

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №3» города Пикалёво

ОСЕНЬ

2013год

СТРИЖИ



Приложение к школьному журналу

«Мой мир»

ИНФОРМАЦИЯ О ЖУРНАЛЕ

Главный редактор:

Арекаева Наталья Николаевна, учитель изобразительного искусства, руководитель ВЦ «Творец».

Идейный руководитель:

Соловьева Елена Владимировна, учитель физической культуры высшей квалификационной категории

Редакционная коллегия:

Зайцева Алина
Крепашева Алёна
Савченко Софья
Катков Павел
Степанова Светлана
Филиппова Валерия
Шибина Виктория
Софьина Екатерина
Носова Анастасия

Художник:

Никитин Владислав

Адрес редакции:

187602, Россия, Ленинградская область, Бокситогорский район, город Пикалёво, 5 микрорайон, дом 5, МБОУ «СОШ№3».

Электронная версия приложения на сайте:
<http://pikalsosh3.narod.ru>

Материалы, опубликованные в журнале, предоставлены учителями и учащимися нашего школьного государства «Счастлиное время»



Благодарим администрацию МБОУ «СОШ№3» в лице Гришкиной Л.И. за помощь в создании журнала.



СОДЕРЖАНИЕ

✚ Наши достижения

- Районная спартакиада «Старты надежд»

✚ Здоровым быть здорово

- Общешкольный День здоровья

✚ Физкультминутки и игры

- Физминутка (коррекция зрения)
- Игра на выносливость

✚ Галерея «Стрижа»

- Рисунки детей «День здоровья»

✚ В мире спорта

- История Олимпийских игр

✚ Обмен опытом

- Группа ЛФК плавательного бассейна «Дельфин»

✚ Фотогалерея

✚ Итоги соревнований

✚ Пойте вместе с нами



История создания приложения "СтрИжи"



Очень трудно – начать создание журнала. Как назвать? Какие рубрики ввести? Как сделать журнал интересным, познавательным, увлекательным? Как привлечь к работе в журнале детей, педагогов и родителей? Как организовать обратную связь? Где печатать журнал? Вопросов, конечно, очень много. Но работа началась и оказалась успешной.

Свой журнал- приложение мы решили назвать «СтрИжи». Почему?

Во-первых, стриж – это самая быстрая птица в мире, которая никогда не садится на землю. Надеемся, что и наше издание сможет также быстро освещать все спортивные события, которые происходят в нашей школе.

Во-вторых, стриж – это птичка не больших размеров. И наш журнал-приложение предназначен для учащихся начальной и средней школы.

В-третьих, по первым буквам слова «СтрИжи» можно узнать, каким должен быть наше школьное издание:

Спортивный
Творческий
Развлекательный
Интеллектуальный
Журнал

Название «СтрИжи» мы расшифровали, как «Стремительные и жизнерадостные». Именно такими должны быть люди, которые ведут здоровый образ жизни.



В нашем журнале-приложении информация разделена на **рубрики**.

Надеемся, что каждая из рубрик вызовет интерес, найдёт своего читателя. В рубрике **«Наши достижения»**, будут освещаться итоги спортивных мероприятий города, района, области, где участвовали ребята нашей школы.

С большим удовольствием учащиеся будут отправлять свои сказки, рассказы, рисунки, стихи, кроссворды в рубрику **«Галерея СтрИжа»**.

Конечно, интересно будет познакомиться не только со спортивной школьной жизнью, но и со спортом в мире в рубрике **«В мире спорта»**.

Подробнее со школьными спортивными мероприятиями можно будет познакомиться на страничке **«Здоровым быть здорово!»**. Здесь дети и их родители могут познакомиться не только с тем, ЧТО проводится в школе, но и для ЧЕГО.

В рубрике **«Физкультминутки и игры»** мы размещаем информацию, которой могут воспользоваться как учителя-предметники на своих уроках, а также родители и коллеги с других школ.

На фотографиях, размещённых в рубрике **«Фоторепортаж»** ребята смогут найти себя и своих друзей.



Разнообразные увлекательные рубрики журнала, интересное и познавательное содержание, множество полезной информации и различные логические задания, загадки, анекдоты, исторические сведения, произведения учеников школы, информация о мероприятиях, происходящих в нашей школе, фоторепортажи, возможность познакомиться с творчеством и увлечениями наших учащихся – вот то, чем нам интересен журнал. Наш журнал служит для общения родителей с ребёнком, для развития способностей учащихся, для улыбки каждый день.

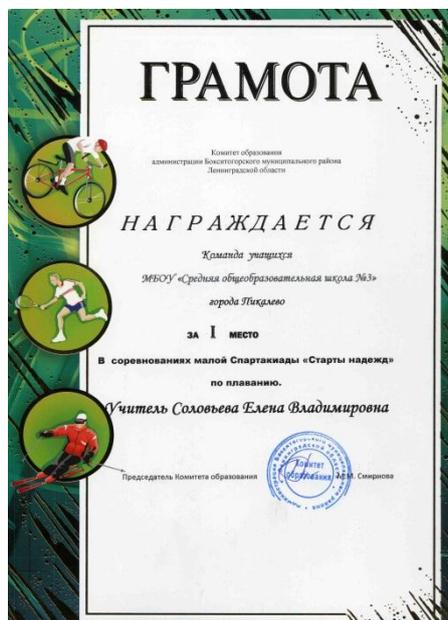
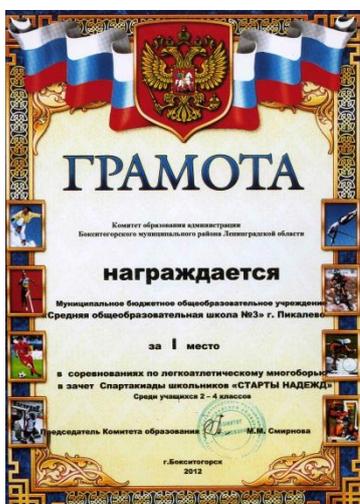
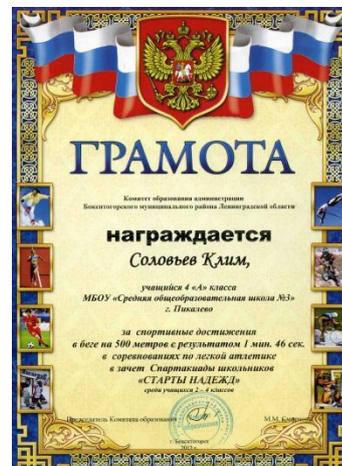
Руководители приложения «СтрИжи»
Соловьева Е.В.
Арекаева Н.Н

«Наши достижения»

Районная спартакиада «Старты надежд»

Нет такой школы, в плане работы которой не было бы «Спартакиады». Проведение спартакиады намечается на весь учебный год. «Спартакиада» должна быть итогом всей спортивно-массовой работы. Ей предшествуют различные конкурсы и соревнования, товарищеские встречи, турниры.

Спартакиада - это комплексное соревнование, проводимое между школами города и района по нескольким видам. И в нашей школе в 2012-2013 учебном году прошла районная спартакиада школьников «Старты надежд». Где мы заняли первое место среди школ района.



Кстати, о термине «спартакиада». В обиходе это слово начали неправильно употреблять. Даже в том случае, когда проводится соревнование только по одному виду, его называют спартакиадой. Например, говорят: спартакиада по волейболу, спартакиада по плаванию, спартакиада по бегу и т. д. В чем же заключается принцип проведения спартакиады? При проведении спартакиады с включением нескольких видов спорта физкультурные руководители испытывают большие затруднения в подсчете результатов. Дело в том, что каждое соревнование, включенное в спартакиаду, является командным. И задача учителей по физической культуре, главных судей соревнований - объективно подвести итоги, помня, что соревнования должны быть подлинно массовыми.

Соловьева Е. В., учитель физической культуры

Спорт, ребята, очень нужен,
Мы со спортом крепко дружим.
Спорт – помощник,
Спорт – здоровье,
Спорт – игра,
Физкульт-ура!!!



Общешкольный День Здоровья

ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

День здоровья! В здоровом теле - здоровый дух!!!
Этому правилу еще издревле всегда следовали на Руси. Раньше, чтобы укрепить свое здоровье, русский народ пил чай из целебных трав, купался зимой в проруби. Сейчас люди также заботятся о своем здоровье, они занимаются спортом, чтобы держать себя в хорошей физической форме.

12 сентября 2013 года в нашей школе состоялось мероприятие, посвященное здоровому образу жизни, оно так и называлось - «День Здоровья».

Это мероприятие проводилось на реке Рядань, на поляне. Организаторами спортивного праздника были преподаватели физической культуры: Соловьева Е.В., Грехов Г.Б., Романова И.Л.

Судьями на этапах были учащиеся 11 классов, прошедшие школу выживания несколько раз, и учителя. День здоровья проходил в виде игры по станциям «Кругосветка». Соревнование состояло из 5 этапов:

Станция «Разгадай-ка»;
Станция «Попадай-ка»;
Станция «Нарисуй-ка»;
Станция «Поиграй-ка»;

Станция «Забивай-ка».



Здоровым быть - здорово!



На этих этапах дети должны были проявить свои способности и смекалку, а самое главное - умение дружно работать в команде. Задания были различными: с расстояния забросить мяч в корзину, отгадать загадки, забить мяч в ворота, конкурс газет из природного материала, встреча эстафета, игра в футбол.

Команды с радостью преодолевали все препятствия и легко справлялись с заданиями. Благодаря этому спортивному соревнованию, многие ребята приобрели знания и практические навыки, которые могут быть необходимы и в повседневной жизни. Учащиеся научились разжигать костер из подручного материала, узнали, как правильно оказывать первую медицинскую помощь при травмах и многое другое. Все участники мероприятия остались довольны, потому что было очень интересно, весело, увлекательно, притом соревнование проходило на природе, что еще больше придавало азарта.

После прохождения этапов классы и их классные руководители собирались около большого костра, пели все вместе дружно песню «Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались», делились своими впечатлениями и эмоциями. Все учащиеся школы провели один незабываемый день на свежем воздухе.

Соловьева Е.В., учитель физической культуры



Физкультминутки и игры

Коррекция зрения

Первые упражнения для сохранения зрения были созданы задолго до нашей эры. Йоги, создавая комплексы для всего тела, не забыли и о наших глазах. Они точно знали, что для наилучшего результата нужна не только тренировка, но и полноценный отдых.

Работа за компьютером будь то в школе или дома имеет определенное влияние на организм человека. Собственно, даже если размышлять логически без медицинских специалистов, можно прийти к выводу, что не может без последствий пройти сидение целый день на кресле, уставившись в монитор. И действительно, неправильная работа или работа за компьютером без перерывов и отдыха может иметь крайне неприятные последствия.

В этом приложении мы предлагаем вам комплекс упражнений для сохранения зрения – корригирующая гимнастика для глаз:

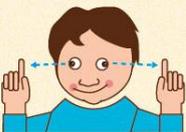
Гимнастика для расслабления глаз

В течение рабочего дня наш зрительный аппарат испытывает большие перегрузки. Этот цикл упражнений поможет вам снять напряжение и сохранить хорошее зрение.



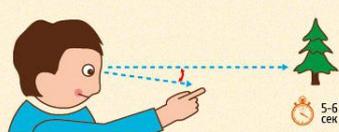
Упражнение 1. Периферийное зрение

Указательные пальцы держим перед лицом на расстоянии 40 см. Затем медленно разводим руки в стороны. Наблюдаем за пальцами периферийным зрением, краем глаза мы должны видеть пальцы обеих рук. Через некоторое время снова медленно сводим пальцы.



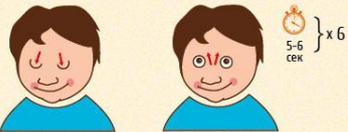
Упражнение 2. Переводим взгляд

Смотрим на указательные пальцы на расстоянии вытянутой руки. Затем медленно переводим взгляд на отдаленный предмет, смотрим 5-6 секунд. Снова переводим взгляд на пальцы рук.



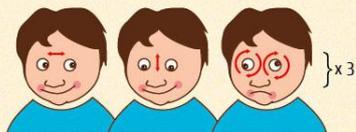
Упражнение 3. Массаж глазных яблок

Закрываем глаза и подушечкам пальцев слегка нажимаем на глазные яблоки. Открываем глаза и 5-6 секунд держим глаза открытыми, не моргаем. Повторяем все сначала еще 2 раза.



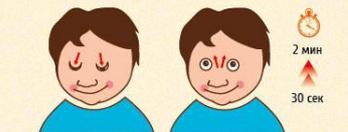
Упражнение 4. Зажмуриваемся

С силой зажимаем глаза, а затем открываем их, 5-6 секунд держим открытыми. Упражнение повторяем 6 раз.



Упражнение 5. Вращение

Опускаем глаза вниз, вверх, вправо-влево, а затем по кругу. Упражнение выполняем 3 раза.



Упражнение 6. Моргание

В течение некоторого времени часто моргаем глазами, но сильно не жмуримся. Начинать можно с 30 секунд, каждый раз увеличивая время моргания. Конечный результат – 2 минуты.



Упражнение 7. Заключительное поглаживание век

Легкими движениями поглаживаем подушечками пальцев верхние веки. Движения направляем от внутренних уголков к внешним, а затем наоборот.

После завершения цикла некоторое время посидите с закрытыми глазами.

Физкультминутка в стихах.



Всю неделю по – порядку,
Глазки делают зарядку.
- В понедельник, как
проснется,
Глазки солнцу улыбнутся,
Вниз посмотрят на траву
И обратно в высоту.

Поднять глаза вверх; опустить их книзу, голова неподвижна; (снимает глазное напряжение).

- Во вторник часики глаза,
Водят взгляд туда – сюда,
Ходят влево, ходят вправо
Не устанут никогда.

Повернуть глаза в правую сторону, а затем в левую, голова неподвижна; (снимает глазное напряжение).

- В среду в жмурки мы играем,
Крепко глазки закрываем.
Раз, два, три, четыре, пять,
Будем глазки открывать.
Жмуримся и открываем
Так игру мы продолжаем.

Плотно закрыть глаза, досчитать до пяти и широко открыть глазки; (упражнение для снятия глазного напряжения).

- По четвергам мы смотрим вдаль,
На это времени не жаль,
Что вблизи и что вдали
Глазки рассмотреть должны.

Смотреть прямо перед собой, поставить палец на расстоянии 25-30 см. от глаз, перевести взгляд на кончик пальца и смотреть на него, опустить руку. (Укрепляет мышцы глаз и совершенствует их координации).

- В пятницу мы не зевали
Глаза по кругу побежали.
Остановка, и опять
В другую сторону бежать.

Поднять глаза вверх, вправо, вниз, влево и вверх; и обратно: влево, вниз, вправо и снова вверх; (совершенствует сложные движения глаз).

- Хотя в субботу выходной,
Мы не ленимся с тобой.
Ищем взглядом уголки,
Чтобы бегали зрачки.

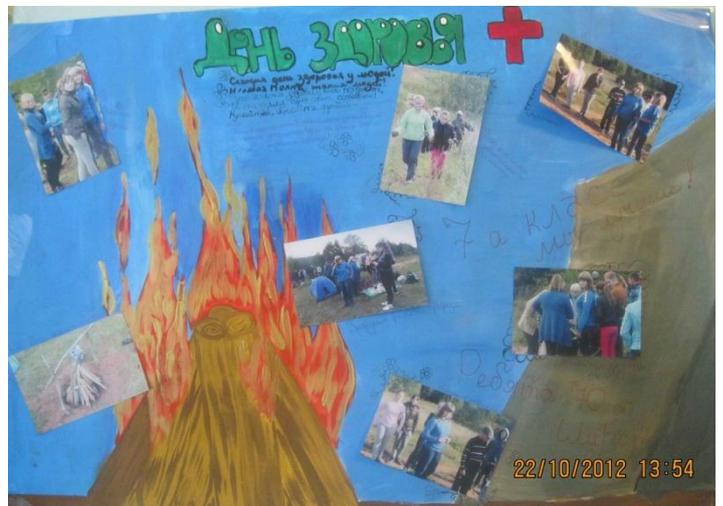
Посмотреть взглядом в верхний правый угол, затем нижний левый; перевести взгляд в верхний левый угол и нижний правый (совершенствует сложные движения глаз).

- В воскресенье будем спать,
А потом пойдём гулять,
Чтобы глазки закалялись.

ДЕНЬ

ЗДОРОВЬЯ

Галерея «Стрижа»



День Здоровья мне очень понравился, было безумно весело и интересно. Это мой самый лучший День Здоровья за все годы!

Желизняк Настя

В этот день мы хорошо отдохнули и с новыми силами пошли в пятницу в школу.

Максимов Дима

День Здоровья был очень хорошим. Мне всё понравилось, было очень весело и здорово!

Горшкова Наташа

Этот День Здоровья был лучшим за эти семь лет! Отлично повеселились, побегали, потанцевали, поиграли. Спасибо всем за этот день!

Воробьева Аня

Мне запомнилась встречная эстафета.
Мы с ребятами бегали, как настоящая команда.

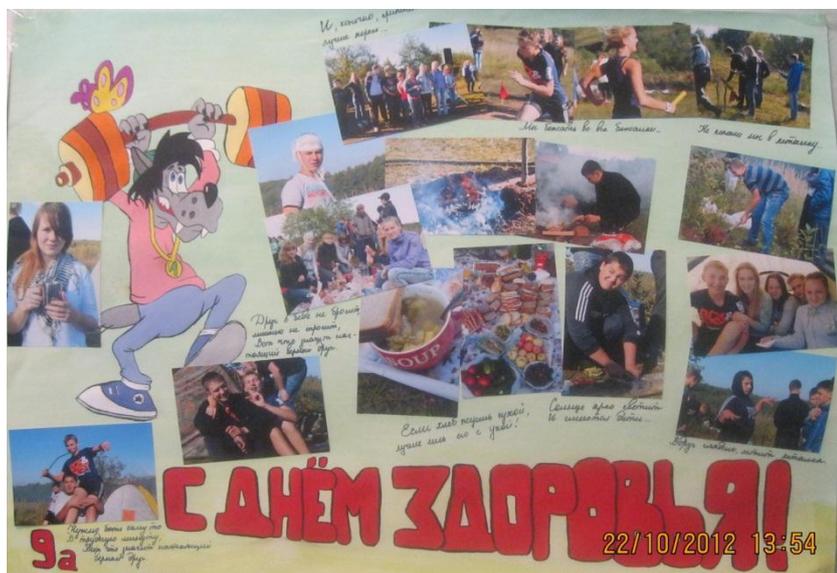
Ширяев Саша

День Здоровья мне очень понравился, мы все вместе отдыхали на природе, грелись у костра. Было очень весело!

Белякова Ксюша

На Дне Здоровья мы всем классом танцевали под современную музыку, радовались солнечной погоде. У нас был накрыт аппетитный стол. Благодаря этому дню мы все сдружились.

Пташко Даша



День здоровья.

В этом году мы с классом ходили на День Здоровья, который состоялся 13 сентября 2013 года. Все вместе дружно и быстро организовали наш бивуак, мальчики развели костёр, а девочки приготовили вкусный завтрак. В этот день нам особенно повезло с погодой.

На дне здоровья было очень много интересных и познавательных конкурсов, в которых мы принимали участие, а именно: эстафета,

«Лесная аптека», стрельба по мишеням, оказание первой медицинской помощи, походная песня.

«Мне всё очень-очень понравилось, особенно, когда мы пели походную песню», - рассказала нам Печникова Юлия.

«Мне понравилось то, что мы не сидели в кабинетах, а гуляли на свежем воздухе», - добавил Прохоров Андрей.

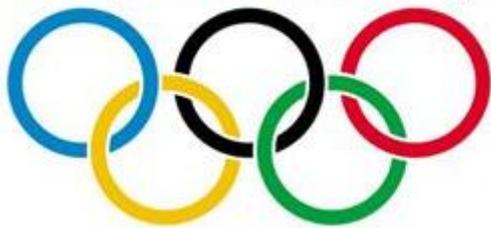
«Всё было здорово, но дым от костра немного ел мне глаза», - заметила Настя Никифорова.

«У меня очень много впечатлений, что все сразу и не высказать, - ответила нам Сковородникова Настя.- Всё было просто супер!!!!» Спасибо администрации школы и нашему классному руководителю Любови Анатольевне за прекрасное мероприятие!!!

День здоровья прошёл удачно. Всем очень понравилось!

Пушменкова Карина и Павлова Екатерина.6а класс





История олимпийских игр в Древней Греции.

Олимпийские игры — крупнейшие международные комплексные спортивные соревнования, которые проводятся каждые четыре года. Традиция, существовавшая в Древней Греции, была возрождена в конце XIX века французским общественным деятелем Пьером де Кубертенем. Олимпийские игры, известные также как Летние Олимпийские игры, проводились каждые четыре года, начиная с 1896, за исключением лет, пришедшихся на мировые войны. В 1924 году были учреждены Зимние Олимпийские игры, которые первоначально проводились в тот же год, что и летние. Однако начиная с 1994 года, время проведения зимних Олимпийских игр сдвинуто на два года относительно времени проведения летних игр.

Олимпийские игры Древней Греции представляли собой религиозный и спортивный праздник, проводившийся в Олимпии. Сведения о происхождении игр утеряны, но сохранилось несколько мифов, описывающих это событие.

Ифит, царь Элиды, прибыл в Дельфы, чтобы узнать у оракула, как ему, правителю маленькой страны, уберечь свой народ от войн и грабежей. Дельфийский оракул — его предсказания и советы считались абсолютно верными — ответил Ифиту:

— Нужно, чтобы ты основал Игры, угодные богам!

Ифит без промедления отправился на встречу с царём соседней Спарты, могущественным Ликургом. Очевидно, Ифит был хорошим дипломатом, поскольку Ликург решил (а все другие правители согласились с ним), что отныне Элида — нейтральное государство. Тотчас же Ифит, чтобы доказать миролюбивые устремления и отблагодарить богов, учредил атлетические Игры: они должны были проходить в Олимпии каждые четыре года. Отсюда и название их — Олимпийские. Шёл 884 г. до н. э.

Сначала в Играх участвовали атлеты из двух городов Элиды — Элиса и Писы. Только благодаря древнегреческой традиции — высекать имена олимпийцев на мраморных колоннах, установленных вдоль берегов реки Алфей, до нас дошло и имя первого победителя — Корэба, повара из Элиды.

С приближением Олимпийских игр из Элиды во всех направлениях разъезжались гонцы, которые сообщали о дне празднеств и объявляли «священное перемирие». Их встречали с триумфом не только в самой Элладе, но и везде, где обосновались греки. Воины откладывали в сторону оружие и отправлялись в Олимпию. Когда посланцы всех греческих государств собирались вместе, они наверняка чувствовали свою национальную общность.

Затем был учреждён единый календарь Олимпийских игр, которые решили проводить регулярно каждые четыре года. Праздник атлетов, состоявший из многочисленных религиозных церемоний и спортивных состязаний, продолжался сначала один день, затем пять дней, а позже — целый месяц. Для того чтобы участвовать в Играх, полагалось «не быть ни рабом, ни варваром, не совершать преступления, ни богохульства, ни святотатства».



Из истории к нам дошло множество документов, строений и скульптур того периода. Если внимательно присмотреться, то заметим, что все статуи того периода показывают тела людей и не просто любые тела, а красивые. В тот период истории был распространён культ красивых форм для строений и культ красивых тел.

«В здоровом теле здоровый дух», — так можно описать одну из идей и причин появления таких красивых скульптур. Занятия спортом и спортивные соревнования начались уже в этом древнем периоде. Победителей на соревнованиях почитали как героев на войне. Первое документально подтверждённое празднование относится к 776 году до нашей эры. Олимпийские игры существенно потеряли своё значение с приходом римлян. После того, как христианство стало официальной религией, игры стали рассматриваться как проявление язычества, и в 394 году н. э. они были запрещены императором Феодосием I.

Обмен опытом



Уже 5 лет работаю инструктором по лечебной физкультуре. Пришла работать в МУФОК 14 октября 2008 года. Группа состояла из 9 человек: Дудин Дмитрий, Говоров Даниил, Евграфова Евгения, Столяров Вадик,

Грукало Егор, Новожилов Артём, Дебелый Егор, Сашин Андрей, Стельмахова Кристина. Год за годом количество детишек всё прибавлялось, и на 2013 год составляет 52 ребёнка. Возраст детей от 1,5 месяцев до 30 лет.

Такую профессию выбрать невозможно. Невозможно добровольно обречь себя на ежедневную чужую боль, к которой не можешь и не хочешь остаться равнодушной. Себя не обрекают на крик ребенка, на боль в огромных детских глазах. Эта профессия находит тебя сама. И отказаться нет ни сил, ни желания. Мы с детьми – единое целое. Мы семья. Я должна быть для них всем – мамой, другом, помощником, воспитателем, учителем, психологом, бригадой реаниматологов, очень срочной медицинской помощью, врачом любого направления. Эта работа требует полной самоотдачи. И не только на занятиях, но и в жизни. Мы нужны друг другу. Дети учат меня понимать их мир, быть терпимой, любить, дорожить каждой секундой жизни. В ответ я стараюсь научить их не выживать, а жить в этом обществе. Такими, как они есть. Самые страшные слова я слышала от вполне здоровых людей о том, что незачем тратить силы и время на эти «овощи», которые не нужны обществу. И кто в этом случае моральный инвалид!? Ребенок, открытый миру, или равнодушный взрослый? И даже имея много более выгодных предложений, я не могу бросить этих детей. Свой выбор я сделала.



Мои достижения трудно отделить от достижений детей. Мы всего добиваемся вместе. Ребенок, преодолевая боль, ходит по кочкам («медицинским ёжикам») для избавления от головной боли и плоско-вальгусной деформации стоп – это победа. Малыш с атрофией мышц выдерживает часовое занятие с массажем и пассивной гимнастикой – это победа. Умственно отсталые дети и дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата плывут «комплекс» и делают «винты» (профессиональные приемы, которые не могут повторить здоровые дети на соседних дорожках) – это победа. Безнадёжный больной с диагнозом детский церебральный паралич одной из наиболее тяжелых форм (спастический гемипарез) делает первые шаги – это победа. Снимаются группы инвалидности – это победа. Двоих детей с диагнозом детский церебральный паралич направили в школу олимпийского резерва по футболу в посёлок Царицыно Ленинградской области – это победа. Это наша общая победа. А еще победа матерей над миром, обстоятельствами и собой – через надежду, веру, и новую (может быть очень трудную) любовь к своему ребенку.



Своим опытом подлилась с нами Иванова Екатерина Александровна, инструктор ЛФК плавательного бассейна «Дельфин»

Фотогалерея





Итоги соревнований

26 сентября в городе Бокситогорске прошли зональные соревнования по лёгкой атлетике среди учащихся 9-х классов в зачёт 49-ой областной спартакиады школьников.

В программу соревнований вошли следующие виды: встречная эстафета 6*60м, метание теннисного мяча на дальность, прыжок в длину с разбега, 1000м. Учащиеся 9в класса достойно выступили во всех видах и в тесной борьбе с учащимися МБОУ «СОШ №4» города Пикалёво заняли 1 место, чем пробили себе дорогу в финал.

Финал областных соревнований по лёгкой атлетике проходил в городе Гатчина 1 октября 2013 года, где ученики нашей школы с отрывом в полтора очка вырвались на первое место.



Молодцы ребята!

10 октября в нашем городе прошли зональные соревнования по мини-футболу среди учащихся 6-х классов в зачёт 49-ой областной спартакиады школьников. Ученики школы в составе: Туманов Никита, Жучков Дмитрий, Копусов Илья, Володин Дима, Иванов Матвей, Козырев Евгений, Махнов Андрей, Судейный Дима, Матвеев Артём в упорной борьбе с МБОУ «СОШ №1» заняли 1 место. Особенно хочется выделить игру Козырева Евгения.

Эта победа дала возможность принять участие в полуфинальных областных соревнованиях, которые состоялись в городе Кировске 17 октября, где наша школа заняла 2 место.

Поздравляем ребят с успешным выступлением!!!

Школьный тур олимпиады по физической культуре проходил 23 октября. Приняли участие 63 учащихся 5-11 классов школы. Ребята показали свои знания в области теории, а также двигательные умения и навыки по разделам учебных программ «Баскетбол», «Гимнастика», «Лёгкая атлетика».

Среди 5-6 классов:

1 место - Соловьёв Клим - 5а класс, Веселова Александра - 5а класс

2 место - Новожилов Илья - 5б класс, Носова Анастасия - 5б класс

3 место - Прохоров Глеб - 5б класс, Филиппова Валерия - 6а класс

Среди 7-8 классов:

1 место - Новожилов Даниил - 8а класс, Шипина Екатерина - 8б класс

2 место - Ширяев Алексей - 8б класс, Ерошенкова Екатерина - 8а класс

3 место - Сахаров Алексей - 8а класс, Евдокимова Екатерина - 7а класс

Среди 9-11 классов:

1 место - Семёнов Александр - 9б класс, Бирюкова Алёна - 9а класс

2 место - Блинов Даниил - 11а класс, Слезовская Регина - 11а класс

3 место - Токарев Сергей - 10а класс, Афанасьева Анастасия - 11а класс

Победители школьного тура олимпиады примут участие в районной олимпиаде по физической культуре в городе Бокситогорске.

Учителя физической культуры
Грехов Г.Б, Романова И.Л.

Пойте вместе с нами

Текст песни «Как Здорово»

Изгиб гитары желтый ты обнимешь нежно,
Струна осколком эха пронзит тугую высь.
Качнется купол неба, большой и звездно-снежный...
Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались!

Как отблеск от заката, костер меж сосен пляшет.
Ты что грустишь, бродяга? А ну-ка, улыбнись!

И кто-то очень близкий тебе тихонько скажет:

"Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались!"

И все же с болью в горле мы тех сегодня вспомним,
Чьи имена, как раны, на сердце запеклись,
Мечтами их и песнями мы каждый вдох наполним.
Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались!



Изгиб гитары желтый ты обнимешь нежно,
Струна осколком эха пронзит тугую высь.
Качнется купол неба, большой и звездно-снежный...
Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались!

