



№2, март, 2020

Студенческая газета

PRO движение

ГПОУ «Шилкинский многопрофильный лицей»

В этом выпуске:

Свое сердце дарим детям2-3

Юбилей: 25 лет в родном лицее4

Лестница успеха5

Знай наших.....6

Минувшие события ...6-7

Спортивные новости....7

Проба пера8

Конкурс чтецов.....9

Полезная информация....9

Конкурс молодых рационализаторов и изобретателей....10

Колонка психолога....11

Поздравляем с днем рождения.....12

Лайфхаки12

Рецепт дня12



В чудесный день, 8
Марта,
Вас поздравляем от
души!
Желаем радости,
азарта,

Всегда чтоб были хороши,
Цветы, любили и летали
От счастья в нежных облаках.
Чтобы везде преуспевали:

В семье, в работе и в делах.
Вы — украшение коллектива,
Работать с Вами так легко,
Внимательны и терпеливы,
И лучше Вас нет никого!



Поздравляем Ренату Котову, обучающуюся в группе ПЖТ 4-18, с назначением стипендии Забайкальского края.

Стипендию Забайкальского края ежегодно получают лучшие студенты профессиональных учебных заведений Забайкалья. В 2020 г. в нашем учебном заведении удостоена такой высокой награды Котова Рената за отличную учёбу, примерное поведение и активное участие в жизни лицея! Так держать!

Свое сердце дарим детям

В мартовском номере нашей газеты мы не могли оставить без внимания двух наших преподавателей, которые на протяжении многих лет отдают свои силы для подготовки молодых рабочих по разным, но очень востребованным на рынке труда профессиям.

Повар, кондитер- почётная и востребованная профессия. Повар – это тот же художник — творец. В его руках обычные продукты превращаются в произведения искусства, доставляя людям радость и удовольствие.

Более 40 лет трудится в нашем лицее Квачёва Ольга Михайловна. - Я начала работать в Шилкинском

ресторан в Забайкальске. Юлия Тетерекова, получив высшее образование, в настоящее время работает в сфере общественного питания в г. Чите. Многие их, моих выпускников, которые пошли по жизни успешно. Теперь уже дети и



Денис, который обучался в 536 группе, сейчас работает шеф-поваром в кафе «Уют», один из наших студентов Сечко Алексей получил высшее образование и открыл свой ресторан в Забайкальске. Юлия Тетерекова, получив высшее образование, в настоящее время работает в сфере общественного питания в г. Чите. Многие их, моих выпускников, которые пошли по жизни успешно. Теперь уже дети и



многопрофильном лицее в сентябре 1974 года (назывался он Техническое училище №1). В то время открылся первый набор на обучение по специальности повар-кондитер. Обучались повара на базе 8 классов, одновременно посещали вечернюю школу, так как тогда



общеобразовательной подготовки в лицее не было. Сложно им приходилось, но цель была одна-получение профессии,- вспоминает Ольга Михайловна. На наш вопрос- любите ли Вы свою работу- ответила так: «Да! Я люблю свою профессию. Я уже 46 лет здесь работаю, очень дорожу

внуки их обучаются у меня,»- говорит Ольга Михайловна с умилением и неподдельной радостью о своих

выпускниках.

-Какие пути привели Вас к преподавательской деятельности?

-Планировала ли я работать? Трудно сказать. Когда-то давным-давно у нас был урок «Оборудование предприятий», его проводила преподаватель. Я любовалась ей, она мне очень нравилась, и я подумала тогда, что буду так же стоять у доски и рассказывать что-нибудь интересное детям. Прошло какое-то время, и я вдруг вспомнила, что когда-то я об этом мечтала. И вот я практически всю свою сознательную жизнь преподаю в лицее.

- Какие плюсы и минусы, на Ваш

взгляд, деятельности, которой Вы отдали полвека?.

-Плюс в том, что находишься все время в росте. Сама профессия не дает стоять на месте, нужно все время учиться, поэтому мы постоянно проходим курсы повышения квалификации. Да и самой интересно узнать что-то новое и как-то развиваться. Ну а минус, наверное, в том, что хотелось бы большей отдачи от некоторых студентов.



Расскажите о самом ярком моменте в своей жизни, связанном с вашей специальностью.

-Одним из ярких моментов считаю участие наших студентов в краевых конкурсах «Лучший по профессии», последние года принимаем участие в Чемпионате по профессиональному мастерству по стандартам «Ворлдскиллс». Пусть призовые места мы не заняли, но много интересного и полезного взяли для себя, общались с ребятами из других учебных заведений,



обменивались впечатлениями и делились опытом.

-Чтобы Вы хотели пожелать студентам ?

Я хочу сказать, что никогда не нужно разочаровываться в пустяках, нужно смело идти вперед. Всегда есть способ выйти из любой ситуации, не нужно опускать руки. Выход есть всегда.

Выпускники Ольги Михайловны с особой благодарностью отзываются о ней, говорят как о преподавателе, дающем качественные знания, о чутком, понимающем человеке и очень красивой женщине, с которой всегда можно взять пример. Редакция газеты желает Ольге Михайловне крепкого здоровья и дальнейшей плодотворной работы в лицее.

Вся наша жизнь - железная дорога

Около 30 лет даёт знания студентам, будущим железнодорожникам, в далёком прошлом выпускница нашего лица, требовательный, справедливый и ответственный педагог Швецова Ольга Викторовна, которая в настоящее время, кроме преподавательской деятельности, является мастером группы ПЖТ 3-17 (Проводники на железнодорожном транспорте) и... очень интересным собеседником.

-Ольга Викторовна, когда и каким образом Вы начали работать по специальности?

-В 1985 году после окончания Технического училища №1 (ныне ГПОУ «Шилкинский МПЛ») по профессии «Дежурный по станции» по направлению уехала в Хабаровский край в п. Новый Урал, где работала по специальности.

Волей судьбы пришлось вернуться в родной город, где родилась, училась, где жили мои родители. В 1992 году пришла работать в Шилкинский многопрофильный лицей мастером производственного обучения.

- Нравится ли вам Ваша профессия?

-Нравится ли мне профессия? Да, конечно, нравится. Каждый день не похож на предыдущий. Постоянно нужно обучать новому, жить в ногу со временем, находить общий язык со студентами, направлять их в нужное русло, воспитывать, и, к сожалению, терпеть, очень много приходится терпеть.

- Ваша работа-это детская мечта?

-Никогда не мечтала быть педагогом. В детстве хотела стать полицейским. Но судьба

повернулась по-другому, о чём несколько не жалею.

-Ольга Викторовна, вы можете назвать положительные и отрицательные стороны Вашей работы?

Я считаю, что в каждой профессии есть свои плюсы и минусы. Эта работа дала мне умение общаться с людьми, учить их и чему-то учиться самой. За эти годы я приобрела огромный багаж опыта и знаний. Пожалуй, это самые главные достоинства. А еще плюс моей профессии- это большой отпуск летом- два месяца.

Но, к

сожалению, работа в лицее стрессовая, требует больших душевных и моральных затрат, в прочем, как и в любой педагогической деятельности (поэтому нам положен такой отпуск). У педагогов невысокая заработная плата, но очень

большая нагрузка: кроме проведения уроков, нужно писать планы, отчеты, работать с

документацией, которой не мало.

- Расскажите, пожалуйста о каком-нибудь запомнившемся моменте в своей жизни, связанном с вашей специальностью.

-Интересный случай произошел



на уроке. Один студент не слушал объяснения нового материала и не работал со всеми вместе, «сидел в телефоне». На следующий урок при опросе домашнего задания он рассказал все слово в слово, как я

говорила. До сих пор не могу понять: или хорошая память у студента, или был включен диктофон.

-Ольга Викторовна, Ваша жизнь, благодаря работе, очень насыщенная и плодотворная. Спасибо Вам за интересную беседу. Мы желаем Вам крепкого здоровья, творческих успехов в Вашем нелёгком труде. Чтобы вы хотели



пожелать студентам?

-Студентам я хотела бы пожелать успешно закончить наш лицей, настроиться на работу и поступать учиться в высшие учебные заведения. Учиться нужно всегда. Я прошла все ступени: училище, техникум, институт и не жалею, что училась и до сих пор приходится учиться и переучиваться.

Желаю нашим студентам идти по жизни с юмором, научиться распределять правильно день, чтобы на все хватало времени и сил! Пусть студенческие годы будут самыми светлыми, яркими и незабываемыми, пусть родные вами гордятся, друзья уважают, а педагоги оценивают только по знаниям!

Интервью подготовила

ЮБИЛЕЙ-25 лет в родном лицее!

В этом году исполняется 25 лет как трудится в нашем лицее заместитель директора по учебно-производственной работе Инга Николаевна Музгина.

В связи с этим событием представляем вниманию читателей нашей газеты следующее интервью.

-Инга Николаевна, расскажите немного о себе. Где родились? Где учились?

Родилась я 17 марта 1976 года в с.Укурей Чернышевского района. После окончания СОШ № 2 г. Шилка в 1993 году поступила в Профессиональное училище № 16 г. по профессии Дежурный по железнодорожной станции и 20 февраля 1995 года окончила училище и была приглашена на работу, на должность мастера производственного обучения, где и начала свой трудовой путь. В 1995 году поступила (заочно) в Дальневосточный государственный университет путей сообщения г. Хабаровска по специальности Организация перевозок и управления на транспорте (железнодорожном), в 2001 году получила диплом об окончании.

- Как начинался Ваш трудовой путь?

Первый рабочий день в качестве мастера производственного обучения я ждала с нескрываемым волнением : как меня примут студенты, ведь мне тогда было 19 лет, как поведут себя, смогу ли я использовать все знания, что получила в училище. Постепенно я училась понимать студентов, чувствовать их настроение, со временем замечая, что студенты стали относиться ко мне теплее, дружелюбнее. В то же время я думала о том, как, найти общий язык с родителями студентов, а это немаловажно в нашей педагогической деятельности. Для меня это было сложной задачей, ведь родители были старше меня, и я должна была доказать, что могу посоветовать им как воспитывать детей. И я смогла. Чуткость, внимание, доверительный тон с



моей стороны – вызывал ответственное желание поделиться своими радостями и переживаниями не только у студентов, но и у их родителей. Вспоминаю те времена с любовью, ведь молодость – это всегда прекрасно.

В 2002 году меня назначили на должность заместителя директора по учебно-производственной работе. Начав свою профессиональную деятельность в должности заместителя директора по учебно-производственной работе, передо мной стал вопрос: а каким должен быть современный руководитель? Я понимала, что независимо от своего возраста, я должна стать старшим другом, наставником для коллектива, прежде всего для своих педагогов, которые в училище научили меня познавать новое. Чтобы в тебя поверили, пошли за тобой, нужно знать главное: куда вести и как. Для заместителя директора одно из главных качеств – умение организовать работу коллектива, организовать целостный педагогический процесс. Во главе педагогов должен стоять человек, который в состоянии сплотить вокруг себя коллектив единомышленников, основанный на сотрудничестве и взаимопонимании. Заместитель директора выполняет роль “двигателя”, все усилия которого направлены на поддержание рабочего ритма в коллективе, создание

положительного микроклимата, приятного и продуктивного взаимодействия сотрудников в лицее. В должности заместителя директора я работаю восемнадцатый год.

- Каковы Ваши дальнейшие планы?

Продолжить работу в лицее. Для меня лицей – это мой дом, в котором меня ждут, любят, ценят. Я радуюсь тому, что у нас в настоящее время сложился творческий педагогический коллектив, с большим потенциалом, меня окружают компетентные коллеги, интересные студенты.

Выбор профессии, должности, на мой взгляд, предопределяет отношение человека к жизни, окружающим, формирует или укрепляет жизненные принципы и идеалы. Когда приходит усталость, за ней следом идёт мысль о том, что не каждому человеку судьба даёт



возможность делиться своим жизненным опытом и мало кто в своей профессии зачастую находит внимательного и благодарного слушателя - в лице студента, коллеги, родителей. Осознавая это, начинаешь понимать, что не зря выбрала профессию педагога, и четверть века провела в окружении дорогих тебе людей.

Ну а мы, в свою очередь, от лица педагогов и студентов лицея поздравляем Ингу Николаевну с замечательной датой и Днём рождения!!!

Интервью подготовила Д. Шестакова, ПЖТ 4-18

Лестница успеха

4 марта 2020 года впервые в истории лицея состоялся Конкурс молодых педагогов «Лестница успеха». Соревновались девять педагогов, которым помогали наставники. Диана Ранисовна Бурдинская – наставник – И.В. Корчагина; Надежда Алексеевна Митренко – О.М. Квачева; Ирина Олеговна Акентьева – Н.С. Кулаева; Елена Николаевна Макарова – Е.А. Сахарова; Екатерина Владимировна Усова – И.Н. Слезко; Дарья Владимировна Рохлецова – Н.В. Алексеева; Ирина Владимировна Семенова – И.В. Суханова; Елена Валерьевна Акулова – Л.М. Шахватова; Евгения Владимировна Александрова – И.П. Золотухина. Ведущие конкурса И.В. Корчагина и Н.С. Кулаева настроили всех на позитивный лад, который продолжался всю конкурсную программу.

В первом конкурсе: визитная карточка, каждая участница предоставила презентацию о себе, тем самым задали себе высокую планку будущие лидеры. В целом, все участники выступили достойно.

Следующий конкурс видеомарафон «Я и моя работа». Зрители с удовольствием

посмотрели видеоролики, в которых было рассказано, кто и как видит свою работу. И в этом конкурсе все педагоги раскрылись с новой стороны. Кропотливая подготовка педагогов к конкурсу не осталась без должного внимания. Третьим конкурсом значился «И швец, и жнец и на дуде игрец» - где раскрылись таланты наших участниц. А талантливы они, несомненно, все. На суд жюри были предоставлены два замечательных кулинарных шедевра от Елены Макаровой и Елены Акуловой. Екатерина Усова совместно со студентками исполнила песню

собственного сочинения «Гимн лицея». Д.В. Рохлецова

продекламировала стихотворение собственного сочинения. И.О.



Акентьева станцевала зажигательный танец в дуэте со студентом Вадимом Рахлецовым. Д.Р. Бурдинская попробовала свои актерские таланты в направлении стендап

(сольное юмористическое выступление). Н.А. Митренко, как замечательная рукодельница. Изделия, которые продемонстрировала Надежда Алексеевна, очень красивые и довольно-таки сложные в исполнении. Ещё она показала слайды с фотографиями, где своими руками шила новогодние костюмы детям. Их не отличишь от



вошли С.В. Тихенко - заведующая отделом кадров, О.Ф. Журкова – педагог-библиотекарь, С.Е. Бурдинский – преподаватель ОБЖ, председателем жюри была А.А. Романова – заместитель директора Шилкинского дома детства и юношества, председатель районной организации профсоюза. Нашим судьям было сложно подвести итоги в отношении второго и третьего мест, а с первым местом определились моментально – участница покорила всех.

Итак, по результатам конкурса все участники и наставники получили дипломы. Третье место разделили Семенова Ирина Владимировна и Рохлецова Дарья Владимировна, на втором

месте заслуженно оказалась Акентьева Ирина Олеговна (нельзя не отметить тот факт, что Ирина Олеговна является соавтором монографии "Рекреационные исследования в национальном парке "Алханай", Чита, 2017 год выпуска-это не осталось без внимания жюри), и беспспорным победителем по набранному баллам с вручением грамоты за первое место стала Усова

Екатерина Владимировна. Всех призеров наградили денежными сертификатами. Вручая дипломы и грамоты, А.А. Романова отметила, что ей очень понравилось данное мероприятие и то, что у каждого участника конкурса был свой наставник, а это

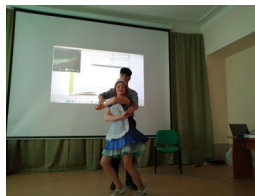
дорогого стоит. Отдельное спасибо, хочется сказать студентам, которые пришли поддержать своих преподавателей, а также родственникам и друзьям педагогов.

В конце церемонии награждения директор лицея Е.Р. Шулимова поблагодарила всех конкурсанток и наставников за плодотворную подготовку к конкурсу и вручила памятные призы. Такие мероприятия



профессионально сшитых, а где-то они даже лучше покупных, так как сделаны с душой. И.В. Семенова – еще одна замечательная рукодельница, изделия из бисера заворожили всех, просто глаз невозможно было отвести от такой красоты, которую предоставила на суд жюри Ирина Владимировна. Кредо У Евгении Александровны- это здоровый образ жизни: походы на природу, занятия спортом, об этом она и поведала в своей презентации.

Конкурс «Мудрая сова» доказал, что наши преподаватели добрые и в меру строгие. Они решали каждый свою педагогическую ситуацию, которую получили в конверте. Заранее не готовившись к данному конкурсу, каждый педагог нашёл необычное решение., которое по достоинству одобрило жюри, в состав которого



Знай наших

Спорт учёбе не помеха

В мартовском номере нашей газеты написал о себе Алексей Карпов, студент группы МЛ 9-18.

Родился я в с. Акша в многодетной семье. Являясь первым ребёнком у родителей, понял, что забота о младших братьях ложится частично и на мои плечи. Решил поступить в лицей, получить специальность машиниста локомотива, так как эта профессия из ряда высокооплачиваемых с мыслью о том, что в будущем я буду помогать своим родителям

В процессе учёбы мне понравилось получать знания по спецпредметам, изучение тепловоза и электровоза ставлю на первое место. Хотя по общеобразовательным предметам также имею некоторые успехи. Я учусь без троек.



А поделиться с читателями я хотел вот чем! Приехав учиться в Шилку, я почти сразу основательно занялся спортом. Стал посещать спортивную секцию по тяжёлой атлетике. Имею ряд наград за занятые призовые места: в 2018 г. занял 3 место в краевых соревнованиях по пауэрлифтингу. Пауэрлифтинг или силовое троеборье — силовой вид спорта, суть которого заключается в преодолении сопротивления максимально тяжёлого для спортсмена веса. Это нелёгкий вид спорта. Но я преодолел все барьеры. В этом же году я занимаю 2 место в крае по силовому двоеборью, в 2019 г. снова взял 2 место, а вот уже в 2020 году 1 марта — первое место — я подошёл к лучшему результату путём постоянных тренировок. Кстати, я

придерживаюсь здорового образа жизни во всём, даже в питании, потому что это мне помогает добиться определённых успехов. В 2018 году защищал честь лицея в районных соревнованиях по шахматам, занял 2 место, во время соревнований в рамках Лиги чемпионов занял 1 место по шахматам, чем помог своей группе МЛ 9-18 выйти в лидеры, в связи с чем готовимся к соревнованиям, которые запланированы на апрель-месяц в Чите! А ещё-вот уже в марте буду защищать честь лицея а соревнованиях по гиревому спорту в г. Нерчинске. В общем, скучать мне времени нет. Думаю, что спорт станет мне помощником в прохождении службы в рядах Российской Армии и, конечно же, в моей будущей профессии. Ведь сильные и смелые парни нужны везде!

Минувшие события



День Святого Валентина

14 февраля в нашем лицее прошла игра «Любовь с первого взгляда»

В игре приняли участие 3 девушки:

Галиуллина Анастасия (ПЖТ 3-17), Капитанова Алёна (ПЖТ 3-17), Ковалёва Роза (ПК 4-18) и 3 юношей: Соболев Артём (МЛ 14-19), Юрков Андрей (МЛ 14-19), Мамонтов Данил (МЛ 13-19). Игра проходила по нескольким конкурсам. Задача участников состояла в том, чтобы в процессе конкурсов каждый мог поближе познакомиться и в итоге выбрать



пару. По итогам игры совпало 2 пары, из них по

голосованию зрителей была выбрана идеальная пара. Ей стали Галиуллина Анастасия и Юрков Андрей. Пара приняла участие в финальном конкурсе, по итогам



которого набрала баллы. Дальше они получили возможность заработать призы. Призы можно было получить из шаров, кото

рые участники «лопали» дротиками.

Для участников и всех присутствующих студенты группы ПК 4-018 и ПК 2-17 подготовили зажигательный танец, студентка группы ПК 2-17 Соболева Валерия порадовала зрителей





Масленица

Масленица – один из самых веселых и долгожданных праздников в году, празднование которого длится семь дней. В это время люди веселятся, ходят в гости, устраивают гулянья и кушают блины. В этом году Масленица взяла начало 24 февраля, а закончилась 1 марта. Блинная неделя – народное торжество, посвященное встрече весны. Прежде чем войти в Великий пост, народ прощается с зимой, радуется теплым весенним денькам, и, конечно же, занимается приготовлением вкусных блинов. В нашем лицее этот праздник начали отмечать только год назад, надеюсь, эта традиция сохранится. Празднику не помешали снег и капель. Началась Масленица с выпечки блинов. В этом году этим занимались наши будущие повара групп ПК4-18 и ПК2-17. От вкусных яств ломился стол: блины со сметаной, сгущенкой и икрой. мешочки с фруктовым ассорти; корзиночки с виноградом; два вида хвороста и горячий чай из самовара. Продажа блинов сопровождалась веселыми конкурсами от ведущих Кулаевой Натальи Сергеевны и Золотухиной Ирины Петровны, которых сопровождали заводные коморохи Геворкян Давид и Никанов



Максим. Это были следующие игры-конкурсы: битва подушками, догонялки, загадки, перетягивание каната, кто быстрее съест блин и другие.

Как много лет назад, так и сегодня, кульминацией Масленицы считается сжигание чучела. Это действие символизирует наступление весны и окончание зимы. В качестве чучела, которое приносится в жертву, изготавливали большую смешную и в то же время страшную куклу, олицетворяющую собой Масленицу. Делали куклу из тряпок и соломы. После чего её наряжали в женскую одежду, выставляли в центре площади по полю. Ритуальное сжигание куклы имело свой смысл. Таким образом, можно привлечь благополучие и возрождение нового, светлого. В древние времена кидали в костер различные предметы, от которых хотели избавиться. В ход шла изношенная одежда, вышедшая из обихода утварь. Считалось, что выкидывая ненужные вещи, человек освобождался для принятия нового и хорошего.



А апофеоз Масленицы - воскресенье. Этот день получил название «Прощеное воскресенье». В этот день принято просить у знакомых и родных прощения за обиды,

накопившиеся за год. Я искренне прошу прощенья. Прощаю, так же, все обиды вам. Давайте помнить Господа ученье: «Прощайте и простится вам.»

В.Соболева ПК 2-17



СПОРТИВНЫЕ НОВОСТИ

27 февраля в г.Нерчинске состоялась товарищеская встреча по баскетболу. В команде от лицея играли Кийко Егор МЛ 1-16, Шабалин Константин, группа МЛ 2-16, Номоконов Денис МЛ 10-18, Белозёров Никита, МЛ 14-19. Турнир прошёл в непринуждённой и дружественной обстановке. Победителей и проигравших в этот раз не было – в выигрыше были все! Ребята получили заряд бодрости и напутствие к следующим соревнованиям,, которые состоялись через неделю в п.Холбон. Это была не игра, а «битва». Никто никому не хотел уступать, каждая команда была мотивирована на победу. Каждый



выкладывался на все сто процентов, но всегда выигрывает сильнейший. И на этот раз победу одержала наша команда со счётом 1:2. Молодцы наши ребята! С чем мы их и поздравляем.!

15 марта в г.Шилка прошёл турнир по волейболу, посвящённый памяти Почетного жителя Шилкинского района В.Н. Седельникова, любимого тренера многих поколений холбонцев,

игрок

трагически ушедшего из жизни в 2018 году. Наши студенты Мирсанова Алёна, ПЖТ 3-17, Дудниченко Максим, МЛ 9-18, Бурдинский Андрей, МЛ 9-18 были приглашены в качестве судей



соревнований, что является почётным в спорте.

Редакция газеты желает всем нашим спортсменам побед в предстоящих соревнованиях, которые пройдут в конце марта в



Проба пера



Поэзия Т. Голоса

О войне я знаю понаслышке:
С фильмов, книг, да разговоров,
Я не видел лиц фашистов
И не нюхал горелый порох...

И за это скажу спасибо
Ветеранам великой войны,
Что живем мы под небом чистым
На земле самой сильной страны.

Течёт подливой талый снег.
Почки распускаются на иве,
Точно кто-то прибавил свет
На небесном нашем светиле

Это Весна проснулась! Март!
Он прочь прогоняет морозы
И, проявляя весь свой шарм,
Виртуозно плавит сугробы

Небо тонет в яркой лазури,
Воздух так по-весеннему свеж.
Полыхает солнце в ажуре,
Оживает природный манеж!

Васильев Кирилл МЛ 6-17

Моя малая Родина

Россия – матушка моя,
В тебе простор, леса и реки,
В тебя влюблён и предан я,
С тобой останусь я навеки.

И есть в тебе одно местечко,
Где я родился и живу,
Где воздух чист и голубая речка,
Что малой Родиной зову.

Местечко это непростое,
Там детство всё моё прошло,
И в памяти моей всё то бывшее,
Что человеком стать мне помогло.

Влюблён я в это место навсегда,
И это правда, я нисколько не лукавлю
Я здесь живу, и буду жить всегда
И это место не оставлю!

Мой край

Моё родное Забайкалье,
В тебя я преданно влюблён!
Ведь нет на свете лучше края,
Чьей красотой здесь каждый изумлён!

Природа, реки, горы, ширь,
В тебе всё сказочно, прекрасно!
Здесь удивительный, особый мир,
Здесь воздух чистый, свежий, ясный!

Простор степной – мой край родной.
Ты мой исток, моё начало...
С какой бы дальней стороной
Меня судьба не повенчала...

Я обращаюсь к каждому из вас!
Давайте же беречь всё это!
Ведь всё зависит только лишь от нас!
Чтобы жила и расцветала вся планета!

Д.В.Рохлецова



Конкурс чтецов



1 марта мы отмечаем День образования Зabayкальского края.

В 2008 года на карте России появился новый регион — Зabayкальский край.

В связи с этим событием студенты и преподаватели лицея 27 февраля приняли участие в Краевом конкурсе чтецов «Звучит Зabayкалье в душевных словах» в номинации «Для нас не существует расстояний», определённой для дистанционного участия.

Преподаватель Дарья Владимировна Рохлецова прочла авторское стихотворение «Мой край». Стихотворение «Поклонюсь я родимому краю»- поэт-земляк из с. Чирон Михаила Селезнёва представил вниманию зрителей студент группы МЛ 5-17

Васильев Кирилл, Нина Ангилова, группа ПЖТ 4-19 прочла стихотворение малоизвестного забайкальского автора Виктора Кабисского «Трудно жить на белом свете». Конечно, не остались без внимания известные авторы -Виталий



Радченко, студент группы МЛ 6-17 вспомнил замечательное произведение Георгия Граубина «Я живу на самой длинной долготе»

Много в Зabayкалье людей с поэтической душой. Даже больше, чем можно предположить. Немало славных имен дала щедрая забайкальская земля российской литературе. А задумывались ли мы –

почему? Наверно вдали от центра, где сама природа скромная на первый взгляд, но могучая, когда к ней приглядеться более внимательно, дает ключ к ответу на этот вопрос. Именно скромность и величие природы нашего края расширяет творческий диапазон людей, населяющих его.

Место действия всех произведений- Зabayкалье, описание природы, людей приобретает общечеловеческое

звучание. Художественные произведения часто переходят в философские размышления о смысле жизни.

Можно сказать, что у литературы Зabayкалья будущее.

уверенно



есть

Полезная информация

Зabayкальский центр научно-технической информации и библиотек предоставляет возможность руководителям и специалистам Зabayкальской железной дороги получить доступ в режиме он-лайн к Электронной библиотеке УМЦ ЖДТ, где представлены книжные коллекции по специальным дисциплинам железнодорожного транспорта.

Доступ к произведениям предоставляется только зарегистрированным пользователям (с любых устройств – компьютер, планшет, смартфон, подключенных к сети интернет).

Зарегистрироваться можно с любого рабочего места пользователя Зabayкальской железной дороги, имеющего выход в глобальный интернет на сайте



УМЦ ЖДТ

Если рабочее место не подключено к глобальному интернету, можно обратиться в линейную техническую библиотеку по территориальной принадлежности или в Научно-техническую

библиотеку (Управление дороги, каб. 435).

По всем вопросам обращаться по телефонам: 2-59-37, 2-44-81

[Руководство пользователя УМЦ ЖДТ.](#)



Конкурс молодёжных рационализаторов и изобретателей

13 марта в Технической библиотеке прошёл ежегодный молодёжный конкурс «Аукцион технических идей». Наши студенты приняли активное участие. Конкурсу предшествовала большая подготовка, студенты под руководством преподавателей и мастеров п\о создавали рационализаторские идеи и готовили проекты каждый по своей теме: А Соколов, группа ЭТП 2-17, представил вниманию жюри 3 проекта: «Угловой передатчик радиоволн для раций», «Радиостанция со встроенным GPS навигатором», «Электромагнитный ускоритель частиц». Проект «Внедрение цифровых технологий для электрооборудования тяговых



начальником восстановительного поезда дирекции аварийно-восстановительных средств ст. Шилка А.А.Иваськовым почётные гости: начальник службы управления персоналом ЗабЖД Александр Дорофеев, директор Забайкальского института железнодорожного транспорта Александр



Ерёменко, а также представители Шилкинской дистанции сигнализации, централизации и блокировки, восстановительного поезда Шилка.

Победителем среди студентов был признан Антон Соколов. Он представил на конкурс сразу четыре свои разработки. Однако комиссия особо выделила два его проекта: «Радиостанция со встроенным GPS-навигатором» и «Остановка для пригородных поездов с подогревом и освещением».

Второе место занял проект Ренаты



подстанций железных дорог. QR – код»-студент группы ЭТП 4-19 С.Тихенко, свои работы ребята-электромонтёры выполняли под руководством мастера Ирины Владимировны Корчагиной. Проект «Контейнер для сбора мусора в кабине локомотива «Ермак» подготовил студент группы МЛ 14-19 Кропачев Н., под руководством преподавателя Ирины Олеговны Акентьевой. С проектом «Тележка для безопасной перевозки горячих напитков и еды» выступили Котова Р.; Шестакова Д., группа ПЖТ 4-18-под руководством мастера Людмилы Николаевны Кийко.

В этом году ребят оценивали наряду с постоянным председателем жюри-

Котовой и Дианы Шестаковой «Тележка для безопасной перевозки горячих напитков и еды в пассажирском вагоне». Третье место конкурсная комиссия присудила проекту Никиты Кропачёва «Контейнер для сбора мусора в кабине локомотива «Ермак».

Редакция газеты поздравляет наших студентов с победой в конкурсе!



Влияние на самоорганизацию личности акцентуации характера.

Одной из особенностей подросткового периода является завершение формирования характера. Именно в подростковом возрасте чаще всего проявляются акцентуации характера, представляющие собой краткие варианты нормы. Понимание индивидуальных черт и особенностей характера воспитанника позволяет в значительной мере предвидеть его поведение и тем самым корректировать ожидаемые действия и поступки. Чаще всего трудности в самоорганизации проявляются у следующих типов акцентуации характера.

Гипертимный тип

Основные черты: легкомыслие, нарушение режима, низкий уровень самоконтроля.

Тактика сопровождения: четкое аргументированное определение обязанностей, умение соединить доверие к подростку с контролем, чередование разных видов деятельности.

Примерные упражнения.

Упражнение «Планирование». На листе бумаги напишите все свои планы на день, затем подумайте и зачеркните то, что не сможете сделать. Еще раз пересмотрите пункты, которые остались. А теперь главное – все, что осталось, нужно выполнить.

Упражнение «Навести порядок в мыслях» - реализуется с помощью дневника, куда вносятся основные дела дня, перспективные дела. Вечером необходимо проверять, все ли из задуманного выполнено.

Нестойкий тип

Основные черты: слабость воли, ситуативность поведения, отсутствие способности к самоанализу, отсутствие мотивации действия. Для этого типа важно соблюдать принцип «Делу время, потехе час». Учитывать подростка доводить работу до конца, формировать позитивную мотивацию к деятельности, осуществлять контроль. Подросткам этого типа можно предложить упражнение «Постоянное хобби»: проанализировать и оценить по 5-балльной шкале все свои увлечения за 1 месяц; выбрать одно, которое станет постоянным на будущее. Стараться выполнять его.

Возбудимый тип

Основные черты: несбалансированность процессов возбуждения и торможения; низкий уровень самоконтроля. Тактика сопровождения: формировать навыки саморегуляции; рекомендовать поэтапное выполнение задания с увеличением сложности.

Упражнение «Исполнитель желаний». Вы привыкли выполнять все свои желания, а теперь попробуйте выполнить желания близких вам людей. Попробуйте жить согласно требованиям других. Сначала выберите самого приятного вам

человека и попытайтесь выполнить все его желания без условий с вашей стороны. Если не получается, сделайте еще попытку; если вышло – расширьте круг людей, чьи желания вы будете удовлетворять.

Упражнение «Наблюдатель»: учитесь относиться ко всему, что с вами происходит, как восточный мудрец, т.е. всегда задавайте себе вопрос: «А как бы на моем месте поступил мудрый человек, что бы сказал, сделал?» Обдумывайте, умейте предвидеть результат.

Еще одной индивидуально-типологической особенностью является темперамент – наиболее устойчивые индивидуальные особенности, сохраняющиеся многие годы. Тип темперамента зависит от врожденных анатомофизиологических особенностей (тип нервной системы), от условий жизни и воспитания.

Обычно в человеке сочетаются черты всех 4-х типов темперамента (сангвиник, холерик, флегматик, меланхолик), один из которых выражен сильнее, а другие слабее. Правильнее говорить о темпераментной структуре, которая включает в себе особенности всех типов. Особо хотелось бы остановиться на типах темперамента, у которых возникают трудности с самоорганизацией:

Сангвиники – увлекаются, но быстро остывают, беспечны, поверхностны; не умеют добиваться результатов. Важно проявлять строгость, требовательность, контролировать действия и поступки сангвиника; систематически пробуждать интерес, чтобы смог до конца на одинаковом уровне довести начатое дело и с хорошим качеством, не допускать частой смены деятельности, стимулировать активность.

Холерик - это неусидчивый, со сниженной концентрацией внимания, вспыльчивый, раздражительный, инертный тип. Требует постоянного контроля поведения, но требования лучше предъявлять осторожно и деликатно. В экстремальных ситуациях, когда нужно сделать какую-нибудь работу в короткий срок, лучше всего положиться на него. Если сумеете внушить ему, что без него дело пропадет – он способен выложиться до конца.

Если у подростка преобладают черты **флегматического** темперамента, то не следует отстранять его от той деятельности, которая требует приложения усилий, нельзя резко обрывать ребенка, необходимо предупреждать его за несколько минут о смене деятельности, постоянно напоминать о сроках выполнения порученного дела, чтобы получить вовремя результат.

Советы первокурсникам

Учишься на первом курсе лицея и боишься, что не сможешь быстро влиться в коллектив? Тогда не пускай этот процесс на самотек.

1. «Встречают по одежке, провожают по уму»

Хочется, чтобы сначала оценивали внутренний мир. Но первое впечатление все равно играет важную роль при знакомстве. Одейся чисто и аккуратно. Приведи себя в порядок.

2. Добавь детали, которые расскажут окружающим о твоих вкусах, образе жизни и увлечениях (например, тетрадки с иллюстрациями, оригинальные украшения, мелодия телефона). Так ты сможешь привлечь к себе людей с похожими интересами.

3. Не спеши завязывать дружбу. Из-за страха не вписаться в компанию некоторые ребята «прилипают» к первому же

понравившемуся человеку. А спустя время новый «друг» оказывается совсем не близким по духу. Чтобы не разочароваться, дай себе несколько недель на знакомство со всеми. Запомни лица и имена одноклассников. В общении оставайся собой.

4. Проявляй инициативу. Контактируй с окружающими. Как бы ни было страшно разговаривать с незнакомыми людьми, пересиль себя и подойди первым. Можешь даже заранее придумать тему для беседы. Покажи заинтересованность и дружелюбие, но не навязывайся.

5. Задавай вопросы. Спроси одноклассников об увлечениях, какую музыку слушают, как проводят свободное время и т. д. Так быстрее поймешь, с кем тебе будет интересно общаться. Студенческая группа формируется не случайным образом, в отличие от школьного класса. Одноклассников объединяет стремление к одной профессии, поэтому общие интересы точно найдутся.

6. Не будь выскочкой. В первые же дни не старайся навязать свое видение организации коллектива, какими бы выдающимися лидерскими качествами ты ни обладал. Не будь шумным и наглым. Дай людям привыкнуть, а потом постепенно показывай все грани своего характера.

7. Не бойся обращаться за помощью. Если что-то не знаешь, можно спросить у мастера группы, если испытываешь чувство неуверенности, растерянности, обязательно обратись к педагогу-психологу лицея.

8. Что делать, если не удастся влиться в коллектив?

Если отношения не заладились, не жди, что они улучшатся сами собой. Не старайся подстроиться под большинство, а показывай свои хорошие стороны. Избавляйся от комплексов, тренируй уверенность в себе, и люди к тебе потянутся.

Уважаемые студенты, если у вас возникнут какие-то проблемы, не стесняйтесь, приходите к Ирине Николаевне Слезко.

ПОЗДРАВЛЯЕМ С ДНЕМ РОЖДЕНИЯ!!!



Ингу Николаевну Музгину
Анатолия Петровича Сагирова
Елену Александровну Сахарову
С Юбилеем поздравляем Татьяну
Григорьевну Мустаю! **Желаем
крепкого здоровья, счастья и
творческих успехов!**



Парамонову Ольгу ПЖТ 5-19
Ячменеву Алену ПЖТ ПК 6-19
Фефелову Арину ПК 6-19
Ковалеву Розу ПК 4-18
Похилько Дарью ПЖТ 3-17
Шеломенцеву Анну ПЖТ 3-17
Персидского Данила МЛ 13-19

Брюханову Анастасию ПЖТ 5-19
Томских Галину ПК 6-19
Гладышева Дмитрия МЛ 14-19
Подшивалова Илью МЛ 9-18
Васильеву Викторину ПЖТ 3-17
Кунгурова Данила МЛ 13-119
Макарова Владимира ЭТП 3-18



Лайфхаки для студентов

10. Базовое правило студента - ДО 2-го курса ты работаешь на зачетку, после - зачетка работает на тебя. Базовые усилия приложите вначале - потом реально только легче. 9. Занимайтесь научной работой. Очень полезно и в тоже время очень сильно поднимет ваш студенческий статус. 8. Каждый поход в Учебное заведение делайте для себя интересным, каждую лекцию познавательной. Если учеба для вас мучение, для галочки, лучше бросьте. 7. Четко представляйте себе зачем вы учитесь. Мотивация и четкое виденье цели не такие уж и второстепенные вещи, как может показаться. 6. Философский совет. На экзамене не нервничайте и не парьтесь. Всё ваше обучение в масштабах вселенной пылинка. Подумайте об этом. 5. Во время ответственной контрольной точки не помогайте никому, пока не уверены на 100%, что свою работу вы сделали полностью. Звучит эгоистично, но работает. Поймите - у каждого своя жизнь. 4. Не давайте никому свои лекции на дом. :) . Не будьте жлобом, просто поставьте это в принцип, потому что я много раз наблюдал, как люди теряют много времени на восстановление пропавших лекций, 3. Ставьте сон в высший приоритет. Не учите ночью в ущерб сну. Без сна сильно снижается эффективность. 2. Перед тем, как нести диплом за подписью обязательно узнайте, что он конкретно смотрит и за что цепляется. 1. Не включайте гордость, когда речь идёт об оценке.

Старшекурник



Рецепт дня

Плов с тушенкой

Ингредиенты:

Рис — 1,5 стакана

Лук репчатый — 1-2 штуки

Морковь — 1-2 штуки

Тушенка — 500 граммов (говяжья или свиная - выбирайте сами)

Чеснок — по вкусу

Растительное масло — 2-3 ст. ложек

Специи — по вкусу

Соль — по вкусу

Способ приготовления:

Почистить лук и нарезать кубиками. Морковь - соломкой. Рис хорошо промыть. В "цивильных" условиях - под краном;). В хорошо разогретое растительное масло выложить лук и обжарить, периодически помешивая, до прозрачного цвета. Открыть тушенку и снять верхний слой жира. Выложить в казан. Как только закипит - отправить туда же морковь. Готовить, помешивая, до тех пор, пока жир немножко не выпарится, после чего выкладываем тушенку и специи. Перемешать, дать покипеть несколько минут, после чего выложить рис. С тушенкой и овощами не перемешивать! Налить в казан кипятка - так, чтобы рис был покрыт водой хотя бы на 1 палец. Сформировать из риса небольшую горку, воткнуть в нее неочищенный чеснок. Закрывать крышкой и тушить до готовности риса - минут 40. Попробовать рис, при необходимости добавить соль (в предыдущих шагах ее не указывала, потому что тушенка бывает очень соленой - лучше класть "белую смерть" в самом конце) и воду. Вынуть чеснок. Теперь осталось только перемешать плов с тушенкой, разложить по мискам и есть, обжигаясь и причмокивая!;) Приятного аппетита!