



Газета Для Здеших

Школьные новости

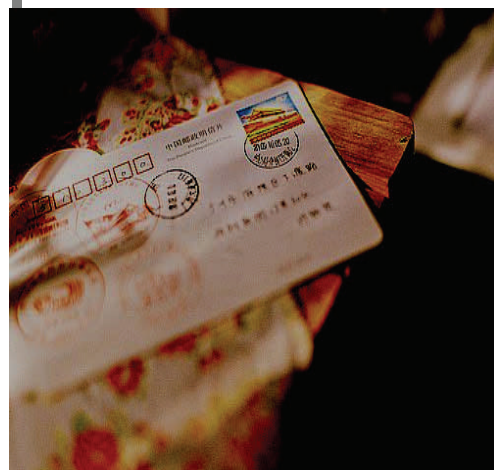
- 22 января состоялась **школьная научно-практическая конференция**, на которой выступали учащиеся со своими научно-исследовательскими проектами. Лучшие работы будут представлять школу на районной НПК. Пожелаем им удачи!
- Подведены **итоги муниципального тура** предметных олимпиад. К сожалению, из нашей школы только один ученик 9 класса, Дикий Илья, прошёл на региональный тур по физической культуре. Интервью с ним читайте на стр. 5
- Команда девочек школьной секции женского футбола заняла **1 место в Финале Первенства Свердловской области по футболу** в рамках Общероссийского проекта «Мини-футбол в школе» среди девочек 1998-1999 года рождения. Поздравляем победителей и их тренера Березина Степана Витальевича!
- 25 января в актовом зале состоялся **концерт, посвященный завершению Года учителя**. Для педагогов школы и ветеранов выступали ребята 2—5 классов с песнями, посвящёнными учителям, а руководитель музея Черкасская Ольга Владимировна рассказывала обо всех директорах школы, начиная с её основания.
- 27 января в актовом зале состоялся **классный час «Ты и твоё поколение»** для параллели 10-х классов, проведенный 10 в классом. На нем обсуждались такие вопросы, как «Проблемы отцов и детей», «Проблемы современной молодежи», а так же «Проблема милосердия».
- С 26 по 29 января состоялись игры **школьного чемпионата по баскетболу**. Среди 7 классов победителями стал 7 г класс, на 2 месте - 7 в, 3 место - 7 а. В параллели старших классов 1 место занял 9 в класс, 2 место - 10 в класс, 3 место - 10 б.

Издание
Совета старшеклассников

МОУ СОШ № 67

№ 33
Январь
2011 г.

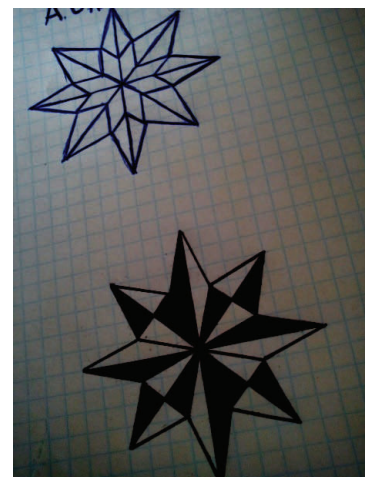
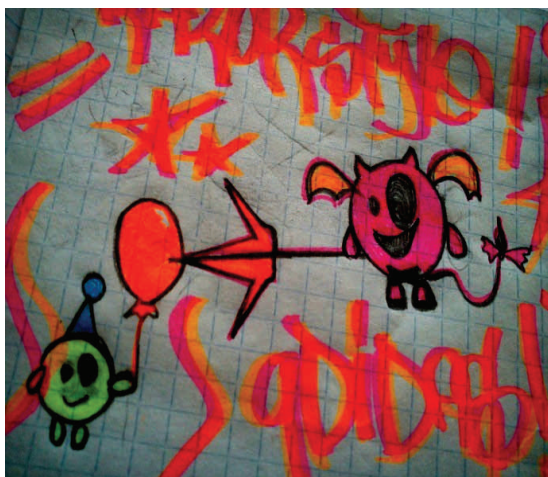
Эй, читатель! Есть то, о чем тебе очень хотелось бы узнать, но нет времени, возможности, сил? Задавай все интересующие тебя вопросы на любые темы, и мы ответим на них! Приноси их в письменном виде в организаторскую до 15 числа каждого месяца или пиши в «Вконтакте» в обсуждениях школьной группы. Мы будем ждать и обязательно ответим!!!



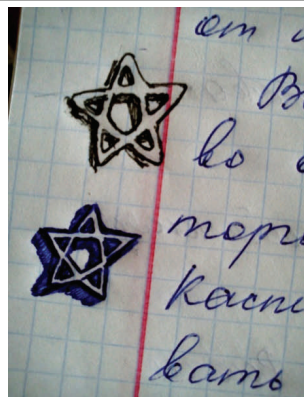
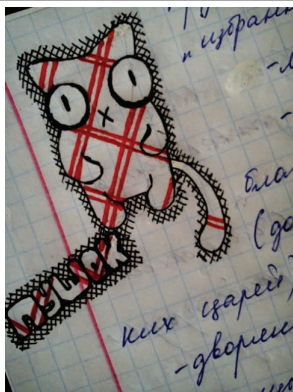
Ручная работа -

Сидишь на уроке, учитель что-то монотонно вещает, а тебе хочется спать. Жутко хочется. Или наоборот - энергия бьет ключом так, что не можешь просто спокойно слушать. И ты чувствуешь, что если посидишь, ничего не делая, еще хотя бы минут пять, то заснешь/взорвешься от переизбытка неистраченных сил. Приходится что-то предпринимать для предотвращения этого. Кто-то начинает переписываться в аське или играть в телефоне, некоторые - разговаривать с соседом, другие - заниматься непосредственным творчеством.

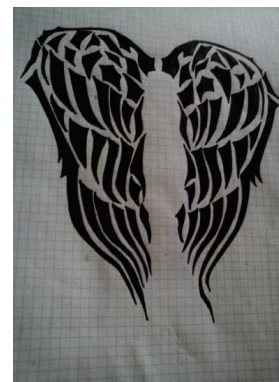
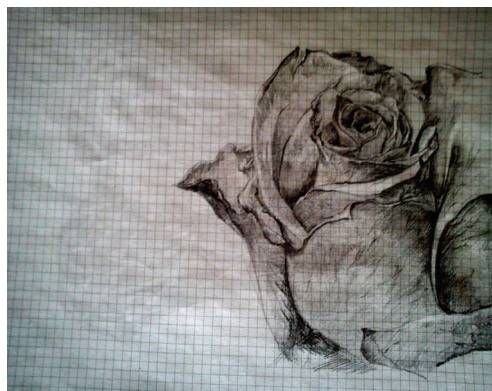
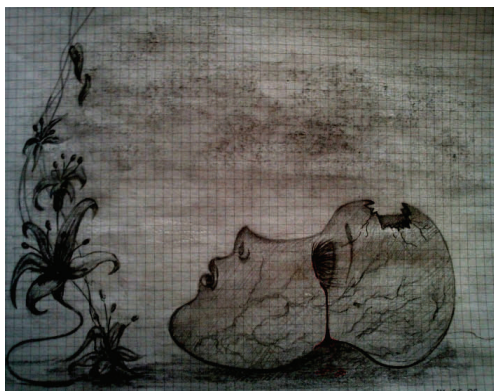
И что же творят наши ученики? Они художественно расписывают обычные школьные тетрадки, превращая их в оригинальные произведения искусства, море позитива (или не совсем), делая их уникальными и одновременно занимая себя чем-то увлекательным. Клеточки и линейки покрываются причудливыми узорами, завитками, линиями, орнаментами и рисунками. У каждого по-разному, по-своему неповторимо. Ну же, заглянем в эти хранилища полета фантазии вместе!



по просторам воображения



Автор: Мишнева Настя, 10 а



Первое полугодие незаметно подошло к концу. Десятиклассники наконец-то получили свои оценки, заработанные знаниями и нелёгким трудом. Кто-то понизил свои показатели, другие школьники улучшили оценки. Появились и долгожданные отличники. Представляем вам учениц-отличниц из 10 в класса : Ладыгину Аню и Гордееву Аню.

Девочки с большим удовольствием ответили на наши вопросы.

Корреспондент: Аня, что сподвигло тебя учиться на отлично?

Аня Ладыгина: Если честно, просто так получилось. Когда только начинала учиться в школе, даже и не думала особо об оценках. А потом получать пятерки стало такой своеобразной привычкой.

У меня не было и нет примера. Прислушиваюсь только к родителям, и то не всегда.

Корр.: Как всё успеваешь?

А.Л.: А кто сказал, что я все успеваю? :) На многие вещи, которыми мне бы хотелось заниматься, не хватает времени. Приходится выбирать. Ещё я занимаюсь в лингвистическом центре «Талисман». Иногда даже туда идти убийственно не хочется.

Корр.: Как проводишь свободное время?

А.Л.: Мне его всегда не хватает. Часто оно уходит на какую-то чепуху, а вообще стараюсь посвящать его приятным занятиям, отдыхать и пополнять истощенные запасы сна. Гуляю с друзьями; хожу по магазинам, в кино, в кафе; рисую; рыскаю по просторам Сети. Бывает, захлеб книги читаю. Но такое случается чрезвычайно редко, т.к. после учебы от них уже тошнит.

Корр.: Сколько времени тратишь на выполнение домашнего задания?

А.Л.: Ой, очень много, честно. И даже не столько из-за сложности заданий и их количества, сколько из-за того, что не могу долго одним и тем же заниматься. Отвлекаюсь часто, перемены делаю подолгу и почти всегда совмещаю с чем-то – с музыкой или телевизором.

Корр.: А ГДЗ когда-нибудь пользоваться приходилось?

А.Л.: Хах, пользовалась. И не раз. Списыванием тоже иногда занимаюсь.

Корр.: Переживаешь из-за плохих оценок?

А.Л.: Расстраиваюсь, только если они получены по собственной глупости, из-

за невнимательности, а так – без разницы. Переживаю спокойно. Раскрою один «большой секрет» – учеба не самое главное в жизни :)

Корр.: Хорошие ли взаимоотношения в твоём классе? Ценят ли тебя, много ли друзей?

А.Л.: Когда я выбирала, в какой из 10х классов пойти, то переживала из-за коллектива. А сейчас я действительно очень рада, что в 10 в. Не знаю про «ценят» – спросите у них :) По-моему, неважно, сколько друзей, важно – какие они. У меня они самые лучшие, и я никогда их не променяю.

Корр.: Многие школьники утверждают, что отличникам делают поблажки и завышают оценки. Так ли это?

А.Л.: Чаще всего относятся так же, как и к остальным ученикам. Хотя бывают разные ситуации. Я благодарна всем учителям не только за знания, но и за жизненные уроки. Они гораздо важнее. Отдельно хочу поблагодарить классного руководителя – Истому Маргариту Георгиевну. Маргарита Георгиевна, Ваши слова никогда не проходят бесследно.

В разговор включается Аня Гордеева.

Корр.: Ты всегда хорошо училась?

Аня Гордеева: Да, хорошо почти всегда, потому что процесс обучения мне очень нравится.

Корр.: Как стала отличницей, с кого ты берёшь пример?

А.Г.: Это получилось как-то само, я к этому никак особо не стремилась (в начальной школе). Но у меня никогда не было цели учиться на отлично (до 8 класса, потом я уже больше стала осознавать то, как это важно). Пример ни с кого не беру и ни к чьему мнению в данном вопросе не прислушиваюсь, потому что считаю, что это личное дело каждого человека – как ему учиться.

Корр.: Ты всё успеваешь?

А.Г.: Стараюсь успевать все, но не всегда получается.

Корр.: Трудно ли быть отличником?

А.Г.: Нет, не трудно.

Хотя бывают тяжелые моменты, когда все просто бросить хочется.

Мне хотелось бы, чтобы в сутках было 38 часов, а не 24, но это я, к сожалению, изменить не могу.

Корр.: Если вдруг получишь двойку, какова будет твоя реакция?

А.Г.: Хм... Ну, двойки я не получала уже давненько, но если такое случится, то плакать я точно не буду.

Оценки для меня важны, да. Но все-таки я понимаю, что хорошие оценки – это не всегда показатель хороших знаний. Главное – что у тебя в голове, а не то, что у тебя в дневнике.

Корр.: Хотелось бы стать ещё умнее?

А.Г.: Стать умнее хотелось бы, даже не умнее, а начитаннее в определенной области, но она со школой никак не связана. Выглядеть умнее – точно нет.

Корр.: Считаешь ли ты себя умнее сверстников?

А.Г.: Ощущаю, что я ничем не отличаюсь от моих друзей не отличников, это положение не ставит меня ни выше, ни ниже.

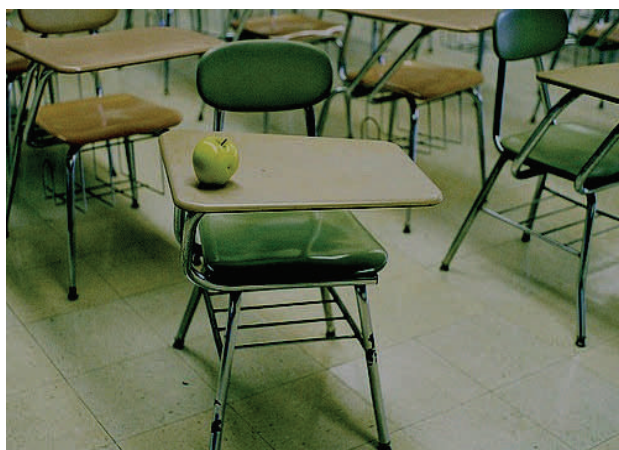
Корр.: Каковы твои планы на будущее? Кем планируешь стать?

А.Г.: Планирую получить экономическое образование, а в идеале хотелось бы открыть свое предприятие. Какое – пока сказать не могу.

Мы можем отметить, что отличники, по крайней мере, в нашей школе, не поддаются стереотипам. Они не ботаники, вечно заваленные умными книжками, а обычные люди. Как мы видим, отличники совершенно разные, они живут среди нас. У них тоже есть увлечения, хобби, понимающие друзья.

Хочется пожелать нашим отличникам дальнейших успехов в учёбе и других сферах деятельности. Ребята, вы молодцы, так держать!

Погосян Маша, 9 г



Пришёл. Увидел. Победил.

Недавно у нас в школе проходил школьный тур предметных олимпиад. Прошел уже и районный тур, результаты которого вы можете узнать на школьном сайте. Вот-вот предстоит региональный тур. И в нашей школе оказался единственный человек, который прошел на этот самый региональный тур, и не по какой-нибудь математике, а по физкультуре! Нашей «бригаде прессы» захотелось узнать об этом очень уж спортивном парне. Его, кстати, зовут Илья Дикий :)

Корреспондент: Мм... Мне сказали, что ты единственный из всей школы вышел на региональный тур олимпиад по физкультуре. Это так?

Илья: Да.

Корр.: Как ты себя чувствуешь? Один из школы прошёл на регион и не по математике, физике, русскому, а по физкультуре?

Илья: Ну... Олимпиада по физкультуре такая же олимпиада, как и другие. Тут же нужны тоже свои сильные качества. И наш учитель физкультуры возлагал такие надежды... И я их оправдал. Честно, очень рад, что не подвел его :)

Корр.: А как ты смотрелся на фоне остальных участников олимпиады?

Илья: Видно было, что у нас подготовленность лучше.

Корр.: Ты готовился к этому мероприятию?

Илья: Да, я целенаправленно готовился... Месяца три, наверное... Ну, это так, образно :)

Корр.: Расскажи нам свою «спортивную историю». Начиная с детства.

Илья: В три года меня отдали на акробатику. Занимался я ею до 10 лет. Параллельно еще занимался плаванием. В плавание я ходил для себя, а по акробатике получил звание «Кандидат в мастера спорта». Но из-за травмы я забросил акробатику и ушел в футбол. Футболом занимался пять лет. Выиграл чемпионат России в команде «Виз-Синара». Карьеру в футболе я закончил, потому что трудно было совмещать тренировки с учебой. Я выбрал себе цель - учиться. Пришлось забросить футбол. Сейчас занимаюсь каратэ.

Корр.: Еще мне сказали, что ты занимаешься боями без правил?

Илья: Да, у нас новая организация.

Корр.: А как ты вообще выбираешь спорт, которым будешь заниматься в

дальнейшем?

Илья: Смотрю, какие мне по душе, где есть успехи.

Корр.: Ты пока еще не нашел свое?

Илья: Можно сказать, что я игровик. У меня во всех игровых видах спорта что-то получается: волейбол, футбол, баскетбол... Ну вот, я ограничился пока этим.

Корр.: Как ты относишься к своей фамилии? Я слышала, как тебя записывали на один из туров олимпиады. Парень, который записывал, просто не поверил, что у кого-то может быть такая фамилия, подумал, что над ним прикалываются.

Илья: Если честно, я в садике стеснялся своей фамилии. Это в детстве, сама понимаешь... А сейчас я наоборот даже рад, что у меня такая фамилия - яркая, своеобразная, сразу запоминают в лицо. Я на слуху у всех :)

Корр.: А чем ты еще кроме спорта занимаешься?

Илья: Учебной деятельностью.

Корр.: А достижения кроме спорта где-нибудь есть?

Илья: В математике хорошие отзывы, в информатике... Четвертое место в районной олимпиаде по праву я занял. Но к праву я не готовился. Просто ориентировался на знания, которые были.

Корр.: Ты спортсмен, умный, с чувством юмора. Интерес у девочек вызывает?

Илья: Да, безусловно, ко всем спортсменам девушки испытывают интерес.

Корр.: Как твои родители относятся к твоим успехам в спорте?

Илья: Они рады за меня, поддерживают. У меня родители с детства занимались спортом, понимают меня.

Корр.: Вот ты такой спортсмен... Будешь участвовать в творческих мероприятиях? Концертах, например?

Илья: В последнее время как-то не очень... Накапливается загруженность. И уже не хочется этим всем заниматься. Только в начальной школе в театральный кружок ходил... все дела.

Корр.: Как к тебе относятся твои одноклассники? У тебя есть друзья?

Илья: Я со своими одноклассниками очень хорошо общаюсь. У нас довольно дружная компания в классе. И каждый вид спорта, которым я занимался, принёс довольно много друзей, к которым я могу всегда обратиться, они всегда мне помогут...



Корр.: Ты хочешь связать свою жизнь со спортом?

Илья: Нет, я хочу связать свою жизнь с точными науками.

Корр.: А чем ты занимаешься в свободное от учебы и спорта время? Или у тебя вообще нет свободного времени?

Илья: Есть. Я в выходные люблю покататься на лыжах, на коньках, в бассейн сходить. Ну, само собой, регулярно встречаюсь с друзьями, без этого никак.

Корр.: Мм... Это здорово, что ты находишь время для друзей, для семьи.

А какого же мнения ребята в нашей школе об Илье Диком?

А.Чусовитина: Ой, красавец-мальчик. Вообще, так нравится, такой милый.

О. Данилина: Мы с ним общались немного... Вообще, хороший мальчик.

Корр.: Что бы вы хотели ему пожелать?

А.Чусовитина: Чтобы в спорте добился того, чего сам хочет. У него перспективы большие.

О. Данилина: Я хотела бы ему пожелать, чтобы он быстрее повзрослел, развивался.

А. Фролов: Он хороший футболист. Хочу пожелать ему успехов в футболе и дальнейшем развитии.

Я. Даньков: Илюха Дикий - отличный парень!

Вот какой парень спрятался среди учеников нашей школы. А я хочу пожелать Илье найти себя в этом большом мире, не забрасывать спорт и оставаться таким же хорошим парнем. А вдруг и нашим читателям захочется приобщиться к здоровому образу жизни и хорошо учиться? Удачи!

Стромкина Анита, 10 в

"Дилинь-дилинь-дилинь!", или "дзыыыыыыыынь"... Вариантов много, и всё это сигналы будильников, которые миллионы людей слышат по утрам. Ответственные граждане через силу встают из уютной постели и идут по своим делам, не опаздывая и делая всё вовремя. Но люди, как известно, разные, и не все такие обязательные, как хотелось бы; некоторые дают себе поблажки и потом сами же страдают от этого. Большинство молодых людей, школьники, студенты, именно так и поступают.

Утро, злоеший звон... Первая мысль недобросовестного сони: "Ещё пару минут погоды не сделают, я только закрою глаза..." Но, на удивление, через "пару минут" он с ужасом понимает, что прошло больше времени, чем планировал, и вот предсказуемый результат – он стремглав несётся в школу, а потом стоит и оправдывается перед учителем

за своё опоздание. Со мной такое происходит, к сожалению, почти каждый день. Так в чём же причина таких неловких ситуаций по утрам? Только ли в необязательности учеников?

Все поступки человек совершает исходя из своего воспитания, своих принципов, мировоззрения. Но главное – это, конечно же, воспитание. У всех нормы поведения различны и закладываются они в раннем детстве, когда ребёнок смотрит на своих родителей и пытается подражать им. В разных семьях отношения со временем тоже разные. Кто-то умеет грамотно его распланировать, и время будет только союзником в делах, но некоторым этого не удаётся сделать, и им кажется, что время, наоборот, настроено против них, ведь его всегда не хватает.

На самом деле, время - совершенно нейтральная и независимая штука, оно не имеет ни отрицательного оттенка, ни положительного, и винить его в

чём-то, например в быстротечности, очень глупо. Всё зависит в первую очередь от человека, от его намерений, желаний и возможностей.

Поэтому, если привычка опаздывать зародилась за много поколений до вас, то выход может быть либо дальше продолжать традицию и передавать её своим потомкам, возможно, самому не замечая этого, либо осознать проблему и попытаться перевернуть свою жизнь. Если родители не смогли научить вас дружить со временем, но желание избавиться от привычки сильнее, придёт-



ся искать учителя. Стоит только посмотреть вокруг: источников информации в наше время предостаточно.

С другой стороны, непунктуальность может вытекать из банальной человеческой лени, которой в молодом поколении почему-то очень много, как мне кажется.

Раз я нахожусь в дружных рядах опаздывающей молодёжи, я думаю, это даёт мне право сказать не только за себя, что опаздывают люди, в частности подростки, из-за своего бунтарского возраста и желания всему противоречить. Ведь приходить вовремя - это тоже своего рода правило, временная рамка, то есть - ограничение.

Ограничивается свобода, чувствуется давление, жизнь становится пресной и теряет свои яркие моменты, краски, свои неожиданности, приятные и не очень, которые сбивают привычный ритм, и движение либо ускоряется, либо замедляется. Я думаю, едино-

мысленники у меня будут. Но опять же, с возрастом это может пройти, а у кого-то душа так и продолжит бунтовать против обыденности.

Но есть ещё одна причина опозданий, и, наверное, стоило бы начать свои рассуждения именно с неё, так как на мой взгляд, именно поэтому многие опаздывают в школу. Эта причина - любовь ко сну. А точнее потребность в нём. Ещё в начале XX века стало известно, что у людей бывают разные биологические ритмы. Именно они влияют на время нашей работо-

способности и желание поспать. В зависимости от этого времени человечество изначально делили на сов и жаворонков. Жаворонки рано встают и рано засыпают, совы, напротив, поздно засыпают и поздно встают. С научными фактами не поспоришь. Сколько людей - столько и мнений, и

рассуждать, почему же ребята все-таки опаздывают в школу, можно долго. Я лишь предположила, из-за чего это происходит. Да и главное, на мой взгляд, понять, что опаздывать - это дурной тон, и это не делает чести человеку. Неважно, как и почему - важен результат. Отговорки нужны только Егорке, а не учителям, друзьям и, в будущем, работодателям. Предлагаю всем, кто непунктуален, посмотреть на себя со стороны, и не казаться взрослым, а действительно им быть, и сделать для себя правильные выводы. Я начинаю бороться вместе с вами, обещаю!

Бармина Анна, 10 в

«Солнышко лучистое любит скакать...» Эти слова знают все ученики нашей школы. Каждый из них воспринимает утреннюю зарядку по-разному: кто-то рад, ведь она помогает отойти от сна; кто-то, наоборот, ленится и не любит лишних телодвижений с утра. Но всех объединяет одно: делать утреннюю зарядку обязан каждый. За ответственным выполнением упражнений под музыку следит Министрство здоровья нашей школы.

Я решил провести анкетирование и узнать мнение старшеклассников по этому поводу: нужна ли вообще зарядка с утра? В опросе участвовали 9 а, 9 б, 9 в, 10 а, 10 б и 10 в. Результаты анкетирования оказались печальными. 85 % старшеклассников, ответивших на вопросы анкеты, сказали, что утренняя зарядка в школе им не нравится. Причины были самыми разнообразными. Но самая популярной оказалась версия с ответом: «С утра и так

лень что-то делать, а тут еще и заставляют упражняться...». Нынешняя молодежь просто удивляет, ведь зарядка помогает проснуться. А ученики, вместо того, чтобы выполнять упражнения под музыку, лучше полежат эти пять минут на парте. В 10 в классе ни один из 19 человек, участвовавших в анкетировании, не сказал, что ему нравится зарядка. Позор!!!

Так же, помимо лени, выполнять утреннюю зарядку мешает музыка. Многие старшеклассники в своих анкетах отметили, что их просто раздражает однообразная музыка, и на вопрос о том, что нужно сделать для того, чтобы зарядка нравилась всем, они ответили, что нужно сменить музыкальное сопровождение.

Всем ученикам нашей школы известно, что за невыполнение утренней зарядки следует наказание в виде лишения 20 баллов из зачета в соревновании «Лучший класс года». И что

только старшеклассники не делают для того, чтобы этого наказания избежать! Даньков Ярик из 10 в предлагал «крупную» взятку в размере 10 рублей, одному из проверяющих. А Ковалев Дима из 8 в предлагал взятку «вкусную» в размере одного талона в столовую.

Но самым «гениальным» в этом отношении стал один из 9-х классов. Они, вместо того, чтобы добросовестно выполнять зарядку, выставили одного своего ученика за дверь класса, так сказать, «ожидать комиссию». И он, при приближении проверяющего к их кабинету, забежал в кабинет, и весь класс благополучно делал зарядку.

Но насколько бы хитрыми не были ученики, зарядку придется делать всем. Ведь никто не хочет, чтобы у их класса отнимали столь ценные баллы?

Паливода Данил, 10 а

Интересное

Родина зовет!

Эх, армия... Каждый год военкоматы различных городов принимают парней, которым исполнилось 16 лет, для того, чтобы определить, кто из них годен к службе в армии, а кто нет. Для многих девчонков остается загадкой, что же сильная половина делает в военкомате? Так как мне исполнилось 16, и я тоже был в военкомате, то сейчас я расскажу, каким испытаниям подвергаются там парни.

Когда будущих защитников Родины вызывают в первый раз в военкомат, то ничего особенного они там не делают. Им дают три теста, направленных на выявление психически больных людей. Тесты не несут в себе сложных вопросов. Самая большая трудность заключается в том, что вопросов очень много, наверно, только психически здоровые люди могут с этим количеством вопросов справиться. После прохождения тестов, примерно через месяц, нас снова вызывают в военкомат. И вот тут уже после прохождения медицинской комиссии каждый получит удостоверение гражданина, поставленного на военный учет, в котором написано, годен ли ты к службе в армии.

Врачей много. И хотя в военкомате была только наша школа, очереди в кабинеты были очень большими. Мы

пришли в назначенное место в 8 часов утра, а последний человек ушел домой в 5 часов!

Каждый получил свое личное дело и начал проходить разных врачей. Первый кабинет, который нам предстояло пройти, был кабинет стоматолога. И, к моему большому удивлению, когда я туда зашел, услышал вопрос:

«Наркотики употребляешь?» Вообще, это был самый популярный вопрос у всех врачей. Видимо, у них какое-то особое, трепетное, отношение к наркоманам. Дальше предстоял кабинет терапевта. Ох, это был самый злой доктор из всех. В кабинете сидел мужчина большого роста с красными вампирскими глазами. Позже он объяснил этот факт тем, что он после ночного дежурства. И злой он был потому, что не выспался. В кабинете хирурга бабушка-врач тоже была не очень доброжелательна, и я постарался как можно быстрее избавиться от ее присутствия. И вот, после трехчасового похода по врачам, мне остался один кабинет. Там мне должны были выдать удостоверение и сказать «диагноз» - годен или нет. После долгого ожидания, я, наконец, услышал свою фамилию и прошел в кабинет. Там мне сказали, что я годен, отдали удостоверение и попросили позвать следующего.

Что ж, на этом мои испытания закончились. Но я остался ждать своих друзей. Было действительно смешно наблюдать за реакцией остальных ребят после прохождения врачей. Кто-то выходил с улыбкой, кто-то, наоборот, грустный. Но все тут же принимались обсуждать врачей, свои болезни, чужие болезни...

После похода в военкомат я задал несколько вопросов Ширилкину Валере из 10 а класса.

Корр.: Валера, расскажи о своих впечатлениях от похода в военкомат.

Валера: Да вроде все нормально. Понравилось то, что я быстро все закончил и освободился самым первым. Все прошло гладко, без инцидентов. Врачи все нормальные, никто из них не выделялся. На то они и врачи.

Корр.: Какой тебе вынесли окончательный вердикт? Годен ли к службе? Твой комментарий по этому поводу?

Валера: Да, я годен к службе без каких-либо ограничений. Радоваться, конечно, нечему, но и огорчаться тоже не стоит. Обрадовало, что меня временно определили служить в ВДВ. Лично я считаю, что служить Родине — обязанность каждого, и хочу, чтобы желающих пройти службу в армии стало больше.

Паливода Данил, 10 а

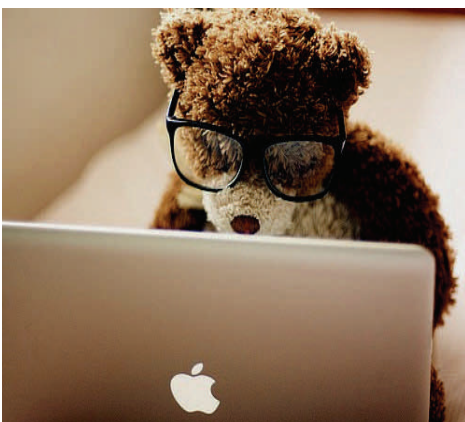
Интернет-обзор

Предлагаем вашему вниманию рубрику «Интернет-обзор», которая будет знакомить вас с интересными сайтами Рунета.

<http://www.krugosvet.ru/> - «Онлайн Энциклопедия Кругосвет». На интернет-ресурсе можно найти информацию практически обо всех сферах жизни и, в отличие от популярной Википедии, сайт создан при поддержке ученых - «300 профессоров, 1500 докторов наук России, создали для вас 215 000 статей и продолжают».

<http://www.lastfm.ru/> - необычный интернет-портал для любителей музыки и постоянных искателей нового. Сайт проанализирует уже полюболюбившуюся тебе музыку и затем посоветует что-то подобное, а может даже еще лучше. Так же на страничке есть радио, информация о новых концертах и возможность пообщаться с интересными для тебя людьми.

<http://stihi.ru/> - всем сочиняющим стихи стоит сюда заглянуть. Люди ежедневно публикуют здесь свои литературные произведения в огромных количествах, получая конструктивную критику или признание. Стать «автором» на сервере легко – нужно просто зарегистрироваться.



По чашечке кофе?

Кофе утром, кофе днём, а может, и вечером... Напиток эфиопов, который покори́л весь мир, является неотъемлемой частью нашей жизни. Что же в нём такого? Может, это всего лишь всемирная кофейная зависимость? Или мы убеждаем себя, что нам необходим кофе?

Каждый день миллионы людей утром выпивают чашечку кофе. Мне всегда казалось это странным. Почему именно кофе? Почему не чай или сок? Здравомыслящему человеку может показаться это действительно странным, он может подумать, что у всех одновременно случилась кофейная эйфория. Скорее ни то, ни другое. Большинство людей нуждаются в получении заряда энергии на целый день, а кофеин, содержащийся в этом напитке, как раз и обеспечивает нас энергией на день. По статистике, население земли выпивает 400 миллиардов чашек каждый год. Выпивать одну чашку – это ещё ничего, а вот по несколько в день – это уже слишком. «Мистер, вы больны?» – хочется задать вопрос человеку, который не может остановиться. Нет, он не болен, он зависим. Но как выяснилось, кофе вызывает физическое привыкание. Нам просто необходимо пополнять свой уровень энергии. Такие зависимые, не выпив чашечки кофе, чувствуют головную боль, их всё раздражает. Кофе покори́л весь мир не только вкусом, но и открытиями, которых с каждым разом всё больше и больше. О том, что он вреден, знает каждый, но о том, какая от него польза, думаю, мало, кто знает. На эту тему поговорим с одной из любительниц кофе Наташей Блиновой.

Корреспондент: Привет, Наташа. Насколько мне известно, ты одна из страдалцев кофейной манией. Скажи, за что такая любовь к этому напитку?

Наташа: Моя любовь к кофе возникла спонтанно. Можно сказать, что это следствие моего эксперимента и поиск ответа на вопрос, который озадачил меня примерно год назад: «Почему люди любят кофе?» Купив несколько сортов кофе и целый день проведя с ним один на один, я сама



безудержно влюбилась в его аромат, горьковатый и непостоянный привкус.

Корр.: Сколько чашек в день ты выпиваешь?

Н.Б.: В день могу выпить 2-3 чашки. Утром, днем после школы, иногда вечером, делая уроки.

Корр.: Кофе способен на некоторое время сконцентрировать внимание человека и память. По собственному опыту скажи, это действительно так?

Н.Б.: Не сказать, что кофе так уж хорошо бодрит или концентрирует внимание, хотя если в это сильно поверить, то все возможно. Скорее всего, кофе оказывает тонизирующее действие: исчезает желание спать, но при этом ощущаешь расслабленность.

Корр.: Чем больше пьёшь кофе, тем больше к нему привыкаешь. Ты ощущаешь так называемую «кофейную зависимость»?

Н.Б.: Зависимость (смеётся)? Если тебе, действительно, нравится кофе, то ты пьёшь его из-за желания вновь почувствовать его вкус. Я спокойно могу отказаться от него.

Корр.: Как ты думаешь, почему в мире практически все пьют кофе?

Н.Б.: Разные причины могут быть: мода, больше пить нечего, может кофе на самом деле обладает чудесными свойствами, всякое бывает :)

Известно, что французский философ Вольтер выпивал 50 чашек кофе в день и дожил до 83 лет. А известный всем композитор Бетховен варил кофе ровно из 60 зёрён. Кофе поднимает настроение благодаря содержанию в нём серотонина (гормона радости), который так же содержится в шоколаде. Вот почему, когда мы едим шоколад и пьём кофе, наше настроение заметно улучшается. И, на мой взгляд, от одной-двух чашек кофе в день вреда не будет. Пейте, друзья, кофе, и жизнь будет ярче!

Филончик Христина, 9 г