

# Тинейджер

Клуб «Спектр»

Клуб «Чайка»

Клуб «Шагол»

Клуб «Эра»

Клуб «Темп»

Клуб «Улыбка»

Клуб «Юниор»

Клуб «Эдельвейс»

СПЕЦВЫПУСК.  
ТЕМА НОМЕРА:  
ШКОЛА  
БЕЗОПАСНОСТИ

ТЕКСТЫ:  
АНДРЕЙ ТЕМРЮХ,  
КИРИЛЛ ЗУБКОВ,  
КАМИЛА ДЖАЛИЛОВА,  
АРСЕНИЙ ШТЕЙМЕР,  
АЛИСА ШЕМЕЛЯК,  
АННА КОТОВА

РИСУНКИ:

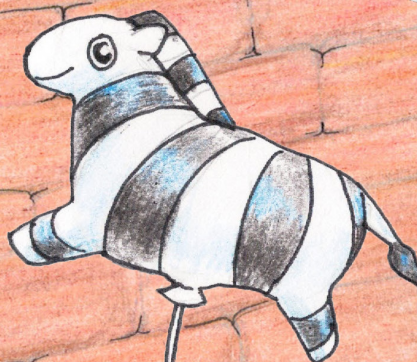
КАМИЛА  
ДЖАЛИЛОВА

КИРИЛЛ  
ЗУБКОВ

МАЙЯ  
НУРОВА

ДАРЬЯ  
ПОДКОРЫТОВА

ЕКАТЕРИНА  
БЫКОВА





А вы пробовали вырваться из рук коварного похитителя? Или плавать по школе на парте? Безопасность на дороге, в школе, на природе! «Осторожно! Осторожно! Осторожно!». Нигде мы не можем почувствовать себя защищёнными! Более того, и в квартире никто не может гарантировать вам безопасность! Взрыв газа или спутник, так удачно сошедший с орбиты и приземлившийся на Комсомольском проспекте. Ну ладно, взрослые, ещё из школьной программы помнят, где находится ближайшее бомбоубежище, а дети? С Елизаветой Васильевной Кокуриной, педагогом-организатором, мы обсудили, что есть безопасность в целом, какая она бывает в частности, и как это Знание должно преподаваться детям.



– «Безопасность на дороге» – тема избитая, как можно заинтересовать детей?

– Я думаю, только тем, что им актуально. Сейчас все любят пользоваться гаджетами – от мала до велика и, к сожалению, очень часто видишь, что дети переходят дорогу, отвлекаясь на телефоны, смотря в них и слушая. Поэтому можно начать с того, что актуально для молодёжи, и потом уже перейти к безопасности. В этом году мы с ребятами хотим участвовать в конкурсах видеороликов «Дорога и дети» и «Наш дом Курчатовский» в номинации «Особый взгляд». Такое дежурное название ролика: «Слушай, смотри!». О том, что, выходя на перекрёсток, не надо быть уверенным, что машина остановится, всё-таки это техника. Что надо убедиться: находишься ли ты в безопасности. О том, что ни в коем случае нельзя смотреть никуда, кроме как на дорогу. И очень актуально – про переход дороги в наушниках.

– Я пересматривал ваши прошлые видео, у меня мурашки по коже. Как у вас так получается срежиссировать, чтобы увлекло?

– Сначала подбирается тема, это самое для меня сложное, чтобы она смотрелась в видеоролике. Потом, например, когда мы уже подобрали тему прошлогоднего видеоролика, решили придумать и обыграть, какие ситуации могут возникнуть на дороге с детьми. Главное, тщательно прописать монтажный лист: сцену, что в ней должны делать и где это снимается, а не просто так – взял камеру и пошёл. Тогда

снимать проще, и времени меньше занимает. А для того, чтобы трогало до мурашек, нужно всё: актёрская игра, музыкальное сопровождение; текст, который говорят сами актёры (или это может быть наложенный текст). Когда всё это вместе, итог зависит не только от таланта режиссёра. Иногда снимаешь ролик, кажется, всё у тебя расписано, а потом на каком-то моменте думаешь: «О! Не так!». Дети тоже что-то другое предлагают. В прошлый раз никак не могли сойтись во мнении с Ольгой Владимировной – педагогом актёрского мастерства из циркового коллектива – в последней сцене, где сердцебиение, где машина проезжает по игрушке. Каким образом это сделать? Как бы хватало за душу: с ангелом, с девочкой? Мы стоим на перекрёстке и спорим. Люди проходят мимо нас, с нами передетая девочка-ангел, на дворе октябрь, погода плохая, дождь льёт. Стоим, спорим, с камерой, и все на нас смотрят, игрушка валяется на дороге, нам её поднимают, приносят, мы её опять туда кидаем – и так несколько раз! В итоге получилась самая душещипательная сцена. В споре рождается истина, наверное.



– Есть ли программа у нас в клубе и в целом в России, которая рассказывает детям о безопасности на дороге?

– Да, таких программ очень много в России, в городе. У нас в ЦВР тоже есть программы, акции. Ведётся очень большая работа по профилактике. Не только по ПДД, но и пожарной безопасности,

безопасному поведению в каникулы, в период купания, в период льда зимой... И мы – социальные педагоги, педагоги-организаторы – проводим в этих рамках очень много мероприятий.

Хотелось бы сказать, что всегда стараемся привнести игровую, весёлую нотку. Но безопасность – это глобальная тема, иногда с детьми нужно не только поиграть, но и серьёзно поговорить. Вот, например, недавняя история. Когда с детьми работаешь, особенно с первоклассниками, и спрашиваешь: «Как вести себя с незнакомцами?». Это тоже очень актуально, особенно для



младших. Они начинают сразу хорохориться. И девочки, и мальчики говорят: «Да мы его толкнём! Укусим! На землю повалим!». Они сразу воображают себя супергероями. И чтобы как-то их вернуть на землю, я беру за руку мальчика: «Я тебя похищаю, сейчас, в данный момент». И начинаю тянуть его: «Делай, что ты хотел делать – делай!». Он пытается просто вырваться из моей руки, а я говорю: «Ты понимаешь, что я, во-первых, женщина, у меня не столько сил, сколько у мужчины, который, возможно, захочет похитить ребёнка, во-вторых, ты меня знаешь и можешь так рьяно сопротивляться». Когда доносишь до них это конкретным примером – доходит.

В апреле была акция «Береги свою жизнь», участвовали три клуба: наш – «Эра» и «Эдельвейс» с «Чайкой». Перед мероприятием мы провели анкетирование среди наших обучающихся разного возраста. Насколько они нарушают правила дорожного движения, элементарные: «Если нет машин, перебегаете ли вы дорогу в неуказанном месте?», такого плана. Статистика получилась печальная, потому что более 60% нарушают. И маленькие, и повзрослее, и подростки. Сделали вывод, что акция актуальная. Поговорили, поиграли в игры, а чтобы совсем убедить, показали два видеоролика. «Посмотри по сторонам» – социальный ролик, достаточно популярный в соц.сетях, и снятый нами – Тинейджер (октябрь 2019)

«Не торопись». Видно, что дети впечатлились. После они раскрашивали памятки о том, как правильно переходить дорогу, и наша цель была раздать на улице эти листовки, они их своим друзьям в основном отдали.

– Возвращаясь к теме безопасности. Если вдруг завоют сирены пожарной тревоги или гражданской обороны, смогут ли наши ребята сориентироваться? В какой форме должна преподаваться такая практика?

– У нас ведётся обучение безопасности, несколько раз в год проходит эвакуация конкретно из нашего клуба «Эра». Знаешь, разные виды сирен существуют: бывает выброс веществ в воздух, пожарные и т.д. В Челябинске очень часто проводятся учения и звучат сирены, они всегда будоражат. У меня реакция: звучит сирена, и я сразу лезу в интернет. Что это: учебная тревога или нет? Бежать прятаться или можно спокойно работать или гулять дальше? Поэтому, честно говоря, если зазвучит тревога, когда на самом деле нужно эвакуироваться, первая реакция: я испугаюсь! Вторая: соберусь, ведь надо спасать свою жизнь и, если кто-то находится рядом, их тоже, особенно детей. Поэтому всё-таки главное – взять себя в руки. И дальше уже принимать решение, что делать.



Когда в «Зимней вишне» в Кемерово случился пожар, сразу после этого в социальных сетях группа «Лиза Алерт» [«Лиза Алерт» – поисково-спасательный отряд] выложила, как вести себя в толпе, что делать ребёнку в этой ситуации. Я прочитала, переложила на доступный язык для начальной школы, и мы всё это разбавили. Как себя в задымлённом помещении вести? Что делать, если у тебя нет воды или если из подручных средств только ты сам и твоя одежда? Элементарно, чтобы дышать, нужно просто пописать на любую одежду: кофточку, шарфик. И у нас одна девочка сидела, смеялась: «Мы не Тинейджер (октябрь 2019)

будем писать на шарфик на занятии?». Я говорю: «Нет, не будем» (смеётся). Но хорошо не только проговаривать эти ситуации, но и разыгрывать. В лицах: водитель и пешеход, или пожарник и ребёнок, который остался дома в квартире. Чтобы попробовали на себе разные роли, это действеннее. Они послушали, поиграли и, кажется, что забыли. Но если кто-то, не дай бог, в такой ситуации окажется, человеческий мозг так устроен: в любом случае всплывёт, что когда-то слышали, как нужно делать.

– В последнее время, действительно, участились случаи пожаров в торговых центрах. Иногда ошибки взрослых очень дорого обходятся детям. А иногда ребёнок так воспитан, что один спас всех. А у вас в детстве были опасные случаи?

– История кстати! Я училась в советской школе, и у нас тоже были по безопасности занятия, уроки. Но я сейчас не о них расскажу. У нас был замечательный учитель русского языка, Надежда Борисовна Приходкина. И она вела только наш класс, потому что работала ещё и в ЧелГУ. Она возила нас в топонимические экспедиции в разные города Челябинской области. Мы собирали названия, различные истории, почему именно так называются... Например, в Кыштыме: почему так назван

Галинкин камень? Как-то у нас в одной из топонимических экспедиций, мы тогда жили в Кыштыме, произошёл такой случай. Мы всё время дежурили по два человека, группа где-то 10-12 человек: что-то готовили. И наша очередь, с моей одноклассницей Ириной, по-моему, мы тушили капусту. В холле интерната, где мы остановились,

стояла плитка. На ней кастрюля, в которой под присмотром руководителя готовили. Вся группа сидела и слушала книгу, которую рассказывала Надежда Борисовна. А мне нужно было посмотреть, что с едой происходит, с нашим ужином. Я вышла и увидела, что эта кастрюля просто горит. Получается, что-то не сработало в плитке, она как горящая конфорка, и из неё полыхает огонь. На меня напал ступор. Мне было тринадцать лет тогда, к слову. Я захожу в комнату и говорю: «Ира, там горит», – главное, не учительнице, Надежде Борисовне, а своей однокласснице. А она поняла, что я ей говорю про кнопку на

плитке, которая горит. И она отвечает: «Лиза, там и должно гореть». Я села и слушаю дальше рассказ. И не знаю, как Надежда Борисовна поняла просто по лицу, что со мной что-то не то происходит, и она меня спрашивает: «Лиза, а что там горит?». «Плитка горит с кастрюлей». И тут вся группа во главе с учителем выскакивает из комнаты, я не знаю, как там тушили, честно, наверное, по правилам! Потому что потушили быстро, потом нам дали другую плитку. Но вот такой случай в моей жизни был. Один мини-пожар я пережила! (смеётся). Реакция была неправильная у меня, поэтому сейчас моя задача донести до детей, чтобы у них была правильная реакция, не как у меня в мои тринадцать лет.



– Про советские школы: а что вы проходили на уроке ОБЖ?

– Масштабные катастрофы мы проходили. При ядерном взрыве куда прятаться, где бомбоубежища в Челябинске, – это я хорошо помню. Ещё обсуждали местные катастрофы: если Шершни выйдут из берегов. Так как я училась в школе №123, это перекрёсток Молодогвардейцев и пр. Победы, то у нас в школе воды было бы примерно по колено. Это я тоже почему-то хорошо запомнила из урока ОБЖ, наверное, самый весёлый момент был. Нам рассказывали, как можно выплыть из школы, и что можно перевернуть парту, сесть и плыть, как на лодочке! Хотя мы были уже не дети, одиннадцатый класс, но было весело!

А чего не хватало урокам ОБЖ, это психологии. Как сориентироваться в опасной ситуации, не паниковать, не растеряться. Я в своё время училась в медицинском колледже на акушерку, и у нас там были предметы, как себя вести при экстренных ситуациях, с точки зрения медицины. И психологическая составляющая как раз была. Как успокоить больных, вот в таком плане. Так что я основами безопасности владею с нескольких сторон!



Продолжение. Начало на с.2  
– Есть традиционные занятия с ребятами, а есть игровые. Как вы считаете, что эффективнее, видеоролик или «академический час»?

– Ролик, наверное. Ну, академический час же в школе сидишь за партой и слушаешь. А на моих занятиях всё движется, есть поисковый метод, который детям вообще очень интересен. Мы учимся через игру, так и называется наше творческое объединение «Планета ИГРек». Изучаем разные игры, нахожу их в интернете и скидываю им ссылку на эту игру. И они работают самостоятельно в группах: переходят, смотрят, изучают. И другую группу учат играть в неё. Потом они игру меняют, привносят что-то своё. Поэтому интереснее. Или когда видеоролики снимаем, что-то ребятам покажешь, и у них рождаются идеи, до которых сам не додумаешься. Конечно, это более эффективно.



– Безопасность прежде всего? Прямо ничего важнее нет, или есть?

– Да. Но если рассматривать в философском плане, то, конечно, нет. Но опять же, безопасность – это жизнь, и нет ничего дороже жизни. Она у тебя одна. Ты можешь поправить здоровье, вылечить

болезнь, несколько раз влюбиться, разные друзья могут быть (дружба тоже высокое понятие), а жизнь-то одна. А безопасность, прежде всего, подразумевает сохранение жизни.

Беседовал Андрей Темрюх, 10 класс  
Фото из архива Е.В.Кокуриной

## Школа безопасности Сенья в мире дорожных правил

Жил-был мальчик Сенья. Он был фантазёр, и любое его дело превращалось в увлекательное и занимательное путешествие, полное новых чудес и открытий.

И вот однажды утром Сенья проснулся от очень громкого дыхания кактуса прямо над ухом. Заправил свой большой и мягкий пончик-диванчик. Потом он почистил зубы ручным ёжиком, покушал и вышел из своего большого, высокого, зелёного инопланетного корабля, отправляясь в опасный путь. В пути Сене пришло сообщение из школьной группы 5Б класса, и он очень увлечённо отвечал на него, совсем не смотря под ноги. Сенья чуть не провалился в другое измерение через бездонную чёрную

яму-дыру в асфальте, которой уже исполнилось почти два месяца – хорошо, что он случайно поднял глаза от экрана смартфона и вовремя заметил её. После этого Сенья вышел из родного двора и, погрузившись в себя, слушал в хороших и громких наушниках любимую музыку. Поэтому его чуть не задавил выскочивший из-за поворота большой серый конь, приближения которого мальчик не заметил. Ему очень повезло, что всадник успел вовремя натянуть поводья и затормозить с чудовищным рёвом.

Через несколько минут Сенья подошёл к пересечению двух широких ездых путей и увидел большого и строгого насекомого-палочника, руководящего своим чёрно-белым жезлом всадниками на разноцветных конях. Этот палочник помог всем перейти дорогу, потому что световые потоки сегодня двигались на столбах беспорядочно, и красный-жёлтый-зелёный мигали почти одновременно, словно гирлянда на межпланетной ёлке. И вот, наконец, спустя долгое и опасное путешествие, уставший и вымотанный Сенья поднимается ввысь по серым бетонным ступеням, из раскрытых створок звенит знакомый киберзвонок и... Он просыпается!

Да, да! Всё это был сон! А звонок был вовсе не на урок. Это всего лишь утренний будильник торопил в школу. Просто вечером Сенья так вымотался из-за беготни по городу... А так как он



частенько не соблюдал правила дорожного движения и попадал в неприятности, то ему приснился такой тревожный и в то же время важный сон. И когда этим утром, наконец, собравшись, Сенья пошёл в школу и хотел послушать музыку перед пешеходным переходом, он вдруг вспомнил свой недавний сон и впервые за год не стал доставать телефон с наушниками. И до самой школы Сенья больше не отвлекался ни на какие мелочи, находясь в пути, – в класс он пришёл первым! И спокойно слушал любимую музыку, раскладывая учебники и тетрадки.

Арсений Шлеймер, 6 класс.  
Рисунки Камилы Джалиловой  
Тинейджер (октябрь 2019)

## ДОРОГА В БУДУЩЕЕ

### В ТОЛПЕ

День близился к концу. Улицы были наполнены людьми. Кто-то спешил с работы домой, а у кого-то работа только начиналась. Толпа жила своей жизнью, никому не известной и не понятной. Можно было лишь гадать, куда она движется, какой цели стремится достичь.

В этой живой человеческой массе мало кто смотрит себе под ноги, лишь самый внимательный может разглядеть маленькую тень, мелькающую между ботинок.

Ориентироваться в пространстве в такой суматохе нелегко, когда голоса людей, шум машин и прочие звуки, характерные для большого города, смешиваются в одну ужасающую какофонию. Хуже лишь запахи. Людям, живущим в большом городе, несложно представить всю ту, на редкость разнообразную гамму ароматов, порой не самых приятных, наполняющую улицы в разное время дня и ночи. Однако крошечная тень упорно двигалась вперед. Но, несмотря на все попытки избежать участи быть раздавленным, кому-то всё-таки удалось отдалиться от толпы. В толпе раздавалось мяуканье, в котором читались боль и раздражение, но вскоре и оно потонуло в хоре голосов людей и шума машин.

Котёнок стремительно отскочил к краю тротуара. Хвост ныл от недавно пережитого. И так всегда. В своей бесконечной спешке люди банально забывают смотреть под ноги, из-за чего и происходят такие неприятности. Вы, может, даже и не заметите, а вот тому, на кого наступили, крайне неприятно. Но сейчас явно было не подходящее время для возмущения, и, задушив чувство обиды, котёнок направился дальше. Вскоре на глаза ему попался небольшой переулок между домами. Некий островок безопасности в этом бушующем человеческом море. Видя перед собой цель и решительно прибавив шаг, через несколько секунд он уже входил в щель между домами. На душе сразу стало спокойнее.

### НЕПРИЯТНОСТИ ПРОДОЛЖАЮТСЯ

Чем дальше он продвигался, отдаляясь от дороги, тем тише становились звуки. Даже палитра запахов сузилась до приятно щекотавшего нос аромата сырости. Но переулок был не бесконечным и в скором времени котёнок вновь приблизился к дороге. На этот раз людей практически не было, в ушах лишь отдавался рёв машин. Одолев последние несколько метров, котёнок вышел к проезжей части.

Это было большое восьмиполостное Тинейджер (октябрь 2019)

шоссе, по которому с грохотом проносились автомобили. Порой там проезжали такие большие грузовики, в которых поместилось бы штук восемь легковушек. По крайней мере, так считал котёнок. Земля под его лапами вибрировала и тряслась, когда мимо проезжал особенно крупный транспорт. Было страшно, и он огляделся. Выхода не оставалось, кроме как перейти на другую сторону. Эта мысль приводила котёнка в ужас, не давала спокойно рассуждать. Всё-таки, доверившись инстинктам, он зажмурил глаза и напряг мышцы. И одним стремительным прыжком бросился навстречу рёву железных чудовищ.

чей-то скрипучий голос над головой.

Медленно, в нерешительности котёнок обернулся. Перед ним сидел большой чёрный кот. Или, точнее, он когда-то был таковым, но сейчас назвать его чёрным было бы преувеличением. Как и у всех уличных котов, некогда благородный чёрный цвет шерсти покрылся пылью и выцвел, оставив лишь слабый отголосок былой роскоши. На теле встречались островки голой кожи, шерсть местами поседела, особенно на подбородке и щеках. Старый кот держался достойно и даже высокомерно.

Кот внимательно изучал котёнка. Взгляд его жёлтых глаз был настольно



Эта история могла бы закончиться плачевно, но помощь, как обычно, пришла из ниоткуда. Не успели его лапы коснуться асфальта, как что-то грубо дернуло котёнка за загривок, оттащив подальше от проезжей части. Буквально в тот же миг перед его носом пронёсся огромный грузовик.

Казалось, в этот самый миг сердце пропустило удар. А что, если...

### УЧИТЕЛЬ И УЧЕНИК

– Да ты совсем страх потерял? Кто же бросается на проезжую часть сломя голову, да ещё и зажмурив глаза? Или, небось, на удачу надеялся? – Произнес

тяжёл, что, казалось, его можно взвесить. Он открыл рот и серьёзно сказал:

– Твоё безрассудство могло плохо закончиться. Судя по всему, переходить дорогу без риска для жизни ты не умеешь. Или ты из этих, – кот на секунду задумался, – любителей острых ощущений?

– Нет, – нервно замотал головой котёнок, – я просто хотел перейти на другую сторону дороги.

– И, по-твоему, бросаться, зажмурив глаза, под колёса грузовика – лучший из всех возможных способов?

Продолжение на с.6





Продолжение. Начало на с.5

В голосе кота слышалась издёвка. Понывав это, котёнок стыдливо вжал голову в плечи. Если бы животные могли краснеть, то он бы уже давно примерил на себя все оттенки красного, от розового до бордового. Котёнок не совсем понимал, в чём его вина, но холодные нотки в голосе собеседника с каждым словом заставляли всё больше и больше съёживаться. Заметив это, кот решил сменить гнев на милость. Не мучить же бедного, итак уже натерпевшегося ребёнка. Из его лёгких птицей вырвался тяжёлый вздох. Теперь, с некоторой родительской нежностью, смотрел он на малыша.

– Ладно уж, не печалься. Я не держу зла на тебя, но пристыдить счёл своим долгом. Иди за мной, кто-то ведь должен научить тебя таким элементарным вещам, как умение без риска для жизни перейти дорогу.

#### ВАЖНЫЕ ШАГИ

Он тяжело поднялся и размеренным шагом направился вдоль проезжей части, зазывающе махнув хвостом. На ватных ногах котенок поплёлся следом за своим учителем. Они шли около минуты, но вот кот остановился, кинув через плечо выжидающий взгляд. Поравнявшись с ним, котёнок посмотрел в ту сторону, куда взглядом указывал учитель. Перед ними поперек дороги были нарисованы, чередуясь, белые и жёлтые полосы. Пешеходный переход начинался у бортика, возле которого они стояли,

и жёлто-белой зброй тянулся через всё шоссе, заканчиваясь у другого бортика на противоположной стороне.

– Что это? – удивлённо произнёс котёнок.

– Пешеходный переход. Когда хочешь перейти дорогу, ты должен поискать его поблизости и только по нему идти на противоположную сторону.

Внимательно выслушав и переварив новую информацию, котёнок уже было решил сделать шаг вперед, но учитель удержал его.

– Нет, ещё не время. Будь добр, выслушай до конца. – Кот бросил укоризненный взгляд. – Видишь тот столб, на другой стороне?

Котенок утверждающе кивнул.

– На этой стороне, где стоим сейчас мы, имеется такой же, но для тебя сейчас важен лишь тот, что напротив. Посмотри на него и скажи, что ты видишь.

Котёнок поднял взгляд и нашёл то, о чем ему говорили. На верхушке столба горел красный человечек, который, как казалось, застыл в ожидании чего-то.

– Я вижу красный огонёк. Что он означает?

– Только то, что нужно подождать. Пока он горит, машины могут спокойно проехать. А тебе в это время нужно стоять на месте.

Светившийся красным человечек начал мигать и в скором времени совсем погас. Загорелся зелёный. Но этот человечек, в отличие от красного, не стоял

на месте. Он показательно передвигал ноги, говоря, что ожидание кончилось и теперь, не боясь, можно идти.

– Вот теперь ты можешь идти. – Подтвердил кот, посмотрев на своего ученика и кивнув в сторону дороги.

Немного помявшись, котёнок всё же решился и, подняв лапу, сделал шаг вперёд. На всякий случай, посмотрев по сторонам и убедившись в том, что опасности не наблюдается, он нерешительными шагами направился к цели. Ближе к середине дороги, он перешёл на бег и, в последнюю секунду его лапы коснулись тротуара на противоположной стороне. Поспешно оглянувшись, он увидел чёрного кота, ободрающе махавшего ему ободраным хвостом. Теперь их разделяло восемь полос дороги, восемь полос ужасного рёва железных чудовищ. Они всё так же, мелкая, проносилась перед глазами, но в промежутках между машинами котёнок мог видеть удаляющуюся фигуру старого кота, покачивающуюся из стороны в сторону от груза лет, лежащих на его плечах.

#### НАВСТРЕЧУ БУДУЩЕМУ!

Малыш ещё какое-то время с благодарностью смотрел вслед тёмному силуэту, даже когда он уже скрылся из виду. Но нельзя было сидеть вечно, и, собравшись с мыслями, котёнок двинулся дальше, навстречу будущему, которое ждало его впереди, в тумане, окутавшем улицы большого города.

Камила Джалилова, 8 класс.

Рисунок автора

#### Лёгкое пёрышко



#### МОЙ ФЕРРАРИ

Кирилл Зубков, 4 класс

Рисунок автора

Еду на Феррари, кручу быстрее педали. Это лишь велосипед, подарил его мне дед. И теперь во дворе все бегут, бегут ко мне. Еду на Феррари, жму на газ, педали, Оборачиваясь вслед, дети мне кричат: «Привет!» Вот такой Феррари, волшебный мой Феррари, Он притягивает взгляд взрослых всех, и всех ребят. Вдруг смотрю я – светофор, Он заводит разговор: «Видишь, красный свет горит! Ехать нам он не велит! Будет жёлтый – ты готовься, А зелёный свет – иди, едь, Гуди, пльви, лети!» Стою я на Феррари, не жму на газ, педали. Я зелёный жду сигнал, ведь я правила узнал! Еду на Феррари, кручу, кручу педали! Только я не тороплюсь – ПДД ещё учусь!

Тинейджер (октябрь 2019)

#### ЧТО ДЕЛАТЬ?

- Выпишите имена людей из вашего окружения.
- Проанализируйте их отношение к вам (Как они влияют на вас? Получаете ли вы положительные эмоции от этого общения?).

- Теперь поставьте рядом с этими именами «+», «-».

- А теперь! Сократите общение с людьми, напротив имени которого стоят только «-», до минимума.

Да, как бы это ни было тяжело, поверьте, вы так сделаете лучше – самому себе, в первую очередь. Поймите, что эти люди отрицательно влияют на вас, порождают комплексы, ущемляют вас в чём-то. Возможно, это прозвучит слишком эгоистично, но в первую очередь вы должны заботиться о своём ментальном состоянии.

Окружив себя только «правильными» людьми, отказавшись от «токсичного

окружения», проработав все свои комплексы, я научилась справляться с некорректными высказываниями в свой адрес. Теперь я могу смело пропускать их мимо ушей и не обращать на них абсолютно никакого внимания. Но я знаю, что многие страдают от таких же проблем и просто не знают, как справиться с этим.

Иметь фигуру, которая не соответствует каким-то общепринятым стандартам, быть слишком активным, иметь волосы на руках, кривой

нос или кривой зуб – это нормально. А вот высказывать своё никому не нужное и никем не прошенное мнение об этом просто потому, что вам так захотелось – вот что действительно ненормально, некорректно и бестактно. И в следующий раз, когда вы захотите сказать знакомому/близкому человеку о том, что вам не нравится его новая стрижка, кривой нос или фигура, подумайте, а стоит ли это его последующих комплексов, порождённых именно вашими словами?

Алиса Шемеляк, 11 класс.

Рисунок Дарьи Подкорытовой

Безопасность... Это переходить дорогу в положенном месте, не играть со спичками и быть осторожным в воде? Но иногда люди тоже представляют угрозу. И речь не только о незнакомцах, даже близкие могут оказаться «токсичными». Что означает этот полуофициальный термин и как справиться с «токсичными» отношениями? Своим опытом делится наш корреспондент.

«А я всё равно скажу»...

Думаю, каждому знакома такая ситуация: человек, с которым вы вроде бы не состоите в близких отношениях (а может, и состоите) вдруг решил высказать своё мнение, о котором вы его не спрашивали:

«Знаешь, а ты поправилась»...

«Мне кажется, тебе совсем не идет эта стрижка, с ней ты выглядишь более чем странно»...

«Думаю, в этом платье ты выглядишь как клоун, а эти туфли не подходят к твоему типу фигуры и к цвету глаз»...

И тут у меня, если честно, отвисает челюсть и возникает вопрос: «Зачем? С какой целью вы говорите это? Неужели за счёт подобных высказываний надеетесь самоутвердиться и почувствовать превосходство над человеком, который не в силае противостоять вашим словам?»

Зачастую такие люди и не знают о понятии «личные границы». Что же оно значит? Давайте разберём: личные границы – это границы, которые вы очертили вокруг себя и не хотите, чтобы за их пределы вторглись чужаки. Личные границы для каждого из вашего окружения будут разные: чем ближе человек, тем более проницаемыми они становятся, то есть вы подпускаете этого человека ближе к себе. Но запомните: даже ваши друзья и родственники могут оказаться для вас токсичными. Даже люди, которых вы считаете своей семьёй, могут токсично влиять на вас, порождая миллионы комплексов, преследующих в течение долгого времени.

Тинейджер (октябрь 2019)

Вот история из моей жизни. С детства я никогда не была худышкой, и мои сверстники (и некоторые мои дальние родственники) думали, что имеют право говорить мне о моих «недостатках». Из года в год, слыша о том, что: моя фигура не соответствует стандартам красоты, а нос так вообще с горбинкой; руки волосатые и я слишком высокая для девочки (ведь девочки же должны быть не такими высокими!), а ещё слишком веселая (и совет – «поубавь свой пыл!»), – я обросла множеством комплексов, с которыми справлялась на протяжении 4 лет.

Я прошла через многое, прежде чем принять себя такой, какая есть. Для того, чтобы не слышать в свой адрес высказывания о фигуре, я начала худеть. Похудела на 10 кг, но «в подарок» получила множество проблем со здоровьем и нездоровое восприятие еды в целом. Чтобы не говорили о том, что я «слиш-



ком весёлая и стоит поубавить свой пыл», я замкнулась и стала тихоней, которая всегда боялась новых знакомств, боялась, что меня не примут, посчитают странной. До сих пор остатки прошлого порой преследует меня. И до сих пор некоторые ребята из моего окружения не поняли, что вставлять своё «это моё мнение, и я имею право его высказать» в таких случаях неправильно. Только теперь я знаю, как справиться с токсичным влиянием общества и много читаю на эту тему. И хочу поделиться с вами. Итак...



# СВЕТОФОР И ДОРОЖНАЯ ФЕЯ

До Нового года оставалась неделя. Катя мечтательно шла вдоль дороги, возвращаясь из школы. Мимо проезжали машины. Девочка так задумалась, что машины казались ей огромными блестящими жуками, а светофор – новогодней ёлкой, увешанной разноцветными шарами: зелёными, жёлтыми, красными. Она так замечталась, что не заметила, как жёлтый человечек поменялся на красного, и ступила на переход прямо перед летящей на всей скорости машиной. Но жёлтый человечек успел схватить её за руку. Катя даже не заметила, как оказалась в светофоре. Девочку окликнул жёлтый человек в жёлтой одежде со светофором на футболке. Катя испугалась, огляделась и увидела что она не на улице.

– Здравствуй, меня зовут Женя. Тебе повезло, мне нельзя спасать людей, но скоро Новый год, и я могу один раз нарушить это правило. Мне стало жалко тебя, ведь ты хорошая девочка.

– Здравствуйте, а я Катя.

– Катя, ты хочешь вернуться домой?

– Да! А где я?

– Ты в светофоре, и если хочешь вернуться домой, тебе надо целый день работать моей помощницей – дорожной феей. Один я не справляюсь, перед праздниками все куда-то спешат, – Катя еле сдержалась и чуть не закричала от испуга и удивления, но ответила: «Хорошо».

– Я дам тебе волшебную палочку и шапку-невидимку.

Женя дал Кате палочку в полоску, подозрительно похожую на жезл, который есть у инспектора ГИБДД, и красивую шляпку кремового цвета с сеточкой-вуалью. Катя надела шляпку, взяла палочку и отправилась на дорогу. Она почувствовала лёгкость и даже не успела моргнуть, как уже висела в воздухе. Её никто не замечал из-за волшебной шляпки.

– Я лечу! – обрадовалась Катя и увидела бабушку, которая не могла перейти оживлённую улицу. Катя взмахнула палочкой, и в светофоре Женя поменялся местами с зелёным человечком. Это оказался брат Жени – Захар. Он был одет в зелёную одежду. Захар помахал Кате, и бабушка спокойно перешла дорогу. А через десять минут Катя увидела двух котят, которые сидели под машиной. Они были очень напуганы и замёрзли. Катя махнула палочкой, и время остановилось. Катя подлетела к котяткам, взяла на руки их и отнесла в уютный для животных, где бережно опустила их на мягкую подстилку. Потом взмахнула палочкой – и все снова ожили, загудели машины. Прошло пять часов с начала еёключения.

– Как же я устала и замёрзла! – сказала Катя и тут же увидела мальчика на санках, который выехал на проезжую часть улицы. Ему повезло, что



машин не было. Но когда автомобили появились, Катя своей волшебной палочкой наколдовала круглые красные знаки, на которых были нарисованы белые кирпичи. Мальчик встал, взял санки и побежал во двор.

За остальное время случилось только одно происшествие. Но всё благополучно обошлось и без участия Кати. Катя увидела, что её зовёт Женя. Она взмахнула палочкой – и вновь оказалась в светофоре.

– Привет! – сказал Женя.

– Привет! А теперь можно домой? – спросила Катя.

– Да! Но сначала ты получишь подарок, ведь скоро праздник.

– Я люблю подарки!

Женя опустил руку в карман и начал искать что-то.

– Вот! – Женя достал ключик золотого цвета и отдал его Кате. – Это непростой ключик. С его помощью ты сможешь попасть сюда и в другие светофоры, нужно лишь прикоснуться им к светофору. Нам всегда нужна помощь, приходи в любое время! А сейчас попробуй коснуться ключом стены, и ты окажешься на улице.

Катя попробовала, открыла глаза и увидела, что стоит около светофора, на котором был её друг Женя. Катя помахала ему рукой, дождалась его зелёного брата и перешла на другую сторону улицы.

*Анна Котова, 4 класс.*

*Рисунки Екатерины Быковой*

