

# ТЕСНЫЙ КРУГ

В НОМЕРЕ

## День здоровья и спорта

7 ноября в нашей Школе на спортивной площадке встретились учителя, учащиеся и родители, причём встретились в составе спортивных команд, принявших участие в эстафете, посвящённой Дню здоровья!



Причём команду учителей возглавляла лично директор Школы, Елена Сергеевна Иванова.

Смеха, веселья и позитивных эмоций было бесконечно много в этот день. Команды преодолели 5 эстафет, требовавших от участников ловкости, слаженности действий и быстроты.

Борьба за лидерство в зачёте продолжалась с переменным успехом и в финале, конечно же, победила дружба, а участники всех команд были награждены замечательными тортиками, которые поспешили вместе отведать.

Надеемся, подобные весёлые и полезные мероприятия будут проходить в Школе часто!



## Награждение победителей и призёров Марафона гуманитарных наук



Подведение итогов Марафона гуманитарных наук состоялось на торжественной линейке 5 ноября. Победителями и призёрами стали ребята, проявившие учебную и творческую активность во время мероприятий и набравшие наибольшее количество баллов (максимально за каждое мероприятие каждый участник мог набрать 5 баллов).

Чтобы результаты более справедливыми, 1,2 и 3 места были определены среди 5-6, 7-9 и 10-11 классов.

Победители и призёры Марафона среди учащихся 5-6 классов:

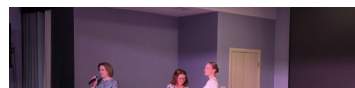
- 1 место Виталия К.
- 2 место Александра Любовь Б.
- 2 место Никита П.
- 2 место Диана П.
- 3 место Артём Д.

Борьба за лидерство в Марафоне была настолько упорной, что часто одно призовое место на пьедестале отделялось от другого всего 1 баллом, а 2 место разделили между собой три участника Марафона!

Среди 7-9 классов призовые места распределились следующим образом:

- 1 место Евгений Б.
- 2 место Екатерина К.
- 3 место Варвара К.

Победители и призёры Марафона среди учащихся 10-11 классов:



## Страница 1

День здоровья и спорта

Итоги Марафона гуманитарных наук

## Страница 2

Миллион лет до новой эры

Экскурсия на сыроварню

## Страница 3

Таланты России в нашей Школе

Семинар о защите финансовых прав

Торжественное окончание 1 триместра

## Страница 4

Синквейн о России  
Шахматный турнир

Здоровый образ жизни: рекомендации  
Новые возможности для досуга и занятия спортом



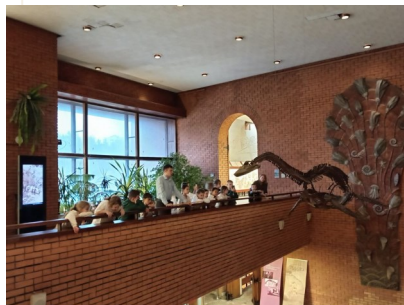
Палеонтологический музей имени Ю. А. Орлова — один из крупнейших естественно - исторических музеев мира. Его богатая коллекция (более 5 000 экспонатов) позволила наглядно показать ребятам: как зарождалась жизнь на планете, какие существа населяли Землю до появления человека, как менялась природа в течение геологических эпох.

Это была не просто экскурсия, а настоящее путешествие сквозь миллионы лет истории Земли.

Для младших школьников это стало возможностью увидеть «живую» то, о чём они читают в учебниках и сказках - огромных динозавров, древних млекопитающих, причудливых морских обитателей.

В вводном зале обучающиеся узнали, кто такие палеонтологи и как учёные изучают прошлое планеты. Здесь же - первые «трогательные» экспонаты: окаменелости моллюсков, отпечатки древних растений.

В залах древнейших эпох ученики познакомились с первыми обитателями Земли: древними беспозвоночными, рыбами, примитивными растениями. Экскурсовод объяснял, как по крошечным раковинам и отпечаткам можно восстановить картину прошлого.



Зал мезозоя - эпоха динозавров - это кульминация экскурсии! Дети увидели скелеты гигантских ящеров, окаменелости летающих рептилий, следы древних птиц и узнали удивительные факты о них.

Зал кайнозоя - мир млекопитающих впечатлил ребят скелетами мамонтов, саблезубых тигров, древних лошадей. Обучающиеся начальных классов получили знания в увлекательной и доступной форме. Вместо абстрактных дат и названий — реальные объекты, которые можно рассмотреть и обсудить.



Зал кайнозоя - мир млекопитающих впечатлил ребят скелетами мамонтов, саблезубых тигров, древних лошадей.

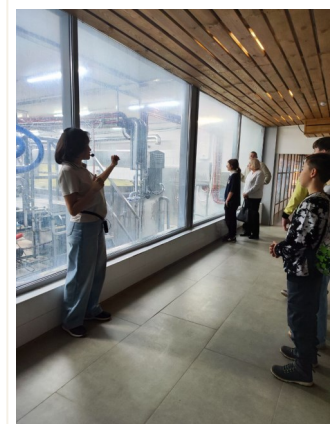
Обучающиеся начальных классов получили знания в увлекательной и доступной форме.



можно смело начать рассказ о нашей школьной экскурсии на сыроварню. Ведь сыр действительно покорила всех - и взглядом, и ароматом, и вкусом. Ученики нашей школы отправились на небольшое, но современное производство, где узнали, как из свежего молока рождается настоящий сыр. Ребятам рассказали о технологиях приготовления, показали оборудование и уверили, что многие рецепты пришли к нам из Швейцарии - родины знаменитых сырных традиций.

Особое внимание уделили теме импортозамещения: школьники узнали, что теперь многие сорта сыра, которые раньше поступали из-за границы, с успехом производятся в России - качественно, натурально и вкусно.

Но экскурсия не ограничилась только производством. Ребята побывали на ферме, где своими глазами увидели коров, которые дают молоко для сыра. Они пообщались с добродушными взрослыми бурёнками и, конечно, не смогли устоять перед обаянием милых телят.



Завершилась поездка дегустацией. Каждый смог попробовать сыры разных сортов, сравнить вкусы и убедиться: вкус настоящего сыра - это результат труда, знаний и любви к делу. Каждый привёз домой небольшой «сырный сувенир» — чтобы поделиться открытиями и вкусом настоящего фермерского сыра с родными.

Экскурсия оставила яркие впечатления, пробудила интерес к сельскому хозяйству и показала, как важно ценить отечественные продукты и традиции.

**Карелина И.Н., учитель русского языка и литературы**

Впечатления участников:  
«Поездка была интересная, нам провели небольшую экскурсию, где рассказали и показали некоторые этапы изготовления сыра, а также провели дегустацию разных сортов. На территории также был магазин, где можно было приобрести понравившийся продукт. Еще мы посетили ферму, которая располагалась недалеко от производства. От поездки остались положительные впечатления».

**Виктория Б., ученица 10 класса**  
«Сама экскурсия была очень интересная! Сначала, нам показали производство сыра, потом рассказали много



стоялся 15 ноября 2025г на базе АНО "Детская Академия"  
С большой радостью 4-ый год подряд школа открывает свои двери для талантливых и творческих детей из разных уголков Подмосквья. Организационно-методическое со-  
провождение Фестиваля осуществляет кафедра психологии и педагогики КУРО Московской области и лично Т.М. Назаренко-Матвеева.  
На фестивальной сцене встретились конкурсанты от 3 до 14 лет, которые продемонстрировали свой талант в 3х номинациях: «Вокал»,



«Хореография», «Театральное искусство».  
Участники поразили гостей высоким уровнем мастерства. Яркие номера и профессионализм юных артистов создали у зрителей по-настоящему праздничное настроение.

Гордимся тем, что среди Лауреатов Фестиваля - ученики Первой школы: Лауреат 3 степени в номинации "Вокал", Лауреат 1 степени в номинации "Хореография".

От души поздравляем всех участников, их руководителей и педагогов! Желаем вдохновения, интересных идей и новых побед!

### **Шатская Н.В., заместитель директора по ВР и ДО Семинар о защите финансовых прав**



7 ноября наша Школа приняла участие в важном региональном онлайн образовательно- просветительском мероприятии «Защита прав потребителей финансовых услуг».

Семинар был проведён Назаренко - Матвеевой Т.М., доцентом кафедры психологии и педагогики Корпоративного Университета Развития Образования.

Отдельно был освещены самые распространённые случаи нарушения финансовых прав потребителей: навязывание торговыми и кредитными организациями скрытых платных услуг, отказ банков отменять кредитный договор после его заключения с заёмщиком, но до передачи денежных средств, попытки банков ограничить досрочное пога-

тебного года.

С приветственным словом к обучающимся классов, педагогам обратилась директор школы, которая поздравила с успешным завершением первого триместра, отметила высокую учебную активность и дисциплину школьников, поблагодарила педагогический коллектив за профессионализм и самоотдачу, пожелала ребятам плодотворных каникул и заряда энергии для новых достижений во втором триместре.

После выступления директора прошла церемония награждения.

Грамоты были вручены ученикам, показавшим выдающиеся результаты в учёбе. В начальной школе это обучающиеся 2 класса: Анастасия А., Владислав Б., Василиса Ю.,



обучающиеся 3 класса: Лев Г., Стефания Д., Арина К., Виктория П., обучающиеся 4 класса: Иван Б., Александр Б., Андрей В., Михаил И.

Учащиеся нашей Школы добились высоких результатов в выполнении заданий образовательной платформы «ЯКласс»: Школа занимает 7-ое место в общероссийском рейтинге!

Лидирующие позиции у ребят 5 класса (1 место), 4

класса (2 место по школе), 3 место по школе занимают обучающиеся 1 класса.

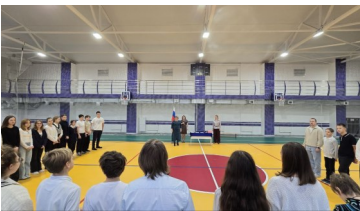
Активные участники, призёры муниципального этапа Всероссийского конкурса сочинений в Наро-Фоминском городском округе также были награждены на торжественной линейке:

Дипломом Призёра муниципального этапа Всероссийского конкурса сочинений в Наро-Фоминском городском округе в 2025-2026 учебном году награждён Андрей В., обучающийся 4 класса АНО «Детская Академия», руководитель Любезнова Ольга Викторовна.

Сертификатом участника муниципального этапа Всероссийского конкурса сочинений в Наро-Фоминском городском округе в 2025-2026 учебном году награждён Иван Б., обучающийся 4 класса АНО «Детская Академия», руководитель Любезнова Ольга Викторовна.

Грамоты установленного образца, сертификаты АНО «Детская Академия» и ценные призы получили победители и призёры конкурса «Лучшая тетрадь».

С завершением учебного триместра обучающихся поздравили их классные руководители, сопроводив поздравления добрыми пожеланиями и напутствиями на следующую



народного единства. В этих пяти строках отразилась любовь к своей стране, гордость к её народу и уважение к истории России, мы приведём лучшие работы.

«Народ  
Великий, мудрый  
Трудится, верит, побеждает  
Создаёт историю своей жизнью  
Единство»

«Единство  
Духовное, народное  
Соединяет, объединяет, помогает  
Единство страны—важное звено  
Сплочённость»

**Варвара К., учащаяся 7А класса**

«Народ  
Сплочённый, свободный  
Взаимодействует, общается, объединяется  
Народ—объединённое общество людей  
Общество»

«Единство  
Народное, дружное  
Существует, объединяется, возглавляет  
Дружба, сплочённость—основа единства  
Целостность»

**Мария Л., учащаяся 8 класса**

«Народ  
Коммуникабельный, сплочённый  
Развивается, воюет, открывает  
Народ сильный, когда сплочённый  
Общество»

**Вероника Л., учащаяся 8 класса**

Конкурс синквейна организован учителем русского языка и литературы Татьяной Юрьевной Ключко.

### Шахматный турнир

29 ноября в Наро-Фоминске прошёл шахматный турнир



в честь 8 чемпиона мира по шахматам Таля М.М., в котором принял участие ученик нашей школы Михаил И. Это был первый опыт его участия в турнирах такого уровня.

В результате упорных сражений с достойными соперниками Миша занял 8 место и получил грамоту участника турнира.

Путь к победе начинается с первого шага, желаем Михаилу успехов в новых турнирах!

**Душамбиев Р.Ш., преподаватель секции шахмат**

### Рекомендации врача

Для профилактики гриппа и других простудных заболеваний важно соблюдать личную гигиену: регулярно мыть руки с мылом, не трогать руками глаза, нос, рот. Избегать тесного контакта с больными. Если вы сами чувствуете недомогание, оставайтесь дома и вызовите врача



отсутствии физических дефектов и заболеваний, но и совокупность социального, физического и душевного благополучия.

Предлагаем вам несколько рекомендаций, следуя которым, вы сохраните, укрепите и приумножите своё здоровье, хорошее настроение и успехи в жизни!

Рекомендация 1: физическая активность.

Физическая активность является одной из составляющих здорового образа жизни.

Даже десятиминутная разминка способна принести заметную пользу организму человека. Ну а уж если уделять хотя бы пару часов в день на занятия спортом и прогулки на свежем воздухе, то результат может превзойти даже самые смелые ожидания.



Только тут важно не перестараться и не навредить организму чрезмерными нагрузками, а также не навредить неправильным выполнением каких-либо упражнений. Что самое приятное, совсем не обязательно истязать себя чрезмерными нагрузками или неприятными вам упражнениями. Необходимо найти занятие, связанное с физической активностью и приносящее вам удовольствие. Этого достаточно для укрепления здоровья.

Рекомендация 2: Здоровое питание



Питание играет очень важную роль в жизни каждого человека, ведь не зря говорят: "Ты - то, что ты ешь." И если вы желаете быть здоровым, активным, бодрым и жизнерадостным, то нужно питаться полезной пищей. От качества питания зависит состояние

кожи, внутренних органов, мышц и тканей. Употребление воды в объеме 1.5-2л в сутки ускорит обмен веществ, замедлит старение кожи, предотвратит обезвоживание.

**Семёнов Е.А., преподаватель физической культуры**

### Новые возможности для досуга и спорта



Теперь ребятам будет немного проще выдерживать мало-подвижное состояние на уроках и выплёскивать накопившуюся энергию на переменах: в рекреациях 1-го и 2-го этаже установлены замечательные новые настольные игры.

Ещё до начала учебных занятий, а также после их окончания, не говоря уже о переменах между уроками, в рекреациях шумно и весело: идут настоящие игровые матчи в настольный футбол и аэрохоккей.

Игры помогают ребятам разрядиться физически и эмоци-