

# Большая перемена

независимая газета о культуре для родителей и учителей

## А у «Лицедеев» скоро будет три сцены...



Скоро откроется Санкт-Петербургский театр «Лицедеев» – первый в мире стационарный театр клоунады. Наша замечательная труппа лицедеев, которая много лет разъезжает по всему миру, наконец обретет свой дом. Это сообщили журналистам ведущие актеры прославленного петербургского театра «Лицедеев» на пресс-конференции, посвященной открытию Культурного центра «Толстой Сквер!»

В Культурном центре будет три зрительных зала театра. Один на 450 мест с балконом, второй на 200 мест и малый зал – клуб. Все театральное техническое оборудование закуплено за рубежом.

Театр распахнет свои двери перед зрителем 1 декабря торжественным открытием Большого международного фестиваля «Лицедеев – open».

Со 2 по 12 декабря на большой и малой сценах театра, кроме самих «Лицедеев», выступят Михаил Жванецкий, Геннадий Хазанов, Семен Аль-

тов, Леонид Лейкин, Михаил Боярский, Олег Митяев, и многие другие мастера искусств, а так же известные музыканты.

В рамках фестиваля будут проведены благотворительные концерты для детей Санкт-Петербурга.

Культурный центр «Толстой Сквер» расположен на

улице Льва Толстого, дом 9. Это 7-этажное здание, где помимо театра будут работать Выставочные залы, галереи, Дом Декора, бутики, рестораны, кафе, Зимний сад.

В день открытия Культурного центра прошел фестиваль «Бизнес и Искусство». Зрители

увидели шоу лицедеев и демонстрацию мод, различные выставки и бизнес-программы. Услышали выступление музыкантов и планы бизнесменов на будущие общие проекты, связанные с искусством.

**Р. Азеран,**  
фото Л. Кузнецовой



# Так хотелось уплыть на пароме

Красотища какая! Это повторял каждый журналист, кто впервые приехал в новый порт «Морской фасад» на Васильевском острове. Красивая просторная пристань, у которой стоял огромный паром. Удобный современный морской вокзал.

Журналисты сумели все осмотреть. Познакомиться с обслуживающим персоналом. Увидеть пропускные пункты. А затем президент «Морского фасада» Шавкар Кары-Ниязов подробно рассказал журналистам о том, как будет работать порт. О том, что у нашего города во много раз увеличится возможность принимать гостей-туристов. Мы узнали, как гости сумеют добираться до центра города: будут специальные автобусы, строится дополнительная дорога. Мы узнали, какие у гостей разнообразные будут программы и что на этой пристани строятся еще два терминала.

На наш вопрос, что даст открытие «Морского фасада» жителям Васильевского острова, глава

администрации Василеостровского района В.В. Омельницкий рассказал о ближайших планах. Будет обустроена вся прибрежная полоса. Появятся культурно-развлекательные центры, кафе, рестораны. А главное, будет решен вопрос с трассой, чтобы жителей прибрежной полосы не беспокоил шум транспорта.

... Потом мы провожали иностранный паром, который заходил в наш порт на несколько дней. Нам с палубы махали туристы. Иностранцы явно были в хорошем настроении. И мы видели, что им понравился не только наш город, но и новый порт...

... А через несколько дней в информационном агентстве «Росбалт» на пресс-конференции, которая обозначена была темой «Круизные паромы возвращаются в Петербург», мы узнали о конкретных планах на зиму. Помимо представителей администрации города и руководства «Морского фасада» на встречу с журналистами пришли представители туристических

фирм. Мы узнали, что в рамках программы зимней пассажирской навигации предполагается совершить шесть судозаходов на причалы пассажирского порта Санкт-Петербурга «Морской фасад». Маршрут круизов Санкт-Петербург – Хельсинки – Стокгольм – Таллин – Санкт-Петербург. Проект станет началом возрождения регулярного

паромного сообщения в порту нашего города. Кроме того, мы услышали о планах работы турфирм и получили их буклеты, в которых рассказано, какие большие возможности будут у петербуржцев, желающих летом отправиться в круизы по Европе или встретить Новый год на пароме целых 3 дня Санкт-Петербург – Стокгольм.



В.В. Омельницкий



Какой длинный и красивый причал



А паром мы провожали



Наш фотокорреспондент Людмила Кузнецова в зале ожидания

## Вниманию учителей, родителей, учащихся старших классов. Чтобы сдать ЕГЭ...



**ПРАКТИКУМ** автора Г.Т.Егораевой «Русский язык» (Подготовка к выполнению части 3 (С). Это информационный и справочный материал, экзаменационные задания, рассчитанные на учащихся старших классов, учителей-словесников, методистов.

.. в Дом книги поступили новейшие пособия для старшеклассников, изданные в Москве издательством «Экзамен». Пособия в помощь тем, кто должен в 2010 году сдавать Единый государственный экзамен по РУССКОМУ ЯЗЫКУ



Авторы: Т.Н. Мамона, Е.С. Сергеева, Е.М. Михайлова, Е.Л. Ерохина и Г.Т. Егораева «Русский язык» ПРАКТИКУМ (Реальные тесты 2010 года)

«Тематическая рабочая тетрадь» по «РУССКОМУ ЯЗЫКУ» Авторы: Ю.Н.Гостева и В.В.Львов. Она разработана в Федеральном институте педагогических измерений.



Г.Т.Егораева «Русский язык» ГОСУДАРСТВЕННАЯ ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ (В НОВОЙ ФОРМЕ) Это типовые тестовые задания для 9-го класса.

Автор Л.И.Пучкова «Русский язык» ТИПОВЫЕ ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ (10 вариантов заданий с ответами)



# Директор школы – родом из Пушкина



Екатерина Литвиненко

В дни, когда празднуется «Царскосельская осень», то есть отмечается день рождения Лицея, все, кому дорого наследие А.С. Пушкина, приезжают в Царское село.

И любят не только красотой города, но и духовной красотой его жителей. Они отличаются от петербуржцев. Спокойные, улыбающиеся, доброжелательные. Так повелось очень-очень давно.

Не случайно из города Великого Лицея вышло столько творческих и знаменитых людей! Сколько изобретателей, журналистов, поэтов, писателей и...учителей, учителей по призванию, по духу. Я знаю многих из них..

А сейчас познакомилась с очаровательной, молодой Екатериной Викторовной Литвиненко, человеком, выросшим в садах Лицея. По призванию она педагог – математик. А последние 7 лет не только преподает, но и возглавляет «Школу Разговорных Языков».

... Давно я не писала о частных школах. Но вот раздается телефонный звонок. Читательница рассказывает, как несколько лет тому назад, прочитав мою статью о частном Детском садике разговорных языков на Севастопольской

улице, решила туда отдать маленькую дочку. Малышка была тихой, болезненной девочкой и не уживалась в государственном детском саду, часто болела, не хотела туда ходить. Когда же ее привели в сад на Севастопольской улице, результат был сверх всяких ожиданий. На третий день девочка сама просилась «быстрее к детям». Дочку читательницы окружили искренним вниманием, интересно развивали ее способности. Она стала подвижной, радостной. Перспектива перейти в дальнейшем на следующую ступень в полную среднюю школу, то есть в «Школу Разговорных Языков» тоже радовала родителей.

Но учиться в школе девочке пришлось в другом городе. Семья уезжала на несколько лет. Теперь они вернулись и решили узнать у меня, работает ли «Школа Разговорных Языков».

Я звоню своим друзьям, что живут рядом со школой, и узнаю, что «Школа Разговорных Языков» славится на весь Кировский район своей интересной программой и отношением к детям. Здесь занятия идут с учетом индивидуальности каждого ребенка.

И у меня возникло желание самой побывать там.

...Она находится на Ветеранов, 39, вдалеке от проезжей части проспекта, в парковой зоне. У нее свой вход, свои два этажа, своя столовая, спортивная площадка и площадка для прогулок, огороженная новым забором, свой, непохожий на другие школы, облик. И, представьте себе, этот облик чем-то мне напомнил Царскосельский Лицей. Дети здесь находятся с 9 до 19 часов. Многие остаются до самого вечера, так как у них есть масса интересных дел. Они делают домашние задания под руководством воспитателей и педагогов, выходят на прогулки. У них трехразовое питание в красивой, уютной столовой, различные оздоровительные и профилактические процедуры (массаж, бассейн, кислородные коктейли, фитотерапия), спортивные игры. Идут спектакли на английском и испанском языках. Здесь ведь изучают английский и испанский с 1-го класса.

Центр дополнительного образования в этой школе разноплановый.

Есть Художественная студия, которую возглавляет известный художник и педагог Ю.Н. Шмелев. Дети учатся играть на фортепиано, учатся петь. Есть хореографическая студия. Учащиеся дают концерты в детском приюте Кировского района. Выезжают на встречи и дают представления в других детских домах. Это входит в проект «Счастливое детство». Школьники и их родители, вместе с учителями, являются участниками многолетнего благотворительного проекта «Счастливое детство». Есть шахматный клуб. Издается своя школьная газета под названием «В стране CLS». Она выходит два раза в четверть и освещает не только учебные, культурные и спортивные события, но и рассказывает о разных профессиях. Ведь одна из главных задач педагогического коллектива «хранить интерес и наклонности ребенка», что должно привести его к призванию. Кроме того, проходят дни профессии, когда педагоги рассказывают о разных профессиях и вместе с детьми посещают разноплановые вузы и предприятия. Учащиеся участвуют в Олимпиадах. А в школе проходят предметные недели...

...В здании школы чистота, уют, много света и за счет больших окон, и за счет сверкающей светлой окраски стен, дверей и светлой мебели. Тот же светло-розовый цвет стен, что и в ЦАРСКОСЕЛЬСКОМ ЛИЦЕЕ. Небольшие классные комнаты рассчитаны на 10-12 индивидуальных парт, здесь же диваны для отдыха, книжные полки, много цветов. Классы скорее хочется назвать гостиницами...

В младших классах парты все были заняты, а в 10-11-х классах сидели, где по шесть, а где и по четыре человека. Почти индивидуальные занятия! Как это важно сегодня для старшеклассников!

Меня сопровождала Екатерина Викторовна. Не положено, конечно, входить в класс во время урока, но я всегда благодарна, когда нарушают это правило, и знакомят меня с деть-



ми и учителями во время учебного процесса. Много можно понять в такие минуты. Особенно заинтересованность детей в материале урока.

Здесь они были не только сосредоточены и внимательны, привлекают к себе их пытливые, интеллигентные лица.

Екатерина Викторовна заметила: «Так было задумано с самого начала – на первом месте воспитание интеллектуального петербурца в комфортных условиях».

А кто задумывал? – поинтересовалась я.

– Родители. Наши детские сады и школа были организаторы группой родителей. В начале трудных 90-х, когда формировалось новое мышление многие поняли, что знание иностранных языков необходимо. В 1992 году был открыт неформальный клуб разговорных языков (во второй половине дня) для взрослых. Там изучали английский, немецкий языки и историю зарубежных стран. Приглашали преподавателей-носителей языков. А через некоторое время члены клуба привели своих детей – школьников изучать языки. Здесь не просто читали и переводили, как в учебных заведениях. А учились говорить на иностранном. Главная цель – разговорный язык.

Все получалось очень интересно. И тогда возникла идея открыть сад-гимназию.

Таким образом, в 1996 году по инициативе родителей открыли «Детский сад разговорных языков». По инициативе членов клуба открывались такие же клубы и в других районах. Но они уже назывались Центрами разговорных языков. С ними вместе открывались и детские сады. А потом школа.

На сегодняшний день это целая сеть или система под названием «CLS», в которую входит пять Центров иностранных языков, три детских сада и наша школа. Школа – по желанию родителей, которые понимают, как важно сегодня не только дать образование, но и воспитать разностороннего, трудолюбивого и самодостаточного человека. А мы – педагоги считаем своим долгом вместе с родителями помочь юному человеку формировать такое мировоззрение, которое поможет ему понимать свою миссию в жизни, понимать, как надо уважать труд, человеческое достоинство, ценить дружбу, разбираться в своих и чужих недостатках».

... Так были задуманы цель и стиль жизни школы, и с каждым годом ее традиции крепнут. Об этом говорят ее выпускники. Каждый учащийся, которого я расспрашивала о школе, с восторгом отзывался о педагогах и о товарищах. Особенно много говорили те, кто пришел из других школ. Им есть с чем сравнить. Только один десятиклассник, приехавший из другого города, тоскует по своей школе. Оказывается, там не так часто спрашивают, а значит не каждый день надо готовиться к урокам! Но я надеюсь, что он

скоро поймет, как это важно, чтобы ежедневно с тобой беседовали на тему о том, что ты узнал нового, и осмыслил, читая учебники.

Остальные дети это понимают. Вот почему выпускники «Школы Разговорных Языков» легко сдают экзамены, все продолжают учебу в вузах. А при желании могут поступить на бесплатное отделение в Университет прикладных наук в городе Миккели в Финляндии. Обучение там идет на английском языке. Принимают выпускников школы туда без экзаменов. Преподаватели университета приезжали в школу, вели собеседование и тестирование учащихся на английском языке. Они заинтересованы в таких знающих учащихся. Там ребята могут учиться три года на бакалавра, и два на магистра. Но и могут заканчивать магистратуру в любом Университете Евросоюза.

Все это Екатерина Викторовна рассказывала мне так, как будто бы шла речь о ее собственных детях. Но своих – у нее пока нет. Как рассказывают педагоги школы, она все свои силы отдает тем 56-ти ученикам (Да, да, здесь учится только 56 человек), которые каждый день окружены ее

заботой. Правда, в школе еще о них заботятся 28 педагогов, которые все живут одной командой.

... А Екатерина Викторовна, как истинная дочь «садов лицей» мечтает, чтобы каждый их выпускник был счастлив своим делом, своей профессией, как счастливы были лицеисты пушкинского выпуска. Как счастлива сама Екатерина Викторовна – дочь и внучка педагогов (даже крестные у нее тоже педагоги). Она выросла в дружной счастливой семье, где детей учили любить людей, книги, искусство, природу. Устраивали в семье обсуждения фильмов, поэтические вечера. Нестановительно, сестра ее стала скульптором и художником, а брат играет на фортепиано и скрипке.

И неслучайно, Екатерина Викторовна на сегодняшний день уже стала экспертом Национального проекта «Образование». А ее выступления на Международных конференциях в других странах, участники слушают с большим вниманием. Ведь она рассказывает о своей любимой «Школе Разговорных Языков», которую она хочет видеть похожей на Царскосельский Лицей.

Обязательно побывайте в этой школе, очень интересно.

Телефоны школы: 752-34-70, 320-82-82.

**Р. Азеран**



# МОЛОДЕЖНАЯ ПРЕМИЯ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Молодежная премия Санкт-Петербурга вручается Общественным советом Санкт-Петербурга и Правительством Санкт-Петербурга для поощрения молодых петербуржцев, проявивших себя в профессиональной и общественной деятельности, достигших выдающихся результатов в науке, спорте, искусстве и других сферах деятельности, а также для повышения престижа молодежных общественных объединений и наставников молодого поколения.

Лауреатами Молодежной премии стали 121 петербуржец и 7 молодежных общественных объединений.

Среди лауреатов Молодежной премии Санкт-Петербурга футболисты Андрей Аршавин, фигуристы Мария Петрова, Евгений Плющенко, прима-балерина Диана Вишнева, шахматист Петр Свидлер, старший оперуполномоченный уголовного розыска Владимир Филиппов, педиатр

Анна Тихомирова, волонтер общественной организации «Ночлежка» Денис Чеботарев, конструктор ЦКБ «Рубин» Андрей Сухоруков, губернатор Псковской области Андрей Турчак и другие. Среди общественных организаций лауреатами премии становились «Студенческий клуб Санкт-Петербурга», Ассоциация юных лидеров Санкт-Петербурга, фонд «Военно-исторические исследования», петербургское молодежное отделение организации «Российский Красный Крест».

Молодежная премия присуждается людям в возрасте до 29 лет по номинациям:

- в области образования;
- в области науки и техники;
- в области культуры и искусства;
- в области бизнеса и управления;
- в области журналистики;
- в области гражданско-

патриотического воспитания;

- в области здравоохранения;
- в области спорта;
- в области информационных технологий;
- «На службе Отечеству»;
- в области общественной деятельности;
- «Наставник молодого поколения» (без ограничения по возрасту).

Молодежной общественной организации премия присуждается в номинации «Молодежная организация года».

Лауреаты Молодежной премии получают специальный знак лауреата, диплом, денежную премию.

Кандидаты на получение премии выдвигаются членами Общественного совета Санкт-Петербурга, органами исполнительной и законодательной власти Санкт-Петербурга, творческими союзами, предприятиями и организациями, обще-

ственными объединениями, редакциями средств массовой информации.

В 2009 году выдвижение кандидатов проходит с 1 октября до 17 ноября. На каждую кандидатуру выдвигающая организация составляет представление, в котором содержатся характеристика и общая оценка достижений кандидата, мотивирующая его выдвижение, копии наградных дипломов и других документов, характеризующих кандидата. Прием документов производится в Комитете по молодежной политике и взаимодействию с общественными организациями.

Определяет лауреатов в каждой номинации Президиум Общественного совета.

Церемония награждения лауреатов Молодежной премии Санкт-Петербурга пройдет в январе 2010 года на открытом заседании Общественного Совета Санкт-Петербурга.

## КОНКУРСЫ БАРДОВ

### В июне 2010 года состоится VIII Международный фестиваль авторской песни «Петербургский аккорд»

Интересно напомнить читателям, что в предыдущих семи фестивалях приняло участие более 800 авторов-исполнителей, представителей 93 городов России, Белоруссии, Германии, Израиля, Казахстана, Латвии, Литвы, Молдавии, Польши, США, Узбекистана, Украины, Финляндии, Фран-

ции, Чили, Швеции, Эстонии.

В очередном, восьмом, ожидается участие свыше 200 человек в составе делегаций регионов.

В городах России, странах ближнего зарубежья, а также в США, Германии, Израиле перед фестивалем проходят отборочные туры. Победители приедут

на фестиваль в Петербург. Но это касается взрослых!

А вот юных любителей сочинять и петь бардовские песни должно заинтересовать следующее сообщение: в преддверии «большого» фестиваля будет проведен также ставший традиционным третий Конкурс «Петербургский аккорд – новое поколение».

Конкурс является открытым и доступным для жителей Санкт-Петербурга и Ленинградской области в возрасте от 12 до 18 лет и проводится по двум возрастным категориям: 12-14 лет и 15-18 лет.

Подать заявку на участие в конкурсе могут сами участники, а также их родители, законные представители, учителя, педагоги образовательных учреждений, учреждений культуры, подростковых клубов, музыкальных школ и др. учреждений. Заявка подается в электронном виде на сайте Фестиваля [WWW.AKKORD.SPB.RU](http://WWW.AKKORD.SPB.RU).

В Конкурсе могут принять участие представители других регионов Российской Федерации при условии оплаты ими проезда и проживания в Петербурге в период проведения конкурса.

**Условия участия и порядок проведения конкурса.**

Конкурс проводится по двум номинациям: Автор-исполнитель; Исполнитель песен других авторов.

Основной музыкальный инструмент – гитара. Допускается аккомпанемент другого лица.

Конкурс проводится в 2 тура: I тур – с января по март 2010 года, II тур – в апреле 2010 года. Время подачи заявок – до 15 декабря 2009 года.

Победители получают право принять участие в «большом» фестивале.

В 2008 году победителями конкурса стали автор-исполнитель Виктория Сумина (17 лет, ГОУ СОШ №79 Калининского района), а в номинации «исполнитель» – вокальный ансамбль «Ad Libitum» (ДМШ №11.) Они участвовали в конкурсе «большого» Фестиваля «Петербургский аккорд», где ансамбль «Ad Libitum» успешно преодолел первый тур и вошел в пятерку лучших ансамблей Фестиваля. Остальные участники финала получили памятные призы и билеты на открытие Международного Фестиваля.

Так что ребята, торопитесь – посылайте заявки на участие в конкурсе! Форму заявки, Положение и другую необходимую информацию вы найдёте на сайте [WWW.AKKORD.SPB.RU](http://WWW.AKKORD.SPB.RU).

**Леонид РОМАНКОВ,**  
зам. председателя  
органитета фестиваля  
«Петербургский аккорд»



# Люблю то, что делаю!

Педагогика – один из самых трудоемких и сложных видов деятельности. Он во многом зависит от личного восприятия человеком своего предмета. Помимо долгих лет изучения различных нюансов своей профессии, учитель должен быть морально готов к тому, что все знания, которые он получил нелегким трудом, ему нужно будет передать другим людям. При этом важно не только блестящее знание той дисциплины, но и то отношение, которое построил непосредственно с теми, кто к тебе пришел научиться. На этот счет мне вспоминаются слова В.О. Ключевского: «Чтобы быть хорошим преподавателем, нужно любить то, что преподаешь и тех, кому преподаешь».

Действительно, разве можно обучать других тому, что самому не нравится? На мой взгляд, ответ очевиден – нет.

...Я знакома со многими учителями. Кто-то остался в моей памяти, как человек, желающий ввести меня в курс дела по своему предмету, будь то география или математика. Кто-то чуть больше времени потратил на то, чтобы объяснить мне и остальным всю необходимость в знании именно его дисциплины. А кто-то стал мне просто хорошим другом и советником. Я искренне уважаю тех преданных учителей своему предмету, у них нет проблемы ответить на любой вопрос ученика. Им не сложно помочь ему разобраться в том, чего он не понимает. Это способность дана не каждому. И тех, кто обладает ею, мы можем называть Учителями с большой буквы.

Одним из таких людей, является Марина Игоревна Романова, педагог биологии в №378-ой школе. Не случайно она носит звание «Почетный работник образования Российской Федерации». 26 лет каждый день она выходит к доске и улыбается ученикам, которых очень любит.

Еще совсем недавно я сидела за партой на ее уроке. Терпеливая и уравновешенная, эта женщина со всей душой относится к своему предмету и к тем, кого она учит. Она никогда не выделяет для себя любимчиков, все дети для нее равны. Ее речь всегда целесообразна, без лишних всплесков эмоций, а взгляд понимающий и добрый. Для многих из нас она стала настоящим другом. Ни один поход, ни одна поезд-

ка с классом не обходилась без нашей учительницы. Она всегда была своей. А когда у кого-то были проблемы, то не кто иной, как Марина Игоревна приходила на помощь. Она находит общий язык со всеми! Мы окончили школу год тому назад, но наши ребята ее часто навещают, обсуждая с ней свои открытия или трудности на новом пути, вспоминают то забавное и веселое время, когда мы были ее учениками.

И сегодня, пользуясь случаем, хочу задать ей несколько вопросов, интересующих, наверное, не только меня, но и всех, кому небезразлично школьное образование, а также мнение учителя на этот, нелегкий, порой противоречивый процесс.

Войдя в школу, прохожу по длинному коридору, приближаясь к кабинету биологии. Перемена, учеников в классе нет. Немного прохожу вперед, и в лаборантской застаю Марину Игоревну. Как всегда вся в делах, она, искренне мне улыбаясь, прижимает меня к себе. Повсюду висят наши работы, самодельные подарки, которые мы делали для нашей любимой учительницы. Мы присаживаемся, начинаем обо всем болтать, как делали это долгие годы, пока я училась в школе. Но понимая, что времени у нас не так много, я начинаю свое интервью.

– **Марина Игоревна, когда вы поняли что биология для Вас важнее и интереснее всех остальных наук?**

– Я с детства любила животных! В доме постоянно находились домашние животные, а на дачном участке выращивалось большое количество растений, за которыми необходимо было ухаживать. Я стала с интересом наблюдать жизнь растений. Поэтому и поступила на факультет биологии в институт имени Герцена, сразу после 10-го класса.

– **Как вы считаете, биология – сложный предмет?**

– Биология довольно-таки сложный предмет, так как наука не стоит на месте. Постоянно происходит большое количество открытий, особенно в области биотехнологий и генной инженерии. Поэтому необходимо изучать различные литературные источники, чтобы быть в курсе новых открытий.

– **В школе учащиеся проходят около 20 разных дисциплин. Довольно сложно углубиться во все сразу. Как ученики относятся к вашему**

**предмету?**

– Мне кажется, что большинство учащихся любят мой предмет. Потому что основной целью я считаю не получение определенных биологических знаний, а формирование общей биологической и экологической культуры каждого учащегося. А также формирование у ребенка бережного отношения к живой природе и личностной ответственности за будущее нашей планеты.

– **Часто ли Вы используете в быту свои профессиональные знания и навыки?**

– В настоящее время мы с семьей проживаем за городом, где на участке растет множество цветковых растений и овощных культур. Поскольку они требуют особого ухода за собой, мои знания просто необходимы.

– **Знаете ли вы, кто из ваших учеников выбрал специальности, связанные с естественными научными дисциплинами?**

– С нашими выпускниками мы поддерживаем дружеские отношения. Поэтому могу с уверенностью сказать, что многие ребята не только поступили в высшие учебные заведения на факультеты естествознания и в медицинские институты, но и до настоящего времени продолжают работать по специальности. Некоторые из них пошли в науку и даже стали кандидатами и докторами биологических наук. Кто-то поступал в ветеринарную и в лесотехническую академии, где особо популярными являются специальности, связанные с ландшафтным дизайном.

– **С прошлого года были изменены формы сдачи выпускного экзамена по биологии. Вместо привычного – всем устно, был введен ЕГЭ. Как к этому отнеслись ученики?**

– Мнение учащихся неоднозначно. Можно у них как раз и спросить...

...Мы отправились в класс, где сидели 11-классники. На этот вопрос они ответили следующее: «Нам нравится, что вузы принимают в качестве вступительных экзаменов сертификат по ЕГЭ. Таким образом, у всех есть возможность поступить в институт. Но плохо, что ЕГЭ по многим предметам обработаны не так, как надо. Экзамен сдается не своим учителям, а компьютеру, что создает некий дискомфорт. И вместо привычных оценок выставляются баллы. Раньше мы развивали речь, а теперь, готовясь к экзаменам, развиваем не ораторское



М.И. Романова

мастерство, а тренируемся на тестах, пишем все экзамены письменно».

– **Вы согласны с учениками, Марина Игоревна?**

– В какой-то степени согласна. С одной стороны, то, что ввели ЕГЭ это хорошо, так как знания учащихся оцениваются объективно. Но с другой стороны, присутствует элемент «натаскивания» на тесты, из-за чего возникают трудности в формировании мировоззрения учащихся.

– **Вы уже 26 лет преподаете в школе. Дети сильно изменились за это время?**

– Мы все прекрасно знаем, что жизнь не стоит на месте, все меняется. Также меняются наши дети. На уроках дети стали раскрепощеннее, не боятся отстаивать свою точку зрения при решении многих проблем и даже порой вступают в дискуссию с учителем. Преобладает демократичный стиль отношений между учителями и учащимися. Также ребята активно принимают участие в школьной жизни. По их инициативе в школе созданы институты самоуправления.

– **Опишите идеального ученика.**

– Модели идеального ученика быть не может, так как все дети разные. Самое главное, в процессе обучения разглядеть в каждом ребенке личность.

– **У Вас есть мечта?**

– Хочу съездить в Египет. Давно хотела посмотреть Египетские пирамиды. А еще понырять с аквалангом, наблюдая за бесподобным, потрясающе богатым подводным миром.

Вот такая она наша Марина Игоревна – Человек, Учитель и друг. К ней мы всегда будем прибегать...

**Анастасия ПТАШИНСКАЯ, студентка 2-го курса факультета журналистики СПбГУ**

# Как сохранять зрение

(Беседа с врачом Медицинского Центра «Гранти-Мед» Ириной Николаевной Гетмановой)

– Ирина Николаевна, может быть, Ваш выбор профессии, связан с тем, что вы сами носите очки?

– Вы отгадали. Меня с детства родители регулярно водили к офтальмологу. Мне всегда были интересны приборы, на которых меня смотрят и самой хотелось заглянуть в глаз. И когда встал вопрос куда идти в старших классах, мама вспомнила про мое детское увлечение и отдала меня в медицинскую школу, где нам читали лекции преподаватели медицинских вузов. Вот тут-то я и определилась. Мне было очень интересно. Профессия должна нравиться...

– Вы закончили наш Университет имени И.Павлова?

– ...где было много хороших преподавателей и научных обществ. Потом поступила в клиническую ординатуру на кафедру офтальмологии Военно-медицинской академии. Там я проучилась два года. За время обучения под руководством прекрасных практикующих врачей офтальмологов я приобрела все необходимые навыки для самостоятельной работы. После окончания меня пригласили работать в Городской глазной диагностический центр №7 на Литейном, 25. Но сейчас я ушла оттуда в медицинский центр «Гранти-Мед». Здесь я имею возможность отдавать пациенту столько времени, сколько ему необходимо. А в государственном учреждении время всегда регламентировано.

– Замечено, что с годами «очкариков» становится все больше и больше. И не только в нашей стране. В чем причины?

– По последним данным людей, которые пользуются очками для близи или для дали, примерно 80 процентов. Но многие носят их непостоянно, для более комфортного зрения в театре или в кинотеатре (или рассматривая номер дома или трамвая) в случае близорукости, или, используя очки для чтения и работы за компьютером, в случае возрастного снижения зрения вблизи.

За последние время возросло количество близоруких. Это связано со стремительным развитием техники: телевизоры, особенно компьютеры. Дети уже с малых, малых лет сидят за компьютером и при поступлении в школу 60 процентов из них – близорукие. Большое значение имеет и наслед-

ственность. Если оба родителя близорукие, у ребенка риск развития близорукости 25-30 процентов.

– А заболевания?

– Конечно, и пациентов с глазными болезнями стало больше. Причин много. Экология. Неправильное питание. Наследственность. И, конечно, заболевания других органов.

– Какие же это заболевания?

– Прежде всего, сахарный диабет. Особенно в тех случаях, когда пациент не соблюдает предписания врача и сахар крови остается высоким. Тогда развиваются такие осложнения как диабетическая катаракта (помутнение хрусталика) и патология сетчатки глаза – серьезнейшее заболевание, которое может привести к слепоте. Если же пациент регулярно посещает эндокринолога, выполняет все рекомендации, то он может избежать такого серьезного осложнения. Заболевания щитовидной железы тоже очень вредно влияют на глаза. И гипотиреоз (пониженная функция гормонов щитовидной железы), и гипертиреоз (повышенная функция) могут вызывать пучеглазие. Это не только косметический дефект, из-за неполного смыкания век он приводит к заболеванию роговицы, сдавлению глазных мышц и зрительного нерва. В тяжелых случаях это проявляется полной неподвижностью глаза.

Такие заболевания, как нарушение мозгового кровообращения или патология почек, также могут привести к значительному снижению зрения. Осложнения могут вызывать не только заболевания других органов, но и принимаемые лекарства. Например, при лечении бронхиальной астмы и заболеваниях почек применяют гормоны. Они повышают риск развития помутнения хрусталика. Это не значит, что надо отказаться от приема лекарств, просто необходимо регулярно показываться офтальмологу для контрольного осмотра.

Влияют на глаза и проблемы шейного отдела позвоночника, сопровождающиеся сужением сосудов и нарушением питания мозга и глаза. Если сужаются сосуды шеи и головного мозга, это отражается и на глазных артериях. Глаз не получает достаточного питания. Тогда страдает зрительный нерв. Зрительный нерв врачи пока еще восстанавливать не научились. Хрусталик и даже роговицу можно

поменять, а нерв ничем не заменишь.

– Получается, при любом заболевании организма, надо сразу же идти к офтальмологу и проверить, не повлияло ли оно на глаза?

– Фактически так. Считаю, что при необходимости любому специалисту следует направить больного на контрольный осмотр к офтальмологу.

– Какие же самые частые самостоятельные заболевания глаз, несвязанные с осложнениями других болезней?

– Конъюнктивит – воспалительное заболевание. Его еще называют болезнью грязных рук. При более серьезном воспалении в процесс могут вовлекаться и радужка, и сетчатка. Причиной такого состояния бывает гайморит, плохие зубы. Даже наличие кисты в челюсти может привести к отеку сетчатки.

– И тут осложнения?

– Выходит, что так. На втором месте можно поставить катаракту и третье место занимает более серьезное заболевание – глаукома. То и другое лучше выявить на начальной стадии до снижения зрения. Поэтому каждому человеку после сорока лет необходимо раз в год показываться офтальмологу.

– Какие же есть пути, чтобы сохранить зрение, сохранить здоровые глаза?

– Серьезное отношение к своему здоровью. Не рекомендуется увлекаться соленой и острой пищей. Ведь есть люди, которые не могут себе представить стол без соленой рыбы или огурцов. А соль задерживает воду в организме, которая дает отеки, в том числе и на глаза. В меру употреблять жиры, мясо, яйца. Есть поменьше углеводов (сладкие продукты, сдоба, мороженое, кексы и так далее). Малоуглеводная диета поможет снизить риск развития сахарного диабета.

Вобщем, все хорошо в меру. Чисто глазную диету еще не разработали. Но при глаукоме следует придерживаться малосолевой диеты. Повторю: соленая пища повышает жажду и задержку воды в организме. Как результат отек. А при возрастном заболевании сетчатки необходимо ограничить количество жиров в рационе.

– Я где-то читала, что «любители много и хорошо поесть» быстрее теряют зрение...

– Вернее, быстрее приобрета-

ют различные болезни. Сразу набирают вес. Полные тучные люди редко бывают вполне здоровыми.

– Но самое угрожающее заболевание, при котором человек теряет зрение – это дистрофия сетчатки?

– Да. И, к сожалению, если раньше оно считалось заболеванием пожилых людей, то на сегодняшний день оно помолодело. Поскольку причина, главным образом, – нарушение обмена веществ. В случае выявления этого заболевания сразу же надо принимать меры.

– А профилактика есть какая-то?

– Солнцезащитные очки. Их вообще при любом заболевании глаз, надо носить, когда солнце или яркий сверкающий снежный покров. То есть носить и зимой, и летом. И обязательно принимать витамины. Не пищевые добавки, а витамины.

– Хотелось бы еще поговорить о детях. Что такое школьная близорукость? Это заболевание?

– Заболеванием это назвать нельзя. Она зависит от условий, в которых находится ученик. Если ребенок очень низко наклоняется, когда пишет, сидит в плохо освещенном помещении, или читает, уткнувшись носом в книгу, это может быстро привести к напряжению глазных мышц, вследствие чего и развивается близорукость. Если на это быстро обратить внимание и отучить ребенка неверно сидеть, то с помощью зрительной гимнастики и глазных капель можно улучшить зрение. Таким образом близорукость уходит. Поэтому она и называется ложной близорукостью. Но если процесс затягивается, то есть напряжение мышц при плохих условиях продолжается, то близорукость становится уже постоянной. Не случайно у нас многие школьники уже в очках.

– Кроме этого, какие профилактические меры вы можете посоветовать?

– Профилактика очень простая. Помещение, где школьник или студент сидит за учебником или за компьютером, должно быть хорошо освещено. Рекомендуемое расстояние до книги 30 сантиметров, до экрана компьютера – не менее 60 сантиметров. И желательно каждый час делать перерывы. Можно походить или посидеть с закрытыми глазами. Это хорошая профилактика напряжения мышц и, как следствие, близорукости. Если же близорукость прогрессирует, надо принимать все меры, начиная от гимнастики глаз и кончая лекарствами.

Телефон «Гранти-Мед» 323-92-17