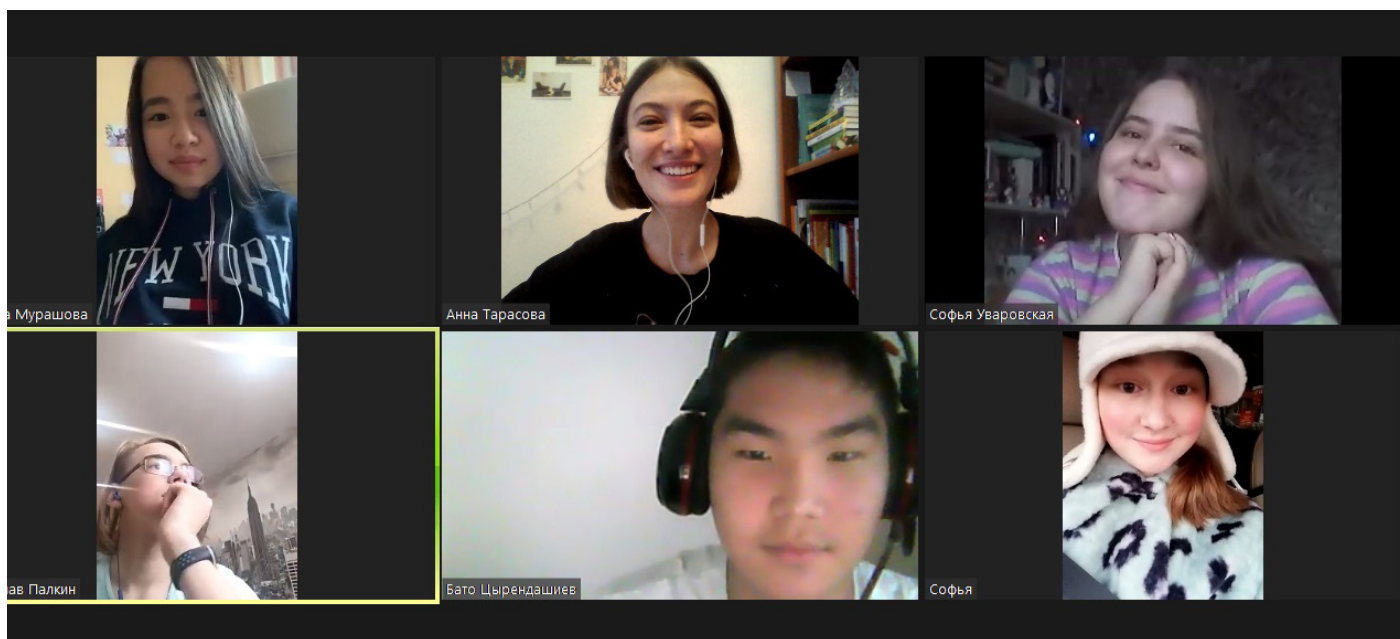


«ЕСЛИ»



Читайте в этом выпуске:

Как защитить себя при встрече лицом к лицу с опасностью? Как то, что мы едим, влияет на наше здоровье и внешний вид, и чем заменить так полюбившиеся нам сладости? Какой чай заварить холодным осенним вечером? Как бороться с головной болью? Какие планы на каникулы у нашей редакции и что думают лицеисты насчет такого длительного отдыха? Ответы на все эти и многие другие вопросы уже нашли наши корреспонденты. Если тебе интересно, то скорее перелистывай страничку! Приятного чтения!



Редакторы говорят

Вот и подошёл к концу второй месяц прекрасной осени – октябрь! Мы надеемся, что начало вашего учебного года было таким же прекрасным и с самой первой секунды продуктивным, как и у нас. Наступили долгожданные каникулы... Причём очень нестандартные – целых две недели, да ещё и снова на карантине! Снова упущенные прогулки, походы в кино и за чашечкой кофе, однако stay safe, dear friend. Это время дано нам не просто так, и его можно опять провести-таки с пользой. Но об этом чуть позже в нашем прекрасном выпуске:) Самое главное сейчас в это сложное и непонятное для всех время – берегите себя. Давайте радоваться мелочам и оставаться на связи с друзьями. Проявлять чуточку внимания к близким и научиться готовить согревающие напитки не хуже, чем в Starbucks. Все не так плохо, как мы думаем. Зависит только от того, как посмотреть на это.

Анна Степановна и Ксения Мурашова

Слово пресс-центра

Неужели наступили долгожданные каникулы? Что планируют делать лицеисты, что они чувствуют после I четверти, какие у них мечты и стремления? Предоставляем слово членам редакции «ЕСЛИ»!

Владимир Кошелев:

Поздравляю всех учеников и учителей с окончанием первой четверти! Продлённые каникулы – это отличная возможность завершить то, что вы не успели, а также уделить время своим увлечениям и друзьям. Используйте это время с пользой для себя и близких! И, конечно, не забывайте о безопасности.

Софья Уваровская:

Первая четверть оставила хорошее впечатление от себя. Да, сначала было трудно влиться в работу, но потом все наладилось. Я очень рада тому, что каникулы продлили, так как ещё с августа меня ждут различные фильмы, книги, сериалы. Ну и мое самое любимое – сон!

Вячеслав Палкин:

Ну что, вот и прошла наша первая рабочая трудовая четверть. Она заставила нас потрудиться, особенно после каникул и того карантина. И вот, долгожданные каникулы, которые я могу потратить на то, чтобы отоспаться, обсмотреться фильмами и, наконец, просто отдохнуть!

Бато Цырендашиев:

Четверть закончилась, и начались долгожданные каникулы! В течение двух

недель школьники будут отдыхать, и на смену школьной рутине придет повседневная жизнь. Надо заметить, многие учителя и школьники не против. На эти каникулы у меня запланировано много различных дел, таких, как играть, играть и играть, или деградировать, для каждого по-своему. Надеюсь, хотя бы ты проведешь эти каникулы с пользой, удачи и не забывай веселиться!

Софа Сопова:

Я не могу вспомнить таблицу умножения и элементарные правила русского языка, это означает одно – наступили каникулы! На них у всех большие планы: поесть, поспать, посмотреть фильмы и сериалы. Не то чтобы у меня было больше идей, но не забывайте, что в субботу будет один из самых необычных Хеллоуинов за последние годы, друзья. Всем вещей снов, сладких конфет и жуткого настроения!

Анастасия Каренова:

Итак, на календаре уже почти ноябрь, а значит, закончилась первая четверть и начались долгожданные каникулы. Наконец каждый лицеист сможет сделать то, что очень давно хотел и планировал: выспаться,

конечно, а еще посмотреть множество фильмов, сериалов, прочитать книгу, морально подготовиться к дальнейшей работе, подтянуть свои знания по предметам. К счастью, времени будет предостаточно для того, чтобы все успеть!

Иван Турских:

Первая четверть никогда не давалась мне просто, поэтому осенние каникулы каждый раз становятся очень уместной передышкой между двумя частями учебного года. Отдых – немаловажная часть обучения, без него процесс остановится, так что, товарищи ученики, хорошенько восстановитесь и морально подготовьтесь к школе за эти две недели. Не забывайте голову заботами, для этого у вас будет ещё вся следующая четверть! Удачи!

Ксения Мурашова:

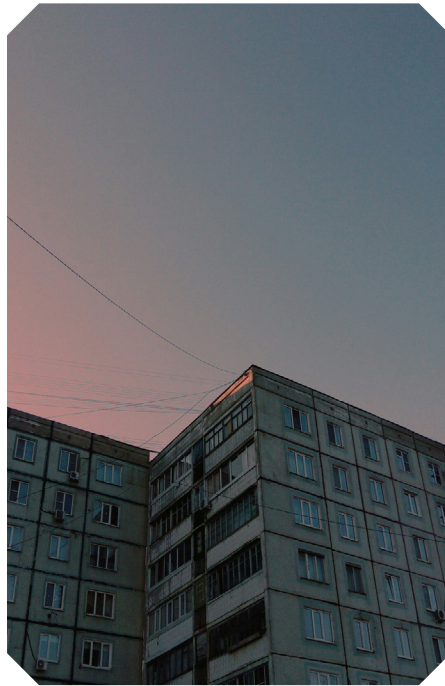
Искренне поздравляем всех наших друзей с наступлением каникул! На этот раз они длятся дольше, чем обычно, поэтому хотелось бы, чтобы каждый хорошо отдохнул и набрался сил для нового трудового периода. Он будет коротким, так что стоит начать работать с самого начала. Берегите себя, не забывайте о друзьях и других близких людях. Увидимся!

Атмосфера города...

Холодное осеннее утро.

Наш маленький город медленно просыпается после темной и дождливой ночи. Постепенно выходят на улицы еще наполовину спящие люди, спешащие сбежать от холода и сырости в теплый, уютный офис. По тротуарам, дорожкам и тропинкам начинается суетливое движение, жизнь снова течет по улицам, охватывая каждый закоулок, дом, заглядывая в каждое окошко и зажигая там теплый оранжевый свет. Все частички этого сначала небольшого редкого потока, разрастающегося с каждой минутой, – уникальные личности, совершенно непохожие друг на друга нити судьбы, составляющие единое целое, то, что мы называем нашим городом...

Ты идёшь, захваченный этим потоком, не замечая луж под ногами и хода времени, видя лишь такие разные лица прохожих, за каждым из которых скрывается своя история. Вот тебе навстречу идёт седой деловой мужчина, в классическом коричневом пальто, улыбается своими голубыми, как лазурное февральское небо, глазами, которые, не удивление, не потухли даже спустя десятки



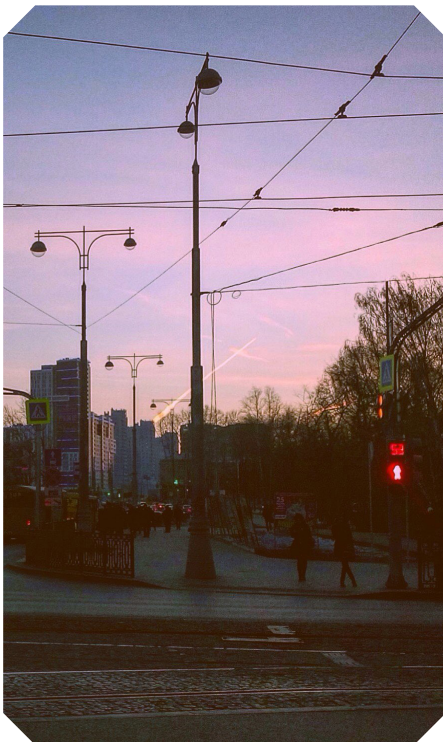
прожитых сложных лет. За ним вяло шагает, опустив детские, но по-взрослому уставшие и сонные глаза в пол и лоя подшоной шуршащие желтые листья, первоклассник, с тяжелым портфелем за спиной, в который, кажется, он сам смог бы с легкостью поместиться. Он еще не распробовал вкус школьной жизни, а потому не спешит туда возвращаться. Ты едва погружаешься в мысли о беззаботном детстве, как вдруг тебя почти сбивает спешащий куда-то разгоряченный подросток в распахнутой куртке и накинутым небрежно, видимо, по просьбе мамы вязаном шарфе. Он, наверное, думает, что от его опоздания сейчас зависит вся его жизнь, наверное, думает, как минимум, что это его последний шанс. А что, если это и вправду так?

Ты сворачиваешь во двор, чтобы сократить дорогу, и оказываешься там, где поток жизни еще очень слаб, где совсем нет прохожих. Так ты оказываешься наедине с уже голыми, колючими деревьями, однотонными стенами кирпичных пятиэтажек и собственными мыслями. Невольно твой взгляд падает на окошко, где за прозрачными занавесками мама наливает в разноцветную кружку только что сваренное какао и звонким голосом зовёт свою дочку, а та

уже выбрала игрушку, которую возьмёт с собой в детский сад, и радостно бежит на кухню с куклой в одной руке. Затем неловко забирается на высокий стул, скорее хватая горячую кружку с любимым напитком и учит куклу студить, чтобы не обжечься, как её когда-то научил отец. Теперь ты уже точно окунаешься с головой в теплые воспоминания и не замечаешь ничего до самого пункта своего назначения.

«Город – это ведь не просто многоэтажки, красивые здания с витиеватыми коваными балкончиками, автомобили, что выстраиваются в длинные колонны по улицам, блестя на солнце и радуя глаз прохожих, словно экспонаты какой-то дорогой выставки. Он совсем не похож на эту нелепую совокупность материальных объектов. Город – это люди, души, большой клубок судеб, которые переплетаются друг с другом. Тот седой мужчина – город, унылый первоклассник, наивная маленькая девочка и её мама – тоже город. Мы все части, делающие его настоящим, таким, каким его видят приезжие и иностранцы. Каким-то особенным, отличающимся от других не только архитектурой, но и душой,» - думаешь ты. Знаешь, а ведь ты прав...

Анастасия Карпова



Церковь декабристов

Для любого человека важную роль играет культура и история не только его семьи или окружения, но и малой родины. И для забайкальского человека не последнюю роль играют исторические события первой половины XIX века, когда в Забайкалье были сосланы декабристы. Их образ важен для нас не как образ бунтарства, а как образ упорства и несгибаемой силы духа даже в суровых условиях нашего края. И одним из отголосков этого элемента локальной культуры является Музей декабристов.



Михайло-Архангельская церковь была построена в Чите ещё в 1776 году (деньги на её строительство были пожертвованы горожанами). В советское время она была заброшена вплоть до 1971 года – тогда она была передана краеведческому музею, который через 14 лет открыл в ней Музей декабристов. Михайло-Архангельская церковь – единственная двухпрестольная деревянная церковь на территории Восточной Сибири.

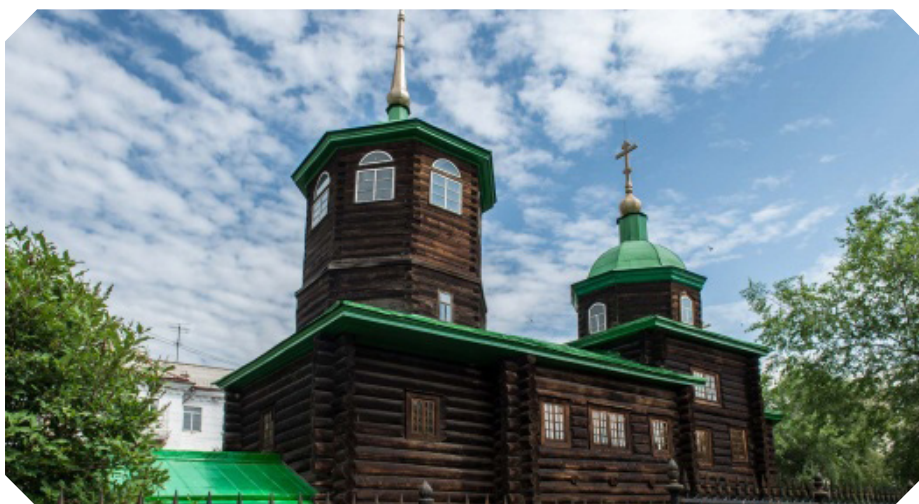
Церковь стала одним из **символов ссылки декабристов**, так как именно здесь обвенчались Иван Александрович Анненков с Жанеттой-Полиной Гёбль (1824) и Дмитрий Ириархович Завалишин с Апполиной Семёновной Смольяниновой (1839). А.С. Смольянинова а также Софья Сергеевна Волконская, дочь декабриста Сергея Григорьевича Волконского, похоронены у стен этого здания. Другие ссылки также часто

посещали церковь.

В Музее выставлено более **900 экспонатов**, среди которых можно найти памятные вещи и письма ссыльных, оружие, одежду тех времён. Также солидная часть экспозиции – это различные каторжные предметы: кандалы, фонари, инструменты. Посмотрите на книги и коллекцию картин и репродукций, демонстрирующих события на Сенатской площади и всё то, что последовало за ними.

Культуру и историю родных краёв необходимо знать для того, чтобы с гордостью называть себя интеллигентным человеком. Автор считает, что каждый должен посетить Музей декабристов – пусть он и небольшой, но именно в нём вы можете прикоснуться к прошлому и связать его с настоящим.

Владимир Кошелев



Ты то, что ты ешь

Наверняка каждый из нас хоть раз в жизни слышал эту фразу. Однако такое ли сильное значение мы ей придавали – это другой вопрос. Еда – это, безусловно, неотъемлемая часть нашей жизни, наша физическая потребность. Когда мы употребляем пищу, мы насыщаем наш организм энергией, поднимаем себе настроение. Но не всякий продукт полезен для нас и нужен нам. Давайте разбираться.



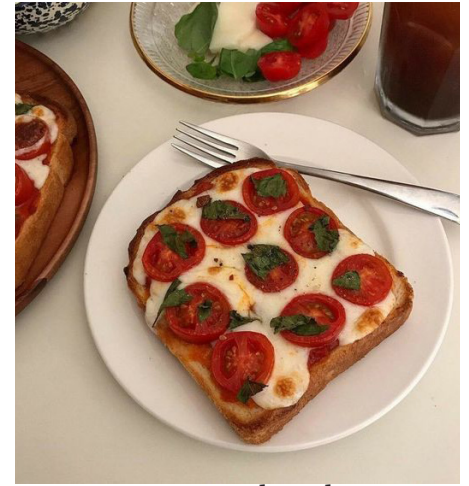
Состав продуктов питания и их свойства непосредственно влияют на здоровье, физическое развитие, трудоспособность, эмоциональное состояние и в целом на качество и продолжительность жизни. Трудно найти другой фактор, который бы оказывал такое серьезное воздействие на организм человека. Помимо всего прочего, в большинстве случаев употребляемая нами пища отражается на внешнем виде.

В чем же заключается вред неправильного питания, кроме как лишнего веса или же его недостатка? Все гораздо серьезнее, чем простое отражение в зеркале.

Неправильное питание (как избыточное, так и недостаточное) способно нанести существенный вред здоровью человека в любом возрасте. Это выражается в снижении уровня физического и умственного развития, быстрой утомляемости, неспособности оказывать сопротивление воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды, снижению работоспособности и даже преждевременном старении и сокращении продолжительности жизни.

И да, очень часто вредные продукты оказывают свое влияние на кожу, пусть мы и являемся подростками с, казалось бы, нормальным и быстрым метаболизмом. Давайте не за-

На заметку! По мнению ряда ученых, физическое здоровье на 50% зависит от образа жизни, куда входит и характер питания человека. На наследственность и состояние окружающей среды приходится по 20%, и только 10% – на уровень медицинского обеспечения.



коже, а о вреде фастфуда знает каждый ребенок, но так ли надо всем обязательно от всего отказываться, чтобы быть здоровым? **НЕТ!**

Для того, чтобы быть здоровым человеком изнутри и сохранить при этом свое психическое здоровье, нужно соблюдать лишь несколько простых правил.

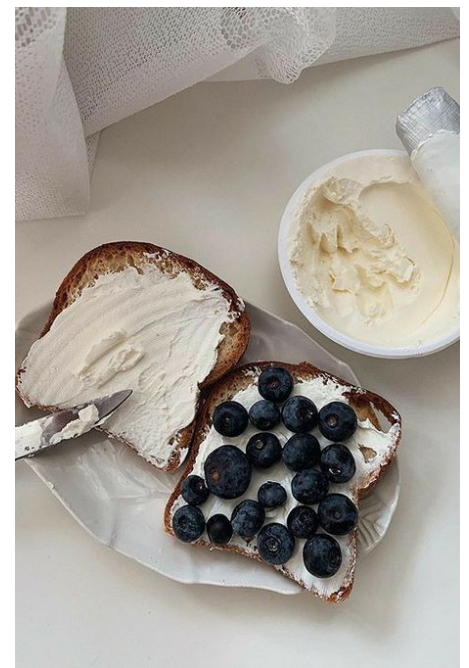
Не заедайте свой стресс – иными словами, не ешьте, когда вам скучно

Думаю, ситуация знакома каждому – приходим злые домой из школы, расстроенные или просто уставшие. Несмотря на то, что мы сытые, мы все равно идем к холодильнику – просто



бывать о нашей нагрузке! На фоне стресса и других гормональных факторов неправильное питание портит наш внешний вид. Оно нам надо? Нет.

Так какой же рацион для себя выбрать? Сколько людей, столько и мнений. Кто-то отказывается от мяса, «молочки» и напрочь забывает о фастфуде, а кто-то считает каждый прием пищи калории и берет продукты только с сахарозаменителем. Во всем этом есть определенный смысл и логика – белок действительно можно получать только растительный сразу вместе с незаменимыми аминокислотами, лактоза действительно может вызывать вздутия и порой высыпания на



скучно ведь, надо отдохнуть. А как это сделать без двух-трех сырков «Б. Ю. Александров», чашечки чая и тортика? Еда – это наша вторичная пища.

Первичная – это хорошие эмоции, прекрасное настроение, чувства. То, что наполняет нас изнутри духовно. Если эта сфера жизни страдает, то мы часто стараемся ее восполнить с помощью вторичной пищи. Не повторяйте ошибку Бриджит Джонс, давайте лучше займемся чем-нибудь полезным – например, спортом или чтением книги.

Не ешь, когда ты смотришь фильм или читаешь книгу

Вот это тоже является золотым правилом – пожалуйста, не бери книгу/телефон/ноутбук за стол! И не приноси еду на свое рабочее место. Известно, когда мы отвлекаемся на другие процессы, еда просто «залетает» к нам в желудок, но мы этого не замечаем, потому что смотрим на что-то другое. Так и не происходит насыщения. Если мы будем следовать этому правилу, то мы будем есть намного меньше.



Меньше тарелка – меньше порция!

Когда мы берем тарелку, чтобы положить себе еду, то мы на подсознательном уровне, возможно, хотим ее заполнить по максимуму. Даже когда в нас столько в принципе не влезает. Попробуйте переиграть себя. Возьмите изящную небольшую тарелку – порция станет меньше, а вы будете все равно сытыми и довольными собой, что оставили ее пустой.

А оно мне надо?

Никто не говорит о том, что нужно наотрез отказываться от «вредных» вкусов. Но их количество желательно бы ограничить – жирное вредно по известным причинам, соленое нарушает водно-солевой баланс организма (добрый день, отеки) и работу почек, сладкое – удар по нашим зубам. А если все и сразу, то тут еще где-то пара лишних складочек и высыпаний завалились – надо? Всегда, пожалуйста, задумывайтесь о том, что вы покупаете. Реально ли у вас есть эта потребность, что вы давно не ели чипсы и вам вдруг захотелось, или вы просто идете до-

мой и надо что-то «пожевать», пока идете с друзьями до «Птицы»? Выводы делайте сами. Вспомните последствия.

Больше овощей, что не надо – заменяем!

Овощи – наши настоящие друзья. Не пренебрегайте ими. В них большое количество витаминов, важных аминокислот, ферментов для ЖКТ. Если хочется жирное – возьмите авокадо, орехи. Сладкое лучше заменять на фрукты и ягоды.

Питайтесь, когда чувствуете голод

Это в заключение. Все наши «перекусы», в особенности без воды и напитков, беглые приемы пищи негативно влияют на нас. Давайте есть только тогда, когда есть в этом потребность и когда организм уже реально посылает вам сигналы о том, что да, время пришло. Не кричит вам: «Поешь уже, безумец!», а именно говорит.

Будьте другом самому себе. Ваше тело, ваш организм – ваш лучший друг. Станете ли вы ему вредить? Я думаю, нет.

Ксения Мурашова



Который час? Время пить чай

Середина осени – пора, когда все начинают болеть. В такой ситуации нужно заботиться о своём здоровье и поддерживать иммунитет. Поможет нам в этом вкусный и ароматный напиток – чай. Представляю вам три рецепта превращения обычного чая в витаминный.

Самый известный, но не менее полезный напиток – это **чай с лимоном и мёдом**. Ингредиенты для его приготовления найдутся дома у каждого второго человека. Вам нужно заварить чай, добавить в него две дольки лимона, а вместо сахара положить мёд. И теперь вы держите в руках эликсир по борьбе с вирусами.

Второе дополнение к чёрному чаю – это **варенье**. Лучше всего подходит смо-



ймёт около 30 минут. Когда сухофрукты будут готовы, залейте их кипятком и добавьте две столовые ложки заварки. Через 15 минут напиток следует процедить, добавить мёд по вкусу и подать к столу.

Думаю, теперь можно спасать мир от простуды. У нас нет времени болеть, потому что самое время выпить чаю!

Дарья Колосова

родиновое: оно богато витамином С, который как раз и укрепляет иммунитет. Можно использовать варенье из малины: оно оказывает жаропонижающий эффект (прекрасный вариант для заболевших). Что мы делаем? Просто добавляем несколько столовых ложек в заваренный напиток и радуемся ещё одному волшебному средству от простуды.

Если первые два рецепта кажутся слишком простыми и скучными, предлагаю новинку этого сезона – **яблочный чай**. Кстати, он помогает справиться со стрессом. Итак, запоминайте рецепт. Яблоки чистим и съедаем, это, кстати, ещё не всё. Нам понадобится только кожура. Сушим её в духовке при температуре 80 градусов, это за-



Гитара - это физика!

Все мы живем в мире звуков. В физике звук – это механическая волна, которая возникает в результате колебания упругого тела. Воздушная волна действует на нашу барабанную перепонку, колебания обрабатываются мозгом, а затем мы воспринимаем звуки.

Еще раз вспомним определенные слова музыка. Музыка – это последовательность различных звуков, приятная нам и нашим ушам. Эти звуки мы извлекаем из музыкальных инструментов. У всех инструментов существуют разные способы извлечения звука, которые разделяют их на виды: струнные, клавишные, духовые, смычковые и т.д. Это не столь важно. **Важно то, как и откуда берутся эти звуки с точки зрения физики.**

Рассмотрим нашу любимую гитару. Начнем с классической акустической.

Все знакомы с ее внешним видом с детства. Гриф, шесть струн, звук которых знаком всем, и большое отверстие, над которым музыкант цепляет струны пальцами, и получаются красивые звуки. Это отверстие именуется не дыркой, не звуковым, а резонаторным. Происходит оно от слова резонанс. Отсюда можно понять, каким образом из акустиче-

ской гитары извлекается яркий и красивый звук. Внутри гитары корпус пустой, звук от колебаний струн попадает через резонаторное отверстие в этот самый корпус, отражается от деревянных стенок и выходит через корпус и резонаторное отверстие наружу, становясь более контрастным и с более высокими низкими частотами.

Глядя со стороны кажется, что акустическая гитара работает просто. Но есть другой вид гитары, менее известный, менее популярный и менее распространенный. Называется он электрогитарой.

Естественно, без электричества она не работает, поэтому играть без провода невозможно. Но зачем там нужно питание? Без него не работают звукосниматели и вся система в целом. Звукосниматели – это такие устройства, создающие магнитное поле, которое изменяется под действием колебаний металлических струн.

Для справки, на акустике стоят нейлоновые, иногда железные, на электрогитаре – только железные. Звукосниматели можно легко заметить на корпусе, зачастую они выглядят как прямоугольники или любые иные фигуры. В дизайне электрогитар нет ограничений, в отличие от акустических гитар, где дизайн напрямую зависит от физических звуковых обязательных требований.

Надеюсь, что после прочтения этой заметки вы узнали для себя что-то новое и поняли то, как работают гитары, хоть и совсем немного. В общем, слушайте больше хорошей музыки, по возможности и желанию занимайтесь ей, слушайте живую игру музыкантов и получайте от всей музыки удовольствие.

Вячеслав Палкин

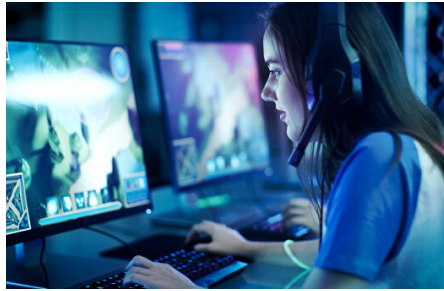


Компьютерные игры

Компьютерные игры - главная тема для осуждения нашего поколения старшими. Еще бы, люди считают, что книги приносят намного больше пользы, так ведь? Сегодня я хочу показать другую сторону этой монеты.

У каждого человека свои предпочтения: кто-то любит незаметно сидеть за кустом, или же врваться в сражение, кто-то любит творить, даря нашему и игровому миру плоды своего творчества. Некоторые игры вообще основаны на углубленном знании программирования, или же иностранных языков. Действие многих игр происходит в фэнтезийном мире, где существует магия, разнообразные дикие существа и много чего еще!

Не спорю, если долго сидеть за монитором, ваше здоровье может ухудшиться, любой



пользователь компьютера должен понимать – долгое сидение за машиной вредно. Но в то же время, каждый раз, заходя в очередную игру, вы открываете для себя удивительный, интересный, красочный мир. Каждая вселенная, каждая локация, каждый шаг рассказывают свою историю, историю, в которую целая команда авторов игры вложила свою душу, создавая её с нуля. И только мы решаем, сделаем ли мы тот самый шаг, отделяющий наш мир от мира игрового.

Вячеслав Холмогоров

Голова, не боли!

Итак, в прошлый раз мы говорили о головных болях и том, как от них избавиться. Надеюсь, что эта информация хоть кому-то пригодилась, хотя даже если и нет, то у меня есть оправдание – на физмате учат зарабатывать болячки, а не лечить их!

Настала пора поговорить о ещё одной коварной причине, из-за которой ваша голова работает против вас самих. Что это? Не надеюсь, что ты догадался, но это **недостаток физической активности!** Вы сейчас, конечно, самым вежливым образом напомните мне о том, что поесть сегодня забыли, а про зарядку вспоминаете тогда, когда нужно отправить Татьяне Олеговне фотоотчёт. Спешу вас расстроить, друзья, без хоть каких-нибудь нагрузок голова продолжит в том же духе – болеть.

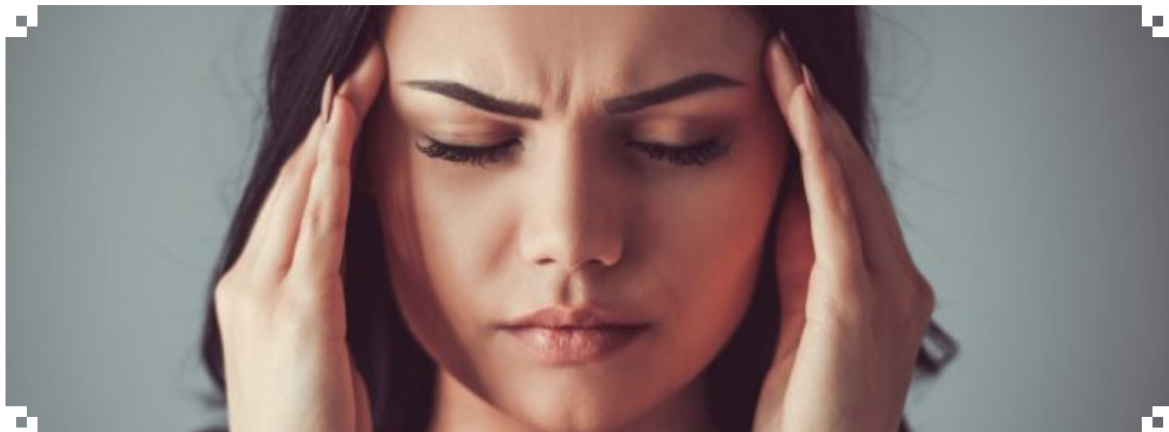
Не то что бы мне не нравилось всячески ругать вас, напоминая читателям (кто-то ещё ждёт путного совета?) про их полную неспособность решить проблемы с раскальвающейся на две части черепной коробкой, но перейдём к советам. Для начала, **на переменах заставляйте себя подниматься со стула и ходить ВНЕ кабинета. Оторвитесь от телефона**, шаг номер два, соответственно для тех, кого не научили считать, поставьте его на авиарежим и не трогайте несколько перемен. Третий, но далеко не

последний совет, приходя со школы домой, **потанцуйте под любимые песни** так хорошо, чтобы сбилось дыхание, и эта самая голова кружилась от счастья!

Да, обещала ещё советы, но всему своё время. Попробуйте выполнить что-то из этого за месяц, и ждите новых подсказок в следующем номере газеты.

Не буду писать что-то милое, не хочу, чтобы вы влюбились в меня!

Софа Сопова



Самооборона

Иногда случаются ситуации, когда нам ради защиты приходится использовать физическую силу. Но важно знать, куда и как наносить удар, чтобы не навредить себе и суметь уйти от злоумышленника. Цель самообороны не победить, а с минимальным количеством травм уйти от нападающего.

Основа основ – **прямой удар**. Он должен приходиться в челюсть или нос. Эффективнее всего наносить удар открытой ладонью, чтобы удар имел большую площадь, а также чтобы снизить риск травмировать руку.

Удар ногой в пах. Да, это подло и запрещено в спорте, но люди с низкой физической подготовкой легко могут его совершить.

Думаю, многие знают где находится **солнечное сплетение** и что удар в эту область сбивает дыхание. Удар можно наносить ладонью, кулаком или локтём, главное – сделать это резко.

Ударять можно **в колено или под коленную чашечку**, если противник достаточно далеко. Наносить его нужно стопой спереди (так есть шанс сломать ногу оппоненту) или сбоку (лишить опоры).

Если расстояние между вами позволяет дотянуться до головы противника, оглушите его **ударом открытыми**



ладонями по ушам.

Что делать, если вас схватили за горло? В данной ситуации нужно рукой дотянуться до глаз нападающего и надавить на глазные яблоки.

Что делать если вас обхватили за тело сзади? Проще всего – найти мизинец и отвести его к запястью (это заставит ослабить хватку или вовсе отпустить).

Существует множество тех-

ник самообороны, которые можно изучить самостоятельно с помощью просмотров видео по этой теме, или же записаться в кружки физические подготовки. Искренне надеюсь, что приёмы, описанные выше, никогда не пригодятся вам на практике. И помните, что использовать их нужно исключительно для защиты, а не для нападения!

Аяна Дылгырова

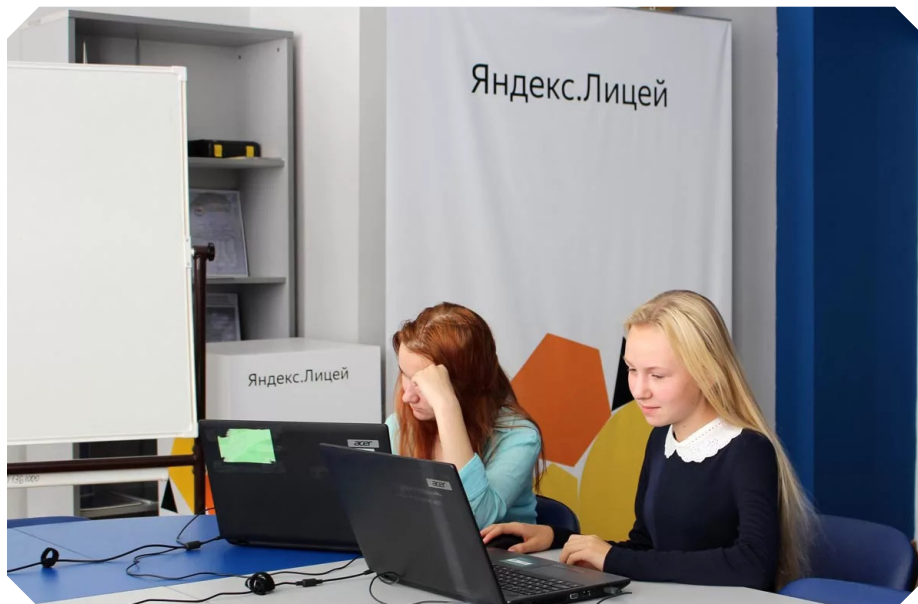


Яндекс? Ближе, чем ты думаешь!

Новый проект от Яндекс, который помогает научиться программировать на языке Python, теперь есть в Чите. О том, как поступить в Яндекс.Лицей и нужно ли это делать, читай прямо сейчас!

В 2016 программа стартовала в четырёх городах России - Саратове, Пензе, Калуге и Тамбове, но уже более года платформа Яндекса существует и у нас в Чите. Теперь вы сможете абсолютно бесплатно научиться программировать, узнать множество фишек **Python**, прокачать свои способности к составлению эффективных алгоритмов.

Поступление в Яндекс.Лицей возможно для любого человека, который владеет базовыми знаниями математики и логики. Ограничений по возрасту нет, хотя рекомендованный для эффективного обучения возраст – это **8-9 класс** (обучение длится 2 года). Также обучение даёт возможность получить сертификат об освоении курса, подготовленного в Школе анализа данных Яндекса. Сертификат выдается как после первого, так и после второго курса и позволяет получить дополнительные баллы, например, на конкурсе «Талант 20.35». Если вы



заинтересовались в поступлении, то вы можете прочитать подробную **информацию на сайте <https://yandexlyceum.ru/>**.

Я считаю, что такой опыт будет очень полезен ученикам, которые хотят пойти на физико-математический профиль, так как спустя год обучения в Яндекс.Лицее, я научилась основам программирования на Python, использованию и подключению модулей и

библиотек, что, безусловно, является неплохим подспорьем на уроках информатики. Яндекс.Лицей – это возможность проверить себя и получить уникальные знания в сфере программирования, а в перспективе – работать в Яндекс. Не хотите ли попробовать поступить?

Елизавета Ци



Немного музыки

Музыка в нашей жизни стала настолько близка, что почти у каждого человека в кармане наушники. Музыка даёт стимул идти дальше и успокаивает. Под определённый трек мы вспоминаем лучшие или худшие моменты в нашей жизни, которые остаются в нашем сердце. У каждого из нас накапливается много плейлистов, но всегда хочется послушать что-то новое. Так давайте я вам представлю группу «Сквер».

Это начинающая группа из страны Украина города Сумы. Состав группы: Миша - ритм гитара и вокал, Руслан - соло-гитара, Леша - барабанщик, Максим - бас гитара.

Вся компания была знакома давно. Миша и Руслан оба были уличными вокалистами. Летом 2019 года в мероприятии для уличных музыкантов они узнали друг друга еще лучше. Леша и Максим приходили в сквер слушать каверы и проводили время в компании. Все эти мероприятия проводилось до осени.

Группу решил создать Миша. У него был канал на ютубе, на котором он выпускал каверы (Миша играл на гитаре и укулеле и прекрасно исполнял песни). Он довольно быстро набрал аудиторию и решил не упускать момента. И в конце декабря была создана группа СКВЕР.

Кстати, название долго не



могли придумать, но так как все летние мероприятия проводились в Сквере Счастья и это было местом сбора всех четверых, ребята выбрали «Сквер» в качестве названия. Возможно, если бы они не встретились там, то такой прекрасной груп-

пы могло и не быть!

Группа играет в стиле инди, панк и рок. С конкретным стилем они не определились - молодые люди делают треки в свое удовольствие.

Сейчас группа пишет альбом и в скором времени его выпустит. Самой первой композицией является песня «Понять тебя», написанная тогда, когда только создалась группа. Еще был выпущен трек «Звездопад». Послушайте, уверена, что вам понравится!

Насколько несправедливо оценивается талант и умение его преподнести! Много начинающих групп вынуждены бороться с общественным мнением о том, как нужно делать музыку. Но самые сильные духом только скажут, что они поют для души и для тех, кто их понимает. Будем желать дальнейших успехов этим ребятам!

Софья Стрыгина



"ЕСЛИ"

Газета Забайкальского лицея-интерната
Адрес редакции: г. Чита, ул. Ленина, 2.
Наша группа "ВКонтакте": <https://vk.com/club25715520>
Главный редактор: Тарасова А.С.
Ученический редактор: Мурашова К.

Корреспонденты «ЕСЛИ»: Кареева А., Уваровская С., Сопова С., Тирских И., Палкин В., Мурашова К.
Верстка: Кареева А.

Насладитесь всеми выпусками газеты "ЕСЛИ" на сайте Забайкальского краевого лицея-интерната.