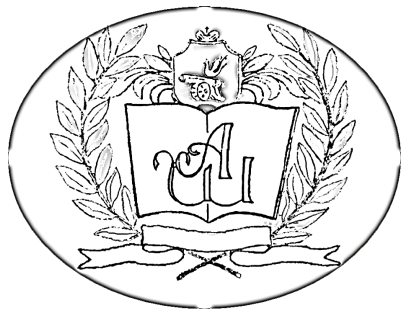




ПЕРЕМЕНКА

ГАЗЕТА АГИБАЛОВСКОЙ СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ ХОЛМ-ЖИРКОВСКОГО РАЙОНА

№ 81 29 июня 2026г.

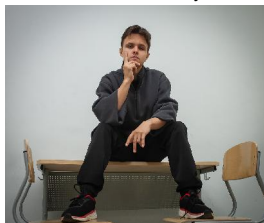
В Ы П У С К Н И К И 2 0 2 6 Г О Д А



Лето для школьников - всегда самое лучшее время: беззаботное, счастливое, свободное: целых три месяца без уроков и учителей! Но для выпускников лето – это экзамены, аттестат и выбор, один из самых важных в жизни – выбор дальнейшего пути. После этого – поступление и учёба в институтах и колледжах, взрослая, самостоятельная жизнь.

Выпускники этого года заканчивают Агибаловскую среднюю и основную школу. И это её последний выпуск: после реорганизации, которая проводится в Смоленской области, Агибаловской школы, как таковой, больше не будет, со следующего года в аттестатах об образовании появится другое название. Так что ребята останутся в истории школы как последние её выпускники.

Из 11 класса в этом году уходят три человека, три юноши. Уже сданы все экзамены, выбраны учебные заведения, куда они будут поступать, осталось только дождаться результатов и получить аттестаты. Из привычного, родного, хорошо знакомого мира школы они уйдут в мир большой, взрослой, немного пугающий. Но ребята к этому готовы, и у них, конечно, всё получится.



Захаров Матвей. Отзывчивый, добрый, улыбчивый, подвижный. Матвей – человек творческий, хорошо рисует. Хотел бы поступить в Смоленскую областную технологическую академию и изучать IT-технологии.

Кремнёв Григорий. Уверенный в себе, насмешливый,

умеющий сопереживать и помогать. Любит мотоциклы, машины, но выбрал профессию, с техникой не связанную. Гриша будет поступать в Смоленский колледж правоохраны и правосудия.



Федоров Михаил. Целеустремлённый, воспитанный, с хорошим чувством юмора. Мише ближе точные науки, он уже давно решил, что будет поступать в Смоленский энергетический институт, и постепенно идёт к своей цели.



Все одиннадцатиклассники умные, трудолюбивые, спортивные, хорошие ребята. Мы не знаем, как сложатся в дальнейшем их судьбы, но эти качества, конечно, помогут им в жизни. Надеемся, что все их мечты сбудутся, все планы реализуются.



Выпускников основной школы двенадцать. Все прошли итоговую аттестацию и готовы к новым свершениям. Каждый из них – это уникальная личность, обладающая своими талантами и способностями.

Безбородов Никита, потрясающий человек, настоящий вихрь энергии и позитива. Он

никогда не сидит на месте: его задор и активность заряжали весь класс на протяжении всех школьных лет. Считает, что главное – найти свое место в жизни, и тогда все вершины будут покорены.



Белкина Анастасия – натура самостоятельная. Она не готова открыться всем и каждому, свои лучшие качества она открывает лишь тем, кому может довериться. Настя достигла высоких результатов в учебе, активно участвовала в школьной жизни, и мы уверены, что впереди её ждут великие достижения.



Гришук Александр – душа компании и просто замечательный человек. Его доброта и отзывчивость сделали школьную жизнь светлее и радостнее. Человек с большим будущим и открытым сердцем. Мы знаем, что он обязательно добьётся больших высот.



Дроздов Владислав не теряет в любой ситуации, это несомненный лидер. Его умение работать в команде и ли-

дерские качества помогут ему достичь успеха в любой сфере жизни. Уверен, что, занимаясь спортом, можно стать не только сильным, но и решительным человеком, способным на важные и рискованные поступки.



Жманков Степан. Спокойный, уравновешенный, ответственный, всегда вежливый и корректный в общении, это о нем говорят, что «слово – серебро, а молчание – золото», именно поэтому он старается говорить только о самом главном. Степа преуспел в точных науках. Мы гордимся его успехами и уверены, что впереди его ждут великие свершения.



Иванов Игорь, без которого невозможно представить наш класс, запомнится всем как удивительно добрый и искренний парень. На протяжении всех школьных лет он создавал вокруг себя атмосферу тепла. Желаем ему сохранить эти прекрасные качества на всём жизненном пути и добиться больших успехов в выбранной профессии!



Полякова Анна. Столько обаяния, позитива таит в себе эта хрупкая девочка, очень скромная, добрая и талантливая. Её общительность, доброта привлекают к себе окружающих. Её креативность и талант не останутся незамеченными в будущем.



Романенко Владислав всегда выделялся в классе своими творческими способностями. Его стремление к знаниям и активное участие в школьных мероприятиях делали его настоящим примером для всех нас. Оригинальные идеи и нестандартное мышление помогут ему достичь успеха в любой сфере жизни.



Стыцук Анастасия обладает твёрдым характером и жизненной силой. Она знает свои слабые и сильные стороны, всегда готова ответить за свои действия и справедливо оценить поступки других людей. Она живет под девизом: "Действовать сегодня и сейчас".

(Продолжение на 2-ой странице)



Ткачук Никита - удивительно светлый, добрый, воспитанный и безотказный человек. Никита — настоящий боец: он не пасует перед трудностями, а видит в них шанс стать сильнее и мудрее. Его готовность идти вперед и добиваться успеха в выбранной сфере вызывает уважение.



Ходченков Иван - большой романтик, считает, что, только занимаясь любимым делом, можно достичь успеха, поэтому не устает искать себя. В будущем мечтает открыть своё дело. Надеемся, что задуманное он обязательно осуществит!

Яковлева Софья обладает таким замечательным качеством, как умение дружить, она поймет и поддержит в нужный момент любого, кто в этом нуждается. Софья точно знает, что, только совершая добрые дела и поступки, можно добиться успехов в любом деле. Вот такие выпускники 2026 года! Всех их ждут новые свершения и новые успехи. Желаем ребятам счастья в новой взрослой жизни.



Выпускники Фёдоров Михаил, Белкина Анастасия, Грищук Александр, Жманков Степан, Романенко Владислав, Ткачук Никита - награждены ГРАМОТАМИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОБЕТА.



Дорогие Выпускники!
Пусть ваш дальнейший путь лежит

Сквозь череду
больших свершений.
Душа от радости дрожит
В прекрасный день
больших решений.
Желаем, чтоб мечты
сбылись,
И горизонты открывались.
Чтобы вы с надеждой
реализовались ввысь,
И люди добрые
встречались!



От всего сердца выпускники 2026 года выражают глубочайшую благодарность Николаю Михайловичу Жманкову и Юрию Михайловичу Зуеву за неоценимую поддержку и финансовую помощь. Ваша вера в нас и Ваша готовность помочь придают нам огромную уверенность в завтрашнем дне и открывают новые горизонты.

Мы искренне ценим Вашу необыкновенную щедрость и желаем Вам крепкого здоровья, неиссякаемой энергии и удачи во всех Ваших начинаниях!

Твой август под звёздами уже близко!



Чувствуешь этот летний вечерний воздух? Он пахнет костром и предвкушением чего-то большого. С 24 по 28 августа Хиславичский округ станет точкой притяжения для сотен единомышленников из России и Беларуси. Мы говорим о фестивале «Соседи»!

Это не просто слёт. Это пять дней, когда палаточный лагерь превращается в настоящий город дружбы. Здесь активные

ребята, их родители и мудрые наставники становятся одной большой командой. Днём мы будем покорять новые вершины (и это не только метафора!), а вечерами — делиться историями у огня под куполом из тысяч звёзд.

Не жди, пока лучшие места займут другие. Стань частью этой легенды!

Подай заявку до 1 августа и забронируй своё место в самом дружном палаточном городе лета: projects.pervue.ru/super-proj...



Каникулы с пользой: летняя подборка конкурсов для юных талантов

Лето — время, когда можно забыть про учебники, отложить тетрадки и просто наслаждаться свободой. Но как сделать так, чтобы отдых был не только весёлым, но и полезным? Конечно же, через вдохновение и новые открытия!

Это отличный способ направить детскую энергию в творческое русло, найти новых друзей и, возможно, открыть в себе скрытые таланты.

Итак, подборка самых актуальных и интересных конкурсов:

- Литературная премия "Глаголица";
- "Шёлковый путь глазами молодёжи";

- творческий конкурс "Право на здоровье";
- конкурс в сфере медиа и журналистики "ШУМ";
- конкурс научного фото и видео "Снимаю науку";
- фотоконкурс "Мама и дети в национальных костюмах";
- конкурс "Читаем всей семьёй";
- фотоконкурс UNESCO;
- "Лучший укрок письма - 2026".

Пусть это лето станет стартовой площадкой для новых побед, временем смелых идей и ярких открытий.

Участие в конкурсах — первый шаг к успеху!

ВЕСТИ ИЗ ДОШКОЛЬНОЙ РАЗНОВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ "СКАЗКА"



Лето пришло, и в детском саду "Сказка" стало еще оживленнее благодаря нашим новым друзьям из "Теремка". Вместе мы отправились в Дом культуры на праздничные мероприятия, посвященные Дню защиты детей и Дню России. Дети с удовольствием участвовали в конкурсах, пели и танцевали, радуясь совместным играм и веселью.

Однако, если говорить о самых насыщенных событиях, то март, безусловно, стал самым ярким месяцем в нашем детском саду.

В начале весны вся страна отмечала Международный Женский День. Наши малышки с любовью готовили подарки для своих мам и бабушек. Диана Данилкович порадовала всех своим выступлением на школьном концерте, посвя-

щенном этому замечательному празднику.



18 марта мы вспоминали важную дату — День воссоединения Крыма с Россией. Этот день стал символом единства и сплоченности нашей нации, историческим событием для всей страны. Чтобы привить детям чувство патриотизма, а также уважение к истории, в нашем саду прошли тематические мероприятия. Мы провели беседу о Крыме, его истории, природе и достопримечательностях. Дети с интересом знакомились с символикой Крыма и России, изучали флаг и герб, а также создали аппликацию крымского флага и рассмотрели альбом "Крым и Россия едины". Эта дата напоминает нам о силе

духа и мужестве нашего народа, давая повод гордиться нашей Родиной и восстановлением исторической справедливости.

С 23 по 25 марта мы отмечали Международный День Театра. Целью этих дней было нравственное воспитание детей, формирование культурных ценностей и развитие их творческих способностей. Театральная деятельность подарила малышам радость, развила воображение, инициативу и самостоятельность в создании сценических образов.



31 марта мы отпраздновали день рождения Корнея Ивановича Чуковского, любимого детского писателя. Его сказки знакомы каждому, а герои продолжают покорять сердца детей. В честь этого события мы организовали книжную выс-

тавку, поговорили с ребятами об авторе, вспомнили его персонажей, отгадали загадки и поиграли в игры по мотивам его произведений. Дети с удовольствием рассматривали иллюстрации к любимым сказкам. Произведения Чуковского учат дружбе, бережному отношению к вещам и аккуратности, и, конечно же, очень нравятся нашим воспитанникам.

В марте ребята также занимались творчеством, узнавая много нового о зимующих и перелетных птицах. Они рисовали и лепили их из пластилина.



А еще в этом месяце наши воспитанники вместе с учителями начальной школы провели увлекательное исследование в "фруктовой лаборатории". Мы решили выяснить,

почему разрезанное яблоко быстро темнеет и как замедлить этот процесс. Для эксперимента нам понадобились яблоко, нож, тарелки, вода, лимонный сок, сахар и соль. Мы разрезали яблоко на дольки, одну оставили без обработки, а остальные — обработали по-разному: лимонным соком, водой, сахарным раствором и соевым раствором. Наблюдая за дольками в течение 20 минут, мы сделали выводы. Оказалось, что лимонный сок лучше всего сохраняет свежесть яблока, так как лимонная кислота препятствует окислению. Соль также показала хорошие результаты, заняв второе место.

Первый весенний месяц прошел для наших детей интересно и весело!

Ефременкова Л.С.



ИТОГИ 2025/2026 УЧЕБНОГО ГОДА

Завершился 2025/2026 учебный год.

Среди наших учеников есть те, кто продемонстрировал выдающиеся успехи, завершив год на "отлично". Это: Козлова Мария, Михайлова Мирослава, Петрикова Валерия, Янковский Арсений, Матвеев Артём, Иванова Алиса, Асилбекян Мэри, Боченкова Ульяна, Паю Софья, Гореленкова Варвара, Кудрявцев Егор, Чевплянская Вероника, Смирнова Дарья.

На «хорошо» и «отлично» окончили год: Мурашёв Сергей (1 класс), Поляков Артём (1 класс), Шанина Анастасия (2 класс), Кудрявцева Злата (3 класс), Кулаковский Михаил (3 класс), Бойко Ангелина (4 класс), Большаков Алексей (5 класс), Карпова Дарья (5 класс), Сигачёв Сергей (5 класс), Яковлев Тимофей (5 класс), Бойков Виктор (6 класс), Яхязеде Шабнам (6 класс), Попова Алёна (7 класс), Савельев Николай (7 класс), Сигачёв Александр (7 класс), Глебова Ирина (8 класс), Ильенко Георгий (8 класс), Воробьева Виктория (10 класс), Майдан Валерия (10 класс), Рогожина Диана (10 класс).



Козлова Мария, 1 класс



Михайлова Мирослава, 1 класс



Петрикова Валерия, 2 класс



Янковский Арсений, 3 класс



Матвеев Артём, 4 класс



Иванова Алиса, 5 класс



Асилбекян Мэри, 7 класс



Боченкова Ульяна, 7 класс



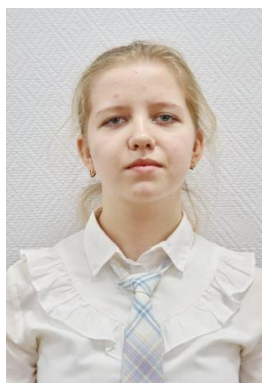
Паю Софья, 7 класс



Гореленкова Варвара, 8 класс



Кудрявцев Егор, 8 класс



Чевплянская Вероника, 8 класс



Смирнова Дарья, 10 класс

Все ученики, окончившие учебный год на «отлично» и «хорошо и отлично», награждены ГРАМОТАМИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОВЕТА и ГРАМОТАМИ АДМИНИСТРАЦИИ. Поздравляем всех с завершением учебного года и желаем дальнейших достижений! Молодцы! До встречи в новом учебном году!

НОВОСТИ МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ



Во исполнение пункта 6 Перечня федеральных мероприятий, направленных на обеспечение информационной безопасности детей, производство информационной продукции для детей и оборот информационной продукции, на 2022 - 2027 годы, Автономная некоммерческая организация «Агентство поддержки государственных инициатив» со-

вместно с Минцифры России и Минпросвещения России осуществляет реализацию всероссийского проекта «Сетевичок» (www.setevichok.rf). «Сетевичок» — это образовательная платформа по развитию цифровой грамотности. В проекте объединены курсы, задания, олимпиады, аналитика результатов и инструменты сопровождения учеников в едином личном кабинете.

В рамках проекта для детей, родителей и педагогов организованы бесплатные дистанционные мероприятия, включающие конкурс по цифровой грамотности, обучающие и просветительские курсы. Матери-

алы и образовательные возможности проекта доступны в том числе во время летних каникул. Их можно использовать для организации содержательного, полезного и безопасного досуга детей и подростков, развитию их цифровых компетенций, повышению уровня информационной культуры.

Выбрать подходящий курс можно в каталоге активностей <https://setevichok.rf/catalog>.

Проект «Сетевичок» является значимой частью системной работы по профилактике рисков, связанных с использованием сети Интернет, пре-

дупреждению вовлечения несовершеннолетних в противоправную деятельность, распространению позитивных моделей цифрового поведения и формированию у обучающихся устойчивых навыков безопасного взаимодействия в информационном пространстве.

Сайт проекта регулярно обновляется, там появляются новые образовательные материалы, тематические разделы и специальные проекты. Это позволяет еще более эффективно решать задачи профилактики интернет-угроз и повышения уровня цифровой культуры. Проект продолжает совершенствоваться, предлагая ак-

туальные решения в сфере цифровой безопасности и образования.

Проект «Сетевичок» реализует Автономная некоммерческая организация «Агентство поддержки государственных инициатив» совместно с Минцифры России и Минпросвещения России.

Участие во всех мероприятиях проекта осуществляется на безвозмездной основе и доступно в дистанционном формате на сайте www.setevichok.rf.

Официальный сайт проекта: <https://setevichok.rf/?ysclid=mpoqws9q3l277480698>

Наши поздравления



Поздравляем учеников, которые отметили свои дни рождения во втором полугодии 2025-2026 учебном году!

Воробьева Виктория (01.01)
Шинкоренко Софья (12.01)
Султанов Руслан (08.01)
Стыцок Анастасия (12.01)
Кондрашов Михаил (16.01)
Большаков Алексей (19.01)
Смирнова Юлия (23.01)
Кудрявцев Егор (24.01)
Ткачук Никита (26.01)
Шанин Алексей (29.01)
Безбородов Никита (02.02)
Иванов Степан (05.02)
Петрикова Валерия (18.02)
Романенко Владислав

(21.02)
Камовников Михаил (01.03)
Петров Александр (08.03)
Чулкистова Софья (10.03)
Яковлев Тимофей (10.03)
Белкин Илья (12.03)
Яковлева Софья (19.03)
Бойков Виктор (28.03)
Ковач Марианна (07.04)
Чевлянская Вероника (09.04)

Карпова Дарья (11.04)
Козлова Мария (26.04)
Епифанова Ева (04.05)
Белкина Анастасия (05.05)
Корпушенков Егор (06.05)
Ларина Наргиза (08.05)
Кремнев Григорий (08.05)
Мурашев Сергей (10.05)
Смирнова Дарья (14.05)
Янковский Арсений (20.05)
Роденков Николай (22.05)
Матвеев Артём (23.05)
Савельев Николай (01.06)
Бойко Ангелина (02.06)
Полякова Анна (15.06)
Озеров Егор (15.06)



Дни рождения в это же время отметили работники школы.

Васильева Н.В. (05.01)
Римш Л.А. (21.01)
Шинкоренко Л.В. (24.01)
Ипполитова Т.В. (02.02)
Носова И.Н. (25.02)
Лескова Т.А. (29.02)
Позднякова В.А. (11.03)
Янковская А.А. (23.04)
Смирнова Н.В. (30.05)
Раджабов Э.А. (22.05)
Муравьева Е.И. (15.05)

Желаем солнечного света, Гостей за праздничным столом! Пусть будет ваша жизнь согрета Любовью, радостью, теплом!

ТРЕВОГА У ПОДРОСТКОВ: КАК ПОДДЕРЖАТЬ РЕБЁНКА В ТРУДНЫЙ ПЕРИОД



Кажется, совсем недавно ваш ребёнок был беззаботным малышом, который искренне радовался каждому новому дню. Но вот он уже подросток, и вместо безоблачных улыбок вы всё чаще видите перед собой нахмуренное лицо, слышите закрытые двери и не понимаете, почему он вдруг перестал делиться с вами своими переживаниями. Подростковый возраст — это как американские горки: вчера всё было хорошо, а сегодня всё рушится, и никакие советы не помогают. А если к этим эмоциональным качелям добавляется тревога, то ситуация может стать ещё более сложной.

По данным психологических исследований уровень тревожности у подростков часто повышается в возрасте 12–17 лет. Это связано с учебной нагрузкой, ожиданиями родителей, поиском своего места в обществе и переживаниями из-за будущего. В умеренной форме тревога помогает человеку быть внимательнее и осторожнее. Однако повышенная тревожность у подростка может мешать учёбе, общению и эмоциональному развитию.

Что такое тревога у подростков? Тревога — это не просто чувство волнения перед контрольной или выступлением на школьной сцене. Это постоянное, изматывающее состояние, когда кажется, что даже самые обычные вещи могут пойти не так. Подростки особенно уязвимы перед тревожными расстройствами, потому что в этом возрасте жизнь меняется стремительно.

Как проявляется подростковая тревога?

Тревога у подростков может маскироваться под обычные повседневные проблемы. Вот несколько признаков, которые могут указывать на наличие тревожного расстройства:

- Изменение привычек сна и питания. Ваш подросток вдруг стал засиживаться до поздней ночи или, наоборот, спать по 14 часов? Он перестал есть свою любимую пищу или, наоборот, ест всё подряд? Всё это может указывать на внутреннее беспокойство.
- Замкнутость. Если ребёнок, который раньше постоянно рассказывал вам про свои

школьные приключения, вдруг замкнулся в себе, это тревожный сигнал.

- Необоснованные страхи. Страх перед будущим, боязнь неудачи, беспокойство по мелочам — всё это может указывать на то, что ваш ребёнок испытывает тревогу.

- Проблемы с концентрацией. Тревожные мысли могут мешать сосредоточиться на учёбе. Если раньше ваш подросток справлялся с домашними заданиями, а теперь не может сосредоточиться на них даже на 10 минут, это повод обратить внимание.

- Панические атаки. Это крайний случай проявления тревожного расстройства, когда ребёнок испытывает сильное чувство страха, которое сопровождается учащённым сердцебиением, потливостью и ощущением нехватки воздуха.

Почему подростки тревожатся?

Когда мы говорим о тревоге у подростков, важно понимать, что это не просто подростковая «драма» или временные капризы. Причины тревоги могут быть множеством, и они кажутся подросткам по-настоящему серьёзными:

- Учёба и экзамены. Постоянное давление со стороны школы может вызывать чувство, что любая ошибка — это конец света. Помните, как вы нервничали перед экзаменами в школе? А теперь представьте, что ваш ребёнок чувствует это каждый день.

- Социальные сети. Подростки живут в мире, где социальные сети играют огромную роль. Постоянные сравнения с другими, давление быть «идеальным» и страх упустить что-то важное. Это всё может стать источником постоянной тревоги.

- Отношения с друзьями и сверстниками. В подростковом возрасте дружба и отношения играют ключевую роль. Любая ссора с другом или неудача в отношениях может восприниматься как катастрофа.

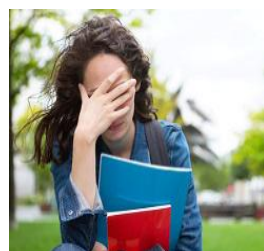
- Будущее. Подростки могут беспокоиться о том, кем они станут, какую профессию выберут, какие экзамены сдавать. И хотя для взрослых такие вопросы кажутся далёкими, для подростков они могут быть источником постоянного стресса. Представьте, что вам в 15 лет нужно было бы определить всю свою дальнейшую жизнь. Мало кто в таком возрасте готов с этим справиться без тревоги.

- Ожидания общества и родителей. «Ты должен стать успешным!», «Тебе нужно хорошо учиться!», «Ты обязан добиться высот!» — даже если вы не говорите это напрямую,

подростки могут воспринимать ваши ожидания как давление. Им кажется, что они должны соответствовать каким-то стандартам, и любая ошибка может разрушить их будущее.

Как поддержать подростка в трудный период?

Повышенная тревожность у подростка требует внимания со стороны родителей. Важно не игнорировать переживания ребёнка и не обесценивать его эмоции. Подростковый возраст связан с большим количеством внутренних изменений, поэтому поддержка взрослых играет ключевую роль. Психологи отмечают, что спокойная и внимательная позиция родителей помогает подростку постепенно научиться справляться с тревогой.



Поддерживайте открытый разговор. Подростку важно чувствовать, что он может говорить о своих переживаниях без страха быть осмеянным или осуждённым. Родителям стоит чаще интересоваться его настроением, спрашивать о событиях в школе и отношениях со сверстниками. При этом важно не давить и не требовать немедленных откровений, а создать атмосферу доверия. Иногда подростки не готовы сразу рассказывать о своих переживаниях. В таких случаях лучше проявлять терпение и показывать, что вы готовы выслушать, когда ребёнок сам захочет поделиться.

Не обесценивайте переживания ребёнка. Фразы вроде «не переживай из-за ерунды», «это всё пустяки» или «у других проблемы серьёзнее» могут усилить тревожность. Подросток начинает чувствовать, что его эмоции не понимают или считают неважными. Лучше показать, что вы понимаете его чувства, например, сказать, что подобные переживания действительно могут быть сложными. Поддержка и признание эмоций помогают подростку легче справляться со стрессом.

Помогайте снижать уровень стресса. Иногда тревожность усиливается из-за перегрузки. Если у подростка слишком плотный график — школа, дополнительные занятия, кружки, — стоит оценить, не слишком ли много на него возложено. Полезно под-

держивать баланс между учёбой, отдыхом и свободным временем. Физическая активность, прогулки, хобби и общение с друзьями помогают снизить уровень напряжения и восстановить эмоциональные ресурсы.

Поддерживайте самооценку подростка. Подростки часто переживают из-за ошибок, проигрышей и неудач. Родителям важно показывать, что ценность ребёнка не зависит только от оценок или достижений. Поддержка, внимание к усилиям и искренние слова одобрения помогают формировать более устойчивую самооценку. Если подросток видит, что родители замечают его старания, ему легче воспринимать трудности как временные и не делать из них катастрофу.

Если тревожность становится слишком сильной и начинает мешать учёбе, общению или повседневной жизни, стоит обратиться к психологу или психотерапевту. Специалист может помочь подростку разобраться в причинах тревоги и научить его способам справляться со стрессом. Ранняя помощь позволяет предотвратить усиление тревожности и помогает подростку быстрее восстановить эмоциональное равновесие.

ГАЗЕТА АГИБАЛОВСКОЙ
СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВА-
ТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ ХОЛМ-
ЖИРКОВСКОГО РАЙОНА

«ПЕРЕМЕНКА»

УЧРЕДИТЕЛИ:

Педагогический совет, Совет старших классников, детская организация «Радуга» Агибаловской средней общеобразовательной школы Холм-Жирковского района Смоленской области.

Редакционная коллегия:

Белкина Анастасия -
выпускница 9 класса
Бойков Виктор - ученик 7 класса
Васильева Н.В. -
заместитель директора
по воспитательной работе
Глебова Ирина -
ученица 9 класса
Ефременкова Л.С. -
учитель немецкого языка
Иванова Алиса -
ученица 6 класса
Майдан Валерия -
ученица 11 класса
Попова Алёна - ученица 8 класса

Газета учреждена на педагогическом совете Агибаловской средней школы 18 мая 2006 года

Газета выходит один раз в учебную четверть

Газета отпечатана в компьютерном классе Агибаловской средней школы
E-mail: agib-sk@mail.ru
Сайт школы:
www.agib-sk.narod.ru

Тираж - 100 экземпляров