



МБОУ СОШ с.Кенада. Ванинский район. Хабаровский край

**Милые женщины, девушки, девочки!
С чудесным женским праздником Красоты,
Весны и Любви!**

В ЭТОМ ВЫПУСКЕ:

ЛЕНТА СОБЫТИЙ	2-7
ИНТЕРЕСНО ЗНАТЬ	8-9
ТОП ВСЕГО НА СВЕТЕ	10-11
ЗОЖ	12
ГОРОСКОП НА МАРТ	13-14

Говорят, что весна — время любви, новой жизни, самых прекрасных цветов и именно в это прекрасное время мы поздравляем женщин, девушек, мам и бабушек. Ведь они воплощают в себе самые чудесные весенние качества: солнечную улыбку, непредсказуемую весеннюю грозу, нежность и свежесть первой листвы.

И всем женщинам хочется пожелать невероятно позитивного ощущения от радостных новостей, сказочного головокружения — от взаимной любви, замалчившегося дыхания — от счастья и самого сильного удивления — от исполнения желаний!

Желаем вам от всей души, чтобы не только в этот весенний и солнечный, мартовский день, но и весь оставшийся год, приносил лишь радость и хорошее настроение. А всю долгую жизнь сопровождали удача, счастье и любовь. Здоровье пусть брызжет фонтаном, друзья не обделяют своим вниманием, а дом будет полной чашей.

С праздником! Примите наши сердечные поздравления!

С уважением, редакция газеты «Звездочка»

Всех остальных читателей мы поздравляем с вновь наступившей весной, которую мы все так долго ждали. Мы надеемся, что это весна будет очень теплой и солнечной. Желаем всем творческих успехов и удачи. А также предлагаем прочитать о событиях, которые произошли в нашей школе за первые два месяца нового 2019 года.

Над этим выпуском работали: Андрищенко Анастасия, Коноплев Александр, Серба Марина, Сараина Дарина, Удовенко Екатерина, Донец Галина, Смирнова Мария.

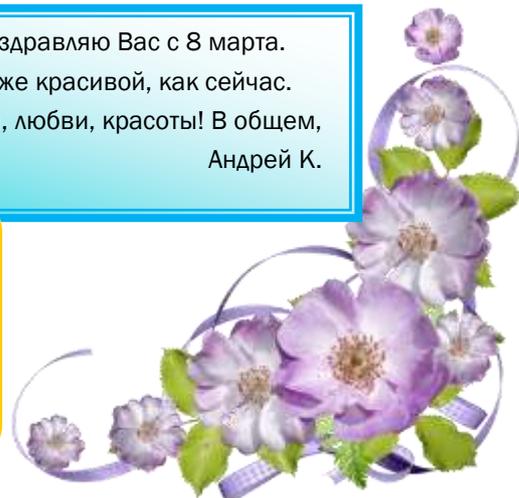
Поздравляю всех с 8 марта! Желаю дальнейшего успеха во всем, чтобы все было хорошо!

Галя Д.

Евгения Александровна Л., поздравляю Вас с 8 марта. Пусть Вы будете всегда такой же красивой, как сейчас. Желаю Вам счастья, здоровья, любви, красоты! В общем, всего наилучшего Вам!
Андрей К.

Евгения Александровна Л., поздравляю Вас с 8 марта. Желаю всего самого наилучшего, здоровья и самого главного — хороших учеников. Пусть Ваша карьера продолжится так же долго и счастливо, как Ваша жизнь!

Саша К.



[Лента событий]

Экологическая акция «Помоги зимующей птице»

Зима — трудное время для птиц, особенно если она суровая. Чтобы как-то помочь птицам, ребята нашей школы принимают участие в экологической акции «Помоги зимующей птице!». Очень ответственно и трогательно о пернатых друзьях заботятся пятиклассники. Всю зиму ребята, развесив кормушки на деревьях в школьном дворе, подкармливают птиц. А Савицкая Вика, наблюдая за птицами, написала исследовательскую работу «Птицы на кормушке» и приняла участие в VI районной экологической конференции «Юные исследователи». Исследовательская работа Виктории заняла II место в номинации «Братья наши меньшие». Поздравляем Вику и желаем ей успехов в дальнейшей исследовательской деятельности. А всем пятиклассникам говорим «Большое спасибо!» за доброту и чуткое отношение к природе.



Юные журналисты



Открытие марафона

30 января 2019 года в нашей школе состоялось торжественное открытие районного военно-патриотического марафона «Я помню! Я Горжусь!», посвященного 75-й годовщине Крымской стратегической наступательной операции. Эта наступательная операция советских войск проводилась с целью освобождения Крыма от войск нацистской Германии во время Великой Отечественной войны. Проходила она с 8 апреля по 12 мая 1944 года силами 4-го украинского фронта и Отдельной Приморской армии во взаимодействии с Черноморским флотом и Азовской военной флотилией.



Смирнова Мария, 11 класс

БЫЛ ГОРОД—ФРОНТ, БЫЛА—БЛОКАДА.



1 февраля 2019г года в нашей школе проводился историко-патриотический квест, посвященный 75 годовщине со дня снятия блокады Ленинграда и Ленинградской области. Цель квеста состояла в том, чтобы в интересной форме напомнить школьникам об основных событиях и героях Великой Отечественной войны. По заранее разработанному маршруту команды проходили каждый этап, выполняя определенные задания. Все задания связаны с темой блокады Ленинграда. Побеждает та команда, которая набрала большее количество баллов. Необходимо было пройти следующие этапы: «Шифровальщики», «Артиллеристы», «Выдача хлеба», «Память, увековеченная в камне».



Всего участвовало 4 команды. Первая команда - 2, 3 и 4 классы (руководители—Порошкова Людмила Николаевна и Намсараев Баир Тагарович), занявшая 1 место. Вторая команда—5-6 классы во главе с Бурдиной Ольгой Сергеевной, занявшая 3 место. 7-8 класс под руководством Лалитина Алексея Викторовича заняли 2 место.



И 9-11 классы заняли 3 место (руководитель Фетисова Валерия Валерьевна).

Смирнова Мария, 11 класс



[Лента событий]

Отзывы участников и организаторов квеста.

Серба Марина.

Мне очень понравился квест, посвящённый 75-летию со дня снятия Блокады Ленинграда. Квест проходил 1 февраля. В квесте было 4 этапа и на каждом этапе по 2-3 задания. Первый этап был «Артиллеристы». В нем были вопросы и измерения по карте. Второй этап был «Шифровальщики», в нем были вопросы и просмотр видео, благодаря подсказке из которого мы смогли отгадать слово (название деревни на реке Неве). Третьим этапом был этап «Память, увековеченная в камне». В нем мы составляли картинки (фотографии памятников) и давали правильные названия каждому памятнику. Это задание мне понравилось больше всего. Четвертая станция была «Выдача хлеба». В ней были вопросы о нормах хлеба и нужно было отрезать норму хлеба, равную 125г. Потом мы должны были вернуться в «Штаб» и там нам объявили наши места. Мы заняли 2 место среди 5-11 классов.

Коноплев Александр.

*Кто-то помнит об этом со школьной скамьи,
кто-то - с первых ступеней детсада.
в необъятной стране нет, пожалуй, семьи,
где не знают, что значит – БЛОКАДА...*

1-го февраля 2019 года в нашей школе прошла квест-игра, посвящённая снятию блокады Ленинграда. Руководителями этой акции были наши учителя: Коноплёва Евгения Александровна; Лихопой Евгения Александровна; Останина Мария Михайловна; Зубенко Марина Викторовна.

Наша объединённая команда 7-8-го класса заняла 2-е место среди четырёх команд. Было несколько этапов (станций): «Артиллеристы»; «Шифровальщики»; «Память в камне»; «Выдача хлеба».

Самой трудной станцией, на мой взгляд, была станция «Выдача хлеба» так как мне нравится более теоретический материал, чем практический. Я считаю, что учителя подошли очень основательно к этому проекту.

Лихопой Евгения Александровна, организатор квеста.

Сначала, мы хотели сделать просто викторину. Но потом появилась идея сделать квест-игру. Самым трудным было, пожалуй, приспособить эту игру под нашу школу. Все нюансы этой идеи и вопросы оформления этого мероприятия мы обдумывали вместе с Мариной Викторовной Зубенко. В работе на этапах квеста нам помогали Мария Михайловна Останина и Евгения Александровна Коноплёва, остальные педагоги принимали участие в игре в роли командиров-кураторов команд. Все учителя отнеслись добросовестно к порученной им работе. Что касается детей, то они хорошо справляются с поставленными трудностями и задачами. Были лишь единицы, кто не хотел участвовать. Я считаю, что квест прошёл на «отлично»! И более того, всё получилось намного лучше и интересней, чем думали.



Грищенко Егор.

В начале февраля мы проходили квест, посвящённый снятию блокады города Ленинграда. Сначала мы посмотрели небольшой фильм о блокаде. Затем нас поделили на команды и выдали маршрутный лист. Когда мы пришли на первую станцию «Артиллеристы», нам дали карту. По карте с помощью линейки нужно было измерить длину и ширину озера Ладожское, чтобы ответить на вопрос. Потом нам дали название другой станции, куда мы и отправились. Когда мы пришли на станцию «Шифровальщики» у нас было задание расшифровать название озера, по которому ездили машины в Ленинград. Ещё у нас спросили как назывался прибор который определял толщину льда. Мы посмотрели маленький видеоролик—подсказку, после чего нас спросили, как военные называли деревню на реке Неве. Оказывается она называлась Невский Пятачок. Потом мы отправились на станцию «Память в камне» Там нам нужно было сложить из частей названия памятников и мозаику с изображением мест, связанных с военным временем. После этого мы отправились на последнюю станцию «Выдача хлеба». Там Максим Игошин надел фартук, взял нож и начал резать хлеб. Ему нужно было отрезать 125г хлеба, но получилось только 60г. Потом мы пошли обратно в актовом зал, где нам выдали грамоты и объявили места каждому классу. И в общем нам всем всё понравилось.



Любви все возрасты покорны...

14 февраля многие отмечают как День Святого Валентина, ну или просто как день всех влюблённых. В этот день влюблённые пары поздравляют друг друга с праздником любви, говоря приятные слова и радуя подарками. Наша школа также решила отметить этот небольшой праздник, проведя среди учеников, учителей и технического персонала маленькие активности. Проводился такой конкурс, как «Найди свою половинку». В течение нескольких перемен раздавались половинки сердец: юношам с написанными именами мужских персонажей, а девушкам — женских. В результате в нашей школе появились такие пары как: «Д`Артаньян и Констанция», «Красавица и Чудовище», «Маленький принц и роза» и т.д.

В одном из главных холлов была оформлена «Стена признаний», на которую желающие могли прикрепить сердечки с пожеланиями, признаниями и комплиментами. Также проводились конкурсы с образовавшимися парами, среди них были «Комплимент половинке на букву алфавита», цель которого заключалась в том, что один из пары вытянул листочек с напечатанной на нём буквой алфавита и сделал комплимент своей половинке, начинающийся на эту букву и конкурс на знание литературных произведений. Все правильные ответы поощрялись сладкими призами. Всё это сопровождалось приятной музыкой, играющей на переменах.

Надеемся, что вы, наши прекрасные читатели, приятно провели этот день со своей парой, друзьями или в компании самого себя. Ну а тем, кто ещё не нашёл свою половинку, желаем не отчаиваться. Помните, впереди только самое лучшее.

Удовенко Екатерина



Шах и мат! В районе.

20 февраля во Дворце Спорта п. Ванино прошли соревнования среди учащихся Ванинского района по шахматам. Нашу школу представляли два спортсмена: Ванчин Степан и Грищенко Егор.

В соревнованиях приняло участие 9 команд со всех школ района. Борьба за призовые места была напряжённая, каждый участник сыграл за день по 8 партий.

В результате Ванчин Степан занял 3 место на первой доске, а Грищенко Егор стал седьмым на второй доске. В общекомандном зачёте ребята заняли 5 место среди 9 команд.

Проводил районные соревнования в качестве главного судьи их тренер, Лалитин Алексей Викторович, судьей-секретарем соревнований был Лалитин Леонид, студент Педагогического института Тихоокеанского государственного университета, проходящий практику в нашей школе.

Накануне районного шахматного турнира были проведены школьные соревнования, где Ванчин Степан занял 1 место, Грищенко Егор — 2 место, Коноплёв Александр — 3 место.

По материалам сайта школы

[Лента событий]

«Ёлочка Эколят»

В январе в Хабаровске были подведены итоги краевого конкурса «Ёлочка Эколят и Молодых защитников природы». Участие в нём принимали все поделки-ёлочки учеников 3-го класса. А Сергин Алексей с композицией «Ёлки бывают разные» из трёх красавиц-ёлочек занял 3 место в конкурсе. Его поделки были сделаны из пластиковых вилок, бумажных салфеток и ёлочной мишуры с колокольчиками.

Поздравляем Алексея,
а также всех ребят, принявших участие в конкурсе!



Нам не страшен **КАРАНТИН!**

Дневник.ру НЕПОБЕДИМ!



С 20 по 25 февраля из-за высокой заболеваемости ОРВИ нашу школу закрыли на карантин.

Но многим ученикам это не помешало получить хорошие оценки. Чтобы не прерывать учебный процесс и проявить у учащихся способности к самостоятельному изучению предметов было организовано дистанционное обучение в Единой образовательной системе [Дневник.ру](https://dnevnik.ru). Этот недельный опыт в дистанционном образовании показал, что многие ребята способны самостоятельно изучать материал. Однако, по словам учащихся, были трудности в самоорганизации. Ещё не все ребята умеют рационально использовать время и самостоятельно организовать своё учебное пространство. Но, думаем, они обязательно постараются этому научиться!

Юные журналисты

Все идём на волейбол.

28 февраля в школе проводились соревнования по волейболу в рамках Президентских игр. Пятый класс играл против шестого класса. Одержал победу 6 класс со счетом 2:0.

7 класс выступил против 8 класса. Со счетом 2:1 в жаркой борьбе выиграли семиклассники. В игре между 9 и 10-11 классами выиграл 9 класс со счетом 2:0.



Человек, влюблённый в волейбол :)



Главный тренер и судья соревнований Лалитин А.В.



[Интересно знать!]

2019—год ТЕАТРА

В 2019 в России стартовал Год Театра. Церемония открытия проводилась в городе Ярославле, открытие совершал президент России Владимир Путин. В рамках этого года запланированы масштабные международные и всероссийские мероприятия, которые пройдут по всей стране. Направлены они на развитие региональных театров, решение проблем, связанных с актерским образованием, а также финансирование отрасли. С марта по ноябрь 2019 года будет проводиться Всероссийский театральный марафон, который начинается во Владивостоке и завершится в Калининграде, охватив всю страну. Пройдет 25-й фестиваль «Золотая маска». В Санкт-Петербурге, а так же в семи других регионах страны, с июня по ноябрь пройдет Театральная олимпиада. В программе этого года - мероприятия Союза театральных деятелей России, издание «Театральной энциклопедии России», тематические форумы, встречи, мастер-классы, семинары с ведущими актерами, режиссерами и театральными специалистами; круглые столы, посвященные вопросам сохранения уникальных театральных профессий и другим актуальным темам; конкурсы, направленные на поддержку современной драматургии и молодой режиссуры. *Театр — это то, чем гордится Россия.*



Сараина Дарина

Международный год периодической таблицы: 150-летие гениального творения Дмитрия Менделеева.

Организация Объединенных Наций объявила 2019 год международным годом периодической таблицы химических элементов.

Периодическая таблица химических элементов - одно из наиболее важных научных достижений, отражающее суть не только химии, но также физики, биологии и других дисциплин. помогающее расширить понимание окружающего мира. Она представляет собой уникальный инструмент, дающий ученым возможность предсказывать появление и свойства элементов на Земле и во Вселенной в целом.

Почти в каждой химической лаборатории, школьном

кабинете химии на стене есть периодическая таблица химических элементов. Ее создание, как правило, ставят в заслугу русскому химику Дмитрию Менделееву, который в 1869 году выписал известные элементы (которых в то время было 63) на карточки, а затем расположил их по столбцам и строкам в соответствии с их химическими и физическими свойствами.

Но на самом деле периодическая таблица началась не с Менделеева. Расположить химические элементы в определенном порядке пытались многие. За несколько десятков лет до этого химик Джон Далтон попытался упорядочить элементы в таблицу, а также придумать для них некоторые довольно интересные символы (они не «прижились»). И всего за несколько лет до того, как Менделеев взялся за дело со своей колодой самодельных карточек, Джон Ньюлендс также создал таблицу, распределив элементы в соответствии с их свойствами.

Гениальность Менделеева заключалась в том, чего он не включил в свою таблицу. Он понимал, что некоторых элементов не хватает, но они будут открыты. Поэтому там, где Далтон, Ньюлендс и другие включили в таблицы то, что было известно, Менделеев оставил место для неизвестного. Еще более удивительно, что он точно предсказал свойства недостающих элементов.

Например, рядом с символом Al (алюминий) учёный оставил пустую клетку для неизвестного металла. Менделеев предсказал, что у него будет атомная масса 68, плотность шесть граммов на кубический сантиметр и очень низкая температура плавления. Шесть лет спустя Поль Эмиль Лекок де Буабодран (открыл галлий и, конечно же, вписал его в таблицу прямо в свободную клетку с атомной массой 69,7, плотностью 5,9 г/см³ и температурой плавления настолько низкой, что он становится жидким в руке. Такие же пустые клетки в таблице Менделеев оставил для скандия, германия и технеция (который был открыт лишь в 1937 году, через 30 лет после его смерти).

Е.В.Анохина

Интересные даты января и февраля

День Ильи Муромца (Перуна)



Илья Муромец был родом из села Карачарова, что под городом Муромом. В то время здесь жили финно-угры, племя мурома (известно, что многие местные финно-угры до сих пор придерживаются веры предков,). За то, что Илья Муромец был из племени мурома, говорит и его имя — искаженное финское Ильмаринен. Ильмаринен — это финский Перун, бог воин и кузнец, кователь. За свою непомерную силу, за ратные подвиги Илья Муромец, живший в 12 веке, почитался и славянами и финно-уграми воплощением Громовержца (финнами — Ильмаринена, славянами ведической веры — Перуна, либо Ильма, христианами — пророка Ильи). В русских былинах об Илье Муромце образ богатыря слился с образом Перуна.

В сущности, эти былины полностью сохранили тексты древних песен о Перуне. Рожденному в этот день вверяли люди вести суд честной и справедливый. "Коли первый день в году веселый (счастливый), то и год будет таков (и наоборот)". Сейчас этот день отмечается 1 января.

День детских изобретений

Сначала вопрос: Знаете ли вы, что объединяет водные лыжи, меховые наушники, зубную щётку для космонавтов, фруктовое мороженое на палочке, батут, пластилин, снегоход, флаг Аляски и шрифт Брайля? Да, все эти очевидные сегодня вещи были изобретены детьми. Ежегодно более 500 тысяч детей и подростков изобретают различные гаджеты и игры, создают и модифицируют роботов и технику. Все детские изобретения, несомненно, делают нашу жизнь удобнее и интереснее.



Ежегодно 17 января во всем мире отмечается День детских изобретений

или, в ином переводе, День детей-изобретателей (Kid Inventors' Day). Символично, что датой Дня выбран день рождения одного из выдающихся американцев — государственного деятеля, дипломата, ученого, изобретателя, журналиста Бенджамина Франклина (Benjamin Franklin, 1706-1790). Замечательно, что свое первое изобретение — пару ласт для плавания, которые надевались на руки, — Бен Франклин изобрел в возрасте 12 лет.

Всемирный день защиты морских млекопитающих (День кита)



Всемирный день защиты морских млекопитающих или Всемирный день китов отмечается во многих странах 19 февраля. Эта экологическая дата считается днем защиты не только китов, но и всех морских млекопитающих и разных других живых существ, обитающих в морях и океанах нашей планеты. Этот День был учрежден в 1986 году, когда вступил в силу мораторий на китовый промысел, введенный Международной китовой комиссией (International Whaling Commission, IWC). Этот мораторий действует и поныне и означает, что во всем мире охота на китов, а также торговля китовым мясом запрещены.

Международный день полярного медведя

Ежегодно 27 февраля в мире отмечается Международный день полярного медведя (International Polar Bear Day) или, в более привычном русском варианте, День белого медведя. Основной целью проведения Дня является распространение информации о полярных медведях и привлечение внимания общества к необходимости их охраны.

И к этой дате традиционно природоохранными и экологическими организациями готовятся различные публичные акции и просветительские мероприятия.

Также говорится о необходимости решать проблему таяния полярных льдов — основную причину угрозы исчезновения популяций полярных медведей.



[ТОП всего на свете]

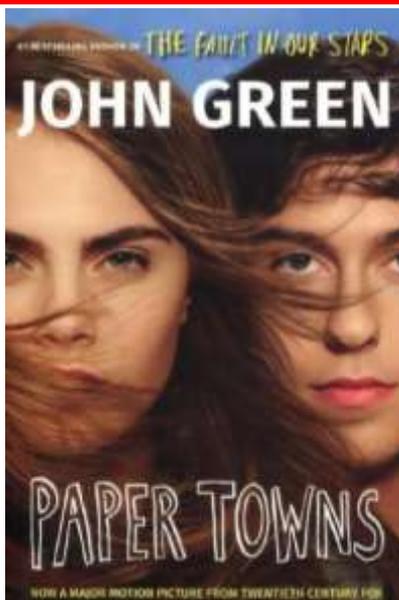
ТОП фильмов

1. Сейчас самое время
2. До встречи с тобой
3. Бумажные города
4. Простушка
5. Невидимая сторона
6. Господин Никто
7. Послезавтра
8. Пианист
9. Хористы

ТОП: музыки

1. George Michael - Careless Whisper
2. Moody Blues - Nights in White Satin
3. Whitney Houston - I Will Always Love You
4. Chris Norman & Suzi Quatro - Stumblin' In
5. SMOKIE - I'LL MEET YOU AT MIDNIGHT
6. Би 2 - Её глаза
7. Ellie Goulding - My Blood
8. Charlie Puth - Attention
9. Сергей Лазарев - Весна
10. Lana Del Rey - Young and Beautiful

Сараина Дарина



Книжный ТОП

До встречи с тобой. Джоджо Мойес

Лу Кларк знает, сколько шагов от автобусной остановки до ее дома. Она знает, что ей очень нравится работа в кафе и что, скорее всего, она не любит своего бойфренда Патрика. Но Лу не знает, что вот-вот потеряет свою работу и что в ближайшем будущем ей понадобятся все силы, чтобы преодолеть свалившиеся на нее проблемы. Уилл Трейнор знает, что сбивший его мотоциклист отнял у него желание жить. И он точно знает, что надо сделать, чтобы положить конец всему этому. Но он не знает, что Лу скоро ворвется в его мир буйством красок. И они оба не знают, что навсегда изменят жизнь друг друга.

Девушка Online .Зои Сагг

В «Девушка онлайн» книга действия разворачиваются вокруг Пенни Портер. Это обычная 15-летняя девочка, которая находится в плену фантазий и предрассудков. У нее не складываются отношения не с друзьями, не с парнем, не с семьей. Единственным выходом настоящей Пенни является ее блог «Девушка онлайн». Здесь она может передать все свои настоящие эмоции и опасения, может давать и получать советы и вообще ощущает себя настоящей.

СОБАКАМ ВХОД РАЗРЕШЕН. Сьюзан Петик

Жизнь полна сюрпризов. Иногда появление питомца в семье полностью меняет не только быт ее членов, но и их мировоззрение. Тодд очень любил своего дядю и после его смерти не мог не забрать к себе дядюшкиного пса по кличке Арчи. Но как быть, если невеста, погрязшая в приготовлениях к свадьбе, не находит места псу в их дальнейшей совместной жизни. Тодд принимает решение отвести беднягу к сестре, но путь оказался не таким легким, как на то рассчитывал Тодд, ведь ему пришлось полностью переосмыслить свою личную жизнь... А все благодаря Арчи.



Академия вампиров. Охотники и жертвы. Рейчел Мид

Это давно не секрет, что вампиры действительно существуют и находятся среди нас. Однако мало кто подозревает, что в сердце Америки — в Монтане — находится целая Академия, которая обучает и готовит вампиров по самым разным специальностям. Кроме этого, в мире постоянно случаются войны между самими вампирами, а также между мороями и стригоями.

Полностью безопасного места нет, ведь даже стены Академии не могут надежно защитить подопечных от атак темных сил. Главные героини — Лисса и Роза давно убедились в этом, ведь им постоянно приходится давать отпор врагам...

"Мятная сказка" Александр Полярный

События книги разворачиваются вокруг мальчика, которого отдали в приют. Он быстро понимает, что справедливости в мире нет. В этой сказке будет несколько мятных капучино, много снега и пара разбитых сердец.

Цветы для Эджернона. Дэниел Киз

Главный герой — Чарли Гордон, 37-летний мойщик полов, служащий (в романе — 32-летний умственно отсталый уборщик в хлебопекарне) — добровольно участвует в эксперименте по повышению интеллекта.

Искусственное улучшение интеллекта путём хирургической операции — оригинальное открытие двух учёных: доктора Штраусса и доктора Немюра. После успешной операции над мышью по кличке *Эджернон* они решают провести аналогичную операцию на каком-нибудь умственно отсталом человеке. Выбор останавливается на Чарли, так как он выражает стремление научиться лучше читать и писать и в целом стать умнее.

Рассказ выполнен в форме отчётов о происходящем от лица Чарли. При повышении его интеллектуальных способностей в тексте постепенно исчезают многочисленные орфографические и пунктуационные ошибки, усложняется стилистика.

Триумфальная арка. Эрих-Мария Ремарк

Действие происходит во Франции в 1938—1939 годах. Равик, участник Первой мировой войны, немецкий хирург, не имеющий гражданства, живёт в Париже и оперирует пациентов вместо менее квалифицированных французских хирургов. Он один из множества эмигрантов без паспортов или каких-либо иных документов, постоянно находящихся под угрозой ареста и высылки из страны. На родине Равик помог бежать двум невиновным, пережив после этого пытки в гестапо и гибель своей девушки в застенках. Затем он перебрался во Францию, так как там эмигрантам легче всего жить.

Портрет Дориана Грея. Оскар Уайльд

Интрига романа построена на мотиве сделки с дьяволом, в которой задействован магический портрет, играющий в судьбе героя роковую роль. В один из дней художник Бэзил Холлуорд написал портрет молодого и прекрасного Дориана Грея, и в этот портрет влюбляется сам Дориан. Юный красавец, любясь своим изображением, не может избавиться от мысли, что портрет будет всегда обладать тем, чего он неизбежно лишится, — молодости. «О, если бы было наоборот! Если бы портрет менялся, а я мог всегда оставаться таким, как сейчас! Я бы душу дьяволу продал за это!» Мольба была услышана, и пожелание исполнилось! Но это повлекло за собой и много ужасных изменений в жизни Дориана.

Убить пересмешника. Харпер Ли

Основная история происходит в течение трех лет с момента пика Великой депрессии в вымышленном «уставшем от долгой жизни» городе Мейкомб, штат Алабама. Главная героиня — шестилетняя Джин Луиза Финч, которая живет со своим старшим братом Джимом и их отцом Аттикусом, пожилым адвокатом. Джим и Джин встречают мальчика по имени Дилл, который каждое лето приезжает в Мейкомб к своей тете. Трое детей боятся их соседа — затворника «Страшила» Рэдли. Взрослые Мейкомба не решаются говорить о Страшиле и в течение многих лет мало кто видел его. Дети будоражат воображение друг друга слухами о его внешности и причинами затворничества. Они фантазируют о том, как вытащить его из дома. После двух летних каникул с Диллом Джин и Джим обнаружили, что кто-то оставлял им небольшие подарки в дереве рядом с домом Рэдли. Несколько раз таинственный Страшила оказывает знаки внимания детям, но, к их разочарованию, никогда не появляется лично.

Евгений Онегин. Александр Пушкин

Роман начинается с сетований молодого дворянина Евгения Онегина по поводу болезни своего дядюшки, вынудившей Евгения покинуть Петербург и отправиться к одру больного, чтобы проститься с ним. Обозначив таким образом завязку, автор посвящает первую главу рассказу о происхождении, семье, жизни своего героя до получения известия о болезни родственника. Повествование ведётся от имени безымянного автора, представившегося добрым приятелем Онегина.

[За Здоровый Образ Жизни]

Витамины для весны

Наступила долгожданная весна. И нашему организму как никогда требуются витамины, ведь повсюду гуляют вирусы и инфекции, а зима изрядно потрепала наш иммунитет. Предлагаем вам список самых полезных витаминов, их функции в организме и продуктов, в которых они содержатся.

ВИТАМИН А или ретинол участвует в синтезе зрительного пигмента родопсина. Благодаря этому витамину наши глаза адаптированы к воздействию солнечного света. Благодаря ВИТАМИНУ А все процессы, связанные с ростом и развитием «работают быстрее». Найти ретинол можно в продуктах животного происхождения: мясе, печени животных, рыбе, яйцах.

Недостаток ретинола в организме может привести к нарушению зрения и роста. Однако и переизбыток ВИТАМИНА А грозит не менее печальными последствиями: анемия, регулярные головные боли, изменение состояния кожи, костных тканей и слизистых оболочек.

ВИТАМИН D или холекальциферол участвует в обмене кальция и фосфора в организме. Поэтому он так необходим для детей, ведь недостаток этого витамина приводит к развитию рахита. Содержится ВИТАМИН D в печени животных и рыб, мясе, яйцах. Переизбыток этого витамина может привести к нарушениям функций центральной нервной системы, а также почек. Опасность переизбытка ВИТАМИНА D грозит вымыванием кальция из костных тканей организма.

ВИТАМИН К или филлохенон является непосредственным участником в процессе свертывания крови. Источником ВИТАМИНА К являются зеленые листья овощей, печень животных. Дефицит данного витамина в организме приводит к замедленному процессу свертывания крови, регулярным носовым кровотечениям. Переизбыток ВИТАМИНА К грозит тромбозом.

ВИТАМИН Е или токоферол является мощным антиоксидантом. Дефицит ВИТАМИНА Е приводит к нарушению менструального цикла и даже к бесплодию, поэтому женщинам необходимо регулярно включать в свой рацион продукты, содержащие ВИТАМИН Е: яйца, зеленые листья овощей, растительные масла.

ВИТАМИН PP или B5 (никотиновая кислота) регулирует все процессы, происходящие в желудочно-кишечном тракте и печени. Источниками никотиновой кислоты являются дрожжи, почки и печень животных, мясо, рыба. Дефицит или переизбыток этого витамина в организме грозит расстройствами желудочно-кишечного тракта и воспалениями кожных покровов.

ВИТАМИН B1 или тиамин поддерживает энергетический обмен в организме. Вот продукты, которые содержат тиамин: дрожжи, отруби, цельные зерна, бобы, печень и почки животных. Дефицит или переизбыток тиамина грозит нарушениями в сердечно-сосудистой системе организма, таким заболеванием, как полиневрит, сбоем в желудочно-кишечном тракте.

ВИТАМИН B2 или рибофлавин участвует в клеточном обмене веществ. Продукты, содержащие рибофлавин: дрожжи, яйца, зерновые бобы, печень животных. Переизбыток или дефицит в организме этого витамина грозит поражением слизистых оболочек ротовой полости, задержкой роста.

Витамин С или аскорбиновая кислота является непосредственным участником образования в организме коллагена и главным борцом с вирусами и инфекциями. Аскорбиновая кислота содержится в цитрусовых, шиповнике, черной смородине, киви, свежих фруктах. Недостаток или переизбыток ВИТАМИНА С может привести к кровоточивости десен, нарушению синтеза коллагена.



[Гороскоп на Март]

Жизненный потенциал **Овна** будет относительно стабильным, хотя ваша энергетика будет меняться в первой, и особенно во второй декадах марта 2019, вынуждая сократить количество деловых и дружеских контактов. Тайные недоброжелатели, интриги в коллективе, невыполненные обязательства, отсутствие взаимопонимания - все это может создавать проблемы Овну.



В марте 2019 года **Тельцу** придется определиться, а также понять, «кто друг, а кто враг», а кто «и не друг, и не враг, а так». Почти в течение всего марта эмоциональная сфера Тельца будет весьма нестабильной, желания и настроение будут часто меняться, поэтому возможны скоро-течные любовные увлечения, стремление встряхнуться, обновить чувства.

Для **Близнецов** март 2019 года может быть связан с продвижением в карьере, с расширением своих профессиональных возможностей. Не совсем четкие перспективы в делах потребуют от них работы над собой, более волевых и решительных действий, а также больше рассчитывать на себя, а не на партнеров, которые могут подводить, искать своей выгоды и забывать о предварительных договоренностях.



Март 2019 для многих **Раков** - период вдохновений и эмоционального всплеска. Вы будете быстро увлекаться новыми идеями, вдохновляя ими своих партнеров, друзей, а также пропагандируя более оригинальный взгляд на привычный порядок вещей.

Для многих **Львов** март 2019 и его водные энергии - не совсем благоприятны для здоровья и активной деятельности. Вам придется подстраиваться под более спокойный ритм жизни, что-то менять в своих планах и представлениях. Причем дела будут требовать конкретных и решительных действий.



Март 2019 - довольно интересный и позитивный месяц для большинства **Дев**, который сулит хорошие перспективы развития партнерских отношений, карьеры или общественной деятельности, а также кто-то из них может достичь славы и финансового успеха.

Март 2019 для **Весов** - не очень гармоничный, хотя и довольно спокойный период, особенно первые две декады, но им придется заниматься рутинными делами, выполнять взятые на себя обязательства. Причем служение общему делу может стать для них даже неким духовным подвигом.



Для многих **Скорпионов** первая и вторая декады марта 2019 - гармоничный период для любви, творчества, для укрепления отношений с детьми, для их развития. В это время они смогут также успешно проявить себя в творчестве, создать нечто весьма оригинальное, что привлечет к их идеям и проектам.

Энергии марта 2019 могут действовать на **Стрельцов** расслабляюще, они будут охотно участвовать в домашних делах и праздниках, заниматься в тишине творчеством, саморазвитием. При этом некоторые ограничения в финансах и недостаток жизненных сил могут диктовать более спокойный и домашний ритм жизни.



Для **Козерогов** март 2019 года, особенно первые две декады, - гармоничный период для здоровья, общения, встреч с родственниками, друзьями, с которыми можно пооткровенничать, излить душу. Это также благоприятный период для реализации своего писательского таланта, для выступлений и воздействия на аудиторию.

Март 2019 для **Водолеев** - период менее активный, но может оказаться вполне позитивным. Многие из них смогут преуспеть в финансовом плане, и их чутье на выгодные вложения и покупки не подведет. Они смогут реализовать свои давние планы, связанные с домом, семьей, улучшить бытовые условия, приобрести недвижимость, сделать крупные покупки.



Для **Рыб** первая и вторая декады марта 2019 года, - один из самых благоприятных периодов в году, они будут энергичны, предприимчивы. Яркая индивидуальность поможет им привлечь внимание влиятельных людей, поэтому их ждет очень интересное общение на самых разных уровнях.