

**В этом  
выпуске:**

Колонка редактора—Все! Я буду дворником!	2
Однажды в школе—Советы на мозаике	3
Это интересно—Мнемотехника	4-5
Мастер-класс—Выпускной? Катастрофа!	6-7
Это интересно—checklist на лето	8
Гороскоп на май	9
Доска объявлений	10



Пока вы не придумали никаких теорий про эти прямоугольники, сообщаем: иллюстратор в 9 классе. У неё тоже экзамены! :)



## ВСЕ! Я БУДУ ДВОРНИКОМ!

Знакомая мысль? «Июнь через пару недель, первый экзамен через неделю, а я не успел подготовиться, что делать?»

Не паниковать. Это главная ошибка всех, кто сдает экзамены. Паника приводит к большому количеству ляпов. Главное - настраиваться на экзамен правильно, верить в себя, быть спокойным и расслабленным... А как это сделать?

Лично мне помогают расслабиться такие вещи, как музыка, видео на YouTube и здоровый сон. И не забывайте настраивать себя только на хорошее!

Кроме того, у вас есть еще время, чтобы немного подтянуть свои знания: это не будет лишним.

А если в голову не идут хорошие мысли, посмотрите на ситуацию с другой стороны: ведь даже если вы не сдадите экзамен с первого раза, вы справитесь с ним на пересдаче. Так что все проблемы решаются.

Постарайтесь не накручивать себя, и не слушайте своих «истеричных» друзей, у



которых скоро будет нервный срыв на фоне переживаний! Постарайтесь их успокоить, напоите чаем — в общем, сделайте с ними что-нибудь. Они обязательно отблагодарят вас. Чуть позже. Когда сдадут уже наконец!

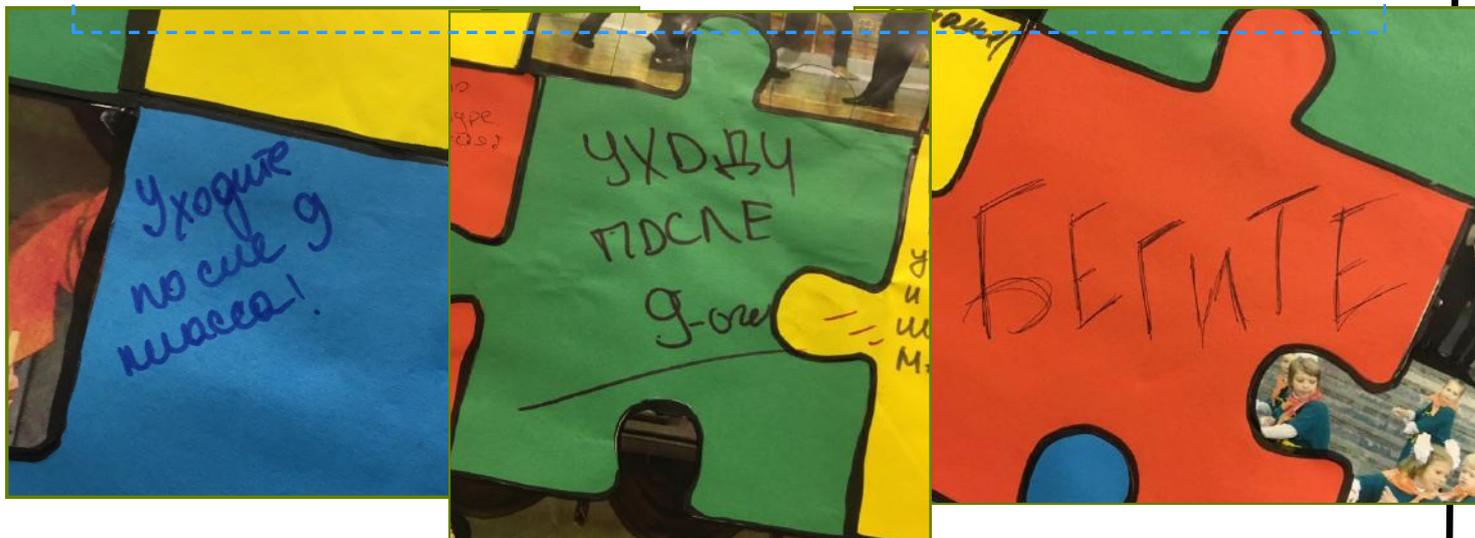
А пока — ищите в этом выпуске идеи о том, как запомнить много информации разом, подготовиться к выпускному и отдохнуть летом.

А я готовлюсь к экзаменам и прощаюсь с вами до сентября.

Редактор «Пятницы»

Полина Василенко.

Этот выпуск «Пятницы» - последний в этом учебном году. К слову - возможно, вы не заметили, но прошлый выпуск был немного не таким, как предыдущие выпуски нашей газеты. Редактор брал отдых на месяц, и в этот месяц ответственность была возложена на помощника главного редактора Сою. Она справилась достойно, надеюсь, вы оценили её старания!

**СОВЕТЫ НА МОЗАИКЕ**

Если вы ходили по коридору второго этажа, то вы видели мозаику пожеланий, которую готовили ребята из совета обучающихся для вечера встречи выпускников. Помимо теплых пожеланий и добрых слов на ней много раз разными словами написан один и тот же совет – «Уходите после 9!». Давайте разберемся.

В последнее время проблема выбора между колледжем и университетом встает перед каждым учеником. К нашей печали, ЕГЭ порядком ужесточили. С чем это связано, мне, к сожалению, неизвестно, однако вопрос о будущем учеников нашей школы стал мне интересен, так что я провела небольшой опрос. В нем участвовало 13 девятиклассников.

Больше половины опрошенных решили уйти после 9 класса. У кого-то причиной является сложность обучения в 10 классе и трудность ЕГЭ. Некоторым хочется новых знакомств, а остальным -

поскорей получить специальность.

Лишь двое из 13 человек решили остаться до 11 класса, да и то: причиной стало стереотипное представление о колледже и необходимость окончания одиннадцати классов для поступления в ВУЗ. Однако эти смельчаки выделили несколько плюсов дальнейшего обучения в школе. Во-первых, два года дают возможность определиться со специальностью. Во-вторых, после 11 классов проще поступить в ВУЗ.

Какой можно сделать вывод?

Да, экзамены с каждым годом сложнее. Обучение в старшей школе труднее, зато после 11 класса можно пойти получать высшее образование, которое востребовано во многих профессиях. С другой стороны, после колледжа также можно пойти в университет...

В общем, выбор за вами. Я выбрала старшую школу – и не жалею.

Корреспондент «Пятницы»

Бакаева Ульяна



# - МНЕМОТЕХНИКА - МНЕМО ЧТО?



Здравствуйтесь, дорогие читатели. На волне предстоящих экзаменов я предлагаю поговорить о такой вещи, как мнемотехника. Вы спросите – что это?

Мнемотехника - совокупность специальных приёмов и способов, облегчающих запоминание нужной информации и увеличивающих объём памяти. Обычно это курс, состоящий из небольших упражнений, которые помогают надолго запомнить любую информацию. Ведь, согласитесь, иногда так трудно вложить огромное количество информации в свою голову, при этом не сойдя с ума! Как-никак, многие выпускники уже столкнулись с этой проблемой.

А теперь представьте: будь то сложный экзамен, стихотворение наизусть или банальная контрольная – вы ко всему готовы, потому что знания у вас в голове. Так как же получить этот "дар"?

Все очень просто - следуйте комплексу упражнений, и занимайтесь каждый день по 15-20 минут. Ниже вы найдете лишь малую часть огромных курсов по мнемотехнике. Больше упражнений вы можете найти в Интернете. По моему опыту, они находятся в свободном доступе.

## 5 УПРАЖНЕНИЙ ПО МНЕМОТЕХНИКЕ:

### 1. Цифро-буквенный код

Это когда сознание шифрует слова буквами и при помощи этих букв запоминает нужную информацию.



### 2. Ассоциации

При помощи каких-то ярких ассоциаций наш мозг запоминает информацию. И, когда нам надо вспомнить и восстановить эту информацию, мы

вспоминаем эти необыкновенные ассоциации, которые происходили на тот момент, и информация нам возвращается. Кстати, именно поэтому



вы вспоминаете ситуации, связанные с какой-то песней, когда вновь прослушиваете её. Попробуйте специально взять любимую песню и проассоциировать стихотворение или математические формулы с ней.

### 3. Рифмы

Можно придумать несколько зарифмованных пар слов или небольшое стихотворение, которое содержит запоминаемый материал. Хороший пример – исключения из спряжений глаголов. Помните это – Гнать, держать, дышать, обидеть...? Вот так же можно запомнить что угодно.

### 4. Созвучие

При помощи слов или словосочетаний можно запоминать иностранные слова, сложные термины, научные термины. Например, английское слово look

созвучно с русским - лук. Создав созвучие, вы легко запомните что угодно.

### 5. Метод римской комнаты

В этом методе вы запоминаете объекты и присваиваете им название какого-то предмета из вашей комнаты. Есть известная тройка исключений в русском языке – стеклянный, оловянный, деревянный.



Все три слова можно привязать к окну в вашей комнате: стекло, ручка оловянная, рама деревянная. Сейчас это, конечно, уже не те материалы, но запомнить правило становится очень легко.

Вот такие простые упражнения помогут вам быстро и эффективно запомнить все, что вам требуется. Для этого всего лишь нужно немного терпения и капля вдохновения.

Корреспондент  
Василий Калиновский

## Выпускной? - Катастрофа!

Уже конец мая, а это значит, что через месяц выпускной! И у многих возникает вопрос, что же делать, чтобы не испортить этот важный день для всех выпускников и их родителей. Вот несколько моих советов.



Во-первых, вам стоит подготовиться к этому дню как следует. Девушкам уже пора бы позаботиться о наряде, а юношам – о костюме. Если вы еще не искали наряд и откладываете все на июнь, то это безответственный подход к выпускному вечеру! В июне девушкам будет сложно найти платье, которое вам по душе, или же свой размер – ведь популярные размеры быстро раскупают.

Не забудьте про прическу и макияж! Самым оптимальным вариантом будет нейтральный макияж, так как с ним вы

будете выглядеть очень мило и он подчеркнет вашу естественную красоту.

Парням также советую не затягивать с костюмом, так как могут возникнуть аналогичные проблемы. И главное! Кроссовки с брючным костюмом совершенно не сочетаются!

Во-вторых, что следует брать с собой?

Девушкам повезло, ведь они могут взять с собой свои волшебные сумочки, в которых помещается неограниченное количество предметов. Только не стоит брать с собой все, что вы таскаете обычно. Лучше всего взять с собой: салфетки (лишними не будут), пластырь (на случай, если твои новые туфли натрут твои ножки), пудру и тушь (чтобы быстро привести свой макияж в порядок).

Кстати, если есть возможность – возьмите сменную обувь без каблука. В конце праздника вы будете очень благодарны себе за такую предусмотрительность.



А вот парням, кроме салфеток, ничего из вышперечисленного не потребуется.

Но их действительно стоит захватить, а не полагаться на своих (пока еще!) одноклассниц.

В-третьих, подготовьтесь морально. Это последний день, когда вы еще чувствуете себя одним классом, с которым прошли через многое, и сколько - 9 или 11 лет - уже не имеет значения. Ведь с этими людьми вы виделись каждый день, возможно, не дружили, но были моменты, когда вы выручали друг друга. Этим и прекрасны школьные годы: мы учимся взаимодействовать со своими сверстниками, которые понимают все «прелести» подросткового возраста, с учителями, которые забыли, каково это - быть ребенком. Мы находим новых друзей и знакомых, узнаем что-то новое, всерьез размышляем над вещами, о которых не задумывались раньше.

Я и сама в этом году попрощаюсь с большей частью класса, и я в предвкушении своего выпускного. Поэтому хочу пожелать всем ребятам, которые покидают нашу школу в этом году: успешно сдавайте все экзамены, не забывайте школу, в колледжах/училищах/институтах кайфуйте и получайте только хорошие оценки, а еще - пусть этот выпускной запомнится вам надолго!

Ну а всем остальным читателям, которые пока ещё остаются в нашей школе, я желаю провести каникулы с пользой, а не просто пролежать на диване перед телевизором. Идеи о том, как разнообразить летний досуг, ищите в этом выпуске «Пятницы», последнем выпуске в этом учебном году.

*С любовью к школе,  
редактор Полина Василенко.*



## Checklist на летние каникулы



Летние каникулы - это праздник для каждого школьника!

Для начала берём настроение: школа закончилась! У вас 92 дня кайфа без домашних заданий, контрольных и всякого школьного стресса! Появилось много возможностей! Добавляем к этому отличную погоду и получаем просто рай.

Многие задаются вопросом – а что делать эти 3 месяца?

Я предлагаю вам checklist дел на лето. А почему бы и нет? :)

- |  |                                    |
|--|------------------------------------|
| 1. Общаться с друзьями   | 17. Посетить аквапарк              |
| 2. Прогуливаться при хорошей погоде<br>дольше, чем обычно, - ведь у нас<br>белые ночи! | 18. Заняться летними видами спорта |
| 3. Уехать на дачу или море   | 19. Полетать в аэротрубе           |
| 4. Загорать  | 20. Нырнуть с аквалангом           |
| 5. Плавать   | 21. Не спать всю ночь              |
| 6. Вкушать фрукты и ягоды  | 22. Поплавать с дельфинами         |
| 7. Почувствовать аромат цветов   | 23. Составить «карту желаний»      |
| 8. Посетить парк аттракционов  | 24. Сделать рисунок хной           |
| 9. Протанцевать всю ночь   | 25. Съесть арбуз ложкой            |
| 10. Устроить пикник с друзьями   | 26. Где-нибудь подработать         |
| 11. Пополнить фотогалерею в своём<br>телефоне  | 27. Погулять под дождём            |
| 12. Наесться мороженым   | 28. Сплести венок из цветов        |
| 13. Поплавать на лодке   | 29. Подучить иностранный язык      |
| 14. Освоить скейт или ролики   | 30. Закопаться в песок             |
| 15. Покататься на велосипеде   |                                    |
| 16. Наесться шашлыков  |                                    |

У вас есть 2208 часов свободного времени! Проведите их круто, чтобы на следующий учебный год было чем похвастаться. С нетерпением буду ждать ваших летних историй!

With love, S.

Соня Белолипецкая



## Гороскоп на май

### Овен:

Настроение в этом месяце будет на высоте. Пора заняться теми делами, которые принесут удовольствие именно вам.

### Телец:

Ваши успехи переменчивы, обратите внимание на нелюбимые предметы.

### Близнецы:

Полезно сделать что-нибудь своими руками и подарить это близкому человеку. Это не только принесёт удовлетворение, но в будущем станет прямой выгодой.

### Рак:

Не ленитесь делать домашнюю работу по истории, иначе это плохо отразится на оценках.

### Лев:

Ваши стабильность и спокойствие могут пошатнуться или дать трещину.

### Дева:

Поддерживайте заинтересованность, чем бы вы ни занимались. Иначе рискуете всё потерять.

### Весы:

Вам не стоит уклоняться от дел, не экономьте на самоотдаче. Результатом будет значительно возросшая самооценка.

### Скорпион:

Отстаивайте свою точку зрения, это поможет повысить вашу самооценку

### Стрелец:

Этот месяц благоприятен для новых начинаний, не стоит запускать учёбу.

### Козерог:

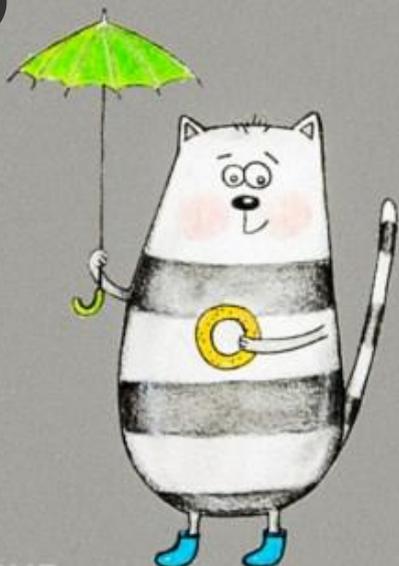
Попробуйте разнообразить свой круг общения. Хорошее время для свободных занятий и общения с интересными людьми.

### Водолей:

Не стремитесь всегда быть впереди. Помните о людях рядом и работайте в команде.

### Рыбы:

Этот месяц станет гармоничным периодом для общения, встреч с родственниками, друзьями. Старайтесь выполнять всё домашнее задание.



ADME

ИЛЛЮСТРАТОР ДИНА АЛИ

В ЛЮБОЙ НЕПОНЯТНОЙ  
СИТУАЦИИ ГОВОРИТЕ:  
«ВСЁ ИДЁТ ПО ПЛАНУ».  
МАЛО ЛИ КАКОЙ У ВАС  
ДУРАЦКИЙ ПЛАН.

Школьная газета

«Пятница»

ГБОУ СОШ №164  
пр. Косыгина, 28 к.3,  
костюмерка

Контакты:

Руководитель—Борисова  
Полина Дмитриевна—  
<https://vk.com/polya303>

Главный редактор:  
Василенко Полина,  
[https://vk.com/  
id483887849](https://vk.com/id483887849)

Архив  
на сайте школы!

**Цитатник**

**«Если проблему можно  
разрешить — не стоит о ней  
беспокоиться. Если проблема не-  
разрешима — беспокоиться о ней  
бессмысленно.»**

**Далай Лама****Минутка юмора**

Учитель ОБЖ поджег школу и  
внимательно смотрел, кто не читал  
восьмой параграф.

\*\*\*

-Может, после ЕГЭ вместе соберемся?  
- Конечно!  
- А где?  
- На передаче...