

# НАША ШКОЛА



**ЧЕЧЕНСКАЯ  
РЕСПУБЛИКА**

Республиканская детско-юношеская газета

№ 15 (351) 12 АВГУСТА 2026 ГОДА СРЕДА

## Ахмат-Хаджи Кадыров Путь спасения и возрождения народа

Милана Итиева

**Н**аблюдая за современной Чеченской Республикой, сложно представить, что не так давно регион находился в состоянии послевоенного развала: экономика была разрушена, инфраструктура уничтожена, ни одна сфера – будь то образование, спорт или культура – не функционировала должным образом. Казалось, все потеряно, и восстановить республику, а тем более национальную культуру, невозможно. Именно так считали тогда.

Однако сегодняшняя реальность поражает: возведены архитектурные сооружения, впечатляющие своей красотой и масштабом, спортсмены республики завоевывают высшие награды на международных аренах; достигаются успехи в образовании и здравоохранении, укрепляется и развивается родной чеченский язык; восстанавливаются памятники архитектуры. Все это стало реальностью за короткий срок. Особая заслуга в этом принадлежит Первому Президенту Чеченской Республики, Герою России Ахмату-Хаджи Кадырову, 75-летие которого мы отмечаем в этом году.

В тот критический момент, когда чеченский народ оказался расколот, Ахмат-Хаджи нашел верный путь к спасению своего народа от гибели. В условиях полной разрухи он сумел убедить жителей в необходимости проведения референдума и принятия Кон-



ституции, что подчеркнуло его роль не только духовного лидера, но и мудрого политика. Референдум прошел успешно, была принята Конституция ЧР, республика вошла в правовое поле, что стало поворотным моментом в ее истории. Сегодня под руководством Главы Чеченской Республики, Героя России Рамзана Кадырова строится мирная и благополучная жизнь.

О деятельности Ахмата-Хаджи Кадырова можно говорить бесконечно. Сам он говорил, что не стремился быть политиком, но тяжелейшая ситуация в регионе сделала его таковым. Ему пришлось столкнуться с трудностями не только в политической сфере,

но и в вопросах, касающихся дальнейшей судьбы чеченского народа. Его жизненный путь и позиция определялись словами: «Я вместе со своим народом. Я останавливаю эту войну. Я разделяю со своим народом и его радость, и его боль». Выступив против терроризма и став врагом преступников, он, вероятно, осознавал риск постоянной опасности. Но могли ли остановить человека, который сказал: «Пусть даже меня не станет, я уже считаю себя победителем?»

Первый Президент Чеченской Республики, Герой России Ахмат-Хаджи Кадыров является истинным героем нашего времени и примером для подража-

ния. Люди, способные рассматривать жизненные аспекты через призму высоких ценностей, обладают особой мудростью. Ахмат-Хаджи, руководствуясь высокими принципами во всех сферах своей деятельности, смог воплотить в жизнь незыблемые гуманистические идеи, исполнить свой гражданский долг перед народом и спасти его от хаоса. Благодарный народ помнит и никогда не забудет его вклад в развитие республики и страны. История его жизни и подвига сохранится в памяти людей навечно. Ведь он был человеком, чья судьба тесно переплелась с судьбой народа, чьи дела стали легендой, передаваемой из уст в уста.

## Новая эра в спортивной истории ЧР

Милана Итиева

**С**овсем скоро начнется новая эра в истории спорта Чеченской Республики: состоится торжественное открытие первого современного спортивного комплекса – Ледовой арены «Ахмат». Одновременно с этим событием начнет свой путь первая профессиональная хоккейная команда «Ахмат-Гранит».

Для Чеченской Республики запуск нового спортивного сооружения означает гораздо больше, чем просто открытие. Это отправная точка для становления новой спортивной культуры, появления специализированного центра по развитию хоккея и предоставления жителям республики шанса заниматься видом спорта, который



ранее казался недоступным. Инициатива «Ахмат-Гранит» имеет долгосрочную перспективу: её цель – стимулировать развитие хоккея в регионе, обучать местных воспитанников, создавать сплоченное спортивное сообщество и превратить Чеченскую Республику в новый центр роста для российского хоккея.

Особенно значимым собы-

тием стало то, что одним из первых хоккеистов, присоединившихся к новому коллективу, оказался Рашид Тесаев – спортсмен, заложивший фундамент для становления хоккея в ЧР. Именно на чеченской ледовой арене он впервые попробовал свои силы, после чего его спортивный путь продолжился в Санкт-Петербурге. Теперь он возвращается на родину, чтобы

внести свой вклад в команду, которая ознаменует собой начало профессионального хоккея. Его возвращение символизирует связь между поколениями спортсменов и служит ярким примером того, как амбициозные начинания, зародившись как мечта, обретают реальность благодаря целенаправленной работе.

На торжественной церемонии открытия будут присутствовать руководство республики, представители спортивной общественности и президент Федерации хоккея России Владислав Третьяк. Кульминацией дня станет первый матч команды «Ахмат-Гранит», которая встретится со сборной Студенческой хоккейной лиги. Данная игра станет символическим началом большого пути новой команды и ключевой вехой в развитии хоккея на Северном Кавказе.

2

## Студенческий обмен

ГГНТУ имени академика М. Д. Миллионщикова и кампус «Школы 21» в Магасе планируют заключить соглашение о сотрудничестве, которое откроет возможности для проведения совместных мероприятий, программ студенческого обмена и стажировок.

**стр. 2**

## На шаг ближе к своей цели

В нашей газете особенно ценны истории тех учеников, которые своим примером показывают: хороший результат не бывает случайным. За каждым баллом стоят дисциплина, терпение, вера в себя и умение не сдаваться перед трудностями. Именно такой путь прошёл выпускник 11-го класса Тимур Вадудов.

**стр. 3**

## Ирсана Абдулаева:

## Важно соблюдать баланс между учёбой и отдыхом

Выпускница школы № 8 города Грозного Ирсана Абдулаева доказала: высокий результат на ЕГЭ – это не удача, а результат продуманной стратегии. В этом году она набрала впечатляющие баллы по биологии и химии, которые открывают перед ней двери Первого МГМУ имени Сеченова.

**стр. 4**

## Маленькими шагами уверенно к мечте

За каждой большой наградой стоят не только сцена и аплодисменты, но и будни: споры, поиски, поддержка и моменты, когда хочется всё бросить, а рядом кто-то тихо говорит: «Мы справимся». Именно из таких дней складывается настоящая сплоченность.

**стр. 5**

## Спорт как путь к равным возможностям

Кубок Содружества СКФО стал знаменитым спортивным событием для Грозного и всего Северо-Кавказского федерального округа. 13 августа 2026 года в Грозном участников ожидает II круг Кубка Содружества СКФО.

**стр. 6**

## Студенческий обмен

Путь к новым горизонтам и знаниям



Милана Итиева

**ГНТУ имени академика М. Д. Миллионщикова и «Школа 21» города Магаса планируют заключить соглашение о сотрудничестве, которое откроет возможности для проведения совместных мероприятий, программ студенческого обмена и стажировок.**

Представители вуза совместно со студентами посетили кампус «Школы 21» в Магасе – бесплатной образовательной инициативы по подготовке IT-специалистов, реализуемой при поддержке Сбера. По итогам визита достигнута предварительная договоренность о стратегическом партнерстве. В ближайшее время руководство «Школы 21» планирует ответный визит в ГНТУ. Стороны намерены подписать соглашение, которое позволит реализовать совместные программы обмена студентами и стажировки для выпускников «Школы 21» на базе лабораторий университета, – рассказали в вузе.

Целью визита в «Школу 21» было изучение передовых методик обучения, основанных на принципе «равный равному» (peer-to-peer), при котором студенты самостоятельно проверяют работы друг друга, а также знакомство с организацией учебного процесса без традиционных лекций и преподавателей. Делегация ГНТУ детально ознакомилась с четырехлетней образовательной программой и требованиями к абитуриентам.

Со своей стороны студенты Грозненского нефтяного университета представили учащимся направления подготовки в области нефтегазо-

вого инжиниринга, подчеркнув возможности сочетания классического образования с современными цифровыми компетенциями. Встреча прошла в формате открытого диалога, посвященного перспективам внедрения методик проектного обучения из IT-сферы в инженерные дисциплины.

«Школа 21» дает студентам то, чего часто не хватает в классическом университете, – абсолютную свободу в выборе темпа обучения и навыки реального командного программирования с первого дня. Для наших студентов это отличный пример того, как устроена современная IT-индустрия, – подчеркнула руководитель отдела маркетинга и рекламы ГНТУ Мата Ахазаева.

Напомним, в Чеченской Республике активно реализуется национальный проект «Экономика данных и цифровая трансформация государства». Данный проект с 2025 года пришел на смену нацпроекту «Экономика данных». Новый нацпроект направлен на увеличение инвестиций в отечественные IT-технологии до уровня как минимум вдвое выше роста ВВП. Кроме того, российские абитуриенты могут подать документы для поступления в вузы и колледжи тремя способами: лично в образовательной организации, по почте или в электронном формате через сервисы «Поступление в вуз онлайн» и «Поступление в СПО онлайн» на портале «Госуслуги». Создание сервисов соответствует задачам федерального проекта «Поступление в вуз онлайн» национального проекта «Экономика данных и цифровая трансформация государства».

## Новая эра

### в спортивной истории ЧР

В рамках мероприятия пройдет товарищеский хоккейный турнир, посвященный 75-летию со дня рождения Первого Президента Чеченской Республики, Героя России Ахмата-Хаджи Кадырова.

Ожидается также участие команд из Луганской и Донецкой Народных Республик. Для участников турнира подготовлена культурная программа, включающая посещение музея памяти Первого Президента Чеченской Республики Ахма-

та-Хаджи Кадырова, а также экскурсии по Грозному, Шали и Аргуну.

Запуск Ледовой арены «Ахмат» и формирование хоккейного клуба «Ахмат-Гранит» представляют собой важный шаг в укреплении спортивной базы региона. Современный спортивный объект создан для проведения соревнований всероссийского уровня, развития детско-юношеского хоккея, повышения уровня подготовки спортсменов и пропаганды здорового образа жизни.

«Ахмат-Гранит» символизирует нечто большее, чем просто спортивную команду – это старт новой эпохи, где спорт, формирование характера и рост подрастающего поколения идут рука об руку, открывая путь профессиональному хоккею в Чеченской Республике.



## Управленческий совет 53 школы признан лучшим в республике

Мадина Исаева

**Есть новости, которые заставляют гордиться своей школой еще сильнее. У обучающихся СОШ № 53 города Грозного отличный повод для радости: Управленческий совет их школы стал победителем регионального этапа Всероссийского конкурса «Лучший управленческий совет»!**

Уже в этом месяце команда средней общеобразовательной школы № 53 отправится на заключительный этап конкурса, где будет представлять не только свою школу, но и всю Чеченскую Республику. Там, на федеральном уровне, они сразятся с сильнейшими управленческими командами со всей России.

Сегодня школа – это не просто уроки и домашние задания. Это живой организм, где важно слышать каждого: ученика, учителя и родителя. Управленческий совет – это тот самый «мозговой центр», который делает школьную жизнь современной, комфортной и интересной.

В эпоху, когда образование стремительно меняется, умение грамотно управлять школьными процессами, внедрять инновации и создавать пространство для развития талантов – это настоящий вызов. Победа на региональном этапе доказывает: в 53-й школе работают люди, которые не просто «управляют», а по-настоящему



живут интересами учеников.

Победа на региональном этапе – результат слаженной работы всего коллектива, родителей и учеников. Управленческий совет нашей школы – это команда единомышленников, которые работают на благо развития образования и создания комфортных условий для обучения детей. Мы очень рады, что наш опыт получил высокую оценку, и будем достойно представлять Чеченскую Республику на заключительном этапе конкурса в августе. Это большая честь и серьезный вызов, но мы уверены в своих силах! Успех наших управленцев – прямая польза для каждого ученика. Это означает, что наша школа будет получать новые ресурсы, передовой опыт и возможности для улучшения качества образования, создания современных условий для обучения и развития, а также для реализации самых смелых идей,

прокомментировала победу председатель Управленческого совета Тоита Саид-Магомедовна Бултаева.

Управленческий совет школы актуален в современном мире, где роль школы трансформируется, становясь не только местом получения знаний, но и центром формирования личности, развития талантов и подготовки к жизни в быстро меняющемся обществе. Эффективное управление школой – это фундамент, на котором строится успешное будущее наших учеников. Когда во главе стоят компетентные, инициативные и неравнодушные люди, школа обретает новые возможности для развития, внедрения инновационных методик и создания комфортной, мотивирующей среды для всех участников образовательного процесса. Сильная команда управленцев означает, что учебный процесс становится эффективнее, а школьная среда – дружелюбнее.

## Больше, чем просто уроки

Каждый день в Надтеречном ДДТ начинается с полезных знаний

Амина Масаева

**На летней площадке «Основы ислама» МБУ ДО «Надтеречный ДДТ» состоялось очередное занятие, которое стало для ребят и полезным, и очень интересным. Летние встречи на площадке уже успели стать доброй традицией. Здесь дети проводят время с пользой, узнают новое, общаются друг с другом и учатся важным духовным и нравственным ценностям.**

Лето в МБУ ДО «Надтеречный ДДТ» – это не только отдых, но и время для духовного роста. Летняя площадка «Основы ислама» стала для ребят местом, где они проводят время вместе, учатся самому главному – доброте, терпению и пониманию своей религии.

Каждый день здесь начинается с полезных знаний. Ребята усердно работают над изучением сур из Священного Корана, понимая важность осознания их смысла. Кульминацией дня становится коллективный

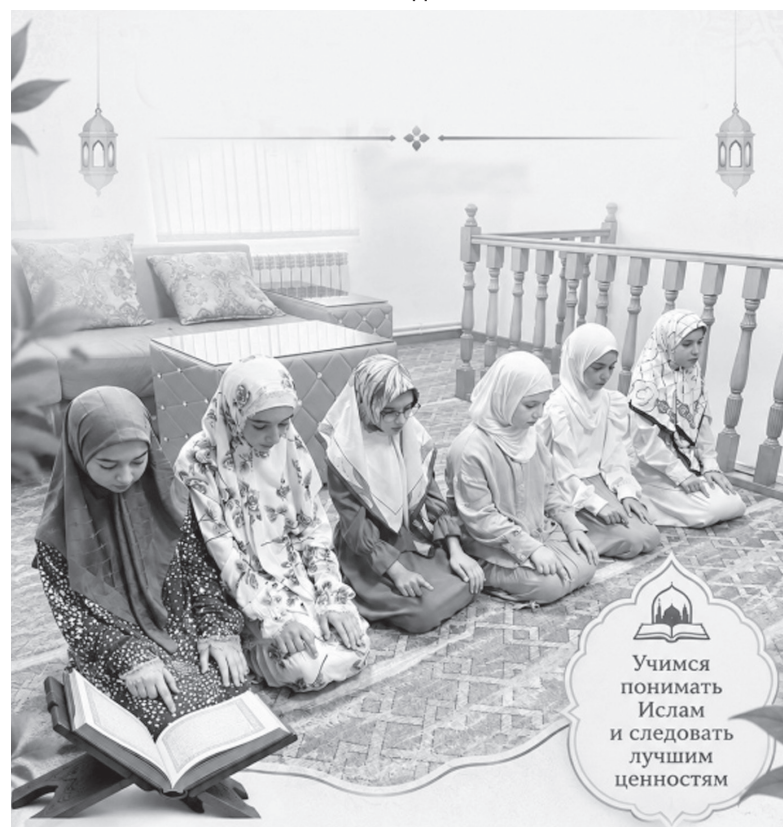
намаз. В эти моменты в классе воцаряется особая атмосфера спокойствия и единства. Для детей это важный шаг к дисциплине и осознанности.

На очередном занятии дети повторили и прочитали сур «Аль-Фатиха» и тахаххид, закрепляя правильное произношение и последовательность чтения. Основной темой занятия стало закрепление формы арабских букв. Дети повторили изученный материал, выполнили упражнения на распознавание и написание букв в различных позициях, что способствовало развитию навыков чтения и письма на арабском языке.

Педагог площадки З. А. Умарова отмечает, что главной целью занятий является привитие детям правильных ориентиров.

Наша задача – не просто дать теоретические знания, а помочь ребятам впитать лучшие исламские ценности. Мы учим их тому, что ислам – это религия мира, созидания и искренней любви к ближнему. Видеть, как дети с таким старанием и интересом тянутся к знаниям, – это самая большая награда для учителя, – говорит педагог.

Летняя площадка в «Надтеречном ДДТ» – это пространство, где каждый ребенок находит ответы на важные вопросы и учится быть достойным человеком. Ведь именно из таких маленьких шагов и добрых дел складывается светлое будущее нашего общества.



# На шаг ближе к своей цели

## История успеха выпускника из Аргуна

Амина Масаева

В нашей газете особенно ценны истории тех учеников, которые своим примером показывают: хороший результат не бывает случайным. За каждым баллом стоят дисциплина, терпение, вера в себя и умение не сдаваться перед трудностями. Именно такой путь прошёл выпускник 11-го класса Тимур Вадудов. В этом году он сдал ЕГЭ по химии на 82 балла, а по биологии – на 79 баллов. Для самого выпускника это не просто цифры в экзаменационном листе, а итог долгой и серьёзной работы, к которой он шёл весь учебный год.

Его история будет полезна тем, кто будет готовиться к экзаменам, а также тем, кто иногда сомневается, можно ли совместить учёбу, усталость и уверенность в будущем. Ответ Тимура показывает: можно, если идти к цели спокойно, последовательно и честно.

– Тимур Вадудов блестяще сдал единый государственный экзамен по химии, набрав 82 балла. Этот впечатляющий результат – закономерный итог огромного труда, сотен решенных задач и упорных часов подготовки. Химия – один из самых сложных предметов, но Тимур доказал, что для целеустремленного человека нет ничего невозможного. Мы искренне поздравляем его с этим успехом. Желаем не останавливаться на достигнутом, с такой же уверенностью пройти все будущие жизненные испытания и поступить в вуз своей мечты.



Позади сложный этап, впереди – яркое будущее! Гордимся и желаем побед, – поделились в администрации МБОУ «СОШ № 7» города Аргуна.

Мы решили поговорить с Тимуром о том, как ему удалось добиться такого результата, что помогало не опускать руки и кому он особенно благодарен за поддержку.

Когда у выпускника спрашивают, с чего начинается путь к высоким баллам, многие вспоминают не только школьные уроки, но и личный интерес к предмету. У Тимура химия и биология не вызвали равнодушия с самого начала. Эти дисциплины он воспринимал не как обязательные экзамены, а как область, где можно понять, как устроен мир, человек и природа.

**Тимур, поздравляем с отличными результатами! Расскажи, как ты шел к этим баллам? Это был марафон или спринт? Почему ты выбрал именно химию и биологию для сдачи ЕГЭ?**

Спасибо большое! На самом деле это был настоящий марафон. Подготовка началась еще в 10-м классе. Я понял, что химия и биология – предметы сложные, их нельзя просто «зазубрить» за неделю до экзамена. Пришлось выстроить систему: регулярные занятия, решение тестов, работа над ошибками. А выбрал их потому, что мне были интересны эти предметы. Мне хотелось разобраться в процессах, которые происходят вокруг нас и внутри живых организмов. Когда предмет действительно нравится, учиться легче.

Когда речь заходит о высоких баллах на ЕГЭ, многие представляют себе бесконечные учебники и жёсткий режим. На деле всё сложнее и в то же время понятнее: главное не количество часов, а качество подготовки. Тимур рассказал, что старался заниматься регулярно и не пропускать сложные темы.

**Как ты готовился к экзаменам? Был ли у тебя свой план?**

Да, я старался заниматься по плану. Сначала повторял теорию, потом решал задания. Если что-то не получалось, возвращался к теме ещё раз. Очень

важно не просто решать тесты, а понимать, почему допущена ошибка. Эти предметы требуют не только памяти, но и умения логически мыслить. В химии важно понимать цепочки превращений, свойства веществ, типы реакций. В биологии – разбираться в процессах, терминах, строении клетки, работе органов и систем.

Баллы Тимура на ЕГЭ говорят сами за себя. 82 балла по химии и 79 баллов по биологии – это результат серьёзной и качественной подготовки. Здесь важно подчеркнуть одну вещь: экзамен – это не только проверка знаний, но и проверка собранности, внимания, умения работать в условиях ограниченного времени.

**Что для тебя значат эти баллы?**

Для меня это знак того, что я не зря старался. Конечно, всегда хочется большего, но я доволен тем, что смог показать хороший результат. Это даёт уверенность в себе.

Ни один серьёзный успех не достигается в одиночку. Даже самый самостоятельный ученик нуждается в поддержке семьи, учителей и близких людей. Тимур с благодарностью говорит о тех, кто был рядом в период подготовки.

**Кому ты особенно благодарен за свой результат?**

В первую очередь, конечно, родителям. Они верили в меня даже тогда, когда я сам сомневался, и создавали все условия для учебы. Огромная благодар-

ность моим учителям – Заире Мусаевне Алхастовой, учителю химии, Хавре Билаловне Ахмадовой, учителю биологии, и, конечно же, самому доброму классному руководителю Мархе Лечиевне Банжаевой. Они не просто давали материал, а учили мыслить, разбираться в сути процессов.

После окончания школы перед выпускником открывается новый этап жизни. Это время, когда нужно выбрать направление и поставить перед собой новые задачи. Тимур уже задумывается о будущем и понимает, что школьные экзамены – это лишь одна из ступеней.

**Какие у тебя планы на будущее?**

Я хочу продолжить учёбу и связать своё будущее с профессией, где пригодятся знания по химии и биологии. Планирую поступать в медицинский вуз. С детства мечтал помогать людям, и теперь, когда экзамены сданы, я на шаг ближе к своей цели. Хочу стать профессионалом, которому можно доверить самое ценное – здоровье.

История Тимура – это пример того, как обычный школьник может добиться хорошего результата, если работает системно и не боится трудностей. Его успех не строился на случайности. Он складывался из регулярной подготовки, внимательного отношения к ошибкам, уважения к учителям и благодарности родителям. Именно такие качества помогут выпускнику уверенно смотреть в будущее.

## история

# Путешествие в прошлое Чечни

Амина Масаева

Этот год особенный для нашей республики – он посвящен горным районам. Это не случайно! Ведь именно в горах, среди неприступных скал и ущелий, зарождалась и сохранялась наша история и культура. Наши предки веками жили в этих суровых, но прекрасных условиях. Они строили неприступные башни, которые до сих пор стоят как свидетели прошлого, создавали уникальные традиции и обычаи, передавая их из поколения в поколение. Горные районы – это место, где каждый камень, каждая тропинка может рассказать свою историю. Здесь жили отважные воины, мудрые старейшины и талантливые мастера.

Когда мы говорим об исламской архитектуре Чечни, часто представляем величественные современные мечети. Но история этих сооружений уходит корнями гораздо глубже, чем принято считать. Археологические находки подтверждают: первые культовые постройки, связанные с исламской традицией, начали возводить в нашем регионе еще в начале XVIII века. Это реальное свидетельство того, как менялась культура и духовная жизнь наших предков столетия назад.

Самой древней мечетью, сохранившейся на территории региона, считается Химойская мечеть, дата постройки которой (XVIII в.) была выгравирована на ее стене. В этот период начинается широкое распространение исламской погребальной обрядности в горных районах Чечни. Большинство дошедших до нашего времени мечетей в горных районах относятся к XIX – началу XX вв., что подтверждается в арабских надписях на их камнях.

В раннеисламское время в качестве мечетей использовали средневековые жилые башни, пристраивая к их южным стенам михрабы. С необходимой ориентировкой



этих построек проблем не было, так как стены большинства средневековых архитектурных сооружений были ориентированы по странам света.

Средневековой жилой башней была первоначально мечеть в селении Макажой, в окрестностях озера Кезеной-Ам. Мечеть представляет собой двухэтажное каменное сооружение, ориентированное стенами по странам света. Михраб встроен в центральную часть южной стены на уровне второго этажа, что свидетельствует о том, что здесь находился молельный зал. Сама башня была построена в XIV–XVI вв., а в XVII–XVIII вв., возможно, стала использоваться как мечеть. При этом она несколько раз перестраивалась, в последний раз – в 1824–1825 гг., как об этом свидетельствует надпись на арабском языке на каменной плите.

В Чечне сложилась уникальная для исламской архитектуры традиция пристраивать здания мечетей к боевым башням, которые



стали использоваться в качестве минаретов (Шарой, Воуги). Эта традиция дала толчок к появлению здесь в XIX в. мечетей с минаретами, напоминающими по форме чеченские боевые башни с пирамидально-ступенчатой кровлей (Эткали, Хелды). Сохранились старинные мечети, хотя и в руинизированном виде, в селениях Кезеной, Хой, Шикарой, Харкарой, Хакмадой, Бушни, Меши, Коротых. Наиболее ранней из них может быть Кезенойская мечеть, в основание дверного проема которой была вмонтирована надмогильная стела Ади Сурхо, героя эпических песен «Илли». Отец Сурхо, Ада, упоминается в связи с битвой чеченцев с кабардинским князем Тимарком (Темрюком), который жил в XVI в. и был тестем русского царя Ивана Грозного.

Кособому виду начертаний на камнях средневековых построек в Чечне относятся эпиграфические надписи, выполненные средневековой грузинской графикой (асомтаврული,

нухури), в основном, имена собственные. «В селении Кашт Итум-Калинского района сохранилась надпись, сделанная на камне жилой башни в селении Кашт (Зумс) грузинским средневековым письмом асомтаврული. Автором эта надпись была зафиксирована и скопирована в 2012 г. При переложении грузинской графики на кириллицу получается следующий текст: АС КХ(А) Ц(А) ЛАТ(И) или АС КЪ(А) Ц(А) ЛАТ(И). При переводе с чеченского языка это означает: «Я оцаг не возжег» или «Я не совершил греха», – пишет российский ученый, этнолог, исследователь чеченской истории и культуры Леча Махмудович Ильясов. – С этой надписью связано старинное предание, сохранившееся до сегодняшнего дня. Согласно преданию, два друга пошли охотиться на туров, при этом один из них сорвался в пропасть и погиб. Второму охотнику пришлось на суде старейшин дать очистительную клятву, который признал его невиновность. Вернувшись домой, юноша выбил на камне надпись, в которой он отрицал свою вину в смерти друга. Таким образом, эту надпись можно перевести как «Я не совершил греха».

Эта надпись является дополнительным подтверждением того, что в IX–X вв. чеченцы использовали грузинскую письменность не только в богослужении, но и в быденной жизни. Камень с надписью резко отличается от других камней позднесредневековой постройки, и видно, что он перенесен из более древнего сооружения. Камни с текстом, записанным грузинским письмом асомтаврული, были найдены в руинизированных каменных постройках в селениях Шарой и Бавлой, но из-за повреждения камней перевод и толкование текста не представляется возможным».

В Чеченской Республике объявлен Год горных районов! Это значит, что в течение всего года мы будем больше узнавать о наших прекрасных горах, их природе, истории и культуре. Горные районы – это важная часть нашего наследия и потенциал для развития.

## Ирсана Абдулаева:

## Важно соблюдать баланс между учёбой и отдыхом

Иман Хамдиева

**Выпускница школы № 8 города Грозного Ирсана Абдулаева доказала: высокий результат на ЕГЭ – это не удача, а результат продуманной стратегии. В этом году она набрала впечатляющие баллы по биологии и химии, которые открывают перед ней двери Первого МГМУ имени Сеченова. В интервью Ирсана рассказала, как за два года спокойной подготовки достичь высоких баллов без нервных срывов. Её главный рецепт: начинать рано, анализировать ошибки и не забывать про отдых.**

**Ирсана, расскажи немного о себе и о своих достижениях?**

Я окончила школу и в этом году успешно сдала ЕГЭ на высокие баллы. Всегда старалась хорошо учиться, особенно мне нравились

биология, химия, поскольку хотела связать свое будущее с медициной. Родители и близкие всегда поддерживали меня. Для меня главным достижением стали высокие результаты ЕГЭ, ведь за ними стоит несколько лет упорного труда.

**С какого класса ты начала серьёзно готовиться к ЕГЭ и почему выбрала именно такой темп?**

Серьёзную подготовку я начала в 10-м классе. Мне хотелось распределить нагрузку постепенно, чтобы не пытаться выучить всё за один год. Такой темп позволил спокойно разобраться со всеми сложными темами, регулярно повторять материал и не испытывать сильного стресса перед экзаменами.

**Когда ты узнала свои баллы, какой была первая реакция: облегчение, шок, слёзы?**

Когда появились резуль-



таты, увидев их, я сначала даже не поверила своим глазам. Потом пришло огромное облегчение и радость – все усилия действительно оправдались.

**Какой вуз ты выбрала для поступления и почему?**

Я планирую поступать в Первый Московский

государственный медицинский университет имени И. М. Сеченова на специальность «Лечебное дело». Эта профессия всегда казалась мне очень важной и нужной. Мне хочется помогать людям, постоянно развиваться и работать в сфере, где можно приносить реальную пользу обществу. Сеченовский университет привлекает меня высоким уровнем подготовки, сильной практической базой и возможностями для профессионального роста.

**А чем ты увлекаешься?**

Несмотря на большую учебную нагрузку, я стараюсь находить время для отдыха. Люблю гулять, проводить время с друзьями и семьёй. Считаю, что важно соблюдать баланс между учёбой и отдыхом, потому что именно это помогает сохранять мотивацию и не выгорать во время подготовки.

**Назови три главных со-**

**вета для подготовки к ЕГЭ. Что точно стоит делать, а чего избегать?**

Для успешной подготовки к экзаменам могу посоветовать следующее.

Начинайте подготовку заранее. Лучше заниматься понемногу, но регулярно, чем пытаться освоить весь материал за несколько месяцев. Решайте как можно больше вариантов и анализируйте ошибки. Недостаточно просто выполнять задания – важно понимать, почему была допущена ошибка, и больше её не повторять. Не забывайте про отдых. Полноценный сон, небольшие перерывы и физическая активность помогают гораздо лучше усваивать информацию. А избегать я бы посоветовала постоянного сравнения себя с другими и зубрёжки без понимания материала. Намного эффективнее заниматься системно, верить в свои силы и идти к цели шаг за шагом.

## досуг

## Полезные и интересные каникулы

Диана Магомаева

**Чтобы сделать лето не только интересным, но и полезным, на базе общеобразовательных организаций Чеченской Республики работают летние площадки, где школьники могут провести свободное время с пользой, найти занятие по душе и попробовать себя в самых разных направлениях.**

Программа летних площадок объединяет образовательные, творческие, спортивные и интеллектуальные занятия. Ребята получают возможность развивать свои способности, расширять кругозор, общаться со сверстниками и приобретать новые навыки в непринужденной обстановке. Для одних – это возможность сделать первые шаги в робототехнике и программировании, для других – раскрыть творческий потенциал, заняться спортом, познакомиться с миром науки или освоить полезные навыки декоративно-прикладного творчества.

Важная задача такой работы – организовать содержательный досуг детей в период каникул, создать условия для их всестороннего развития и поддерживать интерес к знаниям через

практические и увлекательные занятия. Летняя площадка становится пространством, где обучение не заканчивается вместе с последним школьным звонком, а приобретает новые формы – более свободные, игровые и практико-ориентированные.

Одним из примеров такой организации летнего отдыха стала работа площадки на базе средней общеобразовательной школы № 26 города Грозного. Здесь состоялось открытие летней площадки, которое стало началом насыщенной программы, объединившей творчество, спорт, науку и техническое направление.

С первых дней ребята смогли выбрать занятия по интересам. Для будущих инженеров открылись курсы по робототехнике, любителей активного образа жизни ждут волейбол и баскетбол, а для тех, кто предпочитает стратегию и интеллектуальные задачи, – шахматы. Юные артисты занимаются в театральной студии, а участники «Трудовой мастерской» осваивают различные виды творчества и рукоделия.

Отдельное место в программе занимают естественно-научные направления. На занятиях «Биолаба» школьники

знакомятся с удивительным миром живой природы и учатся рассматривать привычные явления с точки зрения науки. Например, тему фотосинтеза – сложного процесса, благодаря которому растения используют энергию света, – ребята разбирают на понятном и доступном примере. Зеленый лист в таком объяснении предстает настоящей природной «фабрикой», а хлорофилл помогает растению преобразовывать солнечную энергию. Такие занятия позволяют школьникам увидеть, что наука окружает нас повсюду и даже самые привычные явления могут стать предметом интересного исследования.

Не менее увлекательно проходят занятия в «Трудовой мастерской». Одной из тем стала вышивка гладью. Участники познакомились с основными видами стежков и правилами их выполнения, а затем попробовали создать собственный простой узор. Подобная работа требует аккуратности и терпения, поэтому одновременно помогает развивать мелкую моторику, внимание, усидчивость и художественный вкус. А главное – дает возможность детям увидеть результат своего труда и почувствовать радость творчества.

Творческие способности школьники раскрывают и на занятиях театрального кружка. Одна из встреч была посвящена дикции и жестикуляции. Ребята выполняли артикуляционную гимнастику, работали над скороговорками, учились говорить четко и выразительно. Особое внимание уделялось жестам и движениям, которые помогают ярче передать эмоции и характер сценического персонажа. Такие упражнения способствуют развитию сценической речи, актерской выразительности и уверенности в себе.

Свое место на летней площадке занимают и современные технологии. Для юных конструкторов занятия по робототехнике стали возможностью перейти от теории и простых схем к созданию первых управляемых устройств. Ребята программировали микроконтроллеры, учились взаимодействовать с датчиками и задавать техническим моделям определенные команды.

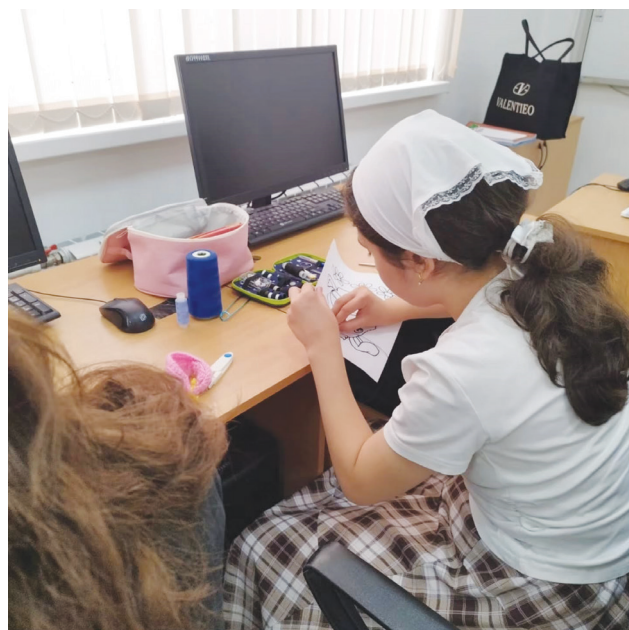
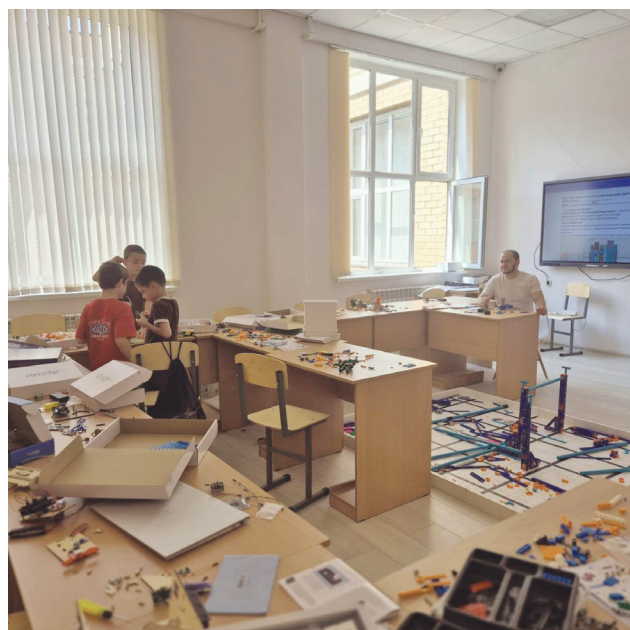
Особенно ярким моментом стала сборка первых моделей, которые смогли двигаться и выполнять простые действия. Для некоторых участников настоящим достижением стало самостоятельное написа-

ние программы, благодаря которой удалось запустить мотор. В процессе работы школьники учились не просто собирать устройства, а мыслить логически: определять, какую команду необходимо дать роботу, чтобы он поехал вперед, остановился или повернул.

Так постепенно формируются первые навыки программирования, технического и инженерного мышления, а каждый новый результат становится стимулом для дальнейшего развития и создания более сложных проектов.

Одним словом, летняя площадка в СОШ № 26 города Грозного объединяет самые разные интересы школьников. Здесь можно заниматься спортом и шахматами, выходить на сцену, создавать изделия своими руками, изучать окружающий мир и делать первые шаги в робототехнике.

Именно в таком разнообразии возможностей и заключается ценность летних школьных площадок. Они помогают ребятам провести каникулы интересно и с пользой, найти новых друзей, раскрыть способности и, возможно, открыть в себе новое увлечение, которое останется с ними надолго.



# Маленькими шагами уверенно к мечте



Иман Хамдиева

**За каждой большой наградой стоят не только сцена и аплодисменты, но и будни: споры, поиски, поддержка и моменты, когда хочется всё бросить, а рядом кто-то тихо говорит: «Мы справимся». Именно из таких дней складывается настоящая сплочённость. Коллектив Дома культуры Гудермесского района знает об этом**

**не понаслышке: упорство и единство принесли им Гран-при и призовые места на IV Всероссийском многожанровом фестивале-конкурсе «Гордость нации – 2026».**

Победа – это не просто достижение цели, а важный опыт, который влияет и на работу, и на отношения внутри команды. Успех дает коллективу веру в свои силы. После одной победы легче браться за новые, более сложные задачи. Победа становится «общей историей», которую вспоминают и пересказывают спустя время.

О том, что стоит за этой победой, нам рассказала художественный руководитель Дома культуры Гудермесского района Мадина Тагировна Дурдаева.

– Мы постоянно ищем новые возможности для самореализации наших воспитанников. На конкурсе «Гордость нации – 2026» блестяще выступил хореографический коллектив «Дарц», который занял пять первых мест и получил специальный приз «Гордость нации – 2026». Успешно представили район и наши вокалистки: они заняли призовые места, а Раяна Сатаева стала обладательницей Гран-при в своей номинации, – подчеркнула Мадина Тагировна.



По словам руководителя, решение об участии в конкурсе было принято спонтанно, поэтому подготовка проходила в сжатые сроки.

– Наибольшие трудности возникают на стыке проработки материала и психологической устойчивости перед выступлением. Нужно не только создать номер, но и грамотно его представить. Сложный этап – это «накатка» программы и работа над художественной стороной после того, как техника уже освоена. Нужно добиться чистого исполнения. Для участников самым тяжелым испытанием становится выход на сцену, потому что здесь уже нельзя ничего переделать или повторить. Несмотря на то, что на подготовку у нас было всего 10 дней, коллектив справился с задачей на отлично. Сейчас

мы планируем обновление репертуара, экспериментируем с форматами и уже подыскиваем новые престижные конкурсы, – резюмировала Мадина.

Также о начале своего творческого пути и победе в конкурсе нам рассказали воспитанницы хореографического коллектива «Дарц» Даяна Даниялова и Маликат Куразова.

Даяна учится в Дарбанхинской средней школе Гудермесского района, увлекается танцами уже три года.

– Я очень хотела участвовать в конкурсах не только в ЧР, но и за ее пределами. Поездка в Нальчик была моим первым выездом и участие в конкурсе «Гордость нации – 2026» для меня стало неожиданностью, чему я очень рада. Танец «Зулипат и Хазалла», в котором я участвую, занял пер-

вое место. От наших побед мы получили невероятные ощущения. Я очень благодарна нашему коллективу, а также хореографу за такие возможности, – отметила Даяна.

Маликат, ученица второго класса, уже два года посвящает себя танцам. Близкие и друзья ласково зовут её Мелек.

– У меня всегда было и есть большое желание выступать на разных сценах. Особенно нравятся конкурсы за пределами республики, потому что там есть возможность с гордостью представить нашу республику, – рассказала Маликат.

Успех коллектива из Гудермеса – это наглядный пример того, как грамотное наставничество в сочетании с детским энтузиазмом дает мощный импульс для развития культуры региона. Мадина Тагировна и её команда понимают: чтобы оставаться на высоте, нельзя останавливаться на достигнутом. Победа на «Гордости нации» стала для них не финишной чертой, а лишь подтверждением того, что выбранный вектор развития – верный.

под

## Безопасность детей на дороге

Милана Тамаева

**Каждый день тысячи людей отправляются в путь: кто-то идет в школу, кто-то едет на работу, кто-то отправляется в путешествие с семьей. Дорога соединяет нас с разными местами, помогает добраться до нужного пункта, но при этом требует от каждого участника движения внимательности и ответственности.**

### Безопасность детей начинается со знаний, внимания и ответственности взрослых

Особенно важно помнить о безопасности детей. Ребенок еще только учится правильно оценивать дорожную ситуацию, поэтому задача взрослых – научить его правилам поведения на дороге и создать условия, в которых риск опасности будет минимальным.

В Чеченской Республике вопросам профилактики детского дорожно-транспортного травматизма уделяется большое внимание. Сотрудники Госавтоинспекции регулярно проводят встречи с детьми и родителями, рассказывают о правилах дорожного движения и напоминают о том, что безопасность на дороге зависит от каждого человека.

Так, в рамках акции «Безопасность детства» в Гудермесском центре социальной помощи семье и детям прошло познавательное мероприятие для воспитанников учреждения. Сотрудники Госавтоинспекции провели для ребят беседу «Путешествие в страну правил дорожного движения».

Во время встречи инспекторы рассказали детям о самых важных правилах, которые необходимо соблюдать ежедневно. Ребята узнали, как правильно переходить дорогу, почему нельзя перебежать проезжую часть перед близко идущим транспортом, что означают сигналы светофора и какую роль



играть дорожные знаки.

Особое внимание было уделено тому, почему опасно играть возле дороги и на проезжей части. Иногда дети забывают об осторожности, увлекаясь игрой, катанием на велосипеде или самокате. Однако дорога – это не место для игр. Для активного отдыха необходимо выбирать безопасные площадки, дворы или специально оборудованные зоны.

Инспекторы также напомнили ребятам о правилах безопасной езды на велосипедах. Перед поездкой важно проверить исправность велосипеда, использовать защитную экипировку и выбирать места, где отсутствует интенсивное движение автомобилей.

Мероприятие прошло в интересной и доступной форме. Дети не только внимательно слушали сотрудников ГИБДД, но и активно участвовали в беседе: отвечали на вопросы викторины, разгадывали загадки о транспорте, дорожных знаках и правилах поведения на улице. Безусловно, такие встречи помогают детям лучше запомнить важную информацию и формировать привычку соблюдать правила с раннего возраста.

Однако безопасность детей на дороге зависит не только от их знаний. Большая ответственность лежит на взрослых, особенно когда ребенок находится в автомобиле.

### Детское кресло – надежная защита маленького пассажира

Сотрудники Госавтоинспекции постоянно напоминают водителям о важности использования детских удерживающих устройств при перевозке детей в автомобиле. Для маленького пассажира детское кресло является настоящей защитой. Оно помогает правильно зафиксировать ребенка во время движения и значительно снижает риск получения тяжелых травм при дорожно-транспортном происшествии.

Многие взрослые ошибочно считают, что если поездка короткая или автомобиль движется с небольшой скоростью, то можно обойтись без детского кресла. Но аварийная ситуация может возникнуть в любую секунду, даже во время обычной поездки рядом с домом.

Исследования показывают: при столкновении автомобиля с неподвижным препятствием на скорости 50 км/ч на организм взрослого человека весом около 80 килограммов воздействует сила удара примерно в две тонны. Для ребенка такая нагрузка может стать особенно опасной, поскольку детский организм еще находится в стадии развития. Именно поэтому маленькие пассажиры нуждаются в дополнительной защите. Детское удерживающее устройство помогает уменьшить последствия столкновения и сохранить самое дорогое – жизнь и здоровье ребенка.

Сотрудники ГИБДД обращают внимание родителей: безопасность ребенка в машине полностью зависит от ответственного



поведения взрослых. Перед каждой поездкой необходимо убедиться, что ребенок правильно размещен в автомобиле, пристегнут, а детское кресло установлено в соответствии с правилами.

Также водителям напоминают о необходимости соблюдать скоростной режим, не отвлекаться во время управления автомобилем, не пользоваться телефоном за рулем и всегда быть внимательными на дороге.

### Внимательность спасает жизнь

Особую опасность для детей представляет темное время суток. Чтобы сделать пешеходов более заметными для водителей, специалисты рекомендуют использовать световозвращающие элементы на одежде, рюкзаках или аксессуарах. Такая простая мера помогает водителям раньше заметить человека на дороге и вовремя среагировать.

Каждый ребенок должен знать: прежде чем перейти дорогу, необходимо остановиться, посмотреть по сторонам, убедиться в безопасности и только после этого начинать движение. Нельзя выбегать на дорогу из-за стоящих автомобилей, переходить улицу в неположенном месте или игнорировать сигналы светофора.

Правила дорожного движения созданы не для того, чтобы ограничивать свободу, а для того, чтобы защищать людей. Знание этих правил, внимательность и уважение к другим участникам

движения делают улицы и дороги безопаснее.

### Безопасности дорожного движения учат и на летних площадках

На летних площадках, которые организуются в школах и учреждениях дополнительного образования Чеченской Республики, также уделяют внимание вопросам безопасности и ответственному поведению детей на улице.

Так, в Надтеречном доме юных техников в рамках работы летних площадок «Безопасное лето» для ребят прошли занятия, посвященные правилам дорожного движения. Под руководством В. У. Юсупова дети говорили о важности соблюдения ПДД, знакомились с основами безопасного поведения на дороге и учились ответственнее относиться не только к собственной безопасности, но и к безопасности окружающих.

Для ребят подготовили разнообразные игры и практические занятия. Они повторили правила перехода проезжей части, вспомнили, как правильно действовать на светофоре, а также познакомились с различными дорожными знаками.

Особенно наглядно закрепить полученные знания помог специальный учебный макет городской улицы, на котором представлены дороги, перекрестки, пешеходные переходы, светофоры и дорожные знаки. С его помощью дети разбирали различные дорожные ситуации и на практике учились правильно ориентироваться в условиях городской среды.

Подобные занятия помогают сделать изучение правил дорожного движения более интересным и понятным для детей. А главное – формируют у них ответственное отношение к собственной безопасности и помогают закрепить важные навыки, которые необходимы каждому участнику дорожного движения.

## Спорт как путь к равным возможностям

Мадина Исаева

**Кубок Содружества СКФО** стал заметным спортивным событием для Грозного и всего Северо-Кавказского федерального округа. 13 августа 2026 года в Грозном участники Кубка Содружества СКФО. В соревнованиях примут участие футболисты из разных регионов России, которых объединила общая цель – любовь к футболу и желание показать, что настоящий спорт не знает непреодолимых границ.

2 июля 2026 года в городе Грозном завершился I круг Кубка Содружества СКФО по футболу среди людей с ампутациями конечностей и лиц с ограниченными возможностями здоровья. На турнир приехали участники



со всей страны. Они встретились на футбольном поле, чтобы продемонстрировать спортивное мастерство, силу характера и стремление к победе. Однако значение этих соревнований намного шире, чем результаты матчей. Основная цель подобных мероприятий – интеграция

людей с инвалидностью в общество.

Организаторами турнира выступили адаптивная спортивная школа «Ламан Аз» и региональный совет сторонников партии «Единая Россия» в ЧР. Футбольные соревнования стали частью всероссийского марафона

«Сила России» и прошли под эгидой федерального проекта «Единая страна – доступная среда». Участие в масштабном празднике спорта приняли профессиональные команды из российских клубов. Игры проходили по схеме 7 на 7, каждый матч состоял из двух таймов по двадцать минут.

По завершении первого этапа места распределились следующим образом: золото у сборной Дагестана, серебро взяла чеченская команда, бронзу завоевала Республика Северная Осетия – Алания. Чемпионы и призёры получили памятные награды от чеченского отделения партии «Единая Россия». Глава местного исполкома партии, член Генсовета и координатор проекта «Единая страна – доступная среда» Адлан Динаев подчеркнул, что спортсмены показали своё

мастерство, играя в полную силу, и доказали, что инвалидность не может помешать проявлять характер и побеждать.

Кубок Содружества СКФО по футболу среди спортсменов с ампутациями конечностей, прошедший 2 июля 2026 года в Грозном, стал важным событием для развития адаптивного спорта и интеграции людей с инвалидностью в общество. Турнир объединил участников со всей страны и привлёк внимание к ценности равных возможностей. 13 августа 2026 года в Грозном состоится второй круг кубка, который продолжит спортивную борьбу и важный общественный диалог.

Такие соревнования доказывают: инклюзия начинается с уважения, а сильное общество строится тогда, когда в нём есть место для каждого.

на заметку

## Режим «боевой готовности»

Как не «сломаться» в первые недели учебы

Мадина Исаева

**Вот и наступил последний месяц лета. Еще вчера ты планировал, как будешь гулять до ночи, а сегодня будильник в 7 утра звучит как сигнал тревоги. Знакомо? Мы решили узнать у наших учеников и учителей, как они «включаются» в учебный процесс и есть ли секретный лайфхак, чтобы не превратить сентябрь в бесконечную пытку.**

### Правило «мягкого приземления»

Главная ошибка – пытаться стать идеальным учеником в первый же понедельник: решить, что с завтрашнего дня ты будешь вставать в 7 утра, делать все домашние задания сразу и бегать по утрам. Спойлер: к среде организм устроит бунт. Психологи советуют входить в режим постепенно.

– Я в прошлом году решил, что буду учиться по 5 часов в день сразу после школы, – делится опытом десятиклассник Расул. – В итоге к середине сентября чувствовал себя как выжатый лимон. Сейчас я планирую использовать правило «малых шагов»: сначала просто налаживать время сна, а потом постепенно добавлять нагрузку.

### Секрет № 1: сон – это база

Настроить мозг на учебу невозможно, если он находится в состоянии постоянного недосыпа. Мозг – это орган, которому нужна «перезагрузка». «Важно не то, во сколько вы ляжете, а то, насколько предсказуем ваш график, – объясняет школьный психолог Елена Голишева. – Если вы привыкли ложиться в два часа ночи, не пытайтесь завтра же встать в семь. Сдвигайте время отхода ко сну на 15–20 минут каждый день. Так организм не заметит подвоха».

### Настрой – это 50% успеха

Иногда проблема не в объ-

еме заданий, а в том, что мы сами себя накручиваем. Начинается учебный год, а вместе с ним – ворох новых задач, незнакомых предметов и, конечно, ожиданий. В голове мелькают мысли: «Я не справлюсь», «Это слишком сложно». Эти сомнения, как снежный ком, начинают расти, обрастая страхами и тревогой. Но задумайтесь: а так ли все страшно на самом деле? Часто наши собственные мысли становятся главным препятствием на пути к успеху.

Попробуйте взглянуть на предстоящий учебный год иначе. Вместо того чтобы фокусироваться на возможных трудностях, представьте, что каждый новый урок, каждое задание – это шаг к новым знаниям и умениям. Это возможность открыть для себя что-то интересное, развить свои таланты и стать немного лучше, чем вчера. Такой позитивный настрой – это не просто слова, а мощный инструмент, который способен изменить ваше восприятие и, как следствие, ваши результаты.

Учитель математики Раиса Автаева, человек с многолетним стажем, знает, как помочь ученикам взглянуть на школьную жизнь под другим углом.

– Ребята, не воспринимайте школу как тюрьму. Это место, где вы видите с друзьями, где можно общаться, делиться новостя-

ми и просто проводить время вместе. Конечно, есть и уроки, и домашние задания, но это лишь часть большой школьной жизни. Попробуйте найти в учебе то, что вам действительно интересно. Не обязательно любить все предметы одинаково. Если вся программа кажется вам скучной или слишком сложной, сконцентрируйтесь на одном предмете, который вызывает у вас искренний интерес. Может быть, это история, и вы мечтаете стать археологом? Или биология, и вас завораживает мир природы? А может, вы обнаружите в себе талант к литературе или живописи? Когда есть хотя бы один урок, на который ты идешь с предвкушением, весь учебный день воспринимается гораздо легче. Этот интерес становится той самой ниточкой, за которую можно потянуть, чтобы размотать клубок всего остального. И тогда даже самые сложные задачи по другим предметам кажутся уже не такими непреодолимыми, ведь у вас есть сильная мотивация и положительный настрой.

Итог: не требуйте от себя всего и сразу. Сентябрь – это время для разгона. Главное – не останавливаться, и уже через пару недель вы сами не заметите, как втянетесь в ритм.

Удачи в новом учебном году!



## Основы здорового питания для детей школьного возраста



Иман Хамдиева

**Полноценное питание школьника играет важную роль в жизни ребенка. В этот период у него интенсивно развивается нервная система, формируется иммунитет, укрепляются кости и мышцы. В период активного роста ребенку нужен полноценный рацион, который покрывает потребности организма. Какие же продукты необходимо включать в рацион ребенка?**

В первую очередь – это продукты с высоким содержанием белка. Нежирное мясо (курица, индейка, кролик, говядина), рыба (2–3 раза в неделю; выбирайте маложирные сорта: треску, пикшу, судака), яйцо (2 раза в неделю), молочные и кисломолочные продукты (ежедневно). Кисломолочные продукты особенно полезны – они поддерживают здоровую микрофлору кишечника.

**Овощи и фрукты.** Старайтесь давать около 280–320 г овощей (помимо картофеля) и 200–250 г фруктов в день. В них много клетчатки, витаминов (С, группы В, бета-каротин) и минералов. В холодное время года можно использовать замороженные овощи и фрукты – после «шоковой» заморозки они хорошо сохраняют полезные вещества.

**Углеводы.** Выбирайте цельнозерновой хлеб, макароны из твердых сортов пшеницы, крупы (гречка, овсянка – они богаты белком, минералами и клетчаткой).

**Полезные жиры.** Добавляйте в блюда немного сливочного и растительного масла.

**Другие полезные добавки.** Орехи (в умеренном количестве – примерно горсть ребёнка, так как они довольно жирные) можно добавлять в салаты или каши либо давать как часть перекуса. Бобовые (фасоль, горох, нут, чечевица) – хороший источник растительного белка и клетчатки, но не стоит давать их слишком часто (2–3 раза в неделю) и следует употреблять их небольшими порциями.

### Принципы рационального питания школьников

Дробное питание. 4–5 приемов пищи в день небольшими порциями поддерживают энергию, желудок не перегружается.

Ограничение вредных продуктов. Фастфуд, газировка, сладости содержат лишний сахар и жиры. Они не приносят пользы. Водный баланс. Ребенку нужно достаточно жидкости. Самый лучший вариант – чистая вода.

Четкий режим. Есть лучше в одно и то же время. Так организм привыкает к стабильному ритму.

Следуя этим правилам, родители помогают ребенку выработать правильные привычки, которые сохраняют здоровье, поддерживают иммунитет и обеспечивают хорошее самочувствие на долгие годы. Ведь сбалансированное питание действительно очень важно для школьника: оно помогает поддерживать энергию для учёбы, занятий спортом и активного роста.

# Урокан тема: «Ирсан орам»

## Діадевлларш. Кхаъ. Йолайо Фосфоритогорск

Исаков Наврдин Бирлант,  
нохчийн меттан, литератури  
хьехархо Соьлжа-Галин МБЙХь  
«Гимнази № 5»

### Нохчийн литература. 11 класс

#### 1. Урокан тайпа: ийна урок

2. Урокан іалашо: романан дакъойн чулацам бовзийтар, коьртачу проблем-мах кхетам балар.

#### 3. Кхочушдан лору жамлаш:

**Личностни:** идейни догтешар, Дай-махкана гуллакх дан а, ларбан а кий-ча хилар, цуьнан кхолламах жьопалле хилар, цуьнца цхьаьна, литератури масалш тлехь кхетош-кхиор; исбаьхьаллин литератури турпалхойн леларийн а, амалийн а мах хадор.

**Метапредметни:** литератури материалан бух тлехь дешаран а, талламан а, проектан а гуллакхаш дан хаар, исбаьхьаллин произведенийн буха тлехь проблемаш йерзоран хаарш хилар; дешаран гуллакхехь а, дахаран хьелаш-кахь а шайн зеделларг тидаме а оьцуш, шайн іалашонаш хитто хаар.

**Предметни:** романан дакъойн чула-цам бовзийтар, коьрта проблемах кхетам балар.

4. Коьрта дешнаш: роман, проект, турпалхо

5. Базови кхетамаш: мотт, дахар, текст

6. Урокехь дан лерина гуллакхдаран некъаш:

- ✓ Хаарш зер (хаарийн актуализаци)
- ✓ Іаматца болх бар
- ✓ Суртхотторан гирсаш схьайазбар, тайпанаш билгалдахар.
- ✓ Текстаца болх бар (инсерт технологи-гех пайда эцар)
- ✓ Таблица тлейузар
- ✓ Проектан тлехь болх бар
- ✓ Мах хадоран кехаташца болх бар

### БЛОЧНО-МОДУЛЬНИ УРОКАН СУРТХІОТТОР

**БЛОК 1. Мотивацин-Іалашонан мур. Темина тле вар, керла материал синкхетамца тлеэцаран хьелаш кхоллар.**

#### Модуль 1.1. Проблемни хьал.

Цкъа а лийр воцуш санна деша. Маьна даста хіокху аларан. «Ирсан орам» романан муьлхачу декъана далор дара аша хіара кица? «Ирсан орам» романан муьлхачу дакъойх лаьцна хир ду таханлера къамел? (Діадевлларш. Кхаъ. Йолайо Фосфоритогорск.)

#### Модуль 1.2. Іалашо хіоттор.

Стенах лаьцна дуйцур ду вай тахана? Романан дакъойн чулацам бевзар бу, коьрта проблема йостур йу.

### БЛОК 2. Гуллакхан мур.

**Модуль 2.1. Актуализаци йар, хаарш карладахар. ХААРШ ЗЕР (ТЕСТ)**

1. Клавдия Ивановнас муьлха дарж делира Вассин?

- 1) аптекин заведующи
- 2) уборщица +
- 3) фармацевт
- 4) кассир

2. «Цкъа а воха мегар дац», - хьан аьлла хіара дешнаш?

- 1) Вассас
- 2) Тамарас
- 3) Клавдия Ивановнас
- 4) Дарья Петровна +

3. «Хіан-хіа, хьер ца ваьллачо оьцур йац хіара декъаза зуда аптеке!» - хьан аьлла хіара дешнаш?

- 1) Вассас
- 2) Тамарас

3) Клавдия Ивановнас +

4) Дарья Петровна

4. Стенах олу кица?

1) хіуманан мухалла билгалйоккхуш йа цуьнан цхьа агло исбаьхьаллин, по-этически кепехь гойтуш йолу дош.

2) исбаьхьаллин сурт хіоттош цхьа хіума шех тера долчу кхечу хіуманехула билгалдаккхар, шен ма-даррачу маьнхь а доцуш, кхечу маьнхь дош далаш хіума йа гуллакх гайтар.

3) доцца, шайгахь къеггина а, кхето-ран маьна долу а ира халкъан аларш. +

4) исбаьхьаллин кепехь цхьа хіума йа гуллакх кхечуьнгахула билгалдаккхар, шех тера долчу кхечунах дустуш гайтар.

5. «Адамо кхоьллинчу инзарех уггар башханиг – книга хета суна», - хіокху аларан автор ву:

1) Михаил Горький +

2) Николай Лесков

3) Тарковский Арсений

4) Михаил Булгаков

Вовшийн белхаш таллар. Мах хадоран кехаташ тле баллаш йахкар. (хіора тледилларна нийса жоп - 1 балл)

**Модуль 2.2. Керла материал карайерзоран дешаран гуллакхаш кхочушдар.**

**Хьехархочун дош:**

Хьалхара киншка йазйеш Марьяма шена хьалха хіоттийна Іалашо Фосфоритогорск а, гіишлошйархой а гайтар, Бет-Пак-Далан район карайерзорехь, керлачу адаман культура кхиорехь, нахана йуккъехь коммунистически йукъаметтигаш чіагйарехь, могошалла тайарехь (къаьсттана Вассин) вайн башхачу кегйирхойш, оьздачу зударшій оцу халачу шерашкахь доьналлица латтийна болу кыйсамаш гайтар дара.

Исаева Марема шен роман-дилогехь къеггана гайтина къинхьегамхойн васташ а, казахийн аренашкахь къахьегначу вайн къоман дахар а. Цуьнан проза – иза халачу хенахь къахьегначарна «хіоллам» бу.

**Дешнаш тлехь болх:**

**Сакхо** – наблюдательный «Дашо тiorказ» – казахский фольклор (Горький)

**Чинчире** – щепетильный

**Ковра** – караван

**Чіаж** – ущелье, теснина

**Жуккар** – трутень

**Фосфори** т – осадочная горная порода, агрономическая руда, состоящая преимущественно из фосфатных минералов группы апатита, находящихся в скрыто - или микрокристаллической форме.



**Хрестомати тлера «Діадевлларш» дакъа дешар. Таблица тлейузар.**

| № | Хаттар, тледиллар                                                | Тезис |
|---|------------------------------------------------------------------|-------|
| 1 | Хіун бахъана дара Оьздас шен кланте Васса йалайайтар?            |       |
| 2 | Муха кхета шу «хьеран тлулг хилла йеара со цуьнан коча» бохучух? |       |
| 3 | Хіун бахъана дара Васса тлам тле кхачар?                         |       |
| 4 | Муха кхечира Васса йийсаре?                                      |       |
| 5 | Муьлха амал гучуйелира Вассин йийсаре лаьцна йолуш?              |       |

Алсам муьлхачу гирсех пайда эцна Исаева Марьяма далинчу дакъошкахь? Схьайазбе суртхотторан гирсаш.

**Кицанаш** – Баьрзачу нахана йуккъехь – цхьа біаьрг боцург а паччахь хета // Хазалла сарралц, дикалла валлалц // Цкъа а лийр воцуш санна деша // Худар дика ду, амма кад жима бу // Стиглара гларгулел, карара цирцирхьоза тоьла-кх! //

**Сардам** – Кхуьнан дика ас дицдахь, цкъа а сайн доьзалх ма кхетийла со.

**Антонимаш** – мерза а, къаьхьа а; дийнахь-бусий; генах, самаххий;

«Кхаъ» декъа йуккъера кийсак ро-лешкахь йешар. Текстаца болх.

Муьлш бара Чолак-Тау лаьмнашкара экспедицера ціа баьхкинаш?

Стенах баккхийбеш бара Чолак-Таура хьанала къахьоьгуш болу нах?

Іилманчаша муха мах хадийра Косо-лапов Славас дехкинчу суьртийн?

Оцу экспедицин ладаме гуллакх муха гучудоккху турпалхоша?

**Денотатни граф «Турпалхочун некъан карта кхоллар» (проект).**

Турпалхочун (Вассин) некъан карта кхолла дешархоша кечдо хаттарш. Цул тлаьхьа жьопаш луш хьалайуза денотатни граф. Дешархоша толлу шаьш Іамийна дакъош.

**БЛОК 3. Рефлексивни мах хадоран мур. Жамідар, ціахь бан болх.**

**Модуль 3.1. Ша шен мах хадор, ойла йар.**

#### Хаттарш, тледахкарш

1. Мьлхачу декъехь валийна ву Іилманча Гладков?
2. Михаил Викторовича Славин суьртийн даьстина маьна муха дара?
3. Муьлха дог-ойла кхоллайера цуьнан суьрташ схьадайча?
4. Анна Васильевнин БаевгІарах лаьцна йолу ойланаш муха йара?
5. Хіун къамел дира Акаев Руслана кхеташонехь?



6. Муха кхоьллина роман тлехь кегйирхойн васташ?

7. Хіун маьна долух хета хьуна «Ирсан орам» роман?

Вовшийн белхаш таллар. Хіора нийсачу жьопана 1 балл.

**Модуль 3.2. Урокан жаміийн мах хадор. Ціера болх.**

Хьехархочо берашна билгалонаш (оценка) йохку, дуйцу иштта билгало хіоттайаран бахъана а.

#### Дешаран гуллакхийн рефлeksi.

**Дешаран Іалашо:** романан дакъойн чулацам бовзийтар, коьртачу проблемах кхетам балар.

#### Ціера болх (инструктаж)

1. Исаева Марьяман «Ирсан орам» романан дакъош дешар, анализ йар.

2. Проект «Турпалхочун некъан карта кхоллар» романан дакъойх пайда эцарца чекхийаккхар.

## Безопасный двор – территория дружбы

Раиса Тимаева

**Л**ето – это время, когда школьники проводят на улице больше всего времени: встречаются с друзьями, играют во дворе, занимаются спортом, посещают площадки и открывают для себя что-то новое. Но чтобы каждый день каникул был наполнен только приятными событиями, важно, чтобы места отдыха детей были безопасными и комфортными.

Именно этому вопросу уделяется особое внимание в Чеченской Республике в рамках акции «Безопасность детства». Её главная цель – проверить, насколько надёжны детские площадки, дворовые территории, школы и другие объекты, где ребята проводят свободное время, а также напомнить детям и взрослым о правилах безопасного поведения.

Акция проходит во всех регионах России и объединяет представителей различных сфер: общественных активистов, специалистов профильных ведомств, педагогов, родителей и неравнодушных жителей. Во время мероприятий проверяется состояние игровых и спортивных площадок, образовательных учреждений, обсуждаются предложения жителей и определяются вопросы, которые требуют решения.

Один из таких рейдов состоялся в Надтеречном районе. В селе Знаменское специалисты совместно с представителями местного отделения партии «Единая Россия» и работниками отдела образования осмотрели детскую площадку.



Проверка показала, что установленное оборудование находится в исправном состоянии, надёжно закреплено и соответствует требованиям безопасности.

Во время встречи с жителями были обсуждены предложения по дальнейшему благоустройству территории. Родители обратили внимание на необходимость дополнительного инвентаря для уборки площадки и ухода за прилегающей территорией, а также предложили рассмотреть возможность установки скамеек, который поможет сделать игровую зону ещё более защищённой.

Проверка детских объектов прошла и в городе Наурская. Здесь специалисты осмотрели детскую игровую площадку во дворе многоквартирных домов и пообщались с родителями. Жители выразили желание иметь оборудование и установить современные игровые элементы, которые будут удобны и интересны для детей разных возрастов.

Особое внимание в рамках акции уделяется не только дво-



ровым территориям, но и безопасности школьников по пути в учебные заведения. Так, в Грозном прошла встреча с педагогами и родителями учащихся гимназии № 5. Участники обсудили вопросы организации безопасных пешеходных переходов возле школы, установки дополнительных дорожных объектов, улучшения разметки и создания условий, которые помогут детям безопасно добираться до занятий.

Для многих ребят дворовая площадка – это не просто место с качелями и горками. Это пространство, где появляются первые друзья, проходят весёлые игры, спортивные состязания и интересные встречи. Здесь дети учатся общаться, помогать друг другу, быть самостоятельными и ответственными.

Каждому ребёнку хочется иметь рядом с домом уютный и красивый двор, где можно безопасно играть и проводить время на свежем воздухе. Но чтобы площадка долго оставалась любимым местом для отдыха, заботиться о

ней должны не только взрослые, но и сами дети.

Бережное отношение начинается с простых вещей: не ломать оборудование, не оставлять мусор после прогулки, аккуратно пользоваться спортивными снарядами и уважать других ребят. Ведь детская площадка принадлежит всем жителям двора, а значит, каждый может внести свой вклад в её сохранение.

Безопасность складывается из маленьких поступков. Внимательность на дороге, осторожность во время игр, соблюдение правил поведения и забота об окружающем пространстве помогают сделать жизнь комфортнее для всех.

Акция «Безопасность детства» продолжится в городах и районах Чеченской Республики до конца летних каникул. Главная задача этой работы – создать условия, в которых каждый ребёнок сможет спокойно учиться, заниматься спортом, играть и развиваться. Ведь безопасное детство начинается с заботы взрослых и с ответственности каждого из нас.

Внимание,  
конкурс!

«Горная Чечня»



**П**о инициативе Главы Чеченской Республики, Героя России Рамзана Кадырова 2026 год объявлен Годом горных районов и развития малого и среднего предпринимательства – годом людей, которые живут, учатся, работают и развивают своё дело на родной земле.

**Дорогие школьники и студенты!**

Республиканская детско-юношеская газета «Наша школа. ЧР» приглашает вас принять участие в литературном конкурсе «Горная Чечня». Это ваш шанс рассказать всей республике о том месте, где вы живёте, учитесь и строите свое будущее.

**О чем можно рассказать?**

- об истории своего села, его легендах и значимых событиях;
- о природе родного края, его красоте и уникальности;
- о традициях и обычаях, которые бережно сохраняются;
- о людях труда, которые развивают родное село;
- о малом бизнесе: семейных делах, мастерских, ремеслах, которыми вы гордитесь.

**Что ждет победителей?**

Самые яркие и талантливые работы будут опубликованы на страницах газеты, а их авторы отмечены дипломами и ценными призами.

Присоединяйтесь к конкурсу «Горная Чечня» – покажите, чем живёт ваш край!

**Работы принимаются до 30 октября 2026 года по электронному адресу: shcool-2010@mail.ru**

На первой странице необходимо указать полные имя, отчество, фамилию, класс и наименование учебного заведения.

## книжный марафон

### Грозный читает

### Пополним полки уличных библиотек вместе

Амина Масаева

**В** эпоху смартфонов и бесконечных лент в соцсетях часто можно услышать вопрос: «А нужны ли сегодня бумажные книги?». Ответ на него дали обучающиеся «Центра детского творчества» города Грозного, которые стали участниками добровольческой акции «Книжный марафон добра».

Суть акции проста, но очень важна: ребята собирали книги, чтобы пополнить фонды районных библиотек и уличные «книжные домики» нашего города. Казалось бы, зачем делиться книгами, когда всё есть в Интернете? Но педагоги и сами школьники уверены: книга – это не просто носитель информации, это инструмент, который формирует личность.

Книга играет особую роль в жизни ребенка. Она развивает речь, воображение, мышление и помогает лучше понимать окружающий мир. Именно через чтение ребенок учится сопереживать, размышлять, задавать вопросы и находить ответы. Когда в библиотеке появляются новые книги, у детей и взрослых расширяется выбор, а значит, по-



является больше возможностей для учебы и интересного досуга.

Уличные библиотеки особенно удобны для жителей города. Они делают книгу доступнее. Каждый человек может взять интересное издание, прочитать его и затем передать дальше. Такой формат помогает поддерживать культуру чтения в повседневной жизни.

– Сегодня обучающиеся нашего центра приняли участие в акции «Книжный марафон добра». Дружной командой они не только принесли любимые книги, но и бережно расставили их в уличном шкафу. Библиотека буквально преобразилась! Прохожие с улыбкой подходили к ребятам, интересо-

вались акцией и с удовольствием выбирали себе литературу по душе. «Книжный марафон добра» на деле доказал, что делиться хорошими книгами – это настоящая радость. Мы привыкли к быстрому контенту, но книга учит другому – глубине. Когда ребенок берет в руки

книгу, он учится сопереживать, анализировать поступки героев, отличать добро от зла. Это фундамент духовно-нравственного воспитания. Акция «Книжный марафон добра» – это наш способ напомнить горожанам, что чтение остается самым доступным и эффективным способом «прокачать» свою душу и интеллект, – рассказали в администрации «Центра детского творчества» города Грозного.

«Книжный марафон добра» – добровольческая акция по сбору книг для пополнения уличных библиотек города Грозного и фондов районных библиотек. Каждый житель может передать прочитанные

книги в хорошем состоянии, чтобы они нашли новых читателей и стали доступнее для жителей населённых пунктов района.

– Я случайно стала свидетелем, как наставники показывают детям, что добрые дела могут быть очень простыми. Сегодня ребята принесли книги, а вместе с ними – частичку своего сердца. Это хороший пример того, как дети учатся быть полезными своему городу, – поделилась жительница города Грозного.

Для Грозного подобные инициативы имеют особую ценность. Они показывают, что жители готовы поддерживать культурные и просветительские проекты, а дети с ранних лет учатся быть неравнодушными. Пополнение библиотечных фондов – это вклад в будущее, потому что именно книги помогают воспитывать образованных, внимательных и думающих людей.

«Книжный марафон добра» в очередной раз доказал: несмотря на все технологии, книга остается главным проводником в мир человеческих ценностей. И пока в руках у наших детей есть хорошая литература, можно быть уверенными – они вырастут людьми с глубоким внутренним миром и добрым сердцем.

**Учредитель:** Министерство Чеченской Республики по национальной политике, внешним связям, печати и информации



@NASHASHKOLA95



vk.com

**Главный редактор**  
Абдулаева  
Зарема Доргаевна

**Заместитель  
главного редактора**  
Карина Узуналова

**Редакторы:**  
Лариса Паршоева  
Мадина Межидова

**Дизайн и верстка:**  
Магомед Даудов

**Корреспонденты:**  
Лариса Оздамирова  
Милана Тамаева  
Диана Магомаева  
Раиса Нальгиева  
Иман Хамдиева

**Периодичность:** 2 раза  
в месяц (среда)

При перепечатке материалов  
ссылка на газету обязательна

**Адрес редакции:**  
364024, Чеченская Республика,  
г. Грозный,  
ул. Н. А. Назарбаева, 92.  
**Адрес учредителя/издателя:**  
364060, Чеченская Республика,  
г. Грозный  
б-р Султана Дудаева, 8  
Тел.: 8 (8712) 22-32-67  
Моб.: 89380190919  
E-mail: Shcool-2010@mail.ru  
Сайт: nasha-shkola.info  
Telegram: @nashashkola95

Газета  
зарегистрирована  
Управлением  
Роскомнадзора по  
Чеченской Республике.

Свидетельство о  
регистрации  
П/И № ТУ 20 – 00093 от  
05.02.2014 г.  
Индекс издания в  
каталоге «Почта России»  
ПА883

Газета отпечатана:  
ООО «Издательство «Южный  
регион», 357600  
Ставропольский край  
г. Ессентуки  
ул. Никольская, 5а

Подписана в печать:  
по графику: 12.08.2026 в 12:00  
по факту: 12.08.2026 в 17:00  
Заказ № Тираж 5 000 экз.