

Сентябрь 2025



Выпуск № 1

PRO ШКОЛУ

Здравствуй, школа!

УЧИСЬ!

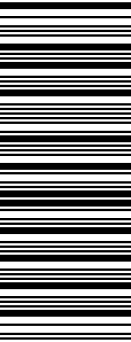
ДЕРЗАЙ!

ЧИТАЙ!

ШКОЛЬНОЕ СЕТЕВОЕ ИЗДАНИЕ ГБОУ ШКОЛА № 1359 ГОРОДА МОСКВЫ



RSPR 00-02539-Г-01



Школьная газета «ПРОшколу» № 1 Сентябрь 2025 г.

Главный редактор:
С.П. Ластовкина

Дизайн:
Ю.В. Солошенко

Корректор:
Ю.В. Солошенко

Дата и время подписания номера и
отправки в печать:
25 сентября 2025 г. 12:00

Дата выхода в свет:
25 сентября 2025 г.

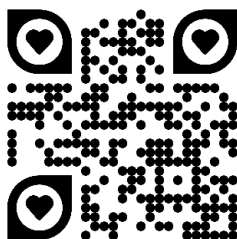
Изготовлено в школьной типографии:
109145, г. Москва, ул. Пронская д. 4 корп.1.

Адрес редакции:
109145, г. Москва, ул. Пронская д. 4 корп.1.

Телефон:
8 (936) 264-82-02

Распространяется бесплатно
Общий тираж 100 экз.
Заказ № 0001

Написать в редакцию:
1359vospitanie@gmail.com



ГБОУ Школа № 1359 имени авиаконструктора М.Л. Миля
109145, г. Москва, ул. Пронская д. 4, корп. 1

Дорогие друзья!

Осень — особенное время года, наполненное яркими красками, вдохновением и воспоминаниями о теплых летних деньках. Кажется, что художник взял в руки кисть и создал золотые березки, багряные клёны и пурпурные рябины.

Осень не оставляла равнодушными к своей красе писателей и поэтов. Александр Сергеевич Пушкин писал: «Унылая пора! Очей очарованье!» А Фёдора Ивановича Тютчева осенняя пора вдохновляла на создание стихотворений, полных грусти и светлой печали.

Осень ассоциируется с началом учебного года. Для первоклассников звучит первый звонок, а старшеклассники задумываются о хорошем результате на экзамене. Уроки, новые знания — всё это является особой атмосферой для последующих воспоминаний.

Этот выпуск газеты посвящён именно таким осенним впечатлениям. Мы собрали лучшие произведения наших авторов, которые передают настроение и чувства, вызванные школой. Здесь вы найдёте стихи, встречи с любимыми учителями, фотографии, подборки книг о школе и... гороскоп, который создали тоже ученики нашей школы. Каждый материал уникален и отражает индивидуальность автора.



Надеемся, что этот номер станет источником вдохновения для всех читателей. Пусть осень подарит вам радость творчества и откроет новые горизонты познания мира!

*С уважением,
редактор*

Ластовкина Светлана Петровна

«Альма-матер педагога: где рождаются

Где будущий учитель в полной мере осваивает искусство воспитания, педагогического мастерства и управления классом?

Ответ очевиден — в стенах профильного педагогического университета. Это узкоспециализированные вузы, где все — от учебного плана до внеучебной деятельности — нацелено на подготовку высококлассного учителя.

Московский городской педагогический университет (МГПУ) — это уникальный вуз, интегрированный в образовательную экосистему столицы. Его ключевое преимущество — тесная связь теории с практикой: студенты погружаются в профессию с первых курсов, проходя стажировки в лучших московских школах и детских садах. Университет готовит педагогов, способных работать в современном мегаполисе, используя самые передовые технологии и методики.

Выбирая МГПУ, вы выбираете уникальную среду, где готовят не просто преподавателей-предметников, а лидеров образования. Здесь вас ждет погружение в профессию с первого курса благодаря обширной сети партнерских школ, мощная научная база и бесценное сообщество единомышленников. МГПУ — это целый мир возможностей для самореализации в самой социально значимой профессии.

м. ВДЦ



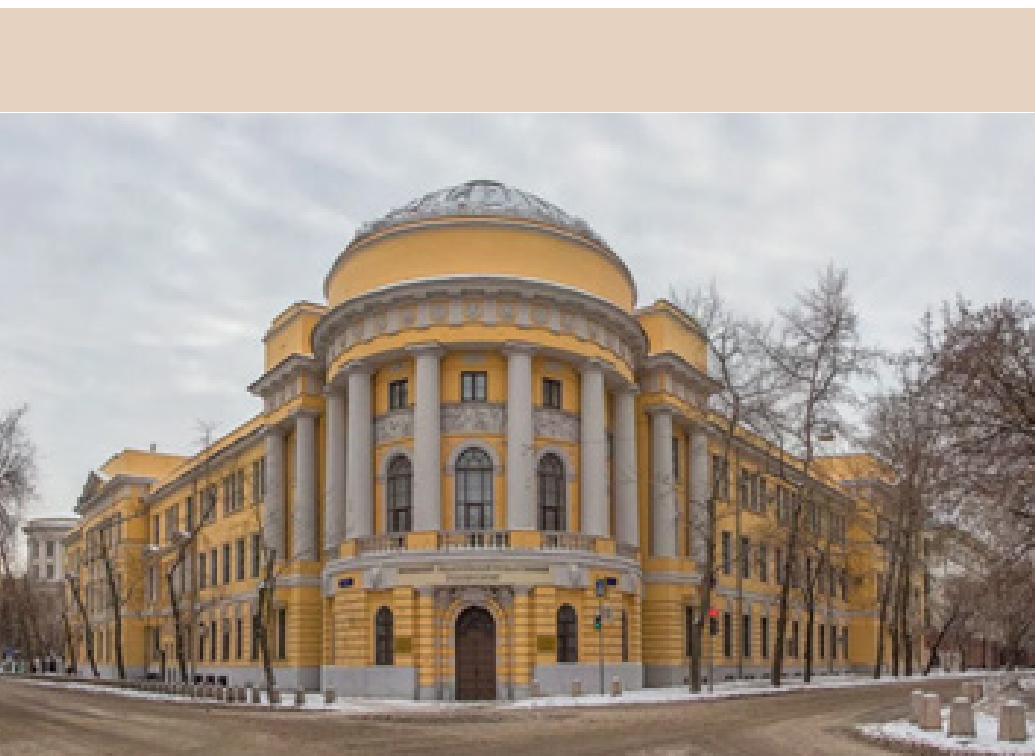
лидеры образования»



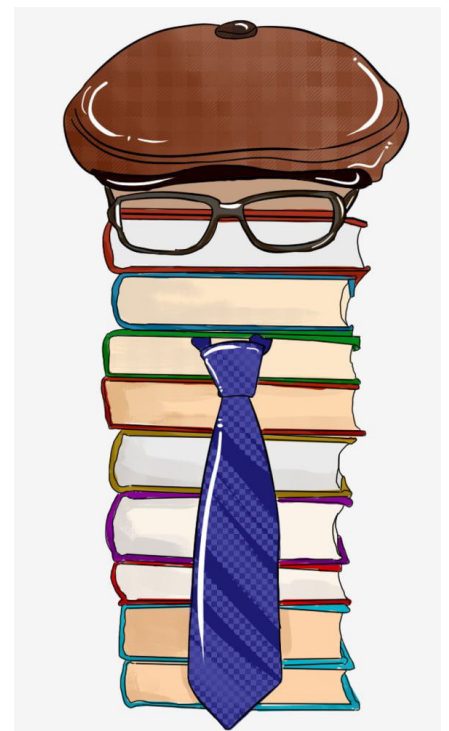
НХ, м. Ботанический сад



Педагогические университеты остаются оптимальным выбором для тех, кто стремится получить не просто диплом, а фундаментальное образование, пронизанное духом служения профессии и глубоким пониманием ее традиций.



м. Фрунзенская, м. Парк культуры



Мария Горбунова,
ученица 11 «К» класса

Советы от учителей

«Не вешать нос, думать позитивно.»

Иван Сергеевич Шипилов,
учитель обществознания и истории

«При любых жизненных обстоятельствах, оставаться человеком.»

Эльмира Хасяновна Сулманова,
учитель математики

«Быть уверенным в себе.»

Андрей Юрьевич Корнев,
учитель физкультуры и ОБЗР

«Желаю иметь цель в жизни и добиваться её, стремиться к знаниям, узнавать мир, быть позитивными и уважать близких людей.»

Наталья Леонидовна Кликунас,
учитель географии

«Движение – это жизнь. Есть возможность – двигайся.»

Галина Юрьевна Разина,
учитель физкультуры

«Будьте людьми.»

Лилит Аванесовна Емелина,
учитель биологии

«Найти надёжного друга или подругу.»

Жанна Ивановна Павловская,
учитель химии

«Цените, любите и уважайте людей, которые с вами рядом.»

Татьяна Александровна Ядыкина,
учитель английского языка

«Будьте счастливы. Старайтесь реализоваться, следуйте за модой, тенденцией, но без фанатизма.»

Наталья Павловна Айвазян,
учитель обществознания и истории



Гид по идеальному подарку

Цветы и конфеты – это классика, но как сделать подарок учителю по-настоящему запоминающимся и личным? Мы собрали идеи, которые тронут сердце любого педагога и не опустошат ваш карман. Забудьте о формальностях, дарите эмоции!

Handmade с душой (Подарки, сделанные своими руками)

Это самая трогательная и ценная категория.

1. «Капсула времени» или «Письмо в будущее»

Каждый ученик в классе пишет на красивом листе бумаги своё воспоминание, связанное с учителем, или благодарность. Не общую фразу «спасибо за знания», а что-то конкретное: «Спасибо, что не ставили двойку, когда я забыл кроссовки, а дали шанс», «Я всегда помню, как вы прочитали моё сочинение и сказали, что у меня талант. Теперь я хочу стать журналистом».

Как оформить: сложить все письма в красивую коробку, обвязать лентой и подписать: «Открыть в день встречи выпускников 2030 года». Это гарантированно вызовет слёзы умиления.



2. Плакат-коллаж «Наша история»

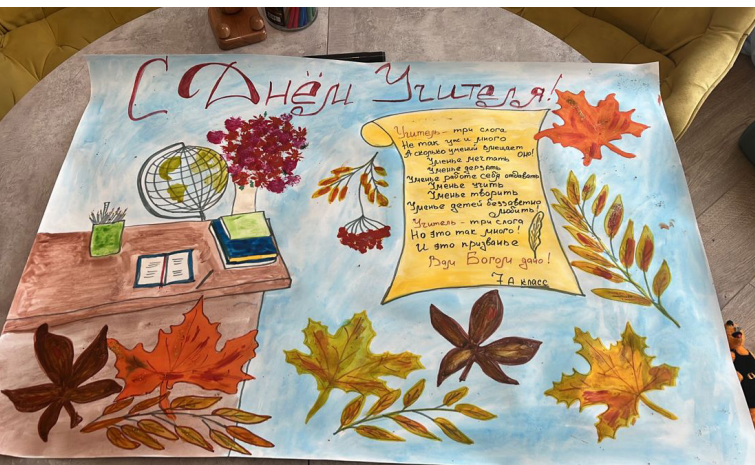
Не просто распечатанные фотографии, а креативный коллаж. Можно оформить его в виде:

Дерева, где листья – отпечатки пальцев или фотографии учеников.

Корабля, где паруса – ваши общие селфи с походов.

Химической формулы (для учителя химии) или литературного произведения (для учителя литературы), где элементы формулы или слова – это ваши лица.

на День учителя



3. Видео открытка нового поколения

Не пятиминутный ролик, а короткий, но профессиональный видеоролик. Можно снять его в стиле популярного блога или ток-шоу.

Сценарий: пусть каждый ученик скажет одну и ту же фразу учителя, которую он чаще всего повторяет (получится очень смешно), а в конце – хором скажут «Спасибо!». Смонтируйте это с лучшими моментами с уроков, поездок, КВНов.

Запишите ролик на стильную флешку в форме предмета (глобуса, скрипичного ключа, книги).

Подарки-впечатления и помощь (Дарите время и заботу)

Учителя тратят на вас огромное количество сил и личного времени. Подарите им его обратно.

Сертификат на «Выходной день». Красиво оформленное обещание от всего класса взять на себя организационные хлопоты на один день. Вручите учителю «Сертификат», который даёт ему право:

прийти на урок, где всё уже подготовлено (дежурные назначены, доска вымыта, тема урока написана);

не проверять домашнее задание один день (а вы всем классом его идеально сделаете);

получить готовый отчёт о проведённом классном мероприятии.

Это покажет, что вы не только просите, но и готовы помогать.

Мария Шифрина,
ученица 11 «К» класса

Музыкальная группа

Школа – это не только про уроки, контрольные работы и домашние задания. Но и про дружбу, новые идеи и творчество. Музыка всегда была одной из тех составляющих, что сближали людей.

Впервые за долгое время в стенах нашей школы свое начало положил новый музыкальный коллектив 10 «К» класса.

Семь участников: Розанова Арина, Фрай Артём, Киселева Елизавета, Семилетков Владислав, Недосекин Семён, Шлыгина Эвелина, Голикова Серафима. Все они разные по характеру, но их объединяет любовь к музыке.

Фрай Артём: «Я увлекался музыкой с самого детства. Но серьезный интерес у меня появился только после трех лет музыкальной школы. Я понял, что музыка — важнейшая часть моей жизни»

Шлыгина Эвелина: «Мой музыкальный путь начался еще в детстве, когда мама записала меня на вокал. Мне очень нравилось петь, и вскоре я начала ходить на фольклорное пение. Когда я повзрослела, точно решила, что музыка-это моя жизнь. Тогда пришла к театральному искусству, где выступала в мюзиклах. Театр открыл мне массу возможностей в самовыражении, и тогда я начала осваивать музыкальные инструменты. Моей главной мечтой было создание музыкальной группы. И вот в моем новом классе появилась такая возможность, которая позволит мне излить свои способности на полную»



нашей школы!

Розанова Арина: «Меня всегда тянуло к чему-то творческому. Я попробовала себя во многом: в танцах, в рисовании, но больше всего мне понравилась музыка. Я поняла, что это моя жизнь. Однажды моя подруга показала свои умения игры на гитаре, а потом и свои песни. Меня тогда это очень впечатлило. Я поняла, что хочу то же самое. Она учила меня с азов игры на гитаре, я продолжила развивать этот навык. Так же я пыталась научиться играть на барабанах. Потом мы в моей старой школе организовали школьную группу, где я была барабанщиком. И вот теперь я здесь, играю в школьной группе на гитаре. Я очень рада, что в этом классе меня окружают такие же разносторонние люди, с которыми при этом можно найти много общего.»

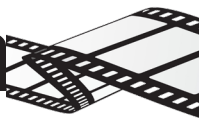


Главная цель коллектива делать школьную жизнь интереснее. Сейчас ребята готовятся к своему дебюту на школьной сцене ко Дню учителя. В программе будет одна очень известная песня.

Ребята часто собираются репетировать в актовом зале после уроков. Может быть, иногда звук не идеальный, но это не проблема для такого веселого и необычного коллектива. И самое главное, что музыкальная группа — это не просто увлечение. Это прекрасный пример того, что в стенах нашей школы всегда можно найти время для творчества и самовыражения. Все это делает школьную жизнь яркой и интересной. Мы уверены, что у ребят все впереди. Их энергия, харизма и талант принесут нам много ярких эмоций.



Подборка кинематографа

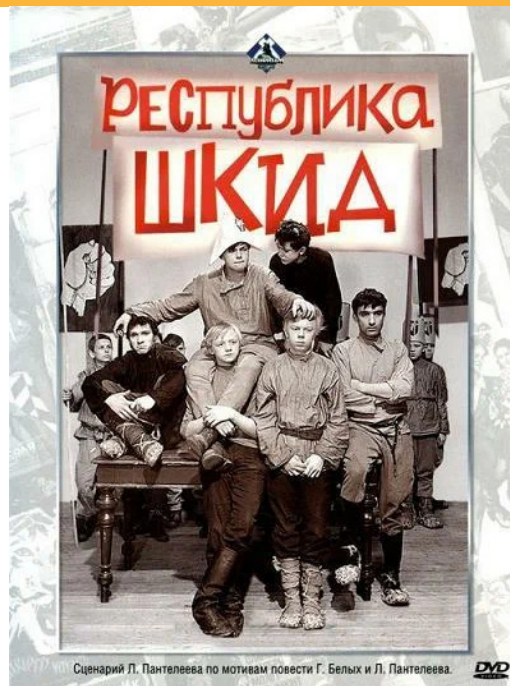


Октябрь — это второй месяц осени, который больше всего славится праздником «День учителя». Школа и её внутренний мир были всегда интересны и востребованы, в том числе и в кинематографе. Существует множество разных фильмов, раскрывающих школьное мироустройство. Специально для вас мы выбрали самые интересные и популярные кинокартины.



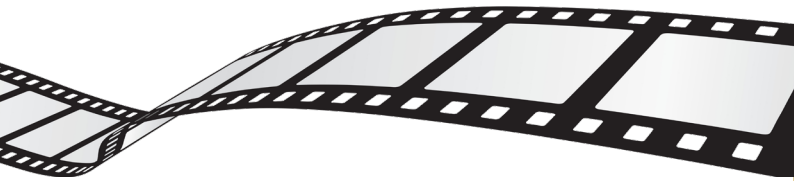
Доживём до понедельника

Классика, которая не теряет актуальности. История на три дня из жизни обычной советской школы. Фильм поднимает вечные вопросы о чести, искренности, первой любви и конфликте поколений.



Республика ШКИД

Фильм о школе-коммуне для беспризорников в 1920-е годы. История о трудных подростках и учителях, которые пытаются до них достучаться. Отличный повод обсудить проблемы воспитания и дисциплины.



Сериял «Классная школа»

«Классная школа» — это веселое шоу про школу, в которой всё как у всех, но учителя - просто огонь! Они придумывают самые крутые и необычные способы вести уроки. Каждая серия — это новый смешной и сумасшедший школьный день.



В стране невыученных уроков

Ленивый и безответственный школьник Витя Перестукин получает «двойку» по целым пяти предметам сразу. В отчаянии он решает выбросить учебники, но внезапно оказывается в волшебной и опасной Стране невыученных уроков, которую сам же и создал своими ошибками.

Надеемся наша подборка поможет вам расслабиться в свободное время. В следующем месяце мы продолжим радовать вас уже новой подборкой интересного кинематографа.

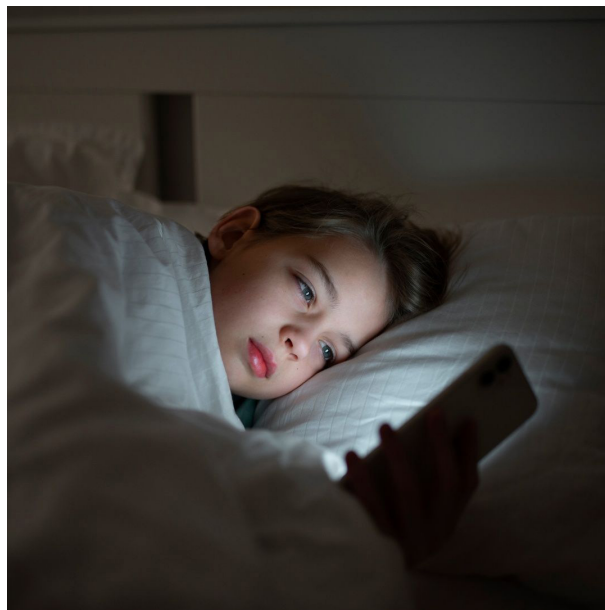
Смирнова Анастасия и Сердюк Анастасия,
ученицы 10 «К» класса



Как восстановить режим

Вы только посмотрите на наших счастливых и энергичных учеников – это связано с тем, что они уже восстановили свой режим сна. С этим им помогли наши советы, которыми мы с вами сейчас поделимся. Но, преодолев это, вы узнаете, что такое режим сна и зачем он нужен.

Режим сна — это устоявшееся время, в которое человек ложится спать и просыпается, а также последовательность ритуалов перед ночным отдыхом. Следуют режиму сна ежедневно, соблюдая примерно одно и то же время.



Режим сна нужен для поддержания физического, эмоционального и когнитивного здоровья, а также для повышения работоспособности и качества жизни.

Правильный режим сна подразумевает, что за время ночного отдыха организм успеет восстановить силы: утром человек будет ощущать бодрость и прилив энергии. В среднем человеку требуется 7-9 часов сна.

Очень важно, в какое время вы ложитесь спать. Примерно с 9 часов вечера в организме начинает вырабатываться гормон сна - мелатонин.

Идеальное время для отхода ко сну с 9 до 11 вечера.

СНА ПОСЛЕ КАНИКУЛ?

Способы восстановления режима:

1. Выбрать время сна.

Можно придерживаться общих рекомендаций: ложиться спать до 11 часов вечера и просыпаться примерно в 6-8 часов утра. Важно помнить, что продолжительность сна должна быть около 8 часов, потому что организму необходимо проходить не менее 5 циклов, каждый из которых состоит из нескольких фаз сна.

2. Меняйте график сна постепенно.

Вносите изменения в график поэтапно с допустимыми отклонениями в 15-30 минут. Чтобы научиться спать по часам, можно сначала установить точное время пробуждения - по будильнику. Если одна часть графика будет отрегулирована, то будет легче определиться со временем отхода ко сну.



3. Соблюдайте гигиену сна.



- За 1-2 часа до сна откажитесь от гаджетов и других раздражителей.
- Проветривайте спальню. В комнате должно быть свежо и не жарко, примерно 18-20 градусов.
- Подберите комфортные спальные принадлежности.
- За 30 минут до сна приглушите свет.
- Не перегружайте организм едой: ужин должен быть легким за 2-3 часа до сна.
- Не занимайтесь спортом менее, чем за 4 часа до сна.

4. Придумайте особые ритуалы перед сном.

Попробуйте делать какое-то действие каждый вечер незадолго до сна. Например, прогуляйтесь по улице, примите теплую ванну или почитайте книгу. Со временем это действие станет сигналом того, что пора спать.

Соблюдая эти простые правила, вы сохраните силы и энергию на весь учебный год, сохраните ментальное здоровье, улучшите концентрацию внимания и повысите успеваемость.

Голикова Серафима и Шлыгина Эвелина,
ученицы 10 «К» класса



Школьный гороскоп

Слово «гороскоп» у всех на слуху. Одни заглядывают в него каждое утро, другие - пропускают мимо ушей. Сегодня в школе 1359 ученики 10 «К» класса расскажут вам, что же стоит ждать в ближайшую неделю каждому знаку зодиака.

ОВЕН (21 марта – 19 апреля)

Эта неделя подарит вам мощный заряд энергии для старта новых дел. Берите инициативу в свои руки — вас ждет успех в любых заданиях. Не забывайте делиться своим оптимизмом с близкими — их поддержка увеличит ваши победы.

Стоит сообщить, что 8 «А» скоро ждёт контрольная работа. Сконцентрируйтесь на работе и подготовке, чтобы 2 октября написать работу по алгебре на отлично!

ТЕЛЕЦ (20 апреля – 20 мая)

Неделя обещает быть спокойной. Прекрасное время для творчества, хобби и общения. Прислушайтесь к своей интуиции — она подскажет верное решение.

БЛИЗНЕЦЫ (21 мая – 20 июня)

Эта неделя будет насыщенной приятным общением! Вас ждут интересные встречи, новые знакомства и вдохновляющие уроки. Не отказывайтесь от приглашений, ведь судьба приготовила вам полезные связи.

РАК (21 июня – 22 июля)

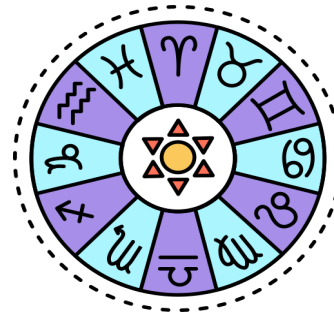
Неделя подарит чувство уюта. Вы почувствуете, как крепнут ваши семейные связи и отношения с самыми близкими. Это идеальное время для того, чтобы отдохнуть в кругу семьи. Контрольную по алгебре так же не избежать 8 «В». Третье октября будет важным моментом, постарайтесь уделять свободное время подготовке и не забывайте отдыхать.

ЛЕВ (23 июля – 22 августа)

На этой неделе вы будете в центре внимания. Ваше творчество будет на пике. Смело предлагайте идеи.

ДЕВА (23 августа – 22 сентября)

Неделя будет продуктивной, работа будет хорошо выполнена. Вы легко справитесь с задачами и наведете идеальный порядок. Звезды советуют также позаботиться о здоровье.



ВЕСЫ (23 сентября – 22 октября)

Вас ждет неделя красоты, гармонии и приятных эмоций. Это время, чтобы окружить себя эстетикой. Доверяйте своему чувству прекрасного.

СКОРПИОН (23 октября – 21 ноября)

На этой неделе вас ждет мощный приток энергии. Вы будете чувствовать себя уверенно и сможете легко влиять на окружающих. Это прекрасное время для решения важных вопросов.

СТРЕЛЕЦ (22 ноября – 21 декабря)

Неделя обещает быть яркой и полной оптимизма. Вас потянет к приключениям, новым знаниям и общению с интересными людьми. Делитесь своим хорошим настроением — оно к вам вернется бумерангом.



КОЗЕРОГ (22 декабря – 19 января)

Эта неделя станет периодом движения вверх. Смело ставьте новые цели — сейчас звезды помогут вам. Ваши усилия не останутся без результата.

ВОДОЛЕЙ (20 января – 18 февраля)

Неделя принесет свободу, вдохновение и интересные перспективы. Вас посетят гениальные идеи. Будьте открыты миру, он подарит вам удивительные совпадения и счастливые встречи.

РЫБЫ (19 февраля – 20 марта)

Вас ждет неделя душевной гармонии, творчества и добрых чудес. Вы будете чувствовать настроение окружающих, что сделает вас душой компании. Приятное время для занятий искусством, музыкой.

Пусть ваша неделя будет солнечной и счастливой. Помните, что позитивный настрой — это главный ключ к удаче.

*Семилетков Владислав,
Пархаменко Фёдор,
Суммарева Мария,
ученики 10 «К» класса*

Интервью с учителем математики

Наша команда в этом году познакомит вас с профессией учителя.

Мы будем задавать учителям вопросы, которые интересуют нас и, надеемся, вас тоже.

Эльмира Хасяновна Сулиманова, учитель математики (алгебры, геометрии, статистики и теории вероятностей), классный руководитель 10 «К» класса.

Как вы пришли в педагогику?

— Я всегда любила математику, поэтому, когда пришло время поступать, я поступила в педагогический университет за компанию с подругой на учителя математики. Так я и оказалась в педагогике.

Что посоветуете тем, кто изучает математику?

— Очень важно учить геометрию. Не стоит использовать готовые решения (ГДЗ, интернет, ChatGPT и т.п.). Математика — это как цепочка: если выпадет хоть одно звено, всё сломается. Если появляются пробелы, их нужно восполнять сразу же.

Какие советы вы дадите будущим учителям математики?

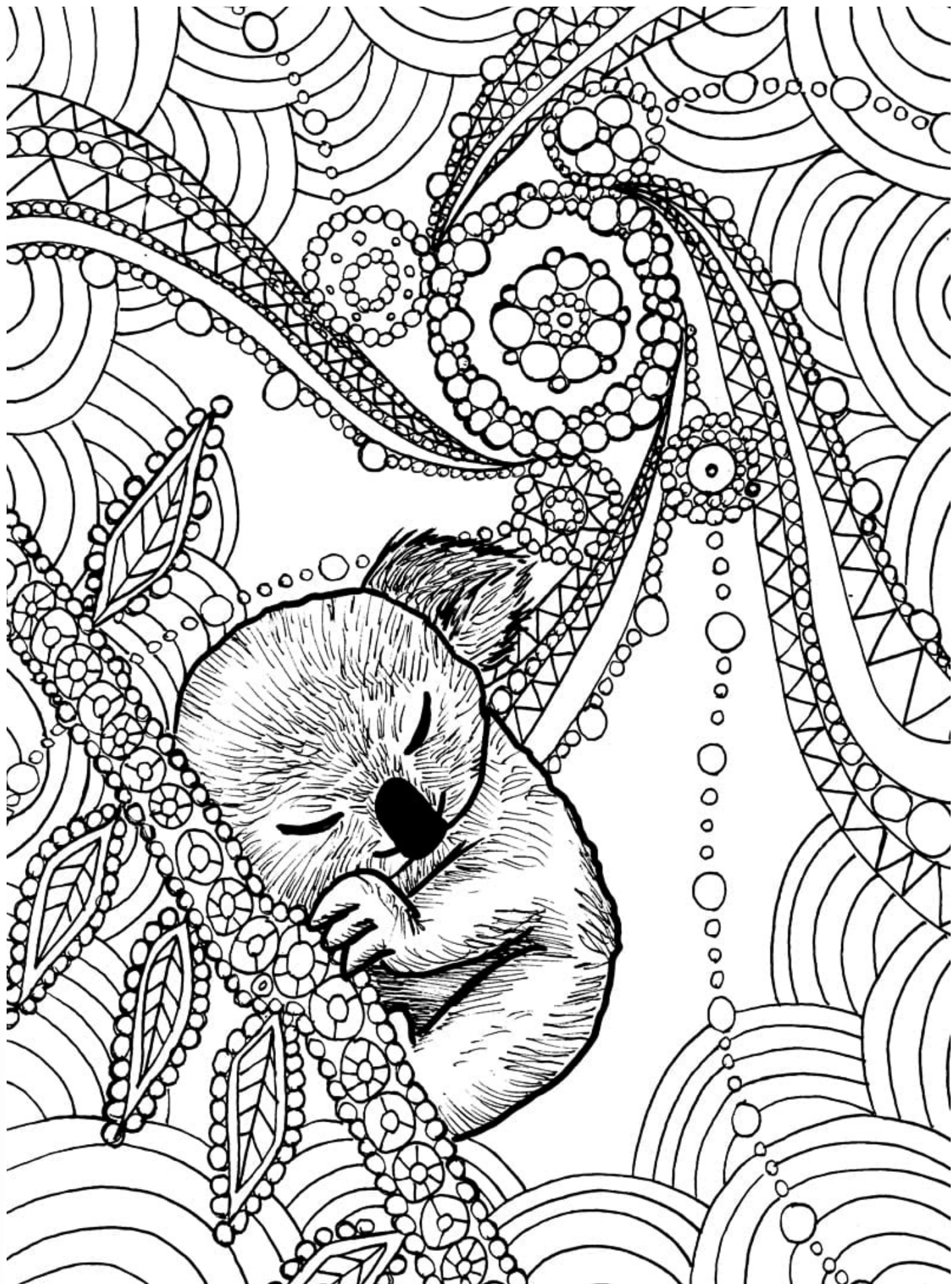
— Нужно понимать все сложности этой профессии. Учитель — это призвание, требующее много терпения, стрессоустойчивости и, самое главное, любви к детям.



Мы благодарим Эльмиру Хасяновну за интересное интервью и желаем ей умных и старательных учеников!



*Мозжегорова Анастасия,
Тюрикова Василиса,
Мотина Дарья,
Кривцова Софья
ученица 10 «К» класса*





**Ещё больше актуальных новостей
на официальных страницах
нашей школы в социальных сетях**

