

Полярная Звезда



№ 9 2016г

**Полярная
Звезда**
периодический
журнал

**Печатный орган
научного общества
учащихся «Поиск»
Верхнетуломской СОШ**

**Выпуск № 9
Октябрь 2016 года**

СОДЕРЖАНИЕ

Говорят старшие

Бирюкова Д.Ф. Самое главное – это уметь наблюдать.....5

Наукоград

Иванов А. Туристско-рекреационная тропа в поселке Верхнетуломский.....7

Визави

Митюк О. Скромность, старательность, доброта и честность.....20

Перекресток

Российское движение школьников: перспективы.....21

Профилактика гриппа.....28

Уголок эрудита

Кроссворд: Инженерный.....30

Журнал «Полярная звезда» – некоммерческое периодическое издание научного общества учащихся «Поиск» Верхнетуломской СОШ.

Журнал основан в 2014 году.

Редколлегия журнала:

Главный редактор – Хомечко Игорь Иванович, руководитель НОУ «Поиск», учитель истории Верхнетуломской СОШ.

Редакционный совет:

Воробьева Полина, секретарь НОУ «Поиск», ученица 11 класса ВСОШ.

Митюк Оксана, ученица 10 класса ВСОШ.

Зайцева Ксения, ученица 10 класса ВСОШ.

Сидорова Анастасия, ученица 10 класса ВСОШ.

Кравчук Анастасия, ученица 9 класса ВСОШ.

Веселов Александр, ученик 9 класса ВСОШ.

Адрес редакции: 184374, Мурманская область, Кольский район, п.г.т. Верхнетуломский, ул. Кокшарова, 1, МОУ Верхнетуломская СОШ.

E-mail: poliarnajazvezda@yandex.ru

Говорят старшие



Бирюкова Дарья Федоровна

**«Самое главное – это уметь
наблюдать»**

– Дарья Федоровна, мы знаем, что при нашей школе есть теплица, которой вы уделяете немало времени как учитель биологии. Посвятите нас в тайны теплицы – что там выращивается, что планируется выращивать?

– Как учитель биологии я там совсем немного провожу практических работ, в основном как учитель дополнительного образования: у нас там проходит кружок юный эколог и растениевод. Работаем мы четыре часа в неделю, приглашаем всех желающих, планируем свою работу с детьми - кружковую работу. Выращиваем мы в основном, конечно, и культурные домашние растения, вернее комнатные растения, основной упор у нас делается на выращивании рассады с апреля месяца по конец мая, потому что по отключению тепла во всем поселке, теплица тоже перестает отапливаться, и становится сложнее сохранить растения. Конечно, если лето теплое, то очень хорошо, а если нет, то температуры такие же как на улице и, к сожалению, за июнь-август очень много у нас теряется. А когда жара надо ходить, поливать. В общем, проблем с теплицей у нас много, но, тем не менее, справляемся. Дети очень любят почему-то выращивать лук зеленый, то есть каждый приносит по луковице, сажают, но в основном не конкретными посадками мы занимаемся, а ставим опыты. Опыты на недостаток освещения, недостаток воды, на наличие минеральных веществ, которые мы добавляем в почву и прочее. Последний такой опыт, который мы проводили – пытались вырастить георгины, чтобы посмотреть, будут ли они расти круглый год. Георгины растут, но быстро израстаются и листочки мельчают.

– Расскажите нам, пожалуйста, о самом интересном случае во время Вашей педагогической практики.

– Моя педагогическая практика составляет уже больше двадцати лет и каждый день новый интересный случай. Нет, я даже не знаю, какой самый интересный случай? Вот помню, в классе Людмилы Федоровны были одни мальчишки, и мы тогда сдавали географию. Экзамен по географии был тогда в десятом классе: сдавали выпускной экзамен на год раньше, потому что географию заканчивали в десятом классе. А мальчишки сами по себе немногословны, они никогда раньше меня своими устными ответами не баловали, но

все выбрали географию, как предмет для сдачи, а она тогда подразумевала устные ответы, и я очень переживала за экзамен, как они его будут сдавать. Они должны были защитить свои рефераты, предоставленные на экзамен. Рефераты в основном брали по странам, у каждого была своя интересная страна. Очень интересные были рефераты, но я очень боялась, как они будут защищать их, потому что мне казалось почему-то, что мальчишки немногословны, сухо, безэмоционально скажут «да», «нет», на вопросы комиссии, могут не ответить. Но я настолько была поражена их ответами! Это было очень яркое впечатление, потому что я сидела, шокированная, от приятного удивления. Вот запомнился этот случай. А так... дети же все разные, случаев много, но их не запоминаешь, они помнятся, пока связываешь их с определенными людьми.

– Какие качества необходимы ученикам для успешного освоения биологии, географии?

– Два основных метода в изучении географии, как и биологии: наблюдение и эксперимент, хотя, география добавляет нам еще описание. Так вот я и думаю, что эти качества должны быть развиты у человека для успешного освоения биологии и географии, как наук. Самое главное – это уметь наблюдать и потом это уметь рассказать. Это мое мнение. Конечно, всегда очень приветствуется умение активно выражать свое мнение, опираясь на тот материал, который уже изучен, научный и теоретический, то есть на какие-то основы. Это трудно, не всегда это получается, особенно у детей младшего возраста, они больше идут на эмоциях, но дети 10-11 классов это умение уже приобретают.

– В наш век компьютерных технологий и дистанционного образования насколько необходим ученикам живой учитель?

– Мы же социальные объекты, то есть, жить без живого общения, даже в компьютерный век технологий и дистанционного обучения, без живого человека, мне кажется, нельзя. Что такое учитель? Учитель не должен вбивать какие-то конкретные знания, основная миссия учителя – это учить учиться, учить, как и где найти знания, учить умению добывать их. Основная задача учителя – направлять. Даже в наш век компьютерных технологий роль учителя очень важна. Классический пример, представьте себе, как можно ребенка оставить одного? Нельзя. Все равно должен быть взрослый человек, который наблюдает, направляет, как-то помогает, продвигает. Так и учитель с классом. Самостоятельное обучение невозможно, хотя самообразование – одна из великих вещей, человек должен заниматься самообразованием, но все равно роль учителя должна быть здесь, как взрослого человека в примере с ребенком. Всегда должен быть человек, который поможет, подскажет, скоординирует.

– Остается ли у вас время на хобби? Если да, то – на какое?

– Да, хобби у меня есть. Точнее, даже два хобби. Первое – это пение в хоре, я хожу и занимаюсь этим в доме культуры, в составе «Северных узоров». Вообще, поем мы и современные, популярные песни и народные песни. А второе хобби – это читать. Я люблю читать, читаю все подряд, но вот на чтение, к несчастью, времени не хватает, потому что читаю лишь во время каникул, ночами, если нет конкретной подготовки к урокам. Но читаю все. В настоящее время мне очень нравится перечитывать классику. Я сама была очень удивлена этому, может, потому что в школе это пролетает как-то мимо, может из-за возраста, не тот еще, не дорастаешь до тех классических произведений, а теперь когда читаешь какое-то произведение классики, с точки зрения своего возраста, зрелых мыслей, каких-то умозаключений жизненных, совершенно по-другому все воспринимается. Вот в этом году я летом с удовольствием прочитала, не думала даже, что мне так понравится, «Детские годы Багрова-внука» с первой книжки, о которой я даже не знала. Нашла более полную версию книги, узнала, что есть вступительная часть, там предыстория их семьи. Лежала у нас дома, а тут решила почитать и очень понравилось. До игры на музыкальном инструменте – на пианино у меня дело не доходит, не могу назвать это своим хобби, потому что времени почти не остается.

Беседовала Оксана Митюк

Научкоград



Иванов Алексей

«Туристско-рекреационная тропа в поселке Верхнетуломский»

В последнее время пешеходный туризм набирает обороты и становится всё более распространённым среди любителей активного вида отдыха. Происходит это по причине усталости людей от городской суеты, переполненных пляжей и длительных перелетов в другие страны. Именно поэтому люди ищут способы уйти в отрыв от цивилизации, стать ближе к природе.

Пешеходный туризм на Кольском полуострове – один из лучших вариантов активного туризма, так как не требует особой физической подготовки и по силам каждому желающему – будь то пенсионер или ребенок.

Туристско-рекреационная тропа в посёлке Верхнетуломский – перспективное направление для пешего туризма в Мурманской области. Сочетание удивительных природных ландшафтов и простоты пешего похода дают в совокупности уникальный тур, который будет доступен каждому желающему.

Объект исследования – туристско-рекреационные тропы Кольского полуострова.

Предмет исследования – туристско-рекреационная тропа в поселке Верхнетуломский.

Цель работы: разработка уникального маршрута в поселке Верхнетуломский.

Задачи:

1. Изучить состояние сферы пешего туризма на Кольском полуострове.
2. Проанализировать перспективы развития посёлка Верхнетуломский как объекта туристской индустрии.
3. Рассмотреть возможность создания туристско-рекреационной тропы в поселке Верхнетуломский.

Методы исследования: анализ литературных источников, метод наблюдения, картографический метод.

Глава 1. Пеший туризм

Существует несколько определений пешего туризма. Одно из них гласит, что пеший туризм – это вид спортивного туризма, основной целью которого является преодоление группой маршрута по слабопересеченной местности. В другом говорится, что пеший туризм – это специальные категорийные походы, маршруты которых прокладываются по равнине или в предгорьях, невысоких горах, практически в любых районах.

Так же пеший туризм трактуется как трекинг, что в переводе с английского языка означает пешие походы по пересеченной местности без специальной подготовки участников. Однако для любителей активного отдыха трекинг – это не просто движение по маршруту, это насыщенный в познавательном плане поход, во время которого происходит знакомство с памятниками природы и историческим наследием какого-либо края. Пешие походы – уникальная возможность увидеть свою страну изнутри с ее тысячелетней культурой и традициями, вдали от суеты и смога мегаполисов.

Трекинг очень лоялен. Каждый физически здоровый человек от подростка до пенсионера сможет осилить большинство пеших туров. Кому-то для преодоления такого похода понадобится один день, кому-то несколько.

Время переходов за день обычно варьируется от 5 до 7 часов. День трекинга безусловно полон событий и новых ощущений. Неудивительно, что в последнее время к пешим походам активно увеличился интерес, и люди, насладившиеся пляжами известных курортов, всё больше предпочитают именно трекинговые походы. Горные склоны, бурные реки, озера, восхождения на перевалы... Наверное, все это стоит того, чтобы отправиться в трекинговый поход.

Кольский полуостров имеет давнюю и устойчивую репутацию интересного района для горного туризма и трекинга. На его карте почти не осталось белых пятен. Путешественники пересекают его во всех направлениях, маршруты проходят в районах, считавшихся ранее недоступными. Кольский полуостров представляет интерес для всех групп туристов: дайверов, любителей горнолыжного туризма, экологического туризма, и конечно, для тех, кто занимается трекингом.

Для последних наибольший интерес представляет горный массив Хибин, расположенный в западной части полуострова. Восхождение на перевалы и на горы пользуется большим интересом не только у местных жителей, но и у туристов практически со всей России.

Таким образом, пеший туризм, имея ряд несомненных преимуществ, постепенно завоевывает авторитет у людей и пользуется всё большей популярностью. Кольский полуостров – одно из уникальных мест России, где пеший туризм может быть доступен любому желающему.

Глава 2. Туристско-рекреационные тропы Кольского полуострова.

Большая часть Кольского полуострова омывается Баренцевым и Белым морями. Протяженность с запада на восток – около 600 км, с севера на юг – около 300 км.

Эта древняя суша создана в докембрийский период, то есть два миллиарда лет назад. В основании обширного Балтийского щита лежат граниты, гнейсы и другие твердые горные породы. За историю своего существования они подвергались разрушениям, разломам, подвижкам. Самыми последними из этих процессов были оледенения и движения ледников. Так складывалось нынешнее «лицо» Кольского полуострова.

Туристу необходимо знать лишь основные физико-географические характеристики Кольского полуострова – то, что касается, главным образом, походов и связанных с ними требований.

Территорию Мурманской области можно разделить на два хорошо выделенных района – горный и равнинный.



Горный район протянулся от границы с Финляндией на восток через всю область: Рослим, Туадаш, Сальные, Волчьи, Монче-, Хибинские, Ловозерские тундры. Высота горных тундр 900-1000 м. Самые высокие – Хибины с вершиной Ферсмана. Этот горный пояс является водоразделом Баренцева и Белого морей. Другая особенность горных тундр – плоские, столообразные вершины и крутые склоны, прорезанные многочисленными ручьями и речками. Они однотипны, поэтому при беглом осмотре их легко спутать друг с другом и неправильно сориентироваться.

В центре полуострова расположена большая болотистая низина, по которой протекает самая крупная река области – Поной (425 км).

К югу от горного пояса – лесная низменность с долинами рек Умбы, Варзуги, Стрельны. К северу от него – низкогорный рельеф, небольшие возвышенности, протянувшиеся полосой по всему северному побережью полуострова. Это зоны тундры и лесотундры, с бедной растительностью и глубокими долинами рек Западной Лицы, Титовки, Териберки, имеющими, как правило, меридиональное направление. Здесь, к западу от реки Колы, расположена Туломо-Нотоозерская впадина с обширным Верхне-Туломским водохранилищем, вторым по величине водоемом Мурманской области после озера Имандра. Реки бурны, каменисты и почти не используются для сплава. Основное питание рек – атмосферные осадки: талый снег и дожди; вода маломинерализована, холодна и прозрачна.

Климат Кольского полуострова своеобразен, что определяется географическим положением, влиянием ветви теплого атлантического течения Гольфстрим и близостью Арктики, «снабжающей» полуостров холодными воздушными массами и штормовыми северными ветрами.

В ноябре-январе на полуострове царит полярная ночь, в июне – августе полярный день. Эта особенность важна для туристов: она влияет на график и сроки движения в летних пеших походах.

Такой богатый природный потенциал Кольского полуострова делает пеший туризм одним из наиболее приятных видов активного отдыха. Путешествие в выходной день в окрестности крупных городов или поселков может доставить удовольствия ничуть не меньше, чем прославленные вояжи на Черноморское побережье. Какие же существуют варианты пеших маршрутов на Кольском полуострове?

Поблизости от города Мурманск, к востоку и западу от Кольского залива – типичная лесотундровая зона. Невысокие каменистые сопки; на склонах их мелкий кустарник, упругий ковер из ерника, черники, вороники; ближе к вершинам – ягель, мхи, лишайники. Зимой на этих склонах можно проводить лыжные соревнования или совершать прогулки.

В низинах – березовое криволесье. Чистые ручьи, густой травянистый покров – идеально для любителей велосипедных прогулок, трекинга и простого пикника.

К югу от города Кола, вдоль железной дороги и шоссе – хвойно-лиственные леса. Разнообразный рельеф, множество озер, ручьев, обилие грибов и ягод создают отличные условия для пешего похода.

Рассмотрим несколько вариантов однодневных походов без ночлега в пределах окрестностей города Мурманска различной протяженности и сложности.

1. Город Мурманск – поселок Мурмаши – совхоз «Тулома» и обратно (летний экскурсионный маршрут).

Между Мурманском и Мурмашами регулярно, в среднем каждые полчаса, курсирует комфортабельный автобус. Дорога проходит по правому берегу реки Тулома – по холмам, покрытым смешанным редколесьем. Здесь – зона тундры. Поездка занимает 45 минут.

Из Мурмашей экскурсионный автобус идет по левому берегу реки Тулома до поселка Причальный. Отсюда до совхоза «Тулома» – конечной точки маршрута – два километра по лесной дороге. Этот отрезок пути лучше всего пройти пешком.

По возвращении в Мурманск целесообразно сделать остановку на шестом километре от Мурмашей. С вершины сопки открывается широкая панорама на реку Тулома – от ГЭС

до Кольского залива. В завершение экскурсии можно также посетить город Колу – древний город, основанный пятьсот с лишним лет назад.

2. Город Мурманск – озеро Рогозеро – озеро Скалистое и обратно. Протяженность маршрута 8-10 км. Этот маршрут идеально подходит и для летних, и для зимних походов.



Начинается он от Больничного городка. Путь лежит на Рогозеро, расположенное в 2,5 км к востоку от города.

Летом здесь все покрыто зеленью. На сопках – березы, рябины, ольха, полярные ивы, разноцветные мхи и лишайники. В низинах – ели, можжевельник, пряный багульник. По берегам небольших озер и ручьев, окружающих Рогозеро, много ровных полей, удобных для пикника или привала. С юга к Рогозеру примыкает узкое озеро Скалистое. Оно действительно окружено живописными скалами. С Рогозером его связывает ручей, который течет по глубокой расщелине.

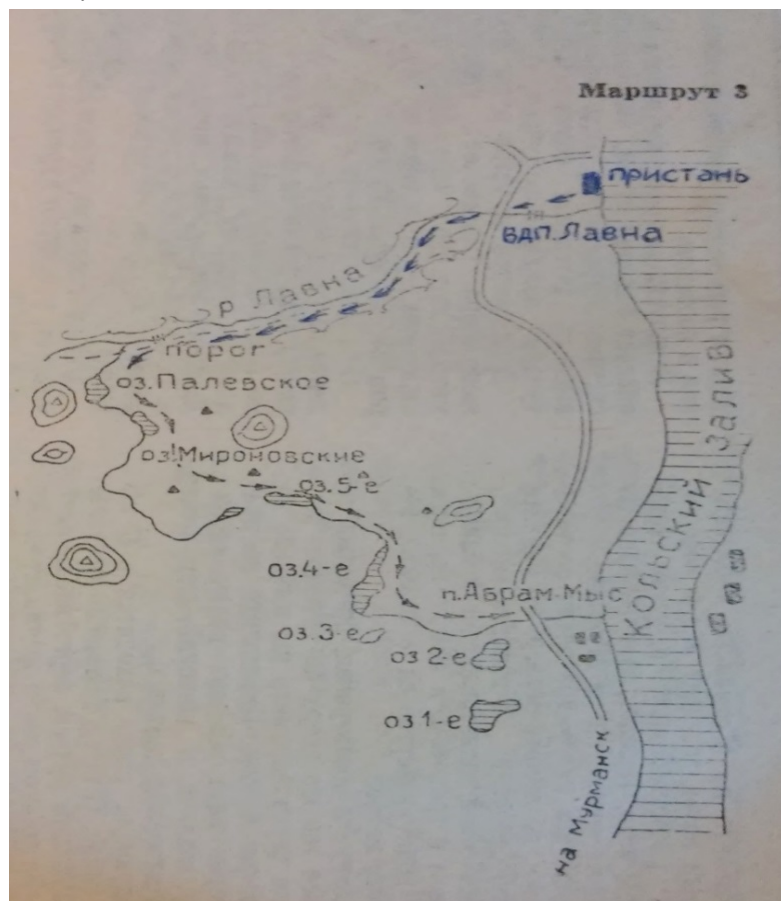
Телевизионная вышка на сопке Варничной – хороший ориентир, по нему всегда можно выбрать верный путь.

3. Город Мурманск – река Лавна – озера Мироновские – поселок Абрам-Мыс – город Мурманск. Протяженность 20-22 км.

По этому маршруту лучше всего ходить весной, в мае, в период «большой воды» на реке Лавна. Рейсовый катер доставит в поселок Лавну, расположенный в устье одноименной реки. Этот поселок – одно из старейших поселений в Мурманской области.

Пройдя два километра вверх по течению реки, по левому берегу будет расположен большой водопад. В паводок он представляет собой захватывающее зрелище – с шумом, грохотом и мириадами брызг, вода низвергается с высоты нескольких метров.

Продолжая двигаться вверх по течению, менее через километр, можно обнаружить шоссейную дорогу, по которой можно перейти на правый берег реки, откуда виден удивительно гладкий и широкий слив реки с искусственной плотиной.



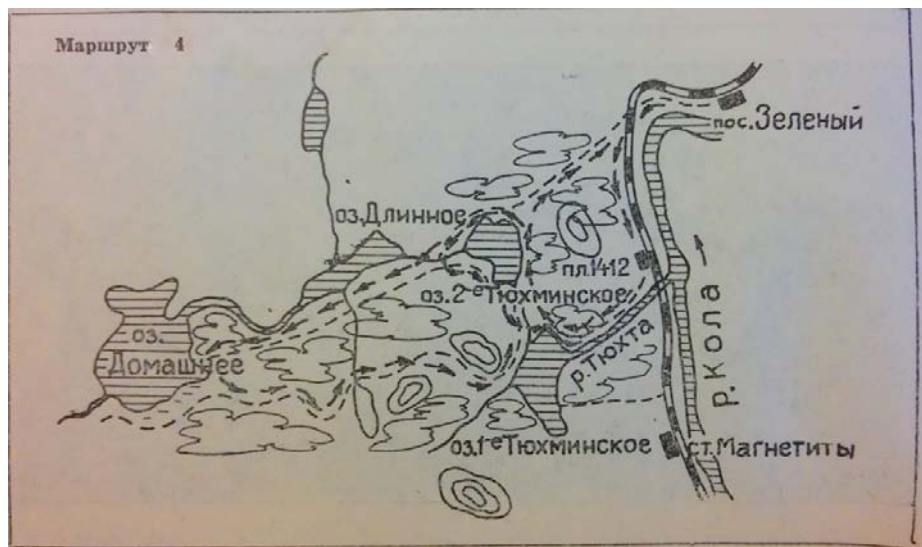
Следующий порог находится в 8 км выше слива. К нему ведет небольшая тропа. За порогом она сворачивает на левый берег Лавны. Здесь, у порога в лиственном редколесье, можно сделать привал. В полукилометре выше порога в реку впадает большой ручей, вытекающий из системы Мироновских озер. Ориентир – высокая двуглавая сопка, лежащая за ручьем.

Через километр от устья ручья начинается цепь Мироновских озер. От последнего следует повернуть на северо-восток, и двигаясь вдоль новой системы озер, выйти на шоссейную дорогу, а затем к Абрам-Мысу. Между поселком Абрам-Мыс и Мурманском регулярно курсирует автобус и пассажирский катер.

4. Город Мурманск – поселок Зеленый – озера Тюхминские – платформа 1412 км – город Мурманск. Протяженность маршрута 10 км.

Этот маршрут подходит для тех, кто отправляется в поход с детьми младшего возраста.

От Мурманска на электричке можно добраться до поселка Зеленый. Оттуда, спустя 2 км вдоль железной дороги, круто поворачивающей на юг, можно обнаружить тропу, ведущую на запад от озера Второго Тюхминского. Тропа лежит в распадке между двумя сопками, сред негустого смешанного леса и огибает озеро с



запада по болотистой низине. Восточный берег озера с примыкающим к нему склоном соседней сопки сухой. По этой стороне можно сориентироваться с направлением на юг. Из южной оконечности озера вытекает ручей, впадающий через километр в озеро Первое Тюхминское, окруженное невысокими лесистыми сопками. Здесь можно отдохнуть, порыбачить. В озере водятся щука, окунь, кумжа.

По пути вдоль извилистой речки Тюхты, вытекающей из озера в восточном направлении – к реке Кола, можно попытаться силы в ловле форели. Тропа, идущая по берегу, выведет к остановке пригородных поездов – платформе 1412 км.

Кольский полуостров, имея богатые природно-рекреационные ресурсы, обладает уникальной туристско-рекреационной зоной «Хибинская». В 2010 году была разработана концепция создания самой перспективной зоны – «Хибинской», ориентированной в основном на горнолыжный туризм.

Туристский культурно-природный потенциал Хибинской зоны имеет важное общенациональное значение. История края собирается, хранится и экспонируется в Апатитском и Кировском историко-краеведческих музеях. Отдел краеведения и природы включает в себя семь основных разделов, по времени охватывающих почти тысячелетнюю историю.

Как известно, Кольский полуостров всегда был богатым для горнодобывающей промышленности районом, в территориальной зоне которого имеются крупнейшие месторождения меди, апатита, кобальта, никеля, железа, разных редких металлов, слюды, абразивного, высокоглиноземистого и керамического сырья, поделочного и облицовочного камня. В музее представлены более восьмисот представителей минералов и руд данной области.

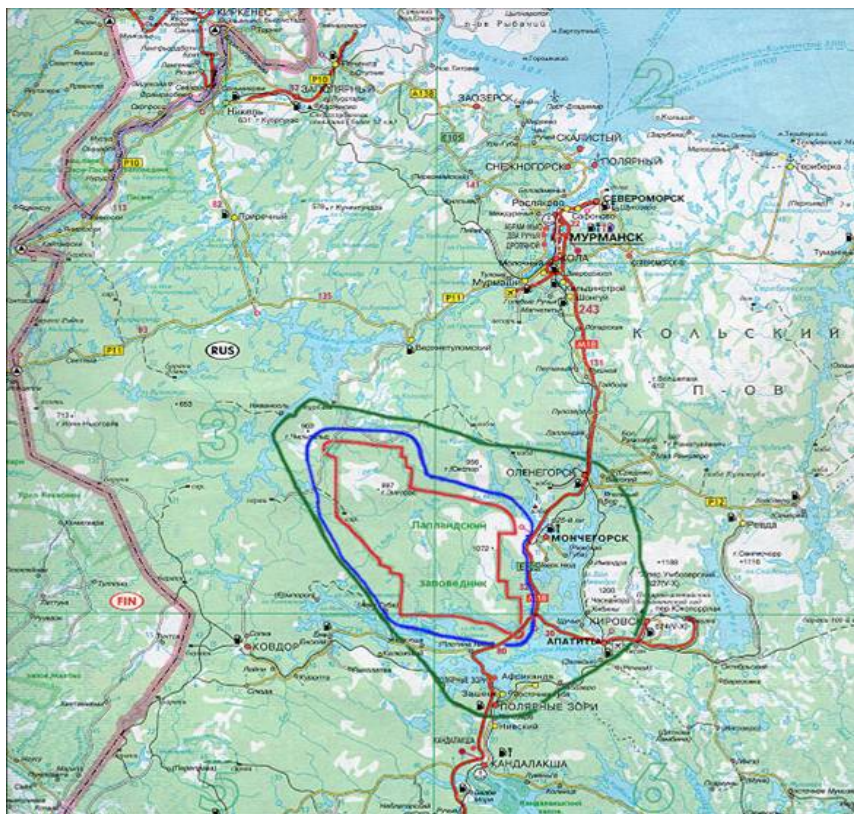
В музее геологии и минералогии имеется уникальная коллекция метаморфических, магматических, а также осадочных пород, представленных с различной местности Кольского полуострова, количество которых превышает девятьсот экземпляров. Из предложенного для просмотра количества в 250 экземпляров 200 были впервые обнаружены на территории Кольского полуострова, которые можно подробно рассмотреть в одном из выставочных залов музея, причем 85 минералов были открыты работниками Геологического университета.

Самые ранние поселения людей каменного века в нашем районе (на берегах Имандры) относятся к VI-V тыс. до н.э. Хибинский горный массив является уникальным природным наследием, который является объектом притяжения для туристов из различных регионов России и из-за ее пределов. Это уникальный ресурс для туризма.

Хибинские тундры богаты месторождениями редчайших минералов, привлекающих сюда геологов всего мира. Здесь развивается пеший, лыжный, горнолыжный, минералогический и другие виды туризма.

Оз. Имандра является самым большим на Кольском полуострове с множеством островов. Площадь водной глади составляет 812 кв. км. В озере водится 14 промысловых видов рыб (кумжа, голец, сиг, ряпушка, окунь, щука и др.). С севера и запада оз. Имандра в своем бассейне имеет множество мелких озер, по которым возможен сплав на байдарках и резиновых лодках.

На северо-запад простирается территория биосферного Лапландского заповедника.



В зимнее время популярны зимние ветряные виды спорта и отдыха — гонки под кайтами и другими зимними парусами. Эффектным элементом зимнего пейзажа на Имандре являются полярные сияния. На берегах озера расположена сеть баз отдыха различных предприятий.

Ботанический памятник «Кедры и лиственницы Хибин» находится в предгорье Хибинских гор, юго-западном склоне в 1,5 км от берега губы Белой оз. Имандра. Площадь — 2 га. На участке 28 кедров и 5 лиственниц. Впервые посадку осуществил основатель ПОСВИРа И.Г. Эйхвельд.

В границы Хибинской туристско-рекреационной зоны входят г. Кировск и Апатиты, которые характеризуются высокой степенью благоустроенности и развития социальной инфраструктуры. По количеству коллективных средств размещения туристов и мест в них район занимает второе место в области, уступая лишь г. Мурманску. Благодаря выгодному географическому положению в Хибинской туристско-рекреационной зоне имеется доступ ко всем видам транспорта.

В Терском районе также имеются большие потенциальные возможности (природные ресурсы, социально - культурный потенциал) для их использования в туристических целях. К ним относится: уникальность природно-рекреационных возможностей

Терский район является одним из красивейших и крупнейших в Мурманской области и занимает южную и юго-восточную часть Кольского полуострова общей площадью около 19,3 тыс. кв. км (13,3 % территории Мурманской области). С юга он ограничен Белым морем, а на континентальной части соседствует, при следовании с запада на восток, с Кандалакшским, Апатитским, Кировским и Ловозерским районами. Терский район располагает неповторимыми по красоте редкими и уникальными ландшафтами и интереснейшими природно-географическими ресурсами. Всё побережье в целом является прекрасным местом отдыха. Речная сеть Терского берега густая и насчитывает несколько тысяч ручьёв, речек и рек в которых водятся ценные разновидности рыб: сёмга, форель, хариус, сиг и др. Самая большая река района (вторая по величине на Кольском полуострове) - Варзуга, её длина превышает 250 км, а ширина в устье 300 м. Большинство рек берёт начало из озер и болот, ниже по течению они превращаются в порожистые с водопадами. На реке Умба известны пороги Заборный, Варакозерский, Карельский, Капустный, Кривец, Разбойник и Падун, на Варзуге - Аренгский, Евас, Клетной, Морской и Оралаха.

Крупнейшими озерами Терского берега являются: Колвицкое озеро (121 кв.м.), Вялозеро (площадь зеркала 98,6 кв.м.) Сергозеро (88,8 кв. км) и Канозеро (84, 3 кв. км). В Терском районе расположены:

- 2 участка Кандалакшского государственного природного заповедника (Порья Губа и Турий мыс);

- 3 заказника («Колвицкий», «Варзугский» и «Канозерский»);

- 3 геологических памятника природы (аметисты «Мыса Корабль» и флюориты Елорговского наволока, месторождение глендонитов («беломорская рогулька»);

- 2 гидрологических - водопады на реках Чаваньга и Чапома.

Отсутствие тяжёлой промышленности и исторические традиции ведения «натурального» хозяйства на основе экологически сбалансированного и рационального освоения природных ресурсов позволили сохранить северные экосистемы и традиционный поморский уклад. По экологическим показателям район может конкурировать с лучшими мировыми заповедными местами, что даёт все предпосылки для развития всех видов экологического туризма и индустрии отдыха. В последние годы наблюдается многократное увеличение интереса к природным ресурсам достопримечательностям Терского берега. Успешно развиваются различные виды охоты, спортивного и любительского лова, дайвинга, водного, экологического, рекреационного, краеведческого, геолого - минералогического и научного туризма. Более десяти специализированных лагерей занимаются лицензионным ловом сёмги.

По территории района проходит участок автодороги Кандалакша – Умба с твердым покрытием, продолжают работы по реконструкции дороги Умба-Варзуга. Расстояние от автомобильной трассы Санкт-Петербург - Мурманск - 120 км. До железнодорожной станции Кандалакша -110 км, ежедневное сообщение осуществляется автобусами и маршрутками. Предоставляются услуги такси.

Еженедельно до Варзуги и Кузомени ходит рейсовый автобус. Сообщение с остальными сёлами Терского берега осуществляется самолётами и вертолетами.

Услуги связи на территории п.Умба находятся на современном уровне развития, представлены основными операторами стационарной и сотовой связи и доступом в Интернет.

Огромный интерес представляет история и культура Терского берега. На территории района сохранилось немало памятников и свидетельств истории от древнейших времён до памятных мест середины - конца XX века. Открытие на берегах и островах оз. Канозеро Терского района многочисленных наскальных изображений (петроглифов) явилось научной археологической сенсацией. Время возникновения ранних из них относится к неолиту (III - II тыс. лет до н.э.). На мысе Аннин крест, в 13 км от Умбы к западу, находится лабиринт («вавилон»), называемый «Умбским». В Терском районе известно несколько стоянок и захоронений, относящихся к различным периодам. Известны самые ранние из постоянных селений на Кольской земле – Карельский погост и Умбский погост. Церковь Успения Пресвятой Богородицы в селе Варзуга является одной из самых красивейших деревянных одноглавых шатровых церквей (1674 год). В конце 1990 годов была восстановлена Афанасьевская церковь и построены колокольня и дом священника. На левом берегу реки находятся многократно перестраивавшиеся церкви Николая Чудотворца, а также Петра и Павла. Недалеко (в 3-4 км) от левобережной части села Варзуга находится святой родник Владимирской иконы Божьей Матери. На 108 км дороги Умба - Варзуга на берегу моря поставлена Часовня Преподобного безымянного Инока Терского, с другой стороны дороги - святой источник. Деревни района очень самобытны, несут отпечаток многовековой истории и уклада старинных поморских деревень. Путешествуя с запада на восток, можно посетить Умбу, Кузреку, Мосеево, Оленину, Кашкаранцы, Кузомень, Варзугу, Чаваньгу, Тетрино, Стрельну, Чалому, Пялицу и Пулоньгу. Кроме того, вдоль берега разбросано множество рыбацких домиков и тоней, часть из них поддерживается из сезона в сезон в жилом состоянии. На 27 км дороги Умба - Варзуга на берегу Белого моря находится историко-этнографический комплекс «Тоня Тетрина», где реконструированы в натуральную величину: жилая тонева изба, амбар, поморский тоневоый крест, сетница, баня, ледник, часовня Варлаама Керетского и др. Имеются подлинные орудия лова и предметы быта терских поморов 18-19 веков. Терские поморы сохранили свою самобытную культуру, обряды, песни, народные промыслы и своеобразный быт.

Традиционно один раз в три года в Умбе проходит Международный фестиваль фольклора, куда съезжаются песенные и танцевальные коллективы с Северо-Запада России и Евро-Арктического региона. Ежегодно проводится Межрегиональная научно-практическая конференция, посвященная различным аспектам истории, состоянию достопримечательностей и развитию туристической индустрии на Кольском полуострове. Умба - родина «Поморской гребной регаты» и «Поморских игр». С целью сохранения народных традиций проводятся народные гуляния: Рождество, Масленица, Проводы Зимы, Пасха, День рыбака и др. Большую популярность завоевали спортивные соревнования: по подлёдному лову «Рыбья морда», лыжные гонки на приз «Терский берег».

Объекты размещения на территории района представлены следующими: гостиница МУП «ЖЭК» ПГТ Умба, гостиница ООО «Белстрой», турбаза ООО «УмбаДискавери», турбаза «Погост». Кроме того, в районе имеется большое количество гостевых и рыбацких домиков.

На территории Терского района множество интересных геологических объектов, их большим преимуществом является легкая доступность (расположение вблизи автодорог), хорошая обустроенность. Они являются экскурсионными объектами для студентов различных специальностей, геологов и специалистов других областей науки, а так же для большого числа туристов. Геологическое строение Терского района обусловлено воздействием различных геологических процессов. Они проявлялись в огромный промежуток времени от 3-х миллиардов лет до настоящего времени. Территория Терского района является частью Балтийского щита, который сетью разломов различного порядка разбит на множество отдельных мелких блоков имеющих различное строение и испытывающих воздействие

множества процессов. Она расположена на двух таких блоках – Умбинском и Терском. Кристаллическое основание сложено раннедокембрийскими кристаллическими отложениями, лишь в прибрежной части находятся выходы верхнепротерозойских пород.

Из архейских образований на территории района можно наблюдать выходы в различной степени преобразованных конгломератов сложенными галькой пород с возрастом 2,7 млрд. лет.

Наибольший интерес представляют эрозионные уступы вдоль прибрежной террасы в районе «Мыса Корабль». В результате воздействия множества процессов здесь сформировались как морские террасы, так и обрывы. К ней приурочено известное месторождение аметиста. На территории района известно множество проявлений аметиста в терских песчаниках.

Большой интерес вызывают выходы глинистых отложений межледниковых эпох и приуроченные к ним скопления так называемых «беломорских рогулек». Эти образования вызывают большой интерес у всех, кто приезжает на территорию Терского района.

Однако, развитие туризма на северо-западе Мурманской области остается в виде неразрешенной проблемы. Необходимо заняться созданием еще нескольких туристско-рекреационных зон или троп по образцу экологических троп в Скандинавии, чтобы увеличить приток туристов, так как северо-запад Мурманской области – это приграничная территория, что может позволить привлечь туристов не только из России, но и из стран Баренц-региона.

Глава 3. Поселок Верхнетуломский как объект туристской индустрии.

Верхнетуломский – поселок городского типа в Кольском районе Мурманской области. Расположен на реке Тулома. Возник в связи со строительством Верхнетуломской ГЭС. Статус поселка получил в 1966 году. По данным переписи населения 2010 года численность населения составляет 1580 человек. В состав городского поселения Верхнетуломский входят: поселок городского типа Верхнетуломский (административный центр) и населенный пункт Светлый.

Первое упоминание о территории, где расположен п. Верхнетуломский, относится к 1574 году. В это время там жили саамы. Позже стали селиться участники Пугачевского восстания, спасавшиеся от преследования, вольные казаки и колонисты из Финляндии. В 18 веке было уже три селения – Нотозеро (саамское), Падун (русское) и Рестикент (финское).



Летом 1961 года из Колы и финской Лапландии потянулись через перелески и тундровые болота дороги, которые соединились неподалеку от села Падун. В этом месте, в верховьях реки Туломы, началось строительство самой мощной в стране подземной гидроэлектростанции, которая вступила в строй 27 октября 1965 года, став единым каскадом с Нижне-Туломской ГЭС. Станция считается уникальной –

ее машинный зал находится в скале, на глубине 50 м. А ниже машинного зала (на глубине 70 м) располагается завод по разведению рыбы.

Одновременно со строительством гидроэлектростанции вырос поселок гидростроителей (финны построили 29 коттеджей, каждый на две семьи, и футбольный стадион). В марте 1966 года поселок объединили с селением Падун. Новый населенный пункт назвали в честь новой ГЭС – Верхнетуломским.

В то время помимо ГЭС было еще одно градообразующее предприятие – леспромхоз, считавшийся самым крупным лесозаготовительным хозяйством области. Сейчас работает крупнейшее в крае предприятие по заготовке леса – ЗАО "Природа ДФЗ". Поселок Верхнетуломский известен в районе своей больницей, где работает отделение сестринского ухода.



Верхнетуломская ГЭС — гидроэлектростанция на реке Тулома в Мурманской области. Входит в Туломский каскад ГЭС. Строительство ГЭС началось в 1961 году, закончилось в 1966. Первый гидроагрегат пущен в 1964 году, ГЭС принята в промышленную эксплуатацию 27 октября 1965 года. Представляет собой плотинно-деривационную ГЭС.

При создании Верхнетуломского водохранилища было затоплено 200 га сельхозугодий, перенесено 50 строений. При затоплении озера Нотозеро в 1965 году ушли под воду 60 поселений: Устье Лотта, Лутто (Лотта), Ниванкюля, Сонгельск, Ристикент, Новый, Вага губа, Кентиши и другие. Лишь некоторые из них были нежилыми.

Рыбоход Верхнетуломской ГЭС не эксплуатируется. В туннеле рыбохода создан рыбобродный завод.

Верхнетуломская ГЭС является крупнейшей ГЭС Северо-Запада России. В Кольской энергосистеме она выполняет системную функцию регулятора частоты.

Регулярно на гидроэлектростанцию организовываются экскурсии для школьников и студентов.

С 2014 года традиционным стал открытый командный чемпионат по подледному лову рыбы «Туломская рыбалка», проводящийся на Верхнетуломском водохранилище.

Поселок Верхнетуломский также имеет богатый природный потенциал. Густая лесная растительность, большое количество водоемов в окрестностях поселка, разнообразная флора и фауна делают Верхнетуломский одним из потенциальных объектов туристской индустрии Кольского полуострова.

В Верхнетуломском расположены несколько туристических баз отдыха, имеется гостиница, прошедшая недавнюю реновацию. А выгодное географическое расположение поселка (64-ый километр трассы Мурманск - Лотта) может привлечь большой поток туристов.

В связи со всем вышеописанным создание туристско-рекреационной зоны в Верхнетуломском может иметь ряд позитивных положений, таких как: улучшение экономического благополучия поселка, развитие инфраструктуры, облагораживание территорий и привлечение потока туристов не только в сам поселок, но и на Кольский полуостров в целом. Туристско-рекреационная тропа в Верхнетуломском – уникально разработанный пеший маршрут, который будет доступен любому желающему из различной возрастной категории.

Благодаря наличию организованных экскурсий на Верхнетуломскую гидроэлектростанцию, первоначально проблем с туристским потоком не возникнет. Туристско-рекреационная тропа может стать прекрасным дополнением к экскурсии.

Маршрут тропы проложен с учетом осмотра всех гидротехнических сооружений, что позволит создать целостную картину для восприятия у экскурсантов.

В маршрут туристско-рекреационной тропы входит:

1. Прибытие в поселок Верхнетуломский
2. Обзорная экскурсия по гидроэлектростанции
3. Выход к шлюзам водосброса

4. Дорога к реке Тулома
5. Старый рыбоход
6. «Водопад» на р. Тулома
7. Лесосплав
8. Водоканал
9. Возвращение в посёлок
10. Отъезд

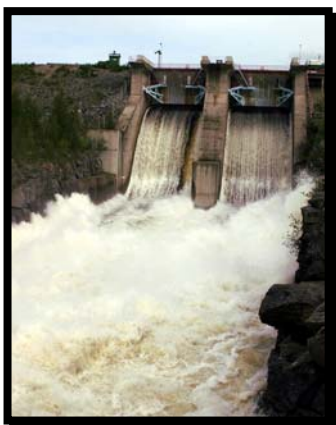
Рассмотрим подробнее каждую точку маршрута.

Прибытие в поселок Верхнетуломский может осуществляться туристами самостоятельно на личном транспорте или на рейсовом междугородном автобусе №204 по маршруту «Мурманск - Верхнетуломский». Для организованных групп возможна аренда комфортабельного автобуса в городе Мурманске и услуга трансфера по маршруту Мурманск – Верхнетуломский – Мурманск.

В обзорную экскурсию по гидроэлектростанции включено подробное описание истории строительства гидроэлектростанции, принципы работы, осмотр подземного рыбоводного завода, подъем на плотину и осмотр гидротехнических сооружений «издалека».



После экскурсии по гидроэлектростанции экскурсантов ожидает выход к шлюзам водосброса. Уникальное зрелище не оставит равнодушным никого. В летнее время (июнь/середина июля в зависимости от уровня воды в водохранилище) шлюзы водосбросов открываются, и у экскурсантов есть отличная возможность ощутить всю мощь природной стихии, которую человек смог обуздать.



Далее осуществляется спуск к реке Тулома. Дорога практически прямая, без подъемов и спусков, поэтому перемещение по ней не вызовет труда ни у детей, ни у пенсионеров.





На реке Тулома экскурсанты смогут осмотреть старый рыбоход, а также увидеть пороги реки, которые местные жители гордо окрестили водопадом. От рыбохода открывается вид на реку и на нижнюю часть поселка Верхнетуломского – Нижний Падун, который в данный момент обустроивается и превращается в дачный поселок. Широкая полоса галечного берега позволит сделать передышку и устроить привал.



После водопада экскурсантам предстоит путь в обратную сторону, но с осмотром таких интересных гидротехнических сооружений, как устройство для механической перевалки леса и водоканал. У водоканала стоит сделать остановку с целью осмотра совокупности природных красот и фактора антропогенного воздействия человека.



Далее экскурсантам предстоит небольшой подъем на крутой склон и выход в поселок, где их ожидает автобус.

Примерная протяженность маршрута – 4,4 км. Средняя продолжительность похода – 3,5-4 часа.

По желанию экскурсантов в маршрут можно включить такие объекты как Верхнетуломское водохранилище и затопленное поселение Рестикент.

К сожалению, для того, чтобы разработанный маршрут смог стать востребованным, необходимо решить ряд проблем. Одной из самых главных проблем является полное отсутствие инфраструктуры на тропе. Необходимо финансирование из бюджета на закладку асфальта на протяжении всего маршрута, установку беседок, скамеек и лавочек, урн и биотуалетов.

Кроме этого, безусловно, необходимо финансирование на обеспечение безопасности туристов на всем маршруте. К примеру, такие точки маршрута как старый рыбоход, пороги реки Тулома и водоканал не соответствуют требованиям безопасности. Необходимо оборудовать данные сооружения перилами, лестницами и переправами, возможно, страховочными тросами для того, чтобы ближе подойти к порогам реки.

Также конечный подъем по крутому склону для выхода в поселок следует оборудовать поручнями либо лестницами для более комфортного подъема.

Следующая проблема, которая также требует решения – это удаленность посёлка от крупных городов. Немногие жители города Мурманска знают, что по дороге на Финляндию расположен данный поселок. А жители таких городов как Кировск, Апатиты, Канда-лакша даже не подозревают о его существовании. Соответственно, огромный пласт потенциальных туристов пропадает из-за простого неведения. Для решения данной проблемы необходимо тесное сотрудничество администрации городского поселения Верхнетуломский и министерства экономического развития города Мурманска с целью выделения денежных средств из бюджета на развитие маркетинговых проектов для распространения рекламной информации среди населения. Возможна установка щитов и баннеров, реклама по телевидению, радио и в сети Интернет для более эффективного влияния на потенциальных туристов.

Еще одной проблемой развития туристско-рекреационной тропы в поселке Верхнетуломский является очень низкая аттрактивность объектов на маршруте. Далеко не каждый турист готов осматривать такие узкоспециализированные гидротехнические сооружения.

Возможно, решение этой проблемы лежит в том, чтобы делать акцент похода не на гидротехнических сооружениях, а на красоте природных ландшафтов, которые окружают данные объекты антропогенного воздействия.

Помимо проблем, которые можно решить, у туристско-рекреационной тропы есть ряд перспективных доработок. К их числу относится прокат велосипедов для туристов летом, и аренда снегоходов и катание на собачьих упряжках зимой.

Выводы

В первой главе было рассмотрено и проанализировано состояние сферы пешего туризма в России, отмечены наиболее востребованные и благоприятные районы для трекинговых походов. А так же проанализирован уровень развития пешего туризма на Кольском полуострове.

Во второй главе были подробно описан ресурсный потенциал Кольского полуострова, а также дана подробная характеристика существующих туристско-рекреационных зон Мурманской области.

Третья глава была посвящена исследованию поселка Верхнетуломского как объекта туристской индустрии. А также был разработан маршрут туристско-рекреационной тропы, входящий в состав экскурсии на Верхнетуломскую гидроэлектростанцию.

Таким образом, можно сделать вывод, что потенциал Кольского полуострова для развития различных видов туризма, в том числе пешего, огромен. Но существуют проблемы, которые необходимо решать на уровне региональной и муниципальной властей.

Верхнетуломский, имея выгодное географическое положение и богатое состояние природных ресурсов, может стать одним из главных туристских центров Кольского полуострова, что значительно повысит уровень экономического состояния региона.

ВИЗАВИ



Митюк Оксана

**«Скромность,
старательность, доброта и
честность»**

– Оксана, мы поздравляем тебя сразу с двумя победами в двух конкурсах – со вторым местом в V-м литературно-краеведческом конкурсе, посвященном дню памяти о россиянах, исполнявших свой долг за пределами Отечества и вторым местом в областной дистанционной викторине «Фронт без линии фронта». Интересно было участвовать в них? Что полезного для себя ты извлекла?

– Было весьма интересно и познавательно. Я на себе прочувствовала, как тяжело было нашим прадедам воевать, а их семьям ждать с надеждой и любовью их возвращения домой.

– Оба этих конкурса развивают и воспитывают патриотизм в человеке. Как ты полагаешь, насколько необходимо в наше время быть патриотом?

– В наше время это весьма важно. Мы должны уважать свое прошлое и гордиться нашей страной.

– В этом году ты успешно перешла в 10-й класс, окончив основную ступень общего образования. Что бы ты посоветовала тем, кто только переступил порог начального образования, перейдя в 5-й класс?

– Я бы пожелала пятиклассникам прилежно учиться, потому что оценки, которые они получают, повлияют на аттестат и станут основой их успешного будущего.

– Как ты думаешь, какие качества в первую очередь необходимы человеку XXI века?

– Полагаю, что те же, что и человеку предыдущих времен: скромность, старательность, ответственность, доброта и честность.

– Есть ли у тебя хобби? Если да, то – какое?

– Конечно же, хобби есть. Я люблю играть на музыкальных инструментах (фортепиано, гитара) занимаюсь вязанием, читаю книги и играю в компьютерные игры.

– Какие планы на будущее, если не секрет? Не планируешь ли ты связать свою профессию с гуманитарной специальностью?

– Нет, не планирую.

Беседовала Анастасия Сидорова



Российское движение школьников: перспективы

Подборка материалов Интернета

Российское движение школьников (РДШ) — общественно-государственная детско-юношеская организация, деятельность которой целиком сосредоточена на развитии и воспитании школьников. В своей деятельности движение стремится объединять и координировать организации и лица, занимающиеся воспитанием подрастающего поколения и формированием личности.



Организация создана в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 29 октября 2015 г. № 536 «О создании Общероссийской общественно-государственной детско-юношеской организации «Российское движение школьников».

Российское движение школьников имеет следующие направления деятельности:

I. Личностное развитие.

Творческое развитие:

- Организация творческих событий - фестивалей и конкурсов, акций и флешмобов;
- Развитие детских творческих проектов и продвижение детских коллективов;
- Проведение культурно-образовательных программ – интерактивных игр, семинаров, мастер-классов, открытых лекториев, встреч с интересными людьми; организация кино клубов;
- Проведение культурно-досуговых программ: посещение музеев, театров, концертов; организация экскурсий;
- Проведение образовательных программ по повышению квалификации инструкторского и педагогического состава, а также руководителей общественных организаций.

Популяризация ЗОЖ среди школьников:

- Организация профильных событий - фестивалей, конкурсов, соревнований, акций и флешмобов;
- Организация туристических походов и слетов;
- Организация мероприятий, направленных на популяризацию комплекса ГТО;
- Поддержка работы школьных спортивных секций;
- Развитие детских творческих проектов и продвижение детских коллективов;

- Проведение образовательных программ – интерактивных игр, семинаров, мастер-классов, открытых лекториев, встреч с интересными людьми;
- Проведение образовательных программ по повышению квалификации инструкторского и педагогического состава, а также руководителей общественных организаций.

Популяризация профессий:

- Проведение образовательных мероприятий и программ, направленных на определение будущей профессии – интерактивных игр, семинаров, мастер-классов, открытых лекториев, встреч с интересными людьми;
- Популяризация научно-изобретательской деятельности;
- Поддержка и развитие детских проектов;
- Организация профильных событий – фестивалей, конкурсов, олимпиад, акций, флешмобов. Проведение образовательных программ по повышению квалификации инструкторского и педагогического состава, а также руководителей общественных организаций.

II. Гражданская активность.

- занятия добровольческой деятельностью;
- изучение и охрана природы и животных;
- знакомство с родным краем;
- посещение и помощь в организации мероприятий в музеях, театрах, библиотеках, домах культуры;
- помощь людям пожилого возраста и всем тем, кому так нужна поддержка;
- помощь в организации спортивных и образовательных мероприятий;
- изучение истории и краеведения;
- встречи с ветеранами и Героями РФ;
- поиск пропавших без вести солдат и многое другое;
- культура безопасности.

В рамках нескольких блоков направления волонтерства:

Волонтерство:

1. Экологическое волонтерство: изучение родной природы, совмещенное с экскурсиями и экологическими походами, участие в различных инициативах по охране природы и животных.

2. Социальное направление: оказание помощи социально-незащищенным группам населения ("тимуровцы") - формирование ценностей доброты, милосердия и сострадания.

3. Культурное волонтерство: оказание содействия в организации мероприятий культурной направленности, проводимых в музеях, библиотеках, домах культуры, театрах, кинотеатрах, культурных центрах, парках и т.д.

4. Волонтерство Победы – это добровольческая деятельность, направленная на патриотическое воспитание и сохранение исторической памяти (благоустройство памятных мест и воинских захоронений, социальное сопровождение ветеранов, участие в организации Всероссийских акций и праздничных мероприятий, посвященных Дню Победы).

5. Событийное волонтерство: участие волонтеров в спортивных, образовательных, социокультурных мероприятиях.

- Поисковая работа, направленная на сохранение памяти о подвигах Героев;
- Изучение истории и краеведения;
- Школа Безопасности – воспитание культуры безопасности среди детей и подростков.

III. Военно-патриотическое направление.

- Работа военно-патриотических клубов и вовлечение в нее детей;

- Организация профильных событий, направленных на повышение интереса у детей к службе ВС РФ, в том числе военных сборов, военно-спортивных игр, соревнований, акций;
- Проведение образовательных программ – интерактивных игр, семинаров, мастер-классов, открытых лекториев, встреч с интересными людьми и Героями России;
- Проведение образовательных программ по повышению квалификации инструкторского и педагогического состава, а также руководителей общественных организаций и военно-патриотических клубов.

IV. Информационно-медийное направление.

Взаимодействие СМИ, государственных и общественных институтов;

- Перспективы развития направления в рамках деятельности РДШ;
- Информационное развитие: создание школьных газет, подготовка материалов для местных газет и журналов, а также TV, освещение деятельности в социальных сетях, включая съемку видеороликов;
- Проведение образовательных программ по повышению квалификации инструкторского и педагогического состава, а также руководителей общественных организаций;
- Подготовка информационного контента для детей.

УЧРЕДИТЕЛИ



Федеральное агентство по делам молодежи



Общероссийское общественное движение Ассоциация учащейся молодежи Российского Союза Молодежи «Содружество» (АУМ РСМ)



Общероссийская общественная организация «Национальная родительская ассоциация социальной поддержки семьи и защиты семейных ценностей»



Общероссийская общественная физкультурно-спортивная организация «Всероссийская федерация школьного спорта»



Молодежная общероссийская общественная организация «Российские Студенческие Отряды» (РСО)



Общероссийская общественная организация «Всероссийское педагогическое собрание»



Совет проректоров по воспитательной работе образовательных организаций высшего образования России



Волохов Алексей Васильевич
Председатель Международного союза детских общественных объединений "Союз пионерских организаций - Федерация детских организаций"



Садовничий Виктор Антонович
Президент Российского Союза ректоров, ректор МГУ им. Ломоносова



Громова Галина Герасимовна
Заслуженный учитель Российской Федерации, Герой Труда Российской Федерации



Пильдес Майя Борисовна
директор "Академической гимназии №56", член Общественного совета при Минобрнауки России, Народный учитель Российской Федерации

Руководящие, контрольно-ревизионные и исполнительные органы: Съезд организации

Утверждает Устав, приоритетные направления, избирает состав и руководителей низших органов, отвечает за реорганизацию и решение любых других вопросов.

Включает в зависимости от принятого порядка: состав Координационного совета и Центральной контрольно-ревизионной комиссии; Исполнительного директора Организации; отобранных на региональных конференциях делегатов.

Координационный совет

Принимает решения и организует их исполнение, регулирует деятельность Организации. Осуществляет от имени Организации права юридического лица и исполняет его обязанности, распоряжается имуществом.



Рязанский Сергей Николаевич

Герой России, председатель общероссийской общественно- государственной детско-юношеской организации "Российское движение школьников" лётчик-космонавт Российской Федерации.



Головенькина Алла Николаевна

Заместитель директора по учебной работы "Лицей Иннополис" респ. Татарстан. Сопредседатель общественно-государственной детско- юношеской организации "Российское движение школьников"



Чурикова Яна Алексеевна

Российский журналист, сопредседатель общественно- государственной детско-юношеской организации "Российское движение школьников", директор MTV Россия



Борисов Александр Сергеевич

Исполнительный директор Общероссийской общественно- государственной детско-юношеской организации "Российское движение школьников"



Волохов Алексей Васильевич

Председатель Международного союза детских общественных объединений "Союз пионерских организаций - Федерация детских организаций"



Гадючкин Олег Владимирович

Исполнительный директор Федерации школьного спорта России



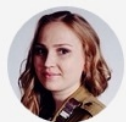
Громова Галина Герасимовна

Заслуженный учитель Российской Федерации, Герой Труда Российской Федерации



Гусев Алексей Владимирович

Ответственный секретарь Координационного совета Общероссийской общественной организации "Национальная родительская ассоциация социальной поддержки семьи и защиты семейных ценностей"



Красикова Екатерина Сергеевна

Заместитель руководителя центрального штаба Молодежной общероссийской общественной организации "Российские Студенческие Отряды"



Поспелов Сергей Валерьевич

Руководитель Федерального агентства по делам молодёжи



Разуваева Ксения Денисовна

Директор ФГБУ "Роспатриотцентр"



Родионова Елена Геннадьевна

Председатель Общероссийского общественного движения "Ассоциация учащейся молодежи Российского Союза Молодежи "Содружество"



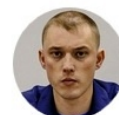
Савелов Артур Размирович

Председатель Межрегиональной общественной организации "Совет проректоров по воспитательной работе образовательных организаций высшего образования"



Садовничий Виктор Антонович

Президент Российского Союза ректоров, ректор МГУ им. Ломоносова



Аветисов Алексей Сергеевич

Руководитель молодежного крыла Общественной общероссийской организации "Российский союз спасателей" (РОССОЮЗСПАС)



Лупина Ирина Викторовна

Исполнительный директор Общероссийской общественной организацией "Всероссийское педагогическое собрание" (ООО "ВПС")



Першин Сергей Васильевич

Руководитель Всероссийского общественного движения "Волонтеры Победы"



Пильдес Майя Борисовна

директор "Академической гимназии №56", член Общественного совета при Минобрнауки России, Народный учитель Российской Федерации



Барышев Михаил Николаевич

Директор федерального автономного учреждения Министерства обороны Российской Федерации "Центральный спортивный клуб Армии"



Задорожный Игорь Сергеевич

Член Координационного совета Благотворительного фонда "Ратники Отечества"



Коршунов Алексей Владимирович

Проректор Московского педагогического государственного университета по воспитательной работе и молодежной политике



Метелев Артем Павлович
Сопредседатель Совета Ассоциации Волонтерских Центров



Отрощенко Василий Иванович
Заместитель Председателя Союза ветеранов пограничной службы России



Прошин Анатолий Александрович
Первый заместитель Председателя Российского совета ветеранов ОВД и ВВ



Симачёв Денис Николаевич
Российский дизайнер



Фришман Ирина Игоревна
Директор Научно-практического центра Международного союза детских общественных объединений "Союз пионерских организаций – Федерация детских организаций" (СПО-ФДО)



Цунаева Елена Моисеевна
Ответственный секретарь Общероссийского общественного движения по увековечению памяти погибших при защите отечества "Поисковое движение России"

Центральная контрольно-ревизионная комиссия

Осуществляет контроль за соблюдением Устава, исполнением решений Съезда и Координационного совета, а также за финансовой и предпринимательской деятельностью Организации, исполнением своих обязанностей должностными лицами.

Дирекция

Приводит в жизнь текущую политику, определяемую Съездом Организации, реализует планы, программы и отдельные мероприятия, подготавливает и проводит Съезды, организует делопроизводство, обучение, юридическое обеспечение и прочие функции.

Контакты

Полное наименование: Общероссийская общественно-государственная детско-юношеская организация «Российское движение школьников»

Краткое наименование: Российское движение школьников (РДШ)

Рязанский Сергей Николаевич, Председатель общероссийской общественно-государственной детско-юношеской организации «Российское движение школьников»

Головенькина Алла Николаевна, Председатель общероссийской общественно-государственной детско-юношеской организации «Российское движение школьников»

Чурикова Яна Алексеевна, Председатель общероссийской общественно-государственной детско-юношеской организации «Российское движение школьников»

Почтовый адрес и приём курьерской корреспонденции:

119048, Москва, ул. Усачева, д.64, подъезд 4

Электронная почта: info@rdcentr.ru

Официальный сайт: рдш.рф

ФГБУ «Российский детско-юношеский центр»:

Крюкова Алиса Анатольевна, Директор

Цветков Александр Михайлович, Заместитель директора по общим вопросам
Tsvetkov.A.M@rdcentr.ru

Кураторы по федеральным округам:

Покровский Дмитрий Евгеньевич, Заместитель директора по региональному взаимодействию
Pokrovskiy.D.E@rdcentr.ru

Коваль Мария Вячеславна, Уральский федеральный округ
Koval.m.v@rdcentr.ru

Карabanова Мария Сергеевна, Сибирский федеральный округ
Karabanova.M.S@rdcentr.ru

Гремячкин Александр Владимирович, Южный федеральный округ, Центральный федеральный округ
Gremyachkin.A.V@rdcentr.ru

Филина Яна Владимировна, Северо-Кавказский федеральный округ, Северо-Западный федеральный округ
Filina.Ya.V@rdcentr.ru

Копейкина Ксения Александровна, Дальневосточный федеральный округ
Kopeikina.K.A@rdcentr.ru

Тихомирова Ольга Леонидовна, Приволжский федеральный округ
Tihomirova.O.L@rdcentr.ru

Пресс-служба РДШ

Потселуев Дмитрий Юрьевич, Руководитель пресс-службы, +7 909 161 96 57
Potseluev.D.Yu@rdcentr.ru

Несмотря на то, что организация была создана лишь год назад, она развернула активную деятельность по всей стране. География проводимых ею мероприятий впечатляет, только за последние три месяца были проведены: Форум «Балтийский Артек» (п.Приморье), Школьные соревнования на лучший проект по развитию города (Уфа), Августовские совещания (Казань), В отрядном ритме (Ижевск), Лес Победы (Кострома), «Мы – команда РДШ» (Севастополь), Всероссийский конкурс профессионального мастерства «Делай, как я!» (Москва), Молодежный форум «Карелия 100» (Карелия), Слет участников лагерей труда и отдыха, молодежных трудовых бригад (Сыктывкар), Фестиваль детских команд КВН (Анапа), Региональный образовательный сбор "Звездный" (Воронеж), Стань сотрудником пресс-центра РДШ! (Москва), III Всероссийский форум студенческих педагогических отрядов (Анапа).

Все это говорит о массовости организации. Так, на начало октября в РДШ состоит уже более 44 тыс. учащихся только из одной Москвы. В России не осталось ни одной области или края, которые были бы не охвачены движением РДШ.

ПАРТНЁРЫ



Российское движение школьников — надежный государственный партнёр для всех частных и общественных проектов, ориентированных на школьников и их интересы. Движение строит работу на принципах сотрудничества и созидания. Движение стремится стать сервисной площадкой, чтобы оказывать максимальное содействие в развитии школьников, выступая навигатором существующих и создающихся возможностей в нашей стране.

Подборку подготовил Артем Колесников



Профилактика гриппа

*Подборка материалов
Интернета*

Что такое грипп и какова его опасность?

Грипп — это инфекционное заболевание, заболеть которым может любой человек. Возбудителем гриппа является вирус, который от инфицированных людей попадает в носоглотку окружающих.

Большинство людей болеют гриппом всего лишь несколько дней, но некоторые заболевают серьёзнее, возможно тяжёлое течение болезни, вплоть до смертельных исходов.

При гриппе обостряются имеющиеся хронические заболевания, кроме этого, грипп имеет обширный список возможных осложнений:

- Лёгочные осложнения (пневмония, бронхит). Именно пневмония является причиной большинства смертельных исходов от гриппа.
- Осложнения со стороны верхних дыхательных путей и ЛОР-органов (отит, синусит, ринит, трахеит).
- Осложнения со стороны сердечно-сосудистой системы (миокардит, перикардит).
- Осложнения со стороны нервной системы (менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгии, полирадикулоневриты).

Чтобы избежать возможных осложнений, важно своевременно проводить профилактику гриппа и правильно лечить само заболевание.

Обычно грипп начинается внезапно. Возбудители гриппа, вирусы типов А и В, отличаются агрессивностью и исключительно высокой скоростью размножения, поэтому за считанные часы после заражения вирус приводит к глубоким поражениям слизистой оболочки дыхательных путей, открывая возможности для проникновения в неё бактерий.

Среди симптомов гриппа — жар, температура 37,5–39°C, головная боль, боль в мышцах, суставах, озноб, усталость, кашель, насморк или заложенный нос, боль и першение в горле.

Грипп можно перепутать с другими заболеваниями, поэтому чёткий диагноз должен поставить врач, он же назначает тактику лечения.

Что делать при заболевании гриппом?

Самому пациенту при первых симптомах нужно остаться дома, чтобы не только не заразить окружающих, но и вовремя заняться лечением, для чего необходимо немедленно обратиться к врачу. Для предупреждения дальнейшего распространения инфекции заболевшего нужно изолировать от здоровых лиц, желательно выделить отдельную комнату.

Важно! Родители! Ни в коем случае не отправляйте заболевших детей в детский сад, школу, на культурно-массовые мероприятия. При гриппе крайне важно соблюдать постельный режим, так как при заболевании увеличивается нагрузка на сердечно-сосудистую, иммунную и другие системы организма.

Самолечение при гриппе недопустимо, и именно врач должен поставить диагноз и назначить необходимое лечение, соответствующее состоянию и возрасту пациента.

Для правильного лечения необходимо строго выполнять все рекомендации лечащего врача и своевременно принимать лекарства. Кроме этого, рекомендуется обильное питьё — это может быть горячий чай, клюквенный или брусничный морс, щелочные минеральные воды. Пить нужно чаще и как можно больше.

Важно! При температуре 38 — 39°C вызовите участкового врача на дом либо бригаду «скорой помощи».

При кашле и чихании больной должен прикрывать рот и нос платком или салфеткой.

Помещение, где находится больной, необходимо регулярно проветривать и как можно чаще проводить там влажную уборку, желательнее с применением дезинфицирующих средств, действующих на вирусы.

Общение с заболевшим гриппом следует ограничить, а при уходе за ним использовать медицинскую маску или марлевую повязку.

Как защитить себя от гриппа?

Согласно позиции Всемирной организации здравоохранения, наиболее эффективным средством против гриппа является вакцинация, ведь именно вакцина обеспечивает защиту от тех видов вируса гриппа, которые являются наиболее актуальными в данном эпидемиологическом сезоне и входят в её состав.

Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно показана детям начиная с 6 месяцев, людям, страдающим хроническими заболеваниями, беременным женщинам, а также лицам из групп профессионального риска — медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания и транспорта.

Вакцинация должна проводиться за 2–3 недели до начала роста заболеваемости, делать прививку можно только в медицинском учреждении специально обученным медицинским персоналом, при этом перед вакцинацией обязателен осмотр врача.

Противопоказаний к вакцинации от гриппа немного. Прививку против гриппа нельзя делать при острых лихорадочных состояниях, в период обострения хронических заболеваний, при повышенной чувствительности организма к яичному белку.

Сделав прививку от гриппа, вы защищаете свой организм от атаки наиболее опасных вирусов — вирусов гриппа, но остается ещё более 200 видов вирусов, которые менее опасны для человека, но также могут явиться причиной заболевания ОРВИ. Поэтому в период эпидемического подъёма заболеваемости ОРВИ и гриппом рекомендуется принимать меры неспецифической профилактики.

Правила профилактики гриппа:

1. Сделайте прививку против гриппа до начала эпидемического сезона.
2. Сократите время пребывания в местах массовых скоплений людей и общественном транспорте.
3. Пользуйтесь маской в местах скопления людей.
4. Избегайте тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания, например, чихают или кашляют.
5. Регулярно тщательно мойте руки с мылом, особенно после улицы и общественного транспорта.
6. Промывайте полость носа, особенно после улицы и общественного транспорта
7. Регулярно проветривайте помещение, в котором находитесь.
8. Регулярно делайте влажную уборку в помещении, в котором находитесь.
9. Увлажняйте воздух в помещении, в котором находитесь.
10. Ешьте как можно больше продуктов, содержащих витамин С (клюква, брусника, лимон и др.).
11. Ешьте как можно больше блюд с добавлением чеснока и лука.
12. По рекомендации врача используйте препараты и средства, повышающие иммунитет.
13. В случае появления заболевших гриппом в семье или рабочем коллективе — начинайте приём противовирусных препаратов с профилактической целью (по согласованию с врачом с учётом противопоказаний и согласно инструкции по применению).
14. Ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь, сбалансировано питайтесь и регулярно занимайтесь физкультурой.

Подборку подготовила Ксения Зайцева

УГОЛОК ЭРУДИТА

ИНЖЕНЕРНЫЙ

					1.				
2.									
			3.						
	4.								
			5.						
			6.						
		7.							
			8.						
		9.							

1. Создатель первого в мире ядерного реактора.
2. Русские братья-инженеры, создатели первого в России паровоза.
3. Первооткрыватель электромагнитной индукции, создатель первого трансформатора.
4. Французские братья-основоположники кинематографа.
5. Американский ученый, основоположник кибернетики и теории искусственного интеллекта
6. Советский конструктор ракетно-космических комплексов, основоположник нового направления в ракетной технике, основанного на использовании высококипящих компонентов топлива и автономной системы управления.
7. Изобретатель динамита.
8. Легендарный основатель компании «Microsoft» (совместно с Полом Алленом), неоднократно являвшийся самым богатым человеком на свете по версии журнала «Forbes».
9. Изобретатель, усовершенствовавший паровой двигатель, считающийся отцом паровой машины (1774г).

Если вы правильно отгадаете кроссворд, то в выделенной строке по вертикали найдете фамилию немецкого ученого, предложившего в 1724г шкалу для измерения температуры

Ответы на кроссворд, опубликованный в № 8:

Выделенная строка: *Капитанец*

1. Головка
2. Варяг
3. Капнист
4. Хиросима
5. Верхотурье
6. Туман
7. Душенов
8. Дервиш
9. Рубцов

