багато шляхів мотивування слухачів, але ніщо так не захоплює і не залишається в пам'яті людини, як події, пов'язані з чимось незвичайним. На мою думку, саме зацікавлення через здивування є найефективнішим у моїй роботі. Люблю дивувати своїх вихованців, щоб активізувати навчальну діяльність, зацікавити та залучити їх до спільної творчості і співпраці. Вони

мене теж дивують, знімаючи короткі відеоролики під рубрикою: «Мій домашній експеримент».

Працюючи на посаді вчителя фізики, астрономії та природознавства, сформуvala своє бачення викладання предметів. Добре володію сучасними освітніми технологіями і використовую інноваційні методи та методики не тільки на уроках, а й в позаурочний час. Діти активно долучаються до проектної роботи.

Навчаю учнів мислити, знаходити компроміси, виділяти головне, висувати гіпотези й перевіряти їх на

практиці. Найважливіші принципи моєї роботи: науковість, системність, послідовність, наступність, конкретність, єдність теорії і практики, зв'язок з життям, актуальність.

Постійно вдосконалюю педагогічну майстерність, знайомлячись з новими ефективними тенденціями викладання фізики та астрономії.

*Ірина Сава,
вчитель фізики
та астрономії*



За час роботи на посаді вчителя математики у НВК «ШЕЛ» сформувала своє бачення викладання предмета. Добре володію сучасними

ефективними методами і формами компетентісно-зорієнтованого підходу до організації освітньої діяльності.

Формую в учнів навички самостійно здобувати знання й застосовувати їх на практиці. Окрім уроків у НВК «ШЕЛ» допомагаю учням систематизувати свої знання за допомогою особистих відеороликів на сторінці YouTube. Також розвиваю критичне мислення в учнів та прививаю любов до математики, публікуючи інтерактивні тести за допомогою Instagram.

Володію творчим недогматичним мисленням, здатна створювати на уроці атмосферу живого спілкування, вступаючи з учнями в тісні контакти та створюючи психологічні комфортні умови на уроці.

*Наталя Петрів,
вчитель математики*



Спорт – це життя

Про це говорять у всіх журналах, книгах, на уроках з основ здоров'я та фізкультури. НВК «ШЕЛ» теж так вважає, тому і провів Олімпійський тиждень на підтримку здорового способу життя.

З 6 по 10 вересня у стінах ліцею і на свіжому повітрі проходили різні естафети, змагання, флешмоби, вікторини, у яких брали участь усі діти та вчителі. Особисто мені сподобалися вікторини, під час проведення яких ми пригадували вітчизняних спортсменів, що прославили Україну та посіли призові місця у різноманітних змаганнях. Це було дуже актуально, оскільки лише місяць тому закінчилися Олімпійські Ігри 2020, що проходили у Токіо. На них наші спортсмени вибороли 19 медалей! Також веселими були змагання,

конкурси, естафети, які видозмінили та активізували діяльність учнів на уроках фізкультури, викликали живий інтерес і зацікавлення. Ми могли змагатися, відчувати дух здорового суперництва, відпочити від постійного сидіння за партою. А завершенням цього тижня став флешмоб, у якому взяли участь не тільки діти, а й

наші наставники – вчителі.

Олімпійський тиждень – це вже традиція, якої впродовж багатьох років дотримується наш заклад.

(Усю інформацію та відеоролик на цю тематику ви можете переглянути на нашій Фейсбук - сторінці)

*Анастасія Залужна,
учениця 8 групи*



Олімпійський тиждень у НВК «ШЕЛ»

На другому тижні навчання в нашому ліцеї розпочався Олімпійський тиждень. Він створений, щоб популяризувати серед учнів важливість ведення і дотримання здорового способу життя та розкрити всю суть спорту. Під час Олімпійського тижня ми проводили різні естафети, а також пригадували героїв і переможців Олімпійських ігор античності та сучасності.

У цей період на території ліцею відбувся веселий та енергійний спортивний флешмоб. У ньому брали участь

учні нашого закладу, а також наші наставники-вчителі. У флешмобі діти займалися фізичним та розумовим спортом: грали в кібершахи, стрибали на скакалці, проводили естафети та виконували інші фізичні вправи. Також було оголошено конкурс найкращого тематичного малюнка. Ігор Володимирович розповідав нам про людей, які творили Олімпійські ігри. Ще ми обговорювали досягнення нашої держави на Олімпійських іграх різних років, дізнались про чемпіонів

та в яких категоріях спорту вони підносили Україну на п'єдестал.

Отже, такі заходи є дуже корисні для нас, бо вони нас розвивають всесторонньо. Кожного разу ми дізнаємося більше цікавої інформації, починаємо ще більше захоплюватися спортом, мотивуємося для особистих досягнень. І це – круто!

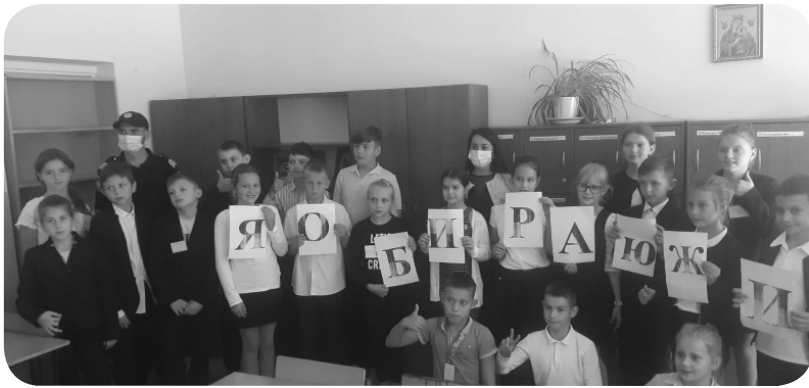
*Арсен Качмар,
учень 8 групи*



Рухова активність – це основна функція людського організму. Фізичний розвиток, зміцнення здоров'я проходить у межах фізичного виховання, у процесі якого використовуються різнопланові вправи, рухливі та спортивні ігри. Загартованість і підготовленість означають певний досягнений рівень розвитку властивих людині фізичних якостей у силі, швидкості, витривалості, гнучкості, спритності.

Хто фізкультурою займається – той сили і здоров'я набирається!

*Ігор Процик,
вчитель фізичного виховання*



Безпека— це здоров'я, безпека – це життя

Саме під таким гаслом ліцеїсти проводили заходи до Тижня безпеки руху. Цікаві інтерактивні уроки, практичні заняття, презентації та зустрічі із представниками патрульної поліції допомогли учням краще засвоїти поняття безпеки та безпечної поведінки.

У 5-их групах відбулось цікаве заняття, в процесі якого учні, виконуючи ролі велосипедиста, водія, пішохода та пасажирів, називали ос-

новні правила безпечної поведінки на дорозі для кожної групи учасників та підбирали дорожні знаки, які стосувались безпосередньо їх груп. Також ми відтворювали ситуації, які відбуваються на дорозі чи вулиці, у приміщенні навчального закладу, намагались побачити ті помилки, що часто виникають у процесі дорожнього руху і пояснити правильну поведінку та дії людини аби уникнути ДТП.

Учні 6-их груп за допомогою мультимедіа представляли правила і обов'язки пішоходів, пояснювали безпечну поведінку учня на перехресті, кільці, називали дорожні знаки і в підсумку створили власну безпечну дорожню карту з дому до НВК «ШЕЛ». Для мене, як викладача курсу «Основи здоров'я», є важливим аби мої учні чітко усвідомлювали свої дії на дорозі, поведінку в НВК «ШЕЛ» та обов'язки вдома, адже безпека і відповідальність кожного створює здорову атмосферу із здоровими поглядами, переконаннями та баченням щасливого майбутнього.

Учні старших груп, провівши бесіду із поліцейськими, зрозуміли наскільки важливою і відповідальною є їхня поведінка під час навчального процесу та поза межами ліцею, як формувати дружній колектив і правильно поводити себе під час конфлікту чи булінгу.

Всі ці заходи стали важливою основою до розуміння того, що наша безпека – у наших руках.

*Зоряна Бурак,
вчитель предмета «Основи здоров'я»*

За свої протиправні дії потрібно відповідати!

Сьогодні до нас на урок прийшли інспектори відділу ювенальної превенції ГУНП у Львівській області. Щороку адміністрація НВК «ШЕЛ» запрошує представників відділу для тематичної бесіди з учнями щодо питань безпеки їх перебування у навчальному закладі, вдома, на вулиці. Під час бесіди піднімаються питання захисту себе в умовах тої чи іншої небезпеки, проблеми самогубства, прояви суїцидальних явищ. Вони нам розповіли про правила безпеки життєдіяльності, дорожнього руху, про те, чого нам слід остерігатися, які небезпеки можуть на нас чатувати, про відповідальність підлітків за порушення закону, безпечний Інтернет та мобільний зв'язок, правила користування електро-самокатами і велосипедами.

З цього уроку ми винесли багато нової корисної для себе інформації. Нам навели приклади того, як діти підліткового віку тікали з дому,

не відвідували чи прогулювали уроки, порушували дисципліну на уроці, могли принизити своїх однокласників або менших за себе, не виконували домашні завдання, розпивали алкогольні напої. Ми дізналися, що таких дітей ставлять на облік, що перешкоджає їм у подальшому вступати у ВНЗ та знайти відповідну належно оплачувану роботу. Той факт, що вони не були повнолітніми, не звільнило їх

від покарання. Тепер знаємо, що перед тим, як щось робити, ми повинні думати про наслідки, адже за всі свої дії потрібно відповідати незалежно від віку.

Ми дякуємо двом інспекторам, які з нами спілкувалися. Думаю, що кожен з присутніх отримав відповіді на свої потаємні запитання!

*Олеся Пощоловська,
учениця 1 групи*



Книга – дорога у загадковий світ

У вересні учні нашого ліцею в рамках Тижня книги «Книжковий світ – то особливий світ», мали нагоду поринути у загадковий світ книги та краще пізнати його. З учнями кожної групи проведено заняття, приурочене книзі та важливості читання у житті кожної людини. Книга – це дорога у загадковий світ фантастики, де можна забути про реальність та помандрувати своєю уявою у будь-який куточок неіснуючого світу, відпочити та відволіктись. Окрім того, книга – це

також дорога у світ розвитку, великий вклад у збагачення свого мовлення та фантазії.

Я мала нагоду поспілкуватися з учнями 5-их груп про їхні улюблені книжки. Абсолютно кожна дитина принесла свою улюблену книгу, а хтось навіть і дві-три. Вони розказували із захопленням про пригоди їхніх улюблених героїв, кумедні ситуації, які траплялись з ними. Хтось бачив у собі схожість з героями: «Та він ж такий, як я» – розказували діти із во-

ником в очах.

У сучасному світі цифрових технологій дуже важливо показувати дітям ще з дитинства книжковий світ, щоб вони побачили, що це не менш цікаво. Тоді і у старшому віці вони будуть залюбки брати книгу до рук та пізнавати цей світ вже самостійно.

«У моїх дітей, звичайно, буде комп'ютер. Але спочатку вони отримають книги» Білл Гейтс.

*Марта Василик,
бібліотекар НБК «ШЕЛ»*



Народження книги

Нещодавно ми зустрілись із пані Наталею, бібліотекарем із Привітної бібліотеки на Хвильового 3, аби дізнатися щось нове про те, як люди зберігали знання, які вони отримали від своїх предків і як передавали власний досвід для своїх нащадків. Справді, було дуже цікаво почути і побачити, як це відбувалося, яким чином люди створювали книжки від прадавніх до сучасних, свій досвід. Також, ми дізналися про унікальні збірки рукописів, які цінувалися дорожче ніж золото, такі як «Повість минулих літ»,

«Слово про закон і благодать». Довідалися, як люди придумали спочатку знаки та символи, щоб передавати інформацію, а потім і письмо, щоб полегшити процес передачі інформації, почули про еволюцію книги від глиняних та воскових дощечок до пергаменту і аркуша паперу. Я та мої друзі вдячні за цікаву і змістовну розповідь нашої гості. Будемо щиро раді бачити її ще раз у стінах нашого ліцею.

*Софія Качмар,
учениця 6А групи*

Нестандартні уроки, цікаві зустрічі

Минулого тижня нашій групі випала унікальна нагода зустрітись із дуже талановитою особистістю та автором багатьох видань Анастасією Нікуліною. Серед представлених книг – «Зграя», «Сіль для моря», «Більше нікому», «Завірюха», які вже стали улюбленими в колі підлітків і не тільки. Метою нашої зустрічі було залучення учнів до читання, збагачення словникового запасу, розширення світогляду. Авторка подавала нам приклади книг, що можуть допомогти підліткам у майбутньому та теперішньому житті, відгородити нас від стресу, булінгу, суїциду, розповісти про підліткову любов. Також ми переглядали декілька відеороликів з коротким описом сюжетної лінії із висвітленням проблеми, яка буде вирішуватися головним героєм упродовж усієї книги.

Письменниця детально описала та

розказала нам про мистецтво, його види, і про можливості фінансових доходів у майбутньому житті його засобами. Також ми брали активну участь у дискусії, обговорювали декілька запитань щодо книжок, пропонували свої ідеї, отримали відповіді на всі запитання, що нас цікавили. За 45 хвилин ми отримали безліч цінної для нас інформації, яка може стати корисною у запобіганні багатьох проблем «дорослого» життя, що можуть

травмувати нас фізично або морально і залишити свій відбиток у майбутньому.

В цілому, наша група залишилась дуже задоволеною від зустрічі з Анастасією. Ми прагнемо подальшого спілкування із ерудованими, ініціативними, перспективними людьми. Наше правильне оточення – вже великий крок до успіху!

*Андріан Томашевський,
учень 11 групи*



У королівстві КНИГ

Бібліотека — це королівство книг у нашому закладі. Тут працює пані Марта. Вона турбується, щоб всі учні були забезпечені книжками, а потім через них отримували найцінніше — знання.

Я зустрів пані Марту в бібліотеці, коли забирав підручник з біології. Вона була усміхненою і ввічливою. Бібліотекарка обережно передала мені підручник. Було помітно, що вона дуже цінує книги. Також коли я здаю книги в кінці навчального року, вона перевіряє їх на цілісність та естетичний вигляд. Дуже важливо, щоб молодші класи мали змогу вчитися маючи і користуючись охайними підручниками.

Пані Марта - справжня королева у королівстві книг.

*Марко Кухар,
учень 6А групи*

Конкурс «Дивомандри»

У вересні в НВК «ШЕЛ» учениці 6-тих груп взяли участь у конкурсі «Дивомандри». Ми проілюстрували однойменну легенду «Село примар», у якій розповідається про події Другої світової війни в с. Великі Грибовичі, яке неподалік від Львова. Ця легенда оповита таємничими загадками. У ній розповідається про справжнісіньких демонічних істот – русалок! Як казала місцева знахарка, вони приходили до людей, щоб помститися за їхню смерть і за те, що не поминають їхні душі.

Малюнок, який ми намалювали до цієї легенди, був не менш цікавим і красивим. На ньому зображено події під час війни: горіли будинки і дерева, людей грабували і вбивали, а дівчина в сльозах втікала від цього жахття.

Також ми з однокласницями Софією, Веронікою і Марічкою зняли у

короткому відео, де повністю розповіли цю історію, тому кожен зацікавлений учень має можливість переглянути та почути цю історію.

*Яна Семененко,
Учениця 6А групи*



Зустріч з бібліотекарем

Читання у наш час є рідкісним явищем, особливо серед дітей. Зараз більшість людей надають перевагу паперовим книгам над електронними, що, на мою думку, дивно, адже ми живемо в епоху технологій. Але не завжди нове краще ніж старе. Перший варіант книжок має дві головних переваги: по-перше, текст сприймається краще. По-друге, це відпочинок для мозку.

Наприкінці вересня у нас була зустріч із представницею бібліотеки. На ній нам розповідали про любов до

книг і їх користь. Пані Наталя, яка проводила нам цей урок, підготувала презентацію і взяла з собою декілька книжок, про які нам оповідала. Також вона переповіла цікаві історії з життя і занурилася в минуле про історію створення самої бібліотеки та видозмінами, які з нею сталися.

Деякі люди читають книги, бо їм цікавий сюжет, а інші, оскільки книга надає можливість поринути у вигаданий світ, щоб відволіктися від сірих буднів, поринути у щось незвідане і величне, включити уяву, логіку, мис-

лення. Книжки люблять за їх вигляд, персонажів, сюжет і його розвиток. Вони корисні тим, що збільшують наш словниковий запас, дозволяють розслабитися, розвивають фантазію і швидке сприйняття інформації.

Отже, на мою думку, книжки – це дуже корисний і цікавий варіант проведення вільного часу, а також нам потрібно організовувати і проводити більше таких зустрічей з представниками різних сфер діяльності, адже вони не тільки корисні, але й цікаві.

*Діана Поволяєва,
Учениця 7 групи*



Захисниці України

«Воїн статі не має – ти або воюєш, захищаєш або ні»

Олександра Безсмертна

Цьогоріч Верховна Рада перейменувала державне свято День захисника України на День захисників і захисниць України. Депутати вирішили, що буде правильно змінити назву свята, щоб вшановувати мужність та героїзм жінок і чоловіків. На тематичній виховній годині учні 1 групи дізнались саме про захисниць, про історію та подвиги жінок, які захищали і досі боронять нашу батьківщину.

Радянську традицію вітати чоловіків замінила питомо українська традиція – славити наших воїнів на Покрову 14 жовтня. Це день не жінки чи чоловіка – це День воїна-захисника. А воїн статі не має – ти або воюєш, захищаєш, або ні. Раніше був такий ще радянський стереотип, що жінка в армії це, здебільшого, паперова робота, сфера медицини, налагодження побуту. Ми звикли говорити про захисників України у чоловічому роді, проте маємо ще й захисниць, рятувальниць і жінок-бійців. Коли в Україні почалася війна, в нас з'явилися нові, вже сучасні герої і ми вперше реально усвідомили, що таке боротьба за незалежність. Сьогодні українська жінка перестала бути просто тилом для свого чоловіка, який воює в АТО. Залишаючи вдома дітей, вона теж їде на війну захищати країну і рятувати своїх побратимів.

У Збройних Силах України доволі тривалий час україноконсервативно ставилися до вступу жінок на військову службу, але війна на Донбасі внесла корективи. Жінки не змогли залишитися вдома, коли на війні гинуть їхні чоловіки, сини, друзі.

Дівчата зрізають коси

І тугу шнурують берці,

їм щастя приснилось, здалося.

Кровить забинтоване серце.

Побачивши багатьох жінок на передовій, ніхто з побратимів уже не відправить їх варити борщ, адже стало очевидним: українки готові і спроможні захищати Україну нарівні з чоловіками.

Стереотип, що армія — для чоловіків, вже давно зник в більшості країн світу. В Іспанії, Швеції, США, Великій Британії жінки служать в ар-

мії добровільно. А в Ізраїлі військова служба для жінок вважається обов'язковою вже понад 60 років.

Тим часом, українська армія змінюється не лише озброєнням і набуттям досвіду, а й сприйняттям жінки, як повноцінного гідного воїна – захисника. Жінки-воїни були протягом всієї історії людства і воювали вони у найзапекліших війнах. Так, їх було не настільки багато, як чоловіків, але вони були. І є. І будуть.

Ще з давніх-давен на захист українських земель ставали не лише чоловіки, а й жінки: княгиня Ольга, Олена Теліга, Ярослава Стецько. У кожному населеному пункті нашої держави є визначні діячки, які боролися за Україну та її незалежність.

Українки завжди виявляли інтерес до військової служби. Під час Другої світової війни вони найчастіше були зв'язковими та медиками, а на гітлерівців наганяли страх снайпери або льотчиці, яких називали «нічними відьмами».

Прийнято вважати, що жінка створена аби дарувати життя, а не відбирати його. Але російсько-українська війна змусила вдягти камуфляж та узятися за зброю сотні українок. Нині тисячі жінок спільно з чоловіками захищають українську незалежність на Сході України. Дівчата з різних куточків країни поїхали на Донбас аби рятувати життя як парамедики, забезпечувати армію найнеобхіднішим, будучи волонтерами. З перших днів війни на Донбасі жінки-добровольці були снайперами, гранатометниками, кулеметниками, проте офіційно обіймали посади кухарів чи діловодів, адже бойові посади були для них закриті. Але за останні два роки для жінок-військовослужбовців розширили перелік бойових посад до ста.

Серед яких, зокрема, гранатометник, заступник командира розвідувальної групи, командир БМП, кулеметник, снайпер, стрілець тощо.

«Жінка-воїн зони АТО»

Важким хрестом нагородив

Тебе, Господь,

а доля сивину вплітає в коси ,

круки над тілом вже

заводять сто-голоси,

та не здаєшся Ти, йдучи у бій.

Твоя дорога на війні, не легка...

Ти снайпер, волонтер, ти

медсестра, хірург...

А вдома Ти, така кохана, ніжна

та дотепна,

незамінима МАМА, просто ДРУГ.

Незламна в умовах війни

Допоможе вона завжди

І не стане вона на коліна

Бо ця жінка, донька України!

Автор: Ніна Незламна

Жінка на війні – рівна чоловікові, а в деяких випадках – навіть цінніша професіоналка. На жаль, від ворожих куль загинули 13 жінок – патріоток України, які стали до лав захисників та мужньо боронили рідну землю. Вони – Герої не з книжок, а виховані поруч із нами. У них був вибір, можливість відсидітись. Але вони цього не зробили, бо не могли вчинити інакше. Ми повинні завжди пам'ятати тих, хто поклав своє життя і здоров'я за найвищою цінністю – за свободу і любов до рідної землі.

Доземний уклін і вічна шана героїчним донькам України! Дякуємо і пам'ятаємо усіх Героїв, що віддали своє життя за Україну!

Ірина Сава,

куратор 1 групи



Ми – частинка багатогранної ліцейської родини

У перші тижні навчання у ліцеї відбувся захід «Увага! Діти на дорозі» і до нас на виховну годину прийшли працівники поліції. Вони розповідали нам про безпеку на дорозі, правила поведінки у громадському транспорті та громадських місцях, правила дорожнього руху, про те, як себе поводити при розмові з незнайомими людьми чи коли ми бачимо незнайомі предмети. Ми також активно відповідали та доповнювали поліцейських. Ми вже багато знаємо, а дізналися ще більше.

Також 14 жовтня - День захисника України. Усі в цей день вітають татів зі святом, а я пишаюся цим і вітаю свою маму. Моя мама - жінка, яка була на

фронті чотири з половиною місяці. І я за нею дуже сумувала. Під час виховної години ми запросили маму, щоб вона розказала про свою роботу. Було дуже повчально і пізнавально, оскільки мама досліджує якість продуктів і їздила на Схід у найнебезпечніші місця. Також нам показали, як він виглядає і розповіли, що таке «сухпайок». Ми підготували мотивуючі листівки підтримки для воїнів, які вручили моїй мамі, щоб передала на фронт, а також питання, які не зупинялися і лунали ще протягом усієї перерви.

У ліцеї, насправді, багато традицій, гарних зустрічей, насичене життя, одним словом. Пишаємося і раді-

ємо, що стали частинкою ліцейської родини.

*Настя Борова,
учениця 5Б групи*



Зустріч – інтерв'ю із волонтером



До нас недавно завітав гість - Максим Батьківний. Він працює волонтером на війні. Прийшовши у нашу групу, пан Максим розказав дещо про себе.

- Привіт! Мене звати Максим. Я працюю волонтером на війні. У кінці нашої бесіди ви зможете приміряти справжній бронежилет, який я приніс саме для вас. Можете ставити мені питання, які вас цікавлять, - звернувся до нас Максим Батьківний.

- А ті листівки, які ми пишемо в АТО, приходять воєнним?

- Так, звичайно отримують. Військові навіть не читають від кого цей малюнок чи привітання - вони беруть цю листівку, читають її, дивляться на малюнок чи вірш, зображені на ній, прикладають її до самого серця.

- А на війні всі мирні та дружні? Там друкать між собою чи ні?

- Так, там всі дружні. Тому що коли починається стрільба на підземні будівлі - усі одне одного починають захищати.

- А як вони будують собі житло?

- Беруть лопати і риють тунелі до поясниць.

- А чим вони харчуються?

- Їм привозять великою машиною їжу, одяг та зброю з запасом приблизно на тиждень або місяць.

- А дівчата теж ідуть на війну?

- Так, звичайно. Але, по правді, воюють хлопці.

Пізніше Максим Батьківний запитав у нас:

- Діти, а ви відчуваєте, що в країні йде війна?

Всі ми дружно відповіли:

- Ні!

Гість сказав:

- Хто хоче поміряти бронежилет, підходьте сюди!

Бажаючих було дуже багато. Ми ще довго не відпускали цю чудову людину - волонтера і просто мужнього і цікавого чоловіка!

*Евеліна Оліховська,
учениця 6Б групи*

Вони гарантують нам чисте небо

«Ми шукали позитив й надію у всьому» - ці слова гучно пролунали у моїй свідомості. Війна - найстрашніша сторінка історії. Вона приховує тисячі смертей, поранень, кров. Живучи у мирному містечку, ми маємо дуже обмежені уявлення про усі ці події. Щоправда, завдяки розповідям військових, учні нашої групи побачили війну з правдивого боку: не як пасивні глядачі чи волонтери, а як захисники та патріоти. Нас перенесли у невідомі історії про кумедні клички, міцну дружбу, допомогу, взаєморозуміння, підтримку, труднощі у цей важкий період.

Під час уроку на обличчях військових була усмішка, проте, відчувалась тривога. Співчуття горіли у їхніх очах. Біль досі залишився у серці. Багато побратимів, на жаль, не повернулись,

але, будьте певні, що пам'ять про них назавжди залишиться у наших серцях.

Я вважаю, що для кожного свідомого громадянина є необхідним знати свою історію не лише із новин та газет. Варто шукати правду у пам'яті

героїв України. Вони - наша гордість, натхнення, захист. Не забувайте і дякуйте тим, хто гарантує вам спокійний сон та чисте небо.

*Юлія Юрків,
учениця 11 групи*



Українці – гідні Захисники

14 жовтня ми відзначали свято Покрови. За день до цієї урочистості до нас прийшли учасники бойових дій, які розповіли нам багато цікавого. Вони ознайомили нас з історією походження цього свята, чому воно так називається і показали короткий відеоролик про те, як живуть наші захисники на фронті. Воїни розказували про кожну війну, яка зробила ваго-

мий внесок у те, щоб Україна стала незалежною державою. Нас захопила ця інформація, яку ми почули, тому що вона була цікавою і повчальною.

Наші гості зазначили, що життя на фронті - не така страшна річ, як ми її собі уявляємо. На війні незнайома людина стає тобі за брата, готова віддати своє життя за тебе і за свою землю. На війні всі рівні. І не

важливо: старий ти чи молодий, багатий чи бідний, не важливо, якої ти національності чи віри, на війні один за всіх і всі за одного. Після цього Надія Павлівна, яка була присутня на нашому повчальному уроці, поставила дуже дивне для нас питання: «Як ви навчилися стріляти і вести бойові дії?». «Чому дивне?», - запитаєте. Тому що, ми думали, що на війні всі підготовлені до бою, а виявилось, що більшість добровольців і військових, які зараз на фронті, вчилися стріляти під час війни. Багато новобранців навіть не знали, як поводитися із зброєю. Проте їм допомагали старші воїни, командири, побратими. Під кінець уроку наші захисники показали нам відеоролик, в якому ми побачили, що українці ще до сьогоднішнього дня воюють за право жити у вільній країні.

Ми всі віримо і надіємося, що скоро ця війна закінчиться і Україна буде вільною та незалежною!

*Анна Староста
і Володимир Романюк,
учні 8 групи*



Як підготуватися до здачі ЗНО

Зовнішнє незалежне оцінювання - це серйозне психологічне випробування, яке вимагає завчасної підготовки, в тому числі й психологічної.

Впевненість, спокій, знання та інтуїція - це запорука вашого успіху при складанні ЗНО.

ЗАДОВГО ДО ЗНО:

- Спочатку підготуй місце для занять. Забери зі столу усі зайві предмети, зручно розклади свої зошити, підручники, ручки тощо.

- Склади план своєї роботи. Перед тим визнач, хто ти є: сова чи жайворонок. Склади план занять на кожен день. Важливо чітко знати, що ти робиш і не говорити усім оточуючим: «Я займаюся чи готуюсь», а «Я вивчаю саме певний розділ, конкретний матеріал».

- Починай із найважливого, але посилюючого. Легше і приємніше залишай на другу половину дня.

- Чергуй заняття із відпочинком. Психологи встановили, що оптимальна тривалість заняття 30-40 хв. Максимум уваги досягається після 10-15 хв. від початку роботи. Тривалість перерв у першій половині дня не повинна перевищувати 5-10 хв. У другій половині дня тривалість кожної наступної перерви збільшуй на 5 хв. Не забувай у час відпочинку займатися спортом, робити короткі прогулянки, тобто повністю відволікатися від навчання.

- Тренуйся щоденно робити тести. Роби це із секундоміром.

- Не потрібно заучувати напам'ять певні тексти; вчися робити короткі записи, нотатки, регулярно їх переглядай.

- Регулярно повторюй матеріал, бажано через 10 хв. після того, як ти вивчив новий матеріал, а згодом через добу. Кожне наступне повторення повинно бути коротшим за попереднє.

- Займайся самопереконанням. При всій своїй простоті - це є дуже дієва зброя. Повторюй про себе: «Я знаю багато, я спокійний, я впевнений, я розумний і т.д.», «Я напишу добре тестування».

ДЕНЬ ПЕРЕД ЗДАЧЕЮ ЗНО:

Багато хто вважає, що для того, щоб повністю підготуватися до іспитів бракує одного дня. Це невірно. Вже

після обіду важливо припинити готуватися, здійснити прогулянку на свіжому повітрі, підготувати документи, інші необхідні речі.

У ДЕНЬ ЗНО:

- Будь сконцентрованим. Для тебе повинен існувати лише текст завдань і годинник.

- Дій швидко, але не поспішай. Перед тим як дати остаточну відповідь, двічі прочитай завдання, переконайся, що ти правильно зрозумів, що від тебе вимагається.

- Спочатку берись за ті завдання, у правильності відповідей на які ти не сумніваєшся.

- Пропускай! Потрібно навчитися швидко пропускати важкі і незрозумілі завдання, щоб згодом до них повернутися.

- Читай завжди уважно завдання до кінця. Розуміти завдання з перших слів і добудовувати закінчення за допомогою власної уяви - це надійний шлях до помилок.

- Думай лише про поточне завдання. Коли ти бачиш нове завдання, забудь про попереднє.

- Якщо попереднє завдання тобі не під силу - забудь про цю проблему. Наступне завдання - це шанс набрати додаткові бали.

- Використовуй методику виключення. Якщо не знаєш правильної відповіді, то можна розпізнати усі невірні відповіді в силу їхньої абсурдності.

- Заплануй два круги. Завжди перевіряй себе. Навіть якщо відповідь легка і однозначна на перший погляд.

- Вгадуй. Довірся власній інтуїції.

ЯК ПІДТРИМАТИ СВОЮ ДИТИНУ?

Шановні батьки, психологічна підтримка - це один з найважливіших чинників, що визначають успішність Вашої дитини під час здачі ЗНО. Досить часто ми створюємо ситуацію залежності у вашої дитини, на кшталт, - «якщо ти ..., то...», нав'язуємо нереальні стандарти, суперництво із ровесниками, - «подивись, як інші стараються...» тощо.

Водночас справжня підтримка повинна ґрунтуватися на підкресленні здібностей та позитивних сторін дитини. Підтримувати свою дитину - значить вірити в неї. Підтримка за-

снована на вірі в природжену здатність особи долати життєві труднощі при підтримці тих, кого вона вважає значущими для себе. Дорослі мають нагоду продемонструвати дитині своє задоволення від її досягнень або зусиль.

Інший шлях - навчити підлітка справлятися з різними завданнями, створивши у нього установку: «Ти можеш це зробити!».

Щоб продемонструвати свою віру в дитину, батьки повинні мати мужність і бажання зробити наступне:

- забути про минулі невдачі своєї дитини;

- допомогти дитині знайти впевненість у тому, що він/вона справляється із тим чи іншим завданням;

- пам'ятати про минулі успіхи і повертатися до них, а не до помилок.

- Існують слова, які особливо підтримують дітей, наприклад: «Знаючи тебе, я упевнений, що ти все зробиш добре», «Ти знаєш це дуже добре» тощо. Пам'ятайте, основні правила психологічної підтримки, які є особливо важливими в період підготовки до іспиту:

- приділить дитині увагу.

- забезпечте Вашій дитині місце для роботи, прослідкуйте, щоб ніхто із домашніх їй не заважав.

- контролюйте режим підготовки випускника, пояснюйте, що обов'язково необхідно робити перерви.

- зверніть увагу на харчування дитини. Подбайте, щоб вдома була поживна і різноманітна їжа, що забезпечить збалансований комплекс вітамінів.

- залиште для дитини на період іспитів мінімальний перелік домашніх обов'язків, давайте їй зрозуміти, що оберігаєте її.

- допоможіть дитині розподілити час підготовки відповідно до певних тем.

- придбайте різноманітні тренінгові матеріали по тестуванню

- вчіть дитину правильно орієнтуватися у часі.

- виражайте готовність допомогти.

*Мар'яна Олексів,
практичний психолог*

Я – одинадцятикласник

Які предмети здаєш? Куди вступаєш? Якщо від цих слів ваші очі закриваються – то, швидше за все, ви – одинадцятикласники. Немає сенсу боятися цього статусу або ж завчасно йому радіти: це лише один із багатьох етапів нашого життя, коли доводиться ставати значно самостійнішими та брати відповідальність за власні вчинки і прийняті рішення. Такий період настає в житті кожного. Для когось він відзначається безпросвітною депресією, для когось – дощем із можливостей та амбіцій. І тобі дуже пощастило, якщо ти належиш до останніх.

Раніше, особисто я, із захопленням спостерігала за височенними старшокласниками, які повільно та деколи стомлено пливли коридорами ліцею. Тоді вони мені здавались такими впевненими, розкутими, безстрашними. І я, звісно, регулярно врзалась у них, гасаючи коридорами. А університетське життя уявлялось чимось таким далеким та примарним. Усі розповідали, що це весело, тож не було причин хвилюватися. Аж тут раптом світ змінився: тепер повз мене, наче зграї горобців, пролітають дідлахи. А я вже себе відчуваю чимось значно більшим, ніж горобець.

Відкриваються такі знання, про які я навіть не підозрювала. З'являється більше обов'язків. А разом з ними і проблеми, від існування яких тебе відмежовували скельця рожевих окуллярів дитинства.

Можу запевнити, що дорослішати – не менш цікаво, ніж залишатися дитиною. А бути одинадцятикласником – ледь не те ж саме, що бути першокласником. Не вірите – запитайте студентів: це далеко не завершення, а лише початок...

*Оля Гірман,
учениця 21 групи*

Що таке 11-й клас? Колись це видавалось вищим статусом: найстарша група у ліцеї: так багато знають вже, ще крок і доросле життя. Досі пам'ятаю, як заходила під час ранкового чергування у ліцей і, поки хтось записував відсутніх учнів, дивилась на дошку з незрозумілими символами та думала: «Ого, вони це розуміють!». Одинадцятикласники здавались такими дорослими, але зараз – це я і моя група. Не знаю, як мої однокласники, але я не відчуваю себе дорослою. Здається, що я так і залишилась десь між п'ятим та шостим класом.



Життя учениці 11-го класу не виглядає так, як це демонструють серіали: цікаве позашкільне життя та паралельно підготовка до екзаменів. Це більше виглядає як фільм жахів. «Залишилось 29 тижнів до ЗНО, залишилось 28 тижнів до ЗНО...». А ще всі люди чомусь вважають своїм обов'язком спитати, куди тобі хочеться поступати. Абсолютно всі: від члена сім'ї до перукаря. Не вистачає тільки Геґріда з фразою «Ти одинадцятикласник, Гаррі».

Звичайно, все вищесказане – це гіперболізована розповідь і не цілком усе так трагічно. 11 клас мало чим відрізняється від іншого року навчання. Єдине, що доводиться більше вчитися, бо приходить розуміння, що вже нема куди зволікати. Потрібно добре

скласти екзамени, щоб потрапити в університет мрії, принаймні, на контракт, а бюджетне місце – то вже велике щастя. А ще доводиться бути прикладом для молодших груп, бо «ви – найстарші». От і все. Ніякої трагедії немає. Можливо, трохи і важко встигнути все і відразу, проте таке наше життя. Воно складається з помилок, злетів та падінь, які врешті-решт приводять нас до чогось великого.

*Емілія Станчак,
учениця 21 групи*

Ось і пролетіли дитячі роки життя. Уже зовсім скоро я переступлю поріг ліцею востаннє, як ліцеїстка. Колись мені мама сказала: «Тут ти переживеш одні з найкращих років у твоєму житті». Так і сталося. Я познайомилась з прекрасними людьми. Деякі з них навіть стали невід'ємною частиною мого життя і я справді дякую НВК «ШЕЛ» за них. За цей час я пережила безмежну кількість емоцій: позаду – багато незабутніх моментів, які залишаться надовго в пам'яті.

Можливо, мені і сумно, що не доведеться вітатись щоранку з пані Славою, бігати до їдальні після третього уроку, слухати музику на перервах і ще багато таких дрібниць, до яких я вже так звикла, проте попереду – відкритий шлях у велике майбутнє. Я маю безмежну кількість планів, один з яких – вступити у вищий навчальний заклад. Я знаю, що в мене все вийде, що все тільки попереду. І хочу звернутись до молодших ліцеїстів: «Не згажайте на карантин. Дистанційне навчання не повинно стати для Вас перешкодою. Проводьте час разом, створюйте моменти, які потім буде приємно згадувати, адже шкільні роки – найцікавіші і, можу сказати, найщиріші!»

*Христина Хмельницька,
учениця 21 групи*

Рубікон

Газета НВК «Інженерно-економічна школа –
Львівський економічний ліцей»

Відповідальні за випуск

І.Р. Кутельмах, Н.П. Баскакова,

М.А. Василик

Дизайн, верстка

М.А. Василик

Редактор

Н.П. Баскакова

Адреса редакції:

79059 м. Львів, вул. М. Хвильового, 35
тел.: 252-18-75

Адреса друкарні:

м. Львів, вул. Чайковського, 27
ТзОВ «ПРОСТІР-М»