



МОУ «Никологорская средняя общеобразовательная школа»

Ноябрь – декабрь 2008-2009 уч.г.

«Большая перемена +»

Издается с декабря 2005 года

ЕСТЬ МНЕНИЕ

Здоровье не все, но все без здоровья - ничто.

Правильное питание – условие здоровья.

Все знают, что правильное питание – важнейшее условие нормального роста и развития человека, один из ключевых аспектов здорового образа жизни.

Ребенку нужна энергия для того, чтобы двигаться, думать, познавать мир.

Ребенку нужен «строительный материал» для того, чтобы расти и развиваться.

И то, и другое человек получает одним единственным способом с пищей.

В нашей школе уютная светлая столовая. Работают там квалифицированные повара Зинаида Васильевна и Фаина Алексеевна и их помощники Надежда Валентиновна и Ольга Николаевна. Каждый день к пяти утра они приходят, чтобы приготовить для ребят вкусные завтраки и обеды. С удовольствием питаются в школьной сто-



**Не ешь меня—
иди в столовую!**

ловой педагоги и другие работники школы. Но не все ребята понимают, что питание – это основа нашего здоровья и главный фактор работоспособности и долголетия каждого человека. Некоторые предпочитают съесть чипсы и сухарики, чем позавтракать в школьной столовой, а такая пища приносит больше вреда, чем пользы растущему организму.

Уважаемые ребята, обратите внимание на свое здоровье – питайтесь в школьной столовой. Результат эпидемиологического мониторинга состояния здоровья школьников позволяет сделать вывод о том, что сегодня две трети детей в возрасте 14 лет имеют хронические заболевания. До 80% выпускников школ из-за этого получают ограничения в выборе профессии. Задумайтесь над этим.

Будущее зависит от вас.

Социальный педагог

Иванова Т. Г.

Продолжение см. на стр.6-7



Колонка редактора

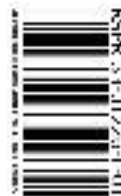
Здравствуйте, дорогие читатели! Снова с вами наша школьная газета «Большая перемена +». В этом году данный выпуск последний.

Традиционно рубрика «Есть мнение» у нас посвящается самым животрепещущим проблемам школьной жизни. И не только школьной. Вот здоровое питание, например, - это проблема не только школьная. Сейчас люди постоянно спешат, всем некогда. А тем не менее, «режим питания нарушать нельзя», как говорил герой Носова. Рано или поздно это даёт о себе знать весьма нехорошим способом, а таких множество. По поводу этой проблемы наши корреспонденты провели в школе опрос учащихся. Результаты опроса опубликованы в этом выпуске. Несмотря на то, что питание в столовой с каждым годом дорожает, как и всё остальное, всё же скажу, что на себе, а особенно на своём здоровье, экономить не стоит. Здоровье нигде не продаётся и не покупается, к сожалению. А может, и к счастью?...

Но хватит философии.

Также в этом выпуске вы найдете результаты районных олимпиад и выборов президента школьной страны, обзор событий нашей жизни. Еще вас ждет сюрприз – конкурс новогодних рецептов и его результаты.

Наша редакция поздравляет вас с Новым 2009 годом!!! Счастья вам, успехов, здоровья в Новом году! До новых встреч!





Ж И В Е М

Перевернув еще одну страницу

В каникулы мы ездили на экскурсию в город Суздаль.

Суздаль – один из древнейших городов нашей страны, который имеет насыщенную крупными событиями историю. Архитектурный ансамбль города, складывавшийся на протяжении веков, сохранил многочисленные памятники древнего зодчества. Архитектурное наследие Суздаля превратило этот небольшой город в музей под открытым небом. В памятниках Суздаля выступают идеалы глубокой старины.

В этом городе ощущаешь себя частью истории.

В начале экскурсии ученики посетили грандиозный ансамбль Спасо-Ефимьева монастыря, построенного на высоком берегу Каменки. Спасо-Ефимьев монастырь представляется грозным военно-оборонительным сооружением.

Впечатлили мощные крепостные стены и башни, определяющие облик всего комплекса монастыря. В монастыре мы стали наблюдателями «колокольного концерта». Это незабываемые впечатления.

Экскурсовод рассказывает о монашеской жизни. Мы увидели их быт, иконы и другие вещи в монастыре.

Затем побывали в Древнем Кремле Суздаля. Поразил величием главный западный портал собора. Он сохранил фрагменты своего первоначального убранства.

Особое внимание привлекли западные и южные двери Рождественского собора. Поразительно изящество линий, легкость и выразительность рисунка, нанесенного приеминомогневого золочения.

На улицах города продавалось множество сувениров. Сувениры и

фотографии, сделанные нами, будут напоминать об этой поездке.

Мы встретились с древним искусством и впитали в себе частицу того великого наследия, которое оставлено на древней суздальской земле талантливыми русскими мастерами. Благодаря этой экскурсии мы перевернули еще одну страничку истории Владимирского края.

Игошина Елена 10 «Б»



Сбор макулатуры

В дни школьных каникул в школе прошел трудовой десант по сбору макулатуры.

Все школьные дела направлены на сплочение коллектива класса и школы. За победу в этом деле боролись все классы. Самыми дружными и активными были классы 6 А, 6 Б, 5 А – они заняли 3 место. 7 А класс – 2 место. А победитель нашего трудового десанта стал 7 Б класс, они собрали 456 кг. Молодцы!!

Вместе мы собрали 1870 кг.

Отличились классы

9 А – 5 кг; 11 Б – 4 кг.

Спасибо всем ребятам, которые помогли в упаковке и погрузке бумаги: Корчажкину Александру, Зеленову Юре - 5А; Яковлеву Максиму, Никонову Денису, Киселеву Руслану - 6А.

Все полученные деньги мы потратим на организацию Новогоднего праздника.

Шапкина Н.В.



А кто президент?

4 декабря в нашей школе во второй раз проводились выборы президента школьной страны. Было выдвинуто три кандидата: Рыбакова Лина; Игошина Марина и Силантьева Юля. Накануне они представляли предвыборные программы. В четверг ученики, учителя и другие работники школы должны были сделать свой выбор.

После того, как комиссия подвела итоги, огласили результаты: 128 – Юля Силантьева; 95 – Мари-



Раз, два, три ...

на Игошина и на 3-ем месте Лина Рыбакова, набравшая 50 голосов.

Таким образом, президентом стала ученица 10 «А» класса Силантьева Юля. Хочется верить, что она к своей должности отнесется ответственно и все её планы и обещания окажутся не пустым звуком.

Поздравляем победителя и надеемся на позитивные изменения в школьной жизни.

Первый выбор



ИНТЕРЕСНО

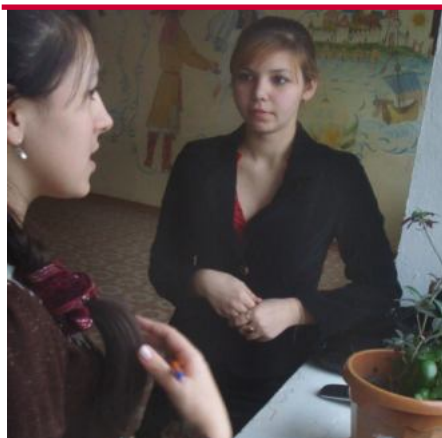
Былинный мир

6 ноября в 10 часов мы уже ехали на двухъярусном автобусе по дороге в Муром. Погода была пасмурной. С самого утра дул холодный ветер, и поначалу в салоне была низкая температура, казалось, не спасали даже теплые куртки. Но потом все привыкли, дорога казалась не такой длинной. Проезжая по старым улицам г. Мурома, мы доехали до первого пункта экскурсии – Благовещенского мужского монастыря (16-19 вв). В монастыре находится мощи святых муромских князей Константина, Михаила и Федора. Рядом расположен Троиц-

кий женский монастырь (17-19 вв.). Здесь находятся мощи муромских святых князей Петра и Февронии. Потом мы доехали до памятника Илье Муромцу (1999г). Здесь открывается прекрасный вид на реку Оку и ещё одну достопримечательность города – понтонный мост. Позади памятника – Ленинский парк с работающими аттракционами. Следующая по плану экскурсии была церковь Гурия, Самона и Авива (начало 18в.) В храме хранится фаланга пальца былинного героя – Ильи Муромца. При храме есть небольшой зверинец, состоящий из



двух лошадей и осла, уток разных видов, павлинов. В конце экскурсии мы побывали на Троицком роднике, на месте «скока» коня Ильи Муромца под Троицкой церковью бывшего села Карачарово. В 6 часу вечера все были дома. Теперь, читая произведения древнерусской литературы, мы можем очень ярко представить себе этот былинный мир, ставший близким благодаря этой экскурсии.



Четвертый год подряд в г. Вязники проходил конкурс социальных проектов «Молодые лидеры Вязниковского района». Это мероприятие ставит целью развивать творческую инициативу молодежи. Юноши и девушки самостоятельно разрабатывают наиболее значимые для них проблемы. Первое место в этом конкурсе заняла ученица нашей школы Красавина Ирина. Победительница участвовала и в областном конкурсе, где стала лауреатом. Хотя большинство соперников являлись студентами вузов, Ирина достойно защитила свой проект.

Интервью у Красавиной Ирины взяла наш корреспондент Искандрова Наргиза.

Наргиза: В чем суть твоего проекта?

Знай наших!

Ира: В нашем поселке мы хотим создать «приемную» молодежи, куда бы ребята могли бы обращаться по различным вопросам, да и просто пообщаться, поделиться своими проблемами.

Н.: А как возникла сама идея проекта?

И.: Когда я была в Санкт-Петербурге на Международном форуме лидеров ученического и молодежного самоуправления «Будем вместе», с нами проводились различные тренинги, на которых обсуждалось наше поведение в тех или иных ситуациях, нередко возникающих в школьной жизни. Мне захотелось также создать группу, где бы ребята могли бы проявить свои организаторские способности, поделиться своим мнением и узнать для себя что-нибудь новое и полезное.

Н.: Какой проект тебе понравился больше всего?

И.: Многие проекты были достойны реализации, но мне больше всего понравился проект, исходивший от лагеря «Патриот», в котором предлагалось создать детское, юношеское телевидение.

Н.: Почему-то кажется, что сама

защита происходила в строгой официальной обстановке...

И.: Нет, ты ошибаешься, атмосфера была теплой и доброжелательной. Такое ощущение, собрались друзья, чтобы просто поделиться своим мнением. Некую официальность придавало присутствие жюри: директора детской музыкальной школы искусств Яковлевой С.С., депутата законодательного собрания Владимирской области Куликова В.Н. и др. Всего было 16 проектов. Участников посадили за круглый стол, во главе которого сидело жюри. Вначале было задано несколько вопросов о защите проектов. Затем мы плавно перешли непосредственно к защите.

Н.: А кто тебе помогал и кому ты хотела бы сказать спасибо?

И.: Хотелось бы поблагодарить Огудину Е.С., Судакова Ю.В., Штанову Катю – они все мне очень помогли при создании проекта.

Н.: Как ты думаешь, почему именно твой проект оказался лучшим?

И.: Мне кажется, потому, что у него оказалось больше шансов на реализацию.

Очень бы хотелось пожелать Ире скорейшего осуществления её проекта.



Конкурс «Новогодний стол»

Салат «Козел в огороде»



На большое плоское блюдо в центр кладется горка мелко порезанной *отварной куриной грудки*, (можно другое мясо, но тогда салат будет более калорийным) *обильно смазанная майонезом*. Вокруг

в произвольном порядке выкладываются горками слегка обжаренные *морковь, свекла, порезанные брусочками, шинкованная капуста*, (можно сбрызнуть лимонным соком), *болгарский перец, помидоры, огурцы*, порезанные соломкой, консервированная *кукуруза*. Смешивается салат непосредственно перед употреблением. Расход продуктов произвольный, соль по вкусу. Очень вкусно, полезно и красиво.

5 «Б» класс

Салат «Новогодние часы»

300г вареной печени. 2шт вареные яйца. 1шт вареной картошки. 1 соленый огурец. 5ст. л майонеза. 1 луковица, соль, перец. Печень, яйца, картофель, огурец, лук порезать, посолить, поперчить, заправить майонезом, разложить на блюдо.

Далее: 6 вареных яиц, 100г вареных грибов, 1 луковица, 100г майонеза, 1ст.л растительного масла. Яйца очистить, разрезать пополам, желтки вынуть, грибы мелко порубить, смешать с желтками и майонезом. Смесью начинить половинки яиц и выложить по кругу на салат на место цифр на «часах» Из печени вырезать тонкие полоски и на каждом яйце выложить римские цифры. Стрелки сделать и пёрышек зелёного, лука. Полезно, но вкусно.

11 «Б» класс

Торт «Творожно-фруктовый»

Для коржа: 400 г. песочного печенья, 150г. сливочного масла. Для начинки: 1 кг. творога, 1 стакан сахара, ванилин—по вкусу, цедра и сок апельсина, 2 стакана сливок, 40 г. желатина. Для украшения: банка консервированных персиков, пакет бесцветного желе (заливка для торта).

Печенье измельчить, смешать с размягченным маслом, выложить в разъемную форму. Творог, сахар, ванилин, сок и цедру апельсина смешать. Сливки взбить в пену, желатин замочить. Затем все соединить. Форму наполнить творожной массой, поставить в холодильник на 2-3 часа. Затем украсить дольками желе, остудить.

9 «А» класс

Салат «Незабываемый»

400г шампиньонов (или белых грибов) очистить, отварить 3 мин в солёной воде и нарезать мелко ломтиками, 2-3 средние луковицы нарезать колечками и слегка обжарить в растительном масле, добавить в грибы.

Натереть на крупной терке 50г сыра и нарезать мелко 100г грецких орехов, 2 солёных огурчика соломкой, всё смешать, заправить майонезом. Полезно и вкусно!

11 «Б» класс

«Шоколадная звезда»



4 яйца, 125 г сахара, 1 пакетик ванильного сахара, 2 чайн. ложки тертой цедры апельсина, 125 г муки, 1 чайн. ложка разрыхлителя, 60 г сливочного масла, 100 г, апельсинового мармелада, 300 г темного шоколада, стружка и фигурки из шоколада для украшения.

Духовку нагреть до 180°. Яйца растереть с сахаром. Добавив ванильный сахар и апельсиновую цедру, взбить в крутую пену, подмешать муку, разрыхлитель, растопленное сливочное масло и замесить тесто. Форму для выпекания (в виде звезды, емкостью 1.5 л) смазать жиром и выложить в нее тесто. И выпекать около 45 мин. Затем пирог из формы вынуть. Пирог разрезать горизонтально пополам. Разогреть мармелад и смазать им нижний корж. Накрыть верхним и слегка прижать. Шоколад разломать на кусочки, расплавить и полить пирог. Дать глазури застыть и украсить стружкой из темного и белого шоколада.

8 «Б» класс

«Новогоднее наслаждение»

Для теста: 200г муки, 100г сахара, 5 яиц, 5г разрыхлителя, 10г какао.

Для крема: 150г взбитых сливок, 100г шоколада.

Для суфле: 2 яйца, 100г сахара, 50г воды, 2г желатина, 50г конфитюра.

Для украшения: взбитые сливки, ягоды.

Яичные желтки взбейте с сахаром (3/4 нормы) до бела. Отдельно взбейте белки, в конце добавив остальной сахар. К желткам добавьте треть белков, слегка перемешав, всыпьте муку, разрыхлитель.

Какао смешайте с небольшим количеством муки, просейте через сито, затем положите в желтки.

Добавьте остальные белки. Замесите тесто, выложите его на противень, испеките корж. Разрежьте его вдоль. Нижнюю часть намажьте шоколадным кремом, сверху положите суфле, накройте вторым слоем бисквита. Украсьте взбитыми сливками и ягодами.

Для крема: Взбитые сливки перемешайте с растопленным шоколадом.

10 «Б» класс

Вкусно, но полезно!»



Как испечь ёлку?

Из картона вырезать ёлку. Затем взбить миксером 115 г. песка и 0,5 г. маргарина с яичным белком, просеять 225 г. муки и понемногу всыпать в смесь. Добавить 0,5 ч.л. соды, имбирь, корицу. Для цвета сок петрушки или краситель.

Замесить тесто, завернуть в полиэтилен поместить на 10 мин в морозилку, затем на столе с мукой раскатать тесто в пласт и вырезать по трафарету елки толщиной 5 мм. Когда елки остынут, смазать их глазурью, вывести кремом имена. Елочки разложить на тарелках.

11 «Б» класс

Торт «Новогодняя радость»



Выпекают в духовке при 220 градусов в течение 20-25 минут. Готовность проверяют деревянной лучинкой: Если она после прокола теста остаётся чистой, значит, тесто пропеклось. Готовый торт вынимают из формы и охлаждают.

Для крема хорошо охлаждённую сметану взбивают до загустения, постепенно добавляя сахар.

Охлаждённый торт разрезают по горизонтали пополам, смазывают нижний пласт частью крема, кладут на него верхний пласт, вновь смазывают кремом, оформляют вареньем из смородины и мармеладом 6 «Б» класс

Понадобится: Мука пшеничная 320г Варенье из смородины 250г Кефир 250г Сахар 110г Яйца 3шт Сода 1 чайная ложка

Для крема: Сметана густая 250г Сахар 220г

Яйца растирают с сахаром, добавляют варенье, кефир, всё хорошо перемешивают, всыпают муку с содой.

Быстро замешивают тесто и выливают в смазанную маслом форму.

Пицца «Сеньорита»

РАССЧИТАНО НА 4 ПОРЦИИ
НЕОБХОДИМЫЕ ПРОДУКТЫ:
ДЛЯ ТЕСТА: 200 г муки, 2 ст.л. растительного масла, 0,5 стакана теплого молока, 15 г дрожжей, щепотка соли.



В теплом молоке растворить дрожжи, соль, добавить растительное масло, муку и замесить тесто. Оставить его на 1 час в теплом месте, сделать обминку и выложить в высокую форму для запекания (сковороду).

Помидоры вымыть и нарезать кружочками, грибы обработать и нарезать пластинками, а маслины - кружочками. Вымыть и измельчить укроп, сыр натереть на терке. Обжарить грибы в масле.

Тесто немного смазать маслом, затем томатной пастой. Выложить грибы, поверх - кружочки помидоров и маслин, посыпать зеленью и тертым сыром. Посыпать пиццу солью, перцем и сбрызнуть оставшимся маслом. Выпекать 30 минут.

6 «А» класс

«Кальмары фаршированные»

Тушки кальмаров очистить от плёнки и опустить в кипяток на 2-3 минуты, охладить.

Для фарша очищенный отварной картофель пропустить через мясорубку или измельчить в блендере. Мелко нарезать шампиньоны и лук и обжарить на растительном масле, посолив по вкусу. Картофельное пюре смешать с обжаренными грибами и наполнить полученным фаршем кальмаров.

В целях экономии времени запекайте в микроволновой печи при 100% мощности 9-10 минут. Только тушку кальмаров предварительно наколют, т.к. они лопаются. В конце запекания можно посыпать натёртым сыром.

9 «А» класс

Профессиональное жюри в составе: зав. школьной столовой—Леванова З.В., фельдшер школы—Трофимова Л.Р., педагог доп. образования—Шапкина Н.В.— подвели итоги по следующим номинациям:

Самый вкусный и полезный — Торт «Творожно-фруктовый»

Самый новогодний — «Как испечь ёлку?»

Самый доступный — пицца «Сеньорита»

Самый оригинальный — «Кальмары Фаршированные»

Самый красивый — торт «Шоколадная звезда»

Самый сладкий — торт «Новогодняя радость»

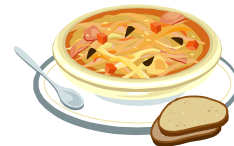
Самый веселый — десерт «Новогоднее наслаждение»

Самый легкий в приготовлении — салат «Козел в огороде»

Самый забавный — салат «Новогодние часы»

Самый зимний — салат «Незабываемый»

Мы живем не для того, чтобы есть, а едим для того, чтобы жить!



Пища – основной источник существования человека. В ней содержится около 600 химических веществ, более 90% которых обладают лечебными свойствами. Чтобы правильно использовать эти свойства пищевых продуктов, надо знать их химический состав, пищевую ценность, уметь правильно составлять рацион питания. Наиболее важными веществами, влияющими на рост и развитие организма, на восполнение его энергетических затрат, являются белки, жиры, углеводы, вода, минеральные вещества, органические кислоты, дубильные вещества, пигменты, фитонциды, экстрактивные вещества.

Существуют различные системы питания

Смешанное – употребление любых продуктов без ограничений.

Диетическое – с ограничением потребления каких-либо продуктов.

Раздельное – при котором жиры, углеводы, белки употребляют раздельно.

Рациональное – употребление определенного сочетания продуктов в пище, в зависимости от состояния здоровья, возраста, физических нагрузок, характера труда, пола.

В соответствии с нагрузками производится подсчет калорий. Существуют 5 групп

Вывод: народная мудрость гласит: «Мы живем не для того, чтобы есть, а едим для того, чтобы жить».

Объяснение данной темы на уроках кулинарии заканчиваю статью из газеты «Мир новостей» за 1999 год. О двух людях, занесенных в книгу рекордов Гиннеса, эти люди нарушали все правила рационального питания, и смыслом их жизни стала вкусная и обильная пища.

Вывод: чтобы быть здоровым, красивым, необходимо правильно питаться.

Перевалова А. М.

Группа интенсивности труда	Характер труда	Энергетические затраты
1-ая	Умственный	2800
2-ая	Легкий физический	3000
3-ая	Физический средней тяжести	3200
4-ая	Тяжелый физический	3700
5-ая	Особо тяжелый физический	4300



Бастер Симкус
1810 кг

Рациональное питание

Правильно организованное, полноценное питание способствует укреплению здоровья детей, обеспечивает нормальное протекание процессов роста и развития ребёнка. Главный принцип рационального питания школьников – соблюдение режима. Под этим термином подразумевают кратность приемов пищи в течение суток с соблюдением строгого определенного времени и правильное распределение рациона между приемами.

Если школьник ест в определенные часы, у него вырабатывается условный рефлекс согласованной

деятельности всей системы пищеварения, появляется хороший аппетит. При систематическом нарушении режима пищеварение расстраивается, аппетит снижается.

Учащимся рекомендуется четырехкратное питание в течение дня: завтрак перед уходом в школу, горячий завтрак в школе, обед после занятий и ужин. Специальные исследования показали, что при четырехразовом питании пища усваивается лучше, чем при трехразовом.

Завтрак перед уходом в школу должен быть горячим и обязатель-

но состоять из двух блюд. Нельзя ограничиваться за завтраком одними бутербродами. Горячий завтрак, получаемый учащимися в школе, позволяет сохранить высокую работоспособность в течение всего учебного дня. После школы необходим обед из трёх блюд. Ужинать подростку нужно за полтора-два часа до сна.

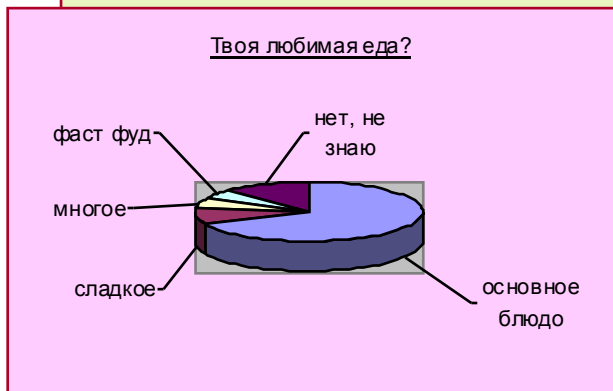
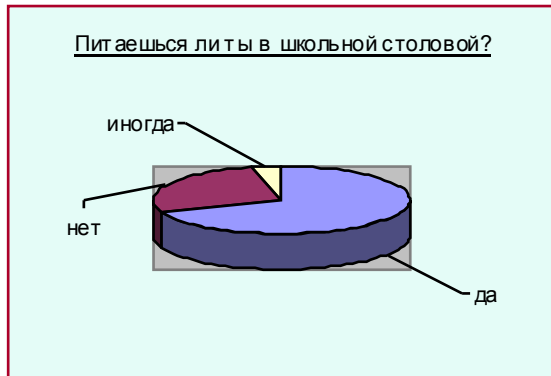
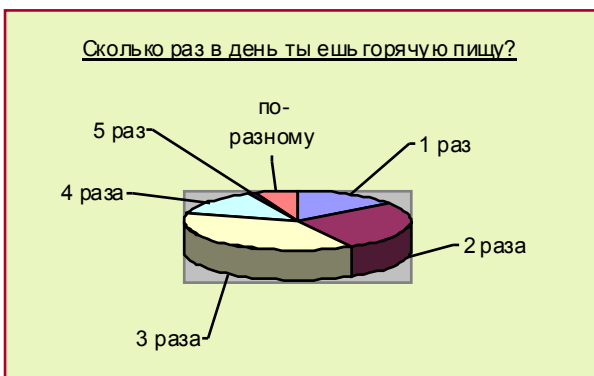
Таковы основные рекомендации по режиму питания подростка. Надеюсь, что Вы заинтересовались этим вопросом. **Желаю вам успеха!**

Фельдшер Трофимова Л.Р.

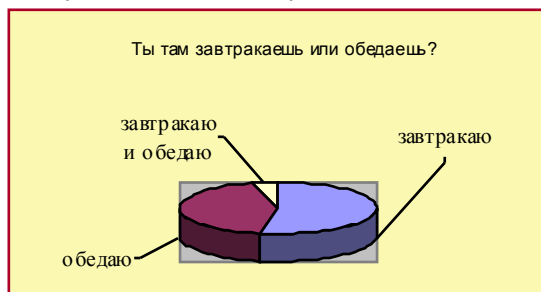
Результаты анкетирования ...

Что ж, подведем итоги. Большинство наших ребят имеют представление о здоровье питания и питаются правильно, в еде неприхотливы, фаст фудом не увлекаются, о чем можно судить по резуль-

предложения, и меню школьной столовой будет еще лучше.



Огорчает то, что не все еще питаются в школьной столовой и менее 3-х раз в день едят горячую пищу. Здесь, безусловно, должно быть

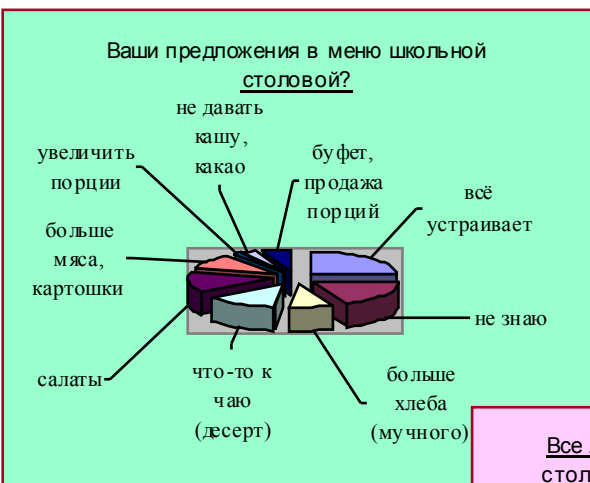


татам вопросов о любимых блюдах школьников и их предложениям в меню столовой.



100%. Может быть, стоит подумать о продолжительности перемены.

А последний график просто возмутителен: стыдно говорить о порядке в собственном доме, а школа наш дом.



Мы надеемся, что наши замечательные повара учтут все разумные



Веретина Е.В.
Игошина И,
Калинина М.
10 «Б» класс



Спортивная площадка

В здоровом теле — здоровый дух!

13 ноября 2008 года в нашей школе проходили районные соревнования по волейболу среди девушек.

За первое и второе место боролись две команды: Никологорская СОШ и Степанцевская школа. За игрой следил тренер В. В. Пышкин. После построения и приветствия команд разыграли подачу. И вот команда на поле. Игра развивалась стреми-

тельно. Никто не уступал и не хотел проигрывать. Разрыв был в несколько очков. К сожалению, НСОШ первую партию проиграли.

И вот свисток судьи. Начинается второй этап игры. Наши участницы немного расстроились, но желание выиграть только разгорелось. НСОШ во второй партии уравнила счет. В перерывы тренер В.Н. Кузицын

давал мудрые советы по ходу игры

В третьей партии наши девушки в упорной борьбе уступили соперницам из Степанцева со счетом 2:1

В следующих играх, я думаю, мы выиграем и сможем защитить честь нашей школы.

Игошина Марина 8 «Б»



Наши умные головы (результаты районных олимпиад)



Биология 10 класс

Мысин Дмитрий – 1 м.
Игошина Елена – 3 м.



Химия 9 класс

Кипелкина Екатерина – 1 м.

10 класс

Мысин Дмитрий – 3-4 м.

Физика 9 класс

Западных Никита – 4-7 м.

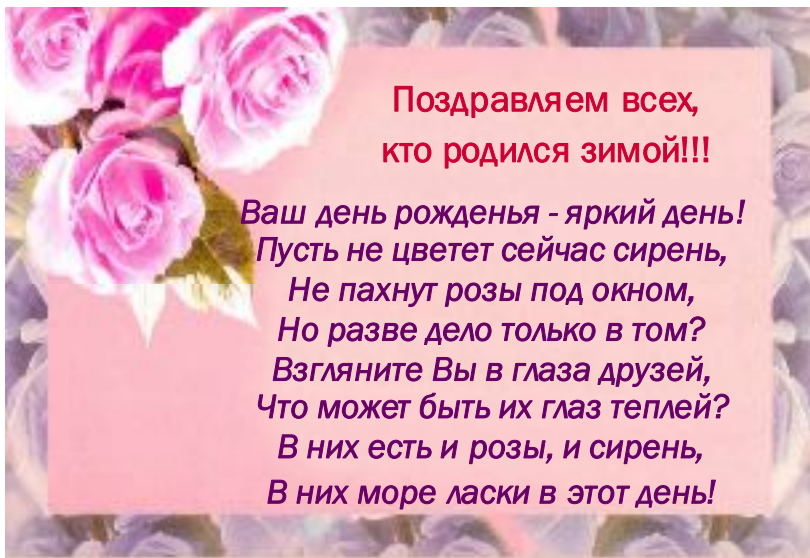
10 класс

Сашин Александр – 1 м.

Мысин Дмитрий – 2 м.

11 класс

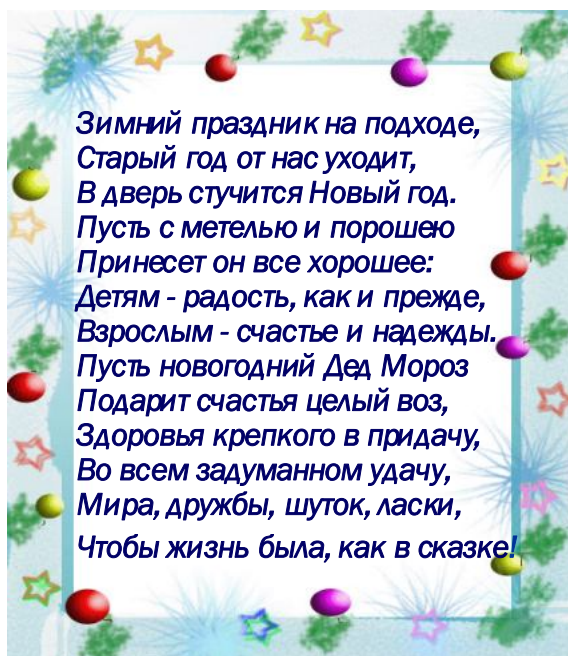
Красавина Ирина – 5-10 м.
Штанова Екатерина – 5-10 м.



Любимые педагоги!

Мы, ученики 8 «А» класса, хотим сердечно поздравить вас с наступающим новым 2009 годом и пожелать счастья, здоровья, любви и много хороших учеников. Некоторые из этих пожеланий вы можете выполнить сами или с помощью близких, а вот последнее... Мы, как щедрые и добрые Деда Морозы, постараемся исполнить его в кратчайший срок!

*С уважением,
ученики
8 «А»*



Наш адрес: 601422,
Владимирская обл.,
Вязниковский р-н,
п. Никологоры,
ул. 2 Пролетарская, 57.
Тел.: 5-15-52, 5-14-43.
E-mail: nicschool1@yandex.ru
Сайт: nicschool.ucoz.ru

Выходные данные: выпускающий редактор: Кузицына Е.В. Редактор: Западных Н., выпускающий редактор и корректор: Веретина Е.В.; дизайн и компьютерное обеспечение: Искандарова Н., Рыбакова Л., Ляпков Д., Игошина М., фото: Кузнецова А.

