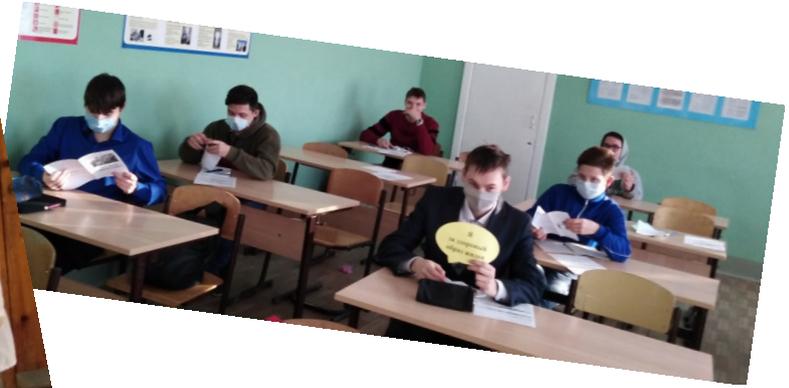




# Студенческий ВЕСТНИК

Газета Губернского колледжа г. Похвистнево

Ноябрь 2020 г.



«Мы вместе»  
-стр.2-

«Путешествие по творчеству»  
-стр.3-

«Обменяй сигарету на конфету»  
-стр.4-



## ЖИЗНЬ ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫХ СТУДЕНТОВ

### «Мы вместе»



Конкурс ко Дню народного единства – замечательная возможность вспомнить важнейшие исторические события страны и разделить радость дружбы и единства нашего народа.

4 ноября 2020 года в Губернском колледже города Похвистнево проведен конкурс творческих работ ко Дню народного единства «Мы вместе» среди обучающихся колледжа.

Конкурс оценивало компетентное жюри: Сыгурова Елена Ивановна, зам. директора по воспитательной работе, Уздяева Елена Борисовна, преподаватель истории и МХК, Норматова Елена Викторовна, преподаватель русского языка и литературы.

В конкурсе приняли активное участие обучающиеся 1 курса.

Любое участие в конкурсах требует больших затрат сил,

времени, приложения творческих способностей. Нашим участникам пришлось потрудиться, чтобы достойно выступить на конкурсе.

Но конкурс есть конкурс, в нем всегда есть победители.



По мнению жюри, победителями конкурса стали: в номинации «Рисунки «Символы моей страны»:

**1 место - Макарова Ирина**, обучающаяся специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

**2 место - Валькаева Эльмира**, обучающаяся специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

В номинации «Эссе «Вековые традиции из поколения в поколение»:

**1 место - Ермолаева Элина**, обучающаяся специальности 44.02.01 Дошкольное образование

**2 место - Иваева Амина**, обучающаяся специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

**3 место** разделили **Спиридонова Алина**, обучающаяся специальности 44.02.01 Дошкольное образование и **Коптева Юлия**, обучающаяся специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

В номинации «Поделки «Мы вместе»

**1 место - Климачева Дарья**, обучающаяся специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

**2 место - Прибылова Александра**, обучающаяся специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

**3 место - Уразметова Эльвира** специальность 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

*Поздравляем наших участников с победой.*

*Амина Иваева, студентка 1 курса специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах*



ВЕСТИ С УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ

## Путешествие по творчеству

19 ноября в нашей группе прошло занятие по литературе, посвященное творчеству известных поэтов XIX века Ф.И. Тютчеву и А.А. Фету. В процессе подготовки преподаватель Иванова Е.В. предложила обучающимся разделить на две команды. Получив задание, мы сразу же включились в работу. Организация работы каждой команды была спланирована самостоятельно.

На первом этапе участники команды, которые исследовали творчество А.А. Фета, рассказали факты из биографии и творческого пути поэта, продемонстрировали информационный материал с краткой биографией и стихотворениями поэта, фотоколлаж. На втором этапе предложили другой команде кроссворд. Задания оказались не из лёгких, поэтому второй команде нужно было постараться, чтобы выполнить всё на «отлично».

Команда, изучающая творчество Ф.И. Тютчева, в процессе выступления представила постер, включающий сведения из биографии, стихотворения поэта, высказывания современников о личности и творчестве поэта. Помимо всего этого на постере были изображены портреты писателя и его муз. Обучающиеся продекларировали известные стихотворения Ф.И. Тютчева, а также предоставили на втором этапе занятия другой команде несколько интересных заданий, которые оказались непростыми. При выполнении первого задания нужно было расставить в хронологической последовательности главные события в жизни Ф.И. Тютчева. Второе задание включало в себя вопросы, ответы на которые нужно было найти на постере и соединить.

Путешествие по творчеству поэтов команды продолжили вместе с преподавателем. Елена Васильевна провела викторину, состоящую из нескольких блоков: биографическая, поэтическая, лирическая. Отвечая на вопросы, обучающиеся получили дополнительные баллы. После окончания данного мероприя-

тия все участвующие в нем студенты получили заряд позитива и научились чему-то новому. Каждый обучающийся получил положительную отметку за старания и усилия.



Обстановка учебного занятия была наполнена и пропитана необычной атмосферой. В целом данное мероприятие сплотило группу, дало возможность проявить свои творческие умения, узнать много нового о поэзии прошлых лет, познакомиться ближе с личностями самих поэтов. Это необычное занятие оставило у всех лишь приятные впечатления. Хочу выразить благодарность нашему преподавателю Ивановой Е.В. за то, что она внесла в нашу студенческую жизнь разнообразие на занятии и не дала нам заскучать.

*Эльвира Уразметова,  
студентка 1 курса  
специальности  
Преподавание в  
начальных классах*





## Обменяй сигарету на конфету



19 ноября, в Международный день отказа от курения, в Губернском колледже города Похвистнево волонтерами – медиками, студентами 1 курса 512 группы, была организована профилактическая акция «Обменяй сигарету на конфету». В рамках акции были подготовлены тематический плакат, памятки и информационные буклеты о вреде курения.

Студенты отнеслись к проблеме со всей серьёзно-

стью и пытались донести информацию о вреде курения. Участниками акции стали студенты, которые получают профессию тракторист-машинист сельскохозяйственного производства, мастер строительных и отделочных работ, сварщик. Они активно включились в процесс «обмена» сигареты на конфету. В итоге нам удалось получить небольшое количество сигарет и публично их уничтожить.

Реакция людей, к которым мы подходили с предложением поучаствовать в акции, была разной. Кто-то брал конфету, отдавая сигарету взамен. Другие наотрез отказывались от нашего предложения поменять сигарету на конфету. Но всё же находились те, кто менял сигарету на конфету с улыбкой на лице. А другим было интересно, что же происходит в колледже. Безумное количество положительных эмоций вызвали те студенты, которые говорили: «Никогда не курил и не курю!».

Волонтеры общались не только со студентами, но и с преподавателями колледжа. Мы благодарим участников акции, которые остановились на минутку и приняли важную информацию о здоровом образе жизни к сведению. Остается только надеяться, что кто-то в этот день очередной раз задумался о своем здоровье и со временем бросит курить. Надеемся, что сознательных молодых людей, выбирающих здоровый образ жизни, в нашем городе и колледже будет больше. Подобные акции мы планируем проводить чаще, чтобы подчеркнуть пагубность вредных привычек и доказать всем курящим, что конфеты лучше сигарет!

*Полина Пожиткова,  
студентка 1 курса  
специальности  
Сестринское дело*



## На конкурс «Письмо курящему другу» в рамках акции «Здоровым быть модно»

### Письмо к курильщику

Здравствуй, дорогой друг! Решила написать тебе это письмо, хотя в наше время писать письма совсем немодно, только наши бабушки и дедушки помнят, что общение можно поддерживать с помощью писем и телеграмм. Недавно я узнала, что ты начал курить, если честно, мне тебя жаль. Мы дружим очень много лет, и я помню, как ты всем курящим людям говорил, что курить очень вредно! Даже учитель по биологии на каждом уроке твердила, какие последствия может привести курение. Ты вроде бы еще проект писал по этой теме, и как не странно ты занял 1-е место, тебе тогда вручили грамоту и сладкий приз.

Понимаешь, мы живем в такое время, когда многие девушки и парни курят, но нужно задуматься над вопросом: к чему приводит курение. Я не имею право приказывать кому-либо: не кури! Но я прошу, задумайся! Подумай, что ты сделал в своей жизни, куря сигарету, и чтобы ты сделал и сделаешь без нее! Многие курят, когда у них стрессы, проблемы. Вместо того что бы решить свои проблемы, ты идешь курить. Вот скажи мне, это решило хоть одну твою проблему. Нет. А знаешь ли ты, что, если ты будешь решать свои проблемы и дальше таким способом, у тебя возникнут другие проблемы, только уже со здоровьем. Наверное, ты забыл, что в сигаретном дыме содержится около 400 химических соединений, потому что выкуриваешь по полпачки или даже по пачке в день, а это значит, атакуешь свой организм этой химией примерно 3500 раз в год. В самом табачном дыме присутствуют очень опасные вещества: никотин - ядовитое вещество, которое, кстати, применялось в качестве инсектицида и крысиного яда, и занимает второе место по степени разрушения человеческого организма; угарный газ который присутствует в табачном дыме. В табачном дыме находятся хи-

мические элементы, которые воздействуют на бронхиолы и легочную ткань, оседают на слизистой оболочке и вызывают сильное, местное раздражение. У курильщика слизистая оболочка становится в 4-5 раз толще, чем у некурящего человека, а такая утолщенная слизистая увеличивает сопротивление поступлению воздуха в легкие и тем самым затрудняет дыхание. У курильщиков обнаруживаются и другие раковые образования гортани, слизистой оболочки рта, пищевода, мочевого пузыря. Выкуривая лишь одну сигарету, у курильщиков организм теряет количество витамина С, сколько содержится в одном апельсине.

Я думаю, что ты читаешь мое письмо, и догадываешься в чем суть, ведь ты же слышал такие слова «Человек сам себе враг» и, если ты не бросишь эту пагубную привычку, все будет намного хуже, чем кажется. Но это еще не все: курение приводит к повышению вязкости крови и тромбообразованию, поэтому возникновение инсульта или развитие паралича более распространено среди курильщиков. А еще курение повышает уровень сахара в крови, что может привести к диабету. Ежегодно курение убивает около трех миллионов человек во всем мире, а, если нынешние тенденции курения сохранятся, то эта цифра через сорок лет увеличится до десяти миллионов человек, в числе которых можешь быть и ты. Надеюсь, прочитав мое письмо, ты бросишь курить. Если будет нужна моя помощь и поддержка, обращайся в любой момент. И помни, здоровье главное всего!

С искренними пожеланиями, твой лучший друг Алина.

*Алина Платонова, студентка 1 курса  
специальности 34.02.01 Сестринское  
дело*



## Рекомендации студентам при подготовке к экзаменам

1. Придерживайтесь основного правила: «Не теряй времени зря». Перед началом подготовки к экзаменам необходимо просмотреть весь материал и отложить тот, что хорошо знаком, а начинать учить незнакомый, новый.

2. Используйте время, отведенное на подготовку, как можно эффективнее. Новый и сложный материал учите в то время суток, когда хорошо думается, то есть высока работоспособность. Обычно это утренние часы после хорошего отдыха.

3. Подготовить место для занятий: уберите со стола лишние вещи, удобно расположите нужные учебники, пособия, тетради, бумагу, карандаши. Можно ввести в интерьер комнаты желтый и фиолетовый цвета, поскольку они повышают интеллектуальную активность.

4. Начинать готовиться к экзаменам заранее, понемногу, по частям, сохраняя спокойствие. Составь план на каждый день подготовки, необходимо четко определить, что именно сегодня будет изучаться. А также необходимо определить время занятий с учетом ритмов организма.

5. К трудно запоминаемому материалу необходимо возвращаться несколько раз, просматривать его в течение нескольких минут вечером, а затем еще раз - утром.

6. Очень полезно составлять планы конкретных тем и держать их в уме, а не зубрить всю тему полностью «от» и «до». Можно также практиковать написание вопросов в виде краткого, тезисного изложения материала.

7. Заучиваемый материал лучше разбить на смысловые куски, стараясь, чтобы их количество не превышало семи. Смысловые куски материала необходимо укрупнять и обобщать, выражая главную мысль одной фразой. Текст можно сильно сократить, представив его в виде схемы типа «звезды», «дерева» и т.п. При этом восприятие и качество запоминания значительно улучшаются за счет большей образности записи.

8. Пересказ текста своими словами приводит к лучшему его запоминанию, чем многократное чтение, поскольку это активная, организованная целью умственная работа. Вообще говоря, любая аналитическая работа с текстом приводит к его лучшему запоминанию. Это может быть перекомпоновка материала, нахождение парадоксальных формулировок для него, привлечение контрастного фона или материала.

9. Всегда, а во время подготовки к экзаменам особенно, заботьтесь о своем здоровье. В это время нужно хорошо и вовремя питаться. Не забывайте о прогулках и спортивных развлечениях, делайте перерывы, активно отвлекайтесь. Хорошо отдыхайте - сон вам необходим. Ни в коем случае не засиживайтесь допоздна перед экзаменом!

10. Ежедневно выполняйте упражнения, которые способствуют снятию внутреннего напряжения, усталости, достижению расслабления.

Успехов Вам, дорогие студенты, в сдаче сессии 2020!!!

**РЕДАКТОР:**  
Г.А. Шулайкина

**РЕДКОЛЛЕГИЯ:**  
Амина Иваева,  
Эльвира Уразметова,  
Полина Пожиткова,  
Алина Платонова,  
Кристина Оврагова.

**ВЕРСТКА:**  
Павел Тарасов

**ТИРАЖ:**  
30 экз.