SOFIJA

МАРТ 2018 • ВЫПУСК 6 • € 0.00

ОЛИМПИАДА? УЧАСТВУЮ!

НАДЯ РОНЛЕВ /РОН КРЕМЕР

ОСКАР 2018

ГЛАВНЫЕ ПОБЕДИТЕЛИ

КУДА СХОДИТЬ В МАРТЕ

СТОЛИЧНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

МАРТ в школе

1-31	ВЫСТАВКА « TAU TĖVYNE»
24	МАТЕМАТИЧЕСКОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ ДЛЯ 5-8 КЛ.
15	ПРЕЗЕНТАЦИЯ УПРАВЛЕНИЯ И ЭКОНОМИКИ ISM
12-16	ФИНАНСОВАЯ ОЛИМПИАДА
12	КОНЦЕРТ КО ДНЮ НЕЗАВИСИМОСТИ ЛИТВЫ
12-18	НЕДЕЛЯ ФИНАНСОВОГО ПРОСВЕЩЕНИЯ
23	НЕТРАДИЦИОННЫЙ ДЕНЬ ОБУЧЕНИЯ «MENŲ PASAULIS»
23	ТУРНИР ПО ВОЛЕЙБОЛУ
7/14/21/26	ВИКТОРИНА ЧТО? ГДЕ? КОГДА? НА АНГЛИЙСКОМ ЯЗЫКЕ 7-8КЛ.
28	ТУРНИР ПО НАСТОЛЬНОМУ ТЕННИСУ
1-31	ПРОЕКТ « ТАНЦУЕТ ВСЯ ШКОЛА»
30	ФИНАЛ «МИНУТА СЛАВЫ»

*Помимо данных мероприятий есть еще много экскурсий и поездок, которые организуются для отдельных классов. Общайтесь, делитесь информацией и впечатлениями.

НАДЯ РОНЛЕВ

Заняла III место на городской олимпиаде по истории

Как готовилась к олимпиаде, в которой победила?

Было бы совершенно несправедливо, если бы я все заслуги, а уж тем более мою подготовку к олимпиаде, присвоила себе. Согласись, во всех видах соревнований, у участников всегда есть наставник, тренер. Когда игроки побеждают в каком-либо виде спорта, обязательно отмечают и поздравляют тренера, ведь выигрыш спортсменов это как раз всегда во многом его заслуга. Мне очень повезло, меня готовил прекрасный учитель истории – Е. Ю. Мисюнене. Она обеспечила всевозможными источниками информации по заданной теме, разъясняла непонятные моменты и просто морально поддерживала. Елена Юрьевна, вам большой привет!:)

Много ли времени уделяешь учебе? Или все легко дается?

Как гласит пословица: «Тяжело в учении, легко в бою.»

Для чего принимаешь участие в олимпиадах вообще?

Во-первых, уже готовясь к самой олимпиаде, ты узнаёшь много нового, углубляешься в какие-то определённые темы, которым в школе не уделяется столько внимания. А во-вторых, это возможность расширить свой кругозор и развить личностные качества: увидеть что-то новое, например, побывать в новом городе, а может даже стране, завязать контакты с единомышленниками, познакомиться с невероятно интересными людьми, всесторонне развиваться, а также научиться быть более открытым, сконцентрированным. Конечно, везде бежать и участвовать не стоит, надо уметь правильно расставлять приоритеты. Но я вам точно скажу, если предоставляется возможность поучаствовать в чём-то интересном, участвуйте! Потом у вас таких шансов больше не будет!

На твой взгляд, насколько важны школьные оценки для будущей учебы?

По большому счёту, они не играют никакой роли (прим. со следующего уч. года вводится обязательный при поступлении средний арифметический балл 5 лучших годовых оценок). Но по опыту могу сказать, что оценка (адекватная) отображает совокупность множества факторов: общей образованности ученика, умения быстро вызубрить нужную информацию или наоборот вникнуть в изучаемый материал, навыка сконцентрироваться в стрессовой ситуации, умения с хорошей стороны себя преподнести и зарекомендовать, активного (или не очень) участия во внеклассной деятельности, и, конечно, склонностей к тем или иным предметам и методам обучения. Но именно эти умения и познание самого себя будут играть огромную роль в последующем образовании.

Расскажи о лайфхаках для учебы, о приемах, которые помогают учиться и запоминать все быстрее?

Была бы очень рада, если бы такими поделился кто-нибудь со мной:). Но один, и пожалуй, самый главный совет – всё делать вовремя. Знаю, звучит очень банально. Об этом нам твердят на каждом углу. Но это потому что это истинная правда. К этому придёт каждый, только кто-то раньше, кто-то позже. В школе нам это часто прощают, но во взрослой жизни, к сожалению, не всегда.

РОН КРЕМЕР

Занял II место на республиканской олимпиаде по английскому языку

У меня в 11ом классе был огромный прыжок во всех сферах, от оценок до усваивания информации. Очень большую роль в моем "успехе" сыграла мотивация. Я понял что очень важно иметь точную цель, увидеть её, хотеть её и стремится к ней. Я в течении полутора лет искал чего я хочу.
Это был очень нудный, временами неприятный процесс, и я несколько раз думал "да ну это все, будь что будет".
Но я дотянулся, конечно с огромной помощью моих родителей и даже друзей, я нашел что-то что представляет собой очень обещающие перспективы, что правда позволит мне содержать себя и свою семью, и самое главное что интересно мне.
Очень важно понимать зачем вообще ходишь в школу 5 дней в неделю.
У меня цель была и сейчас есть, поступить в Эдинбургский университет. Существование этой цели помогло мне понять, что школа, в сущности, не источник информации, а индекс твоей подготовки и твоей способности усваивать информацию.

Грубо говоря, образование которое ты получишь в школе это базовая эрудиция, сильная основа. В школе главная цель должна быть получить хорошую оценку. Для этого надо понять тему, поработать, но забивать себе голову лишней информацией не стоит. Настоящую информацию и опыт который ты сможешь использовать ты получишь или в высшем учебном заведении или в настоящей жизни вне школы.
Поняв это, ты очень быстро поймёшь, что оказывается учителя тоже люди это важно понять так как когда ты понимаешь что перед тобой реальный человек с эмоциями и мыслями, а не просто какой-то робот который тебе крутит голову 8 часов в день, ты начнешь уважать учителей, или хотябы поймёшь что они говорят на таком же языке как и ты начнешь слышать что они говорят даже когда весь класс орет, начнешь выслушивать их учения, и вдруг, каким то боком ты заметишь что контрольные работы вообще фигня, ведь учительница правда 30 раз абсолютно все объяснила.

Цель будет тебя мотивировать продолжать в том же духе. Мотивация тебя будет поддерживать когда ты будешь просыпаться после 3 часов сна и идти в школу. Каждый твой поступок станет осмысленным и что бы ты не делал, ты должен всегда стремиться к той цели которую ты поставил.

Английский мой первый язык, я его постоянно развиваю, поэтому почему бы не сходить на олимпиаду по нему, и проверить для себя свой уровень.

КУДА СХОДИТЬ В МАРТЕ

14-17

«Amber Trip» – крупнейшая в странах Балтии специализированная международная выставка ювелирных изделий. Это – эксклюзивное мероприятие, нашедшее свое достойное место на культурной карте мира. Вот уже второе десятилетие проводимая в столице Литвы международная выставка ежегодно привлекает сотни ювелирных компаний и дизайнеров ювелирных изделий из различных стран мира, а Вильнюс заслуженно называют ювелирной столицей Балтийского региона. В связи с постоянно растущим количеством участников весной 2017 года выставка «Amber Trip» переместится в крупнейший в странах Балтии центр выставок и конференций LITEXPO.

15-29

Вильнюсский международный кинофестиваль «Кино-весной» («Kino pavasaris») – это крупное и важное кино-мероприятие в Литве. Фестиваль, проводимый с 1995 года, заслужил имя самого крупного и самого посещаемого мероприятия в стране, благодаря представляемой зрителям программе, в которой тщательно отобраны фильмы, получившие признание и высокую оценку кинолюбителей и профессионалов на самых крупных мировых фестивалях. Фестиваль для большинства людей ассоциируется не только с качественным кино высокого уровня, но и с серьезными дискуссиями, встречами с известными деятелями кино из Литвы и других стран, с различными просветительными проектами и оригинальными тематическими мероприятиями.

16

Одна из наиболее ярких и известных исполнительниц молодого поколения приглашает на акустическое выступление живого звука. На концерте прозвучат музыкальные истории – песни из дебютного альбома исполнительницы «Sun & Moon». Вместе с музыкантами Monique представит слушателям акустические интерпретации хорошо известных произведений «Dviese», «Man nebaisu», «Palauk dar».

www.facebook.com/monikapundziute.monique

16–17

«Fashion bazaar» – это крупнейшее мероприятие моды в Литве, которое каждый раз привлекает внимание и широко обсуждается не только в средствах массовой информации Литвы, среди любителей и последователей моды, но и нашей соседки Латвии. Цель нашего мероприятия – это не только объединить всех создателей моды и стиля, популяризировать моду во всей Литве, но и сформировать правильный взгляд жителей Литвы на то, что такое истинная и качественная мода.
У участников есть прекрасная возможность представить себя, продать свои произведения и завязать новые связи, найти новых партнёров. Для посетителей – это исключительная возможность под одной крышей увидеть своих любимых художников, дома моды, товарные знаки!

20

Весеннее равноденствие – это мистическое время, когда день равен ночи. Потом дни будут только удлиняться, а тепла и солнца будет всё больше. В целях сохранения традиции пробуждать и обновлять природу Вильнюсский центр этнокультуры ежегодно приглашает жителей Вильнюса разбудить людей и землю в Šventaragio slėnis.

23–25

Вильнюсский фестиваль кофе, который вырос из Дней Культуры Кофе и «Coffee Week», переносится в новое место – фабрику искусств «LOFTAS»!
Три дня, посвященный растущей как на дрожжах культуре кофе, профессионалам кафе и ресторанов, и, конечно, любителям кофе. По традиции, во время фестиваля пройдут три чемпионата Литвы: Бариста, Рисование молочной пеной (Latte Art) и Дегустация кофе (Cup Tasting).

8 МАРТА

Этот день мы привыкли воспринимать, как международный женский день, но исторически он появился, как день солидарности женщин в борьбе за эмансипацию. Эмансипация женщин – стремление к уравнению прав обоих полов. Благодаря борьбе женщин, которые жили в прошлом столетии, мы, девушки и женщины, можем работать на любых работах, получать высшее образование, голосовать и даже приходить к власти.

Вот 5 женщин, которые не смотря на упреки мужского пола достигли своих целей:

Валенти́на Влади́мировна Терешко́ва – советский космонавт, первая в мире женщина-космонавт, Герой Советского Союза. Она родилась в 1937 году, а это всего 17 лет с момента, когда женщины были допущены к голосованию. А в 1963 она стала первой женщиной космонавтом в мире. Своим примером она показала, что даже в самых мужских занятиях есть место женщине!

Софья Васильевна Ковалевская - первая в России и в Северной Европе женщина-профессор и первая в мире женщина – профессор математики. Во времена молодости Ковалевской женщинам было запрещено получать высшее образования, но не смотря ни на что Софья Васильевна стала профессором и всю жизнь занималась любимым делом.

Мария Склодовская-Кюри - французский ученый-экспериментатор польского происхождения, педагог, общественный деятель. Известна своими исследованиями в области радиоактивности, удостоена Нобелевской премии: по физике и по химии, первый дважды нобелевский лауреат в истории.

Мать Тереза (Агнес Гонджа Бояджиу) - известная во всем мире католическая монахиня, основательница женской монашеской конгрегации «Сестры Миссионерки Любви», занимающейся служением бедным и больным. Гонджа с 12 лет стала мечтать о монашеском служении и о том, чтобы поехать в Индию, заботиться о бедных. Около 20 лет она преподавала в женской школе святой Марии в Калькутте, а в 1946 году получила разрешение помогать бедным и обездоленным — создавать школы, приюты, больницы для бедных и тяжелобольных людей, независимо от их национальности и вероисповедания. В 1979 году матери Терезе была присуждена Нобелевская премия мира «За деятельность в помощи страждущему человеку».

Малала Юсуфзай - пакистанская правозащитница. Малала стала активистом в 11 лет, когда начала вести блог для BBC о жизни в оккупированном талибами городе Мингора. В 2012 году ее попытались убить за свою деятельность и высказывания, но врачи спасли девушку. В 2013 году она выпустила автобиографию и прочитала речь в штаб-квартире ООН, а в в 2014-м она получила Нобелевскую премию мира, став самым молодым лауреатом (17 лет).

Все эти женщины - достойный пример для подражания. Они вдохновляют своей стойкостью и мужественностью. Давайте поблагодарим женщин за их силу и поздравим ***с 8 марта!***

TOP 6 ANDŽELIKOS ALEKSANDRAVIČIŪTĖS PATIEKALAI

Šiais laikais reguliariai gaminti tampa tikru iššūkiu. Be abejo, turiu patiekalų, kuriuos gaminu su didžiausiu malonumu. Gaminti man labai patinka, patinka išbandyti įvairius naujus receptus, atrasti naujus skonius. Gaminimo procesas man teikia daug malonių emocijų, asocijuojasi su tuo jausmu, kurį patiriu, kai nusiperku naują knygą ir atsiverčiu ją skaityti. Ko gero didžiausia bėda, su kuria susiduriu pastaruoju metu, yra ta, jog laiko gaminti beveik neturiu, todėl dažniausiai atsigriebiu per vasaros atostogas. Tiesą sakant, labiausiai šiuo metu esu susirūpinusi dėl mitybos, nes neretai laiko neužtenka ne tik gaminti, bet ir pavalgyti Taigi, mano dažniausiai šiuo metu gaminami patiekalai: Taigi, mano dažniausiai šiuo metu gaminami patiekalai:

Tuno apkepas

Šį patiekalą atradau pakankamai seniai, bet visai netikėtai. Visgi jis „prigijo“ mano namuose. Apkepo pagrindą dažniausiai gaminu pati iš pilnagrūdžių miltų, vandens, taip pat dedu elementarius prieskonius – druską, pipirus, Provanso žoleles. Jeigu pagrindui pasigaminti neturiu laiko, dažniausiai naudoju pirktinę sluoksniuotą tešlą. Taip pat į šį patiekalą dedami apkepti svogūnai (kepinu svogūnus iki geltonumo, visada įdedu ciberžolių. Apskritai ciberžoles naudoju dažnai). Ant svogūnų išdėliojamas tunas (visada perku tuną savo sultyse). Ant tuno dedamas dar vienas sluoksnis – tarkuotas sūris. Visas šis sluoksnis užpilamas kiaušinių ir pieno plakiniu. Ant apkepo dedami pomidoro griežinėliai, taip pat visada įdedu alyvuogių, nes jas tiesiog dievinu. Apkepas kepamas orkaitėje. Kepimo pabaigoje ant apkepo uždedu šviežių bazilikų lapelių, kartais vietoj bazilikų panaudoju gražgarstes.

Suktinis su humusu

Šį patiekalą sau atradau pakankamai neseniai. Patinka tuo, jog supjausčius galima lengvai susidėti į maisto dėžutę ir pasiimti su savimi į darbą. Nėra kažkokio tikslaus šio patiekalo recepto, tiesiog galima naudoti visus ingredientus, kurie patinka, tada suktinis tikrai bus skanus. Gaminti jį irgi nėra sudėtinga. Suktinio pagrindas – lavašas. Ant lavašo tepamas humusas (jį, žinoma, galima pakeisti sūrio užtepėle, lydytu sūriu, „Filadelfijos“ sūriu ar pan.). Humuso užtepėlė man labiausiai patinka. Dažniausiai stengiuosi gaminti viską pati, todėl ir humusą gaminuosi pati (tai užtrunka ilgiau, todėl jį galima pasigaminti iš vakaro užmirkius avinžirnius). Jeigu nėra ūpo, galima nusipirkti tradicinio humuso parduotuvėje. Į suktinį dedu virtos ir apkeptos paukštienos (vištienos, kalakutienos) gabaliukus, juos gardinu prieskoniais, įvairiomis džiovintomis žolelėmis. Niekada nenaudoju įvairių priekrosnių mišinių, skirtų konkrečiai paukštienai, žuviai ar panašiai, stengiuosi pirkti grynas žoleles, be jokių priedų ar skonio stipriklių. Jeigu noriu, kad suktinis būtų kiek aštresnis, apkepdama paukštieną įdedu šiek tiek adžikos. Į suktinį įtarkuoju šiek tiek kietojo sūrio („Džiugo“ ar pan.), įdedu alyvuogių, džiovintų pomidorų (jei yra po ranka), taip pat įdedu turimų žalumynų – gražgarsčių, burokėlių lapelių arba sultingosios saulenės lapelių. Taip pat labai mėgstu įvairias sėklas, jų dedu daug kur, tad ir čia pabarstau, ko turiu po ranka – linų sėmenų, kanapių sėklų arba ispaninio šalavijo sėklyčių.

Lęšių troškinys

Taip pat pastaruoju metu pamėgtas ir gana greitai pagaminamas troškinys. Jį galima gaminti su mėsa arba be jos, mat lęšiai savaime yra turtingi baltymų, ląstelienos. Neretai lęšius vadina natūraliais antidepresantais, reguliarus lęšių valgymas mažina stresą ir kelia organizmo tonusą. Pasigaminti troškinį nesudėtinga, tereikia išvirti lęšius, į juos įdėti atskirai patroškintas daržoves. Dažniausiai gilioje keptuvėje apkepinu svogūnus, juostelėmis supjaustytas morkas, salierų stiebus, paprikas, kitas turimas daržoves. Gaminimo pabaigoje daržovės sumaišomos su lęšiais ir truputį patroškinamos kartu. Kartais į šį troškinį dedu paukštienos.

Graikiškos salotos

Labai mėgstu įvairias salotas, mišraines. Dažniausiai pasigaminu mėgstamas graikiškas salotas. Šiose salotose man labiausiai patinka lengvumas ir skonio sodrumas. Salotoms gaminti dažniausiai naudoju gūžines salotas, pomidorus, agurkus, kalamatos alyvuoges, fetos sūrį, raudonąjį svogūną (svogūną dedu ne visada). Salotas užpilu šalto spaudimo alyvuogių aliejaus, citrinos sulčių ir medaus užpilu. Visada vartoju tik nerafinuotą alyvuogių aliejų, mėgstu paeksperimentuoti ir salotas pagardinti įvairiais kitais aliejais – linų sėmenų, kanapių sėklų ir pan. Tai nėra visiškai tradicinės graikiškos salotos, bet būtent šitokį variantą gaminu ir mėgstu.

Sriuba. Labai mėgstu įvairias sriubas. Sunku išsirinkti mėgstamiausią, nes dauguma jų man labai patinka, gal išskyrus įvairias pieniškas arba tas, į kurių sudėtį įeina makaronai, ryžiai (nors makaronus ir ryžius mėgstu). Labai patinka gaminti daugun sriubų, kiek sunkiau man gaminama dievinama trinta moliūgų sriuba, mat sunkiausia man šios sriubos gaminimo dalis – moliūgo pjaustymas. Šią sriubą mėgstu gaminti vištienos sultinio pagrindu, o pagardinti voveraitėmis (arba kitais grybais, jei šių neturiu) ir mėlynojo pelėsio sūriu. Labai gražiai atrodo ant trintos sriubos voveraičių gabaliukai, išsilydęs sūris ir moliūgo sėklos.

Madlenos

Šie pyragaičiai į mano gyvenimą atėjo iš literatūros. Taigi – iš dvasios tapo tikru kūnu. Bet vos tik arbatos gurkšnis su pyragaičio trupiniais palietė gomurį, aš krūptelėjau ir suklusau – manyje vyko kažkas nepaprasto. Užliejo neapsakomas malonumas, su niekuo nesusijęs, be aiškios priežasties. Nuo jo viso gyvenimo staigmenos man tapo nesvarbios, jo smūgiai – neskaudūs, jo trumpumas – nerealus; tas malonumas veikė mane taip, kaip veikia meilė, jis pripildė mane brangios substancijos: ar gal veikiau ta substancija buvo ne manyje, ji buvo manimi. Nebesijaučiau menkas, atsitiktinis, mirtingas, - taip skonio patiriamą stebuklą aprašo XIX-XX a. prancūzų rašytojas M. Prustas. Madlenas pasigaminti nėra sunku, na, o jų forma, primenanti kriauklytes, – tikra palaima akims. Tešla madlenoms gaminama iš miltų, tirpinto sviesto (jokiais būdais niekada nenaudoju tepiųjų riebalų mišinių ar pan.), cukraus, kiaušinių, taip pat įberiama kepimo miltelių (arba sodos), įdedama citrinos žievelė, vanilė. Iškepusios madlenos aptepamos glazūra. Pyragėliai lengvi ir skanūs.

Linkiu ir jums atrasti laiko maloniai veiklai – maisto gaminimui. Rašydama apie šiuos patiekalus, be abejo, galvojau apie tai, kas man patinka, ir čia dar įkelčiau kitų receptų – labai mėgstu įvairias orkaitėje keptas daržoves, desertus ir t.t. Svarbiausia gaminant maistą, mano manymu, kokybiški ingredientai (parduotuvėje visada kruopščiai renkuosi produktus, nuolat skaitau jų sudėtį, stengiuosi imti kuo sveikesnius), ne mažiau svarbu gaminant maistą – galvoti apie tuos žmones, kuriems gamini, tada ir maistas skanus, o ir pats jautiesi laimingas.

ОСКАР

2018

90-я церемония вручения наград премии «Оскар» за заслуги в области кинематографа за 2017 год состоялась 4 марта 2018 года в театре «Долби» (Голливуд, Лос-Анджелес)!

Итак, список самых интересных номинаций и, конечно, победители:

Лучший фильм: «Форма воды»

Аннотация: Действие разворачивается в 1963 году. Главная героиня – немая уборщица в научной лаборатории. В стенах секретного учреждения идёт работа по изучению отловленного человека-амфибии. Женщина влюбляется в мутанта и помогает ему бежать...

Лучшая режиссёрская работа: Гильермо дель Торо – «Форма воды»

Гильермо дель Торо - мексиканский кинорежиссёр, сценарист, продюсер, писатель. Номинант на премию «Оскар» 2007 года за фильм «Лабиринт Фавна» в категориях «лучший оригинальный сценарий» и «лучший фильм на иностранном языке».

Лучший актёр: Гэри Олдмен – «Тёмные времена» (за роль Уинстона Черчилля)

Гэри Олдмен – английский актер, режиссер, музыкант и писатель, известный своими ролями в фильмах, сериалах и на театральной сцене. Многие отмечают многогранность ролей, которые исполнил Гэри – все они не похожи друг на друга. В детстве Гэри Олдмен удивлял всех своей игрой на пианино и хорошим пением, но в итоге он бросил все, ради актерской карьеры.

Лучшая актриса: Фрэнсис Макдорманд – «Три билборда на границе Эббинга, Миссури» (за роль Милдред Хейз)

Фрэнсис Луиза Макдорманд - американская актриса театра, кино, телевидения и озвучивания, продюсер. Двукратный лауреат премий «Оскар» (1997, 2018), также «Тони» (2011), BAFTA (2018), «Золотой глобус» (2018), «Эмми» (2015), четырёх «Премий Гильдии киноактёров США» (1997, 2015, дважды в 2018) и трех премий «Независимый дух» (1997, 2007, 2018). Председатель жюри 54-го Берлинского кинофестиваля.

АВТОРЫ

МОНИКА ЮШКЯВИЧЮТЕ-МУРАВЬЕВА

ЭМИЛИЯ ШУВАЛОВА

ЭДГАР ГРИГОРЬЯНЦ

ВАЛЕРИЯ КОШЕЛЕВА

ФОТОГРАФИИ / ЛИЧНЫЕ АРХИВЫ/ФОТО ОБЛОЖКИ АНАСТАСИЯ ГРИШИНА /

ДОСТУП

Школьная газета доступна и в электронном варианте
www.sofijoskovalevskajosmokykla.lt

ПРЕДЛОЖЕНИЯ

Новые идеи, предложения, рубрики, фотографии, рассказы о себе для газеты вы можете присылать на почту:
monika_j@mail.ru