



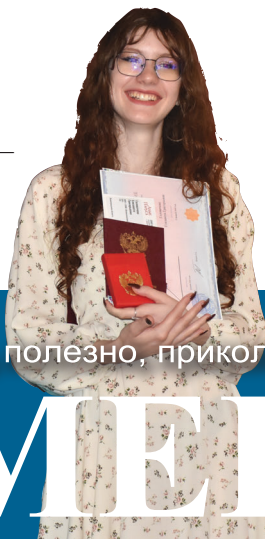
Анна Котова

получила 100 баллов на ЕГЭ по литературе
3 стр.



Анастасия Бобарыкина

рассказала о своем любимом виде спорта – фигурном катании
4 стр.



Елизавета Головачева

получила 200 баллов на ЕГЭ по литературе и русскому языку
3 стр.

№6
(80)
1 сентября
2026 года



Седьмая

Газета МОУ
«Всеволожский ЦО»
и микрорайона Южный

Познавательно, полезно, прикольно

ПЕРЕМЕНА

Новости

Новые учебники

Новый федеральный перечень школьных учебников утвердил Минпросвещения России.

В список для начальной школы вошли учебники по русскому языку, литературному чтению, математике, иностранным языкам, окружающему миру и другим предметам. В нем также представлены книги по литературе на родных языках. Школьники пятых–девятых классов будут заниматься по новым учебникам по русскому языку и литературе, математике, информатике, географии, физике, химии, биологии и иностранному языкам. В список для старшеклассников вошли учебники по русскому языку и литературе, алгебре и геометрии, информатике, физике, химии, иностранным языкам и другим дисциплинам.

Олимпиады меняются

Минпросвещения планирует пересмотреть порядок проведения Всероссийской Олимпиады школьников (ВСОШ).

Изменения будут касаться перечня предметов и сроков проведения, работы с олимпиадными заданиями, утверждения результатов и образцов дипломов победителей и призеров. С 2027 года победители и призеры прошлых сезонов лишатся автоматического прохода на муниципальный, региональный и заключительный этапы.

Каникулы в школьном лагере

В летнем лагере Всеволожского ЦО отдохнули 210 детей.



Фото: Маргарита Напалкова / «Седьмая переменная»

Ребят разделили на семь отрядов, примерно по 30 человек в каждом. Среди вожатых было немало учеников спортивных классов. Школьники помогали воспитателям проводить интересные акции, многие из которых были оформлены в русском народном стиле.

(Подробности - на 4 стр.)

Новые правила перевозки детей

1 сентября вступают в силу новые правила организованной перевозки детей в автобусах.

Правила закрепляют понятия «инструктор-проводник» и «экскурсовод (гид)». Детей младше семи лет не допустят к поездке, если она занимает более четырех часов. Если длительность поездки превышает 12 часов, а для перевозки детей используются три и более автобусов, в салоне должен быть медработник.

Обесценивает праздник

Профсоюз «Учитель» выступил против акции «Дети вместо цветов».

Педагоги считают спорным то, что для сбора средств для помощи тяжелобольным детям предлагается отказаться от традиционного подарка в День знаний. Это воспринимается, как еще один сигнал о снижении общественного статуса профессии. По мнению учителей, такие призывы могут восприниматься, как обесценивание профессионального праздника и снижение уважения к их труду.

Синее настроение

С этого учебного года во Всеволожском ЦО действует положение о школьной форме и внешнем виде ученика

- Почему вы решили ввести в школе форму? – спрашиваем у директора Всеволожского ЦО Олега Анатольевича Петрова.

- Это не только мое решение. Его принимали педагогический и административный советы, общешкольный родительский комитет. Мы все обсуждали на собрании. Школьная форма, как и любая другая, настраивает на определенное поведение и отношение к делу. Когда я хожу в костюме, не могу себе позволить каких-то непонятных шагов, взмахов и так далее. А рядом стоит ученик в толстовке и натягивает капюшон на голову. Поэтому мы решили прививать детям правила.

- Почему остановились именно на темно-синем цвете?

- Это рекомендованный стандарт. Синий цвет, с одной стороны, красивый, с другой, строгий. Мы определяли это с родителями. Все решили коллективно.

- У многих ребят есть свой стиль одежды. Он помогает им самовыражаться, подчеркивает индивидуальность. Вы хотите, чтобы все дети были стандартными?

- Нет, не хочу. Скажите, в чем самовыражение, если ученица приходит в школу в задранной блузке, в спущенных на бедра джинсах, которые еще и разодраны?! Есть определенные правила. Когда вы устроитесь на работу, скажем, в Газпром, и вам скажут, что надо носить юбку на три сантиметра ниже колена, вы будете в ней ходить.

Мы не отнимаем у вас возмож-



Фото: esoligorsk.by

ность самовыражаться! В школе будут мероприятия, где можно себя показать. У нас есть цветные недели и другие акции.

- Почему у обуви должна быть белая подошва?

- Кроссовки на черной подошве оставляют полосы на полу. Его труднее мыть. Дети специально надевают такую обувь, чтобы «рисовать». Кстати, обычные туфли на черной подошве не оставляют следов.

- Почему нельзя красить волосы в яркие цвета?

«Школьная форма, как и любая другая, настраивает на определенное поведение и отношение к делу. Когда я хожу в костюме, не могу себе позволить каких-то непонятных шагов, взмахов и так далее. А рядом стоит ученик в толстовке и натягивает капюшон на голову. Поэтому мы решили, что детям надо прививать правила».

- «Ералаш» смотрели? В школу является ученик с крашеной головой, думает, что он индивидуальность. Заходит в класс, а там 32 таких же «индивидуальности» сидят.

- Чтобы заплести косу, требуется много времени. По утрам его нет. Что делать?

- Надо делать хвостик. Это связано с заботой о вашем здоровье и безопасности. Волосы могут закрывать глаза, цепляться за что-то. На голове не должно быть брошей, пирсингов на ушах и в носу и так далее. У нас было много вырванных сережек, порванной одежды!

- Почему нельзя делать макияж?

- Макияж допустим, но в ограниченных моментах. Бывает такой макияж, что за ним не видно девочку, человека. Все должно быть в меру.

- Запрещается маникюр, а ногти должны быть коротко подстрижены. Нельзя даже скромно украсить ногти?

- Если ученица приходит на уроки с ногтями четыре сантиметра, возникают вопросы. Как она будет писать? Что девочка будет делать, если ей на физкультуре в ногти попадет в мяч?

- Кто и как будет контролировать соблюдение этих правил?

- Естественно, администрация, учителя, ученическое самоуправление. Будем обращаться к родителям.



Василиса Сафронова



Влада Евстафьева

Внешний вид ученика:

- Волосы естественного цвета
- Аккуратная прическа
- Отсутствие вызывающего макияжа
- Отсутствие маникюра и пирсинга
- Костюм темно-синего цвета
- Обувь, не пачкающая пол



Инфографика: freepik.com, Михаил Бежанешвили / «Седьмая переменная»

Семь ответов

Какие у тебя планы на новый учебный год?

Кира Тимофеева, 8г:

- Стать круглой отличницей. Я училась на пятерки в начальной школе. Сейчас надо подтянуть биологию и физику. Еще новые предметы добавятся, с ними нужно подружиться.

Дарья Ходцова, 7а:

- Буду учиться, учиться

и еще раз учиться. Планирую также пойти на танцы.

Виктория Димановская, 8г:

- Улучшить учебу, найти новое общение, идти к своей профессии. Хочу стать следователем, буду учить историю, обществознание, русский, английский и мате-

матику, хорошо заниматься на физкультуре.

Екатерина Добродеева, 6д:

- Хочу перевестись в другой класс и подтянуть знания по всем предметам.

Денис Симон, 7е:

- Учиться на пятерки, хорошо окончить школу. И пойду на секцию футбола.

Иван Соколов, 3б:

- Хорошо учиться, не конфликтовать в классе и не получать замечаний.

Алиса Бондарева, 3е:

- Хочу быть отличницей, подтянуть русский, потому что у меня по нему четыре. Хочу пойти на конструирование, снова

на хор и еще на танцы.



Рамазан Анарбаев

Школьная хроника

В мире квантовой физики

Инженерный 8т (классный руководитель Е.В. Губина) побывал в Информационном центре атомной энергии (ИЦАЭ) Санкт-Петербурга.



Фото: Елена Губина

Это место, где сложные вещи объясняют на пальцах, а оторваться от экранов и приборов невозможно. Ребята попали в уникальную интерактивную программу. Они прошли сразу два испытания в формате квеста и квиза. Будущие инженеры измеряли, вычисляли, анализировали и работали в командах. Их уровень подготовки оказался на высоте.

Ученики говорят большое спасибо сотрудникам ИЦАЭ за профессионализм, четкую организацию и умение зажечь интерес к науке у подростков.

Спектакль в доме ребенка

Ребята из театра кукол «Сюрприз» представили малышам Всеволожского специализированного центра для детей интерактивный спектакль «Приключения в весеннем лесу».

Зима никак не хочет уходить из сказочного леса, хотя уже поют птицы и появляются первые цветы. Звери устали от холода и мечтают о тепле. Веселые лесные жители решают взять дело в свои лапы и отправиться на поиски Весны. Вместе с сказочными персонажами Лисой, Волком, Зайцем, Медведем и Вороной маленькие зрители отправились в увлекательное приключение, где их подстерегали разные препятствия, но малыши вместе с героями их преодолели, и Весна пришла в лес.

Увлекательный сюжет сказки, загадки, игра «Паровозик» и хоровод помогли создать праздничное настроение. Юные зрители получили массу положительных эмоций и надолго запомнят этот чудесный день.

Спектакль подготовили Анастасия Зайцева, Мария и Иван Солодковы, Ника Урозаева под руководством главного библиотекаря ВЦО О.Х. Савченко.

Праздник единства и дружбы

В дошкольном отделении Всеволожского ЦО прошло «Праздничное шествие народов России».

Оно завершало шестимесячный проект «Сила в единстве — радость в дружбе», приуроченный к Году единства народов России. Каждая группа дошкольников представила один из народов нашей страны. Ребята показали атрибуты и элементы народных костюмов, исполнили традиционные танцы, поучаствовали в народных играх.



Фото: Варвара Афонина

Побывали в доме Пушкина

В канун дня рождения великого поэта пятиклассники Всеволожского ЦО побывали во Всероссийском музее А.С. Пушкина на Мойке. Экскурсия называлась «Сказки сказывать мы станем...».

Выбор программы не случаен: в этом году ребята читали сказки поэта, рисовали к ним иллюстрации, участвовали в конкурсе и смотрели экранизацию «Сказки о царе Салтане».

Школьники с интересом ознакомились с коллекцией музея: живописью, скульптурами, редкими книгами XVIII–XXI веков, фамильным гербом и древом Пушкиных. Ребята увидели знаменитый портрет кисти Тропинина (один из самых удачных прижизненных изображений поэта), рукописи, рисунки Александра Сергеевича, его кресло и стол, за которыми создавались шедевры.

Пятиклассники узнали, какие народные истории вдохновляли поэта, вспомнили его няню Арину Родионовну, рассказы которой Александр Сергеевич бережно записывал. Его первый сказочный шедевр — «Сказка о попе и работнике его Балде» — был написан всего за один день, когда поэту исполнилось 30 лет. Он просто переложил в стихи услышанную на ярмарке историю.

В конце экскурсии читали наизусть стихи и отгадывали загадки. Особую атмосферу создавали куклы — персонажи любимых сказок Пушкина.

Большие перемены

Оценка за поведение и т.д.

Заместитель директора Всеволожского центра образования Наталья Трусова рассказала «СП» о нововведениях в школе



Фото: Григорий Михайлов / «Седьмая перемена». В этом году во Всеволожском ЦО было особенно много медалистов. Слева направо: завуч Наталья Ивановна Трусова; серебряные медалисты — Злата Стульева, Милана Осокина, Дарья Треухова, Анна Котова, Ксения Мизненко, София Решетинская; директор Всеволожского ЦО Олег Анатольевич Петров; золотые медалисты — Диана Рысьева, Юлия Ревягина, Анастасия Жукова, Елизавета Ефремова, Семен Гринин, Никита Шестаков, Марк Байран, Елизавета Головачева, Екатерина Запрудина

Наталья Ивановна, в этом учебном году в школе появится предмет ДНКР (духовно-нравственная культура России). Когда я учился в 5 и 6 классах, у нас был предмет ОДНКР (основы духовно-нравственной культуры России). Чем новый предмет отличается от старого?

Думаю, цель введения ДНКР та же — приобщить детей и подростков к культуре, ценностям своей страны. Только немного меняется подход к самому предмету. Школьники будут узнавать о духовно-нравственной культуре России через биографии выдающихся личностей, включая героев СВО. Если ОДНКР вы изучали в 5 и 6 классах, то ДНКР будут проходить с 5 по 7 классы.

В 10 классе будет новая программа по обществознанию. Что изменится?

Переход на новую программу проходит постепенно. В прошлом учебном году обществознание изучали в 8–11-х классах, а с 1 сентября 2026 года уроки будут проходить в 9–11-х.

Изменится объем курса. Раньше на обществознание выделялось с 6 по 11 класс выделялось 272 часа, теперь — 34 часа в 9-м классе и 102 часа в 10–11-х. Высвободившиеся часы перераспределили на историю.

Появятся новые единые учебники. Для 9-х и 10-х классов они уже подготовлены. Одиннадцатиклассники перейдут на новую линейку с 1 сентября 2027 года.

В учебниках сделан акцент на практических знаниях об устройстве государства, экономике, праве

и культуре. Предмет призван сформировать гражданскую ответственность и любовь к Родине. Обновленный курс теснее связан с историей, литературой и географией. Это поможет школьникам полнее и глубже рассматривать

Стало больше часов на изучение истории, добавилась история родного края. Ученики будут узнавать не просто даты и цифры, а толкование событий. Мы вернулись к тому, что было несколько лет назад, когда обществознание изучали один год, а потом его ввели с 6 класса. На уроках также будут затрагиваться темы новейшей истории, включая СВО

общественные процессы, видеть взаимосвязь событий, культуры, экономики и права.

Сокращается количество часов на иностранные языки. На изучение каких предметов они пойдут?

Необходимо уточнить, что в этом учебном году сокращение коснется только 5-го класса, а потом оно произойдет в 6 и 7-х классах. А в 8 и 9-х ничего не изменится. Куда пойдут сокращенные часы? Наверное, в том числе и на ДНКР.

В школе повышается значение метапредметных результатов. Что это даст?

Метапредметные результаты показывают освоение школьниками темы универсальными учебными действиями. Мы должны научить детей учиться. Очень часто бывало так, что учитель дает знания,

ученик берет, но не очень понятно, как их использовать. Например, возникают затруднения при составлении простых таблиц. Метапредметные результаты — это умение учеников учиться самим и применять знания.

С нового учебного года вводится оценка за поведение. У школьников России все так плохо с умением вести себя?

С поведением действительно есть проблемы. И зачастую это влияет на уровень знаний школьников. Раньше была одна шкала оценок, сейчас будет другая — образцовое, допустимое и недопустимое. Исключение сделано для первоклассников, им пока не станут выводить такую оценку. Поведение детей с ОВЗ будет оцениваться с учетом индивидуальных особенностей, психофизического развития и состояния здоровья.

По каким критериям будут выставляться оценки за умение вести себя?

При выставлении оценки будут учитываться: дисциплинированность ученика; соблюдение правил взаимодействия с одноклассниками и взрослыми; социальная активность; ответственное и безопасное поведение. В выставлении оценки будут участвовать классные руководители, учителя-предметники, школьные психологи и другие специалисты.

Как часто будет выставляться оценка за поведение?

Это будет оценка за четверть.

Если у школьника оценка за поведение «недопустимая», что это влечет за собой?

Оценка «недопустимое поведение» за четверть станет основанием для организации работы психолого-педагогического консилиума с привлечением родителей ученика. Классный руководитель в трехдневный срок должен провести с ними беседу. В отношении школьника будет составлен план индивидуальной профилактической работы. А дальше уже подается ходатайство в инспекцию по делам несовершеннолетних. За нарушения дисциплины могут

исключить из школы.

Правда ли, что теперь за плохое поведение можно удалять учеников с уроков?

Да. Порядок временного удаления ученика с урока за повторное нарушение дисциплины такой. Если школьник не реагирует на замечания учителя и продолжает плохо себя вести

При выставлении оценки учитываются:

- дисциплинированность ученика;
 - соблюдение правил взаимодействия с одноклассниками и взрослыми;
 - социальная активность;
 - ответственное и безопасное поведение.
- В выставлении оценки участвуют классные руководители, учителя-предметники, школьные психологи и другие специалисты.

на занятии, педагог должен незамедлительно пригласить директора школы или другого представителя администрации.

Решение о временном удалении ученика с урока будет принимать администрация. После этого со школьником должны провести профилактическую беседу. Вернуться к занятиям он сможет после завершения этой работы.

Будет ли учитываться оценка за поведение при зачислении в учебные заведения?

О вузах пока не могу сказать, но на поступление в колледжи оценка однозначно будет влиять. Уже сегодня эти учебные учреждения очень часто запрашивают характеристики на обучающихся. И, конечно, в них будет оценка за поведение.

Бывает, наши выпускники, уже закончив вуз, устраиваются в какие-то организации, например, в системе МВД. И они к нам приходят за характеристиками о том, как обучались в школе.



Дмитрий Петровский

Новое в школе в 2026/27 учебном году:

- Новый предмет - ДНКР
- Вводится оценка за поведение
- Новая программа по обществознанию
- Новая форма учеников
- Сокращение уроков английского
- Повышается значимость метапредметных результатов



Инфографика: dreamstime.com, Михаил Бежанешивили / «Седьмая перемена»

Наши гости

200 баллов!

Корреспонденты «СП» беседуют с Е. Головачевой, которая впервые в ВЦО получила максимальные результаты по двум предметам ЕГЭ

Не успели мы в июне порадоваться за Елизавету Головачеву и Анну Котову, получивших 100 баллов на ЕГЭ по литературе, как пришла новая вест. Елизавета Головачева набрала 100 баллов на ЕГЭ по русскому языку (педагог – Ольга Павловна Крупнова). Как оказалось, таких выпускников в Ленинградской области только двое. Корреспонденты «Седьмой перемены» задали двухсотбалльнице несколько вопросов.

- Привет, Лиза! Ты первая в нашей школе получила 200 баллов! Поздравляем тебя!

- Спасибо большое!

- Думала ли ты, что после литературы у тебя будет 100 баллов еще по одному предмету?

- Нет, я думала, что это невозможно. (Улыбается.)

- Занималась ли ты дополнительно в онлайн-школе, были ли у тебя репетиторы?

- Я очень активно занималась литературой в онлайн-школе. Смотрела все вебинары, делала домашние задания. Первые полгода очень активно учила стихотворения. По русскому у меня тоже был годовой курс в онлайн-школе. И дома я работала, купила книжечку и решала тестовые задания. Но больше всего мне помогла практика в классе. Мы каждый урок решали варианты.

- Мы знаем, что тебя готовила к ЕГЭ Ольга Павловна Крупнова. Как она тебе помогла?

- Ольга Павловна меня ведет с пятого класса, я очень люблю свою преподавательницу.

- Мы тоже ее любим!

- Она очень грамотный специалист, и она действительно может дать фун-

дамент знаний, который очень помогает. Ты сначала узнаешь какие-то общие правила, очень много лет на них нанизываешь знания, а потом в какие-то тонкости вникаешь, например, узнаешь, что слово гиперядро пишется без твердого знака.

- На чем ты концентрировалась больше всего?

- При подготовке к русскому я больше всего решала тестовую часть. В сочинении у меня не было сомнений. Я, конечно, выполняла все домашки, которые нам задавали – куда бы я делась, у меня не было выбора. (Улыбается.)

- Были задания, которые вызвали наибольшую сложность?

- На самом экзамене – нет,

“Я очень активно занималась литературой в онлайн-школе. Смотрела все вебинары, делала домашние задания. Первые полгода очень активно учила стихотворения. По русскому у меня тоже был годовой курс в онлайн-школе. И дома я работала, купила книжечку и решала тестовые задания. Но больше всего мне помогла практика в классе. Мы каждый урок решали варианты.”

тестовая часть мне показалась достаточно легкой. В этом году были довольно сложные темы сочинений. Мне попалась тема отношения к языку, и она одна из самых лучших.

- Говорят, что там еще был текст про танк. И он вызвал трудности у всех.

- Да, был текст про танк Т-34. Мне кажется, очень сложный был текст про критиков. Трудно подобрать



Фото: Григорий Михайлов / «Седьмая перемен». Елизавета Головачева рассказывает о своих высоких баллах из литературного опыта аргументы, которые подходят к этой теме.

- Помогает ли тебе литература разобраться в сложностях жизни?

- Да, если обращаться к литературному опыту, который достаточно обширный. Все-таки большинство произведений из кодификатора написаны в реализме. Там ярко представлены все типы героев, все проблемы, с которыми люди могут сталкиваться. Какие-то бытовые темы, любовные конфликты, философские размышления.

- Мы знаем, что ты хочешь стать художником-реставратором. А почему, имея такие баллы по русскому и литературе, не хочешь быть филологом?

- Русский и литературу я сдавала, потому что эти предметы нужны для поступления в академию. Я люблю литературу, но себя вижу именно художником-реставратором. С пяти лет ходила в художественную студию, потом поступила в художественную шко-

лу, закончила ее с красным аттестатом. Всегда любила рисовать, в 12 лет вела свою группу во ВКонтакте. В этом году ходила к своему преподавателю в художественной школе, от нее узнала про академию имени Штиглица, которую она закончила. Потом начала ездить на подготовительные курсы в этот вуз. Мне очень нравится академия, вдохновляют студенты, их работы. Хочу приблизиться к этому, и мне в целом более интересна сфера изобразительного искусства. Мы живем в культурной столице, у нас много музеев, и у меня будет достаточно много работы по охране наших культурных ценностей.

- Мы закончили 9-й класс, сдавали ОГЭ. Можешь сказать, чем ЕГЭ отличается от ОГЭ? И можешь дать какой-то совет нам и другим ученикам?

- ЕГЭ – более серьезный экзамен, к нему нужна основательная подготовка. Невозможно это сделать за неделю. Поэтому нужно работать. Самое главное – не бояться, не стрессовать. Ты приходишь, садишься и просто пишешь.

- А ты с 10 класса начала готовиться?

- Нет, с 11-го. Ольга Павловна вас подготовит. Каждый урок будете решать вариант, потом она станет спрашивать. Все нормально будет!



Кристина Куприянова



Маргарита Напалкова

Мой успех

Как сдать ЕГЭ на сотку?

Я окончила Всеволожский ЦО в этом году. Очень рада, что сдала ЕГЭ по литературе на 100 баллов. Расскажу, как достигла такого результата.

Скажу честно, до 10 класса я не любила литературу и очень мало читала, только для школы. Зачастую обходилась знакомством с кратким содержанием произведений. Почему-то мне не нравился процесс чтения.

Что пробудило мой интерес к предмету?

Он появился, когда я поняла, что мне нужно сдавать литературу (в соцсетях в этом месте ставится смайлик). Начала с чтения популярных, легких книжек. Постепенно мне понравилось. Стала подступать к более серьезным произведениям, читать их. Когда сдала на 100 баллов ЕГЭ, начала читать «Анну Каренину» Льва Толстого.

С учетом сказанного, к ЕГЭ по литературе я плотно готовилась только один год. Была еще одна особенность – мой класс углубленно изучал информатику и математику, но ни один из этих предметов я не сдавала. Уроков литературы было очень мало. Поэтому очень много времени занималась дома.

За полгода до экзамена тратила на подготовку по 15 часов в неделю. Мне предстояло изучить очень много материала.

А за две недели до ЕГЭ занималась по 8-10 часов в день. Повторяла авторов и темы, которые проходили в течение двух лет.

В чем заключается подготовка к ЕГЭ по литературе? За полтора года до экзамена я начала читать, за один год все осилить очень сложно. Делала это в основном летом, потому что во время учебы трудно было этим заниматься, учитывая мой непрофильный класс. Я прочитала весь кодификатор, и «Войну и мир» Льва Толстого (в 10 классе), и «Тихий Дон» Михаила Шолохова (в 11-м), два главных больших произведения.

Можно ли сказать, что чтение больших произведений помогает сдавать ЕГЭ по литературе? Да, но из интервью ребят я узнала, что многие сдавали на 100 баллов, не читая произведений. Я в шоке от такого факта. Возможно, это неправда...

Самое главное в литературе – прохождение ключевых эпизодов произведения. У меня никогда не спрашивали весь «Тихий Дон». Я проработала все эпизоды, которые были необходимы. Читала произведения отчасти для себя, чтобы лучше понимать сюжет. Это облегчает изучение.

На ЕГЭ у меня было 11 заданий, пять из которых сочинения. В первом блоке мне дали текст, по которому я написала два сочинения. Во втором блоке – стихотворение, по ним тоже надо выдать два сочинения. И последний блок – большое сочинение на одно произведение, где-то на 300 слов. Большое сочинение писала по «Мертвым душам» Гоголя.

При подготовке к ЕГЭ я за полгода написала около 70 сочинений. Разбирала все произведения, которые могут быть. И с «Мертвыми душами» работала не один раз.

Самое главное при подготовке к ЕГЭ по литературе – писать сочинения в реальном времени, следить за минутами. Многие на экзамене просто не успевают все изложить. Я работала без черновика. По каждой теме в голове было все выстроено. Целый год писала сочинения по одной структуре. У меня были уже заготовлены слова и обороты.

Самым сложным для меня было сочинение по стихотворению. Боялась, что не так поняла произведение «Память» Уткина. Нужно было подобрать еще одно стихотворение из своего опыта, которое ты можешь сопоставить с предложенным. Это было сложно, потому что тема памяти не так часто встречается в стихах, чаще это пейзаж, любовь.

Хорошо, что я читала произведения, перед экзаменом очень много учила базовых стихотворений. На ЕГЭ я смогла их вспомнить, это мне помогло. Но самое основное в моей подготовке – это то, что писала сочинения, а не тратила много времени на разбор произведений.

Я знала, что у меня не будут спрашивать глубокий смысл произведений. Знала, что больше половины заданий на ЕГЭ по литературе посвящено сочинениям. Поэтому решила уделить больше времени подготовке к ним. А разбор произведений тоже может пригодиться. Зная смысл, ты сможешь лучше о нем рассказать в сочинении.

Учитесь писать сочинения! Учитесь писать быстрее и сразу на чистовик, потому что времени на ЕГЭ не хватает. И многие просто не успевают все сделать.



Анна Котова, выпускница ВЦО 2026 года

Необычная встреча

Слухачи и прибор-спаситель

Ученики школы Грота рассказали ровесникам из Всеволожского ЦО о незрячих людях во время войны



Фото: Д. Трахтенберг / public domain. Слухачи обнаруживали приближающиеся самолеты противника и даже на слух определяли их тип, высоту, на которой они летели, и расстояние до них. Фото: Ю. Семенова

Ученики 4а класса школы Грота для слабовидящих детей провели для ребят из коррекционных классов 1к, 1з, 2л и 2з Всеволожского ЦО музейное занятие «Спаситель Тамары Андреевой и подвиг слепых слухачей во время Великой Отечественной войны».

Занятие проходило в два

этапа. На первом ученица школы Грота Алиса Семенова рассказала, как незрячая девочка Тамара Андреева летом 1941 года оказалась в Псковской области. После окончания 2 класса школы Грота она приехала к бабушке. И тут началась война, Тамара оказалась в фашистской оккупацию.

Девочка с мамой активно помогала партизанам. Это делали и другие жители. В итоге немцы сожгли деревню. Они хотели захватить дочку с мамой, но им помог счастливый случай. Тамара все время носила с собой металлический прибор для письма по шрифту Брайля. Мама



Слухачи и прибор-спаситель

(Окончание, начало на 3 стр.) фотографии, экземпляры книг, архивные записи, которые приехали из школы Грота в музейном чемоданчике.

После знакомства с историями незрячих людей во время Великой Отечественной войны и материалами из музейного чемоданчика ребята позвонили девочке той поры Тамаре Андреевой, которой уже 95 лет. Тамара Сергеевна пишет рассказы, один из них называется «Мой спаситель».

Школьники узнали, что Тамара Сергеевна освоила Интернет и контактирует со всем миром, у нее много знакомых в других странах. Она пообщалась с детьми, пожелала им добиваться своих целей, успехов, удачи и мира.

Провести такую встречу предложила Алиса Семенова, о которой уже писала «Седьмая перемена». А педагоги школы Грота Светлана Александровна и Оксана Валерьевна предложили идею музейного чемоданчика. Они подготовили информацию и помогали ребятам проводить занятие.

Ученики Всеволожского ЦО и их родители слушали рассказы гостей с большим интересом. Спрашивали, как они учатся. Ребята с интересом рассматривали прибор для чтения по Брайлю, трогали его.

Гости привезли свои школьные тетрадки с оценками. Ученики их посмотрели и поняли, что ребята из школы Грота пусть и не видят, но ведут такой же образ жизни, так же активны и веселы. И учатся они по той же программе.

- Мне больше всего понравилось, как распознавать по звукам самолеты, - сказал Матвей Сизов из 2л.

- А мне понравилось, как незрячие пишут с помощью прибора, - сообщил Артем Арсеньев из 2л.

- Впечатления очень положительные, - говорит педагог Виктория Алексеевна Гущина. - Ребятам было и необычно, и интересно. Я даже проследила, когда услышала историю блокадницы Тамары Сергеевны Андреевой, впечатлил разговор с ней. Спасибо дефектологу Юлии Константиновне Семеновой, что она вместе с дочкой подарила нам такую возможность.

- Мне очень понравилось занятие, - говорит педагог Ксения Сергеевна Скирта. - Дети узнали очень много интересного. Наши ребята увидели, что, если у кого-то нет зрения, это не беда. Такие люди тоже выполняют важную работу. Мы понимаем, что у этих школьников нет на уроках такой наглядности, как у детей из нашего коррекционного класса. Наверное, это их стимулирует идти дальше. И у этих людей тоже можно чему-то научиться.



Григорий Михайлов

Каникулы

Лето в кокошниках

В этом году смена в школьном лагере Всеволожского ЦО прошла в русском народном стиле

В День защиты детей активисты школьного ученического самоуправления провели для всех отрядов «Веселые старты». Ребята проходили полосу препятствий и радовались каждой победе.

В один из дней ученики первых и вторых классов попробовали свои силы в выполнении нормативов ГТО. Ребята бегали, прыгали и отжимались.

Другие лагерные акции были оформлены в народном стиле. Перед Днем России прошла спартакиада «Мы — русские богатыри!» Ребята перевоплотились в витязей и показали силу и ловкость.

А затем начался квест «Моя Родина — Россия!». Отряды проходили разные станции: «Музыкальные напевы» (школьники исполняли песни о Родине); «Народная мудрость» (ребята вспоминали пословицы и разгадывали секреты народных символов); «Народные умельцы» (дети из вырезанных ладошек собрали яркий российский флаг); «Русские загадки» (школьники с азартом разгадывали головоломки о национальных символах); «Русские сказки»

(ученики оживляли любимых героев в забавных мини-сценках); «Гимн и флаг России» (участники праздника узнали историю символов страны и сложили пазлы с узнаваемыми образами); «Русские узоры» (мальчики и девочки превратили асфальт в настоящую галерею творчества).

В день рождения Александра Сергеевича Пушкина главный библиотекарь Всеволожского ЦО Ольга Хорисовна Савченко провела для ребят познавательный час. Они отлично справились с викториной по сказкам классика. Дети с удовольствием посмотрели мультфильм «Сказка о мертвой царевне и семи богатырях», а затем отправились в библиотеку КДЦ, где узнали много нового о семье поэта.

В один из дней школьники отправились в музей русского быта «Изба-Забава» (Санкт-Петербург), где окунулись в старину: расписывали матрешек, узнавали тайны их возникновения и значение каждого цвета на наряде. Большой восторг вызвал мастер-класс по украшению музыкальной неваляшки. Завершилось путешествие воз-



Фото: Рамазан Анарбаев / «Седьмая перемена»

ле самовара. Море эмоций принесла ребятам «Солнечная ярмарка». Чего на ней только не было: петушки на палочке, расписные матрешки и тарелочки, яркие веера, балалаечки, куколочки-обереги и множество других поделок.

Готовясь к праздникам в народном стиле, ребята открыли для себя много нового. Воспитатели просили узнать информацию, школьники искали ее в Интернете и делились друг с другом интересными фактами. Многие из них дети включили в книжечки, которые вместе с поделками в русском стиле продавали на ярмарке за лагерную валюту. Школьники с интересом знакомились со стилями росписи (гжель, хохлома) и даже изготавливали свою посуду, лепили ее и расписывали.

В конце смены в лагере про-

шел «День ряженных». Кто-то стал боярином, кто-то — веселым скоморохом, а кто-то — настоящей жар-птицей! На празднике «Русские народные гулянья» отряды выкладывались по полной. Зал взрывался аплодисментами, а в музыкальном батле «Калинка» против «Барыни» было понастоящему горячо.

- Радует, что ребята откликнулись на идею педагогов провести смену в русском народном стиле, они сами для себя много открыли, - подводит итог начальник лагеря Галина Владимировна Гильда.

- Мы планируем и дальше проводить лагерные смены в народном стиле, - говорит педагог Ольга Константиновна Лондарева. - Тут для нас и детей большое поле деятельности. Можно развивать направление русской народной кухни, готовить костюмы, разучивать песни, танцы и т.д.



Маргарита Напалкова



Фото: из альбома лагеря «Солнечный»

Увлечения

Мои три оборота

Я занимаюсь фигурным катанием. Недавно освоила очень сложный прыжок

Фигурное катание — элегантный зимний вид спорта, сочетающий сложную координацию, атлетизм и эстетику. А еще он очень сложный. Многие заканчивают свою карьеру в 17-20 лет. Не знаю, как будет у меня, но пока я иду вперед. Недавно после победы на областных соревнованиях в Выборге получила второй разряд.

К соревнованиям мы готовим две программы, короткую и произвольную. Их ставят мой тренер и хореограф. Важно правильно подобрать музыку и выстроить движения. Чтобы это была не просто череда сложных элементов, а единый рисунок танца на определенную тему с красивыми, гармоничными переходами от выразительного проката к прыжкам, вращениям и т.д.

Самое страшное на тренировках — падения. Это очень больно, но есть еще один не очень приятный момент — после падений нас заставляют отжиматься. Я не люблю это



Фото: Из личного архива Анастасии Бобарыкиной

делать, но приходится.

На тренировках есть и радостные моменты. Это специфические задания, игры на выбывание.

Самое сложное и интересное — подготовка прыжков. Они очень разные — лутц, тулуп, флип, аксель, риттбергер, сальхов. Тренировки включают имитацию элементов, упражнения на координацию, прыжки на месте или в длину, а также работу на лонже (по-простому говоря, на «удочке»).

И только тогда, когда тренер увидит и ты сама поймешь, что готова, можно выполнять прыжок без «удочки». Особенно долго я шла к прыжку в три оборота. Но пока выполняю его только на тренировках. На соревнования элемент можно выносить только тогда, когда он отработан на 100 процентов.

Делашь разбег, отталкиваешься и взлетаешь! Со стороны это выглядит красиво,

но ты сама в этот момент очень сконцентрирована. В полете тоже надо уметь управлять своим телом, группироваться.

В этой фазе тело фигуриста вращается вокруг оси, которая должна быть идеально выровнена от макушки до носков. Ноги надо выпрямить и плотно скрестить в области щиколоток, а колени и ступни направить строго вперед. Бедра и плечи должны оставаться ровными и параллельными льду.

Работу на льду мы совмещаем с общефизической подготовкой (ОФП). Без сильных мышц ни о каких красивых элементах не может быть и речи.

Занимаясь фигурным катанием, я почувствовала, что стала более подтянутой, координированной, гибкой и выносливой.



Анастасия Бобарыкина

Шкодиум

Первое сентября — День знаний. А остальные дни для чего?

Супермаркет к 1 сентября предлагает «Набор отличника»: ранец, пенал, дневник. Ремень - в подарок.

Учитель попросил ученицу прочитать басню «Ворона и Лисица», а потом спросил: — Кто тебе больше по душе — ворона или лисица? — Мне больше по душе сыр, — ответила ученица.

В тетради одного ученика учительница красными чернилами вывела: «Саха, даже если ты хочешь стать врачом, пиши аккуратнонее!»

«Когда я училась в 9-м классе, учительница сказала, что максимум, на что я способна, — это торговать яблоками на рынке. Она не угадала: я торгую киви!»

— Согласитесь, у моего сыночка очень много оригинальных идей, - говорит мать учителю. — О, безусловно, особенно в области орфографии.

Молодая учительница жалуется подруге: — Один ученик постоянно шумит, хамит и срывает мне уроки! — Но хоть одно положительное качество у него есть? — К сожалению, есть — он еще ни одного урока не пропустил!

Учительница попросила третьеклассника назвать пять фруктов. Находчивый школьник ответил: «Три груши и два яблока».

Семь цитат

«Сегодня 1 сентября, а ведь только вчера было 31 мая».

«Вот скромный домик. У домика — забор. У забора — дерево. На дереве — скворечник. Здесь жил Чехов».

«Герасим рассердился на барыню и уволился по собственному желанию».

«Некрасов сказал о русской женщине, что она коня на скаку остановит и с ним в горящую избу войдет».

«Буденный — это Чапаев, только более усатый».

«Наши предки считали, что Земля покоится на слонах, а слоны стоят на черепахе. В последнем они, конечно, ошибались».

«Мушкетеров было трудно обмануть, ведь они соображали на троих».

Сельмая ПЕРЕМЕНА

Газета МОУ «Всеволожский ЦО» и микрорайона Южный
Адрес редакции: 188643, Ленинградская область, г. Всеволожск, микрорайон Южный, ул. Невская, д. 10.
Электронная почта: sremena@yandex.ru
Тел.: 8-903-097-39-65.
Газета сверстана в Медиаобъединении «Сельмая перемена», МОУ «Всеволожский ЦО»
Газета отпечатана в типографии ООО «Цифра он-лайн»
Адрес: 192171, г. Санкт-Петербург, ул. Бабушкина, 36/1.
Печать офсетная. Тираж: 650 экз.
Дата выхода в свет: 1 сентября 2026 года.