

Муниципальное
образовательное учреждение
дополнительного образования детей
«Дворец творчества детей и молодежи»
г. Воркуты

МЫ

Периодическое издание
молодежного
информационного
центра



Уже четвертый раз в нашем городе проходит фестиваль «Грани таланта», где учителя демонстрируют свои способности и достижения в самых разных областях творчества. В этом году организаторы конкурса остановились на «Битве хоров».

Стр. 9

Непокоренный Ленинград



27 января 2014 года исполнилось 70 лет, с тех пор как великий Ленинград был освобожден от фашистской блокады.

Во Дворце творчества детей и молодежи прошли спортивные состязания в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса. Участники самых разных возрастов от 6 до 18 лет, а также родители ребят и педагоги Дворца собрались на Фестиваль спорта.

Стр.15



Непокоренный Ленинград

27 января 2014 года исполнилось 70 лет, с тех пор как великий Ленинград был освобожден от фашистской блокады. 7 февраля во Дворце творчества детей и молодежи прошло мероприятие, посвященное этому событию.



Презентации, песни, танцы, театральные постановки — все было направлено на то, чтобы зрители узнали, ценой каких невероятных усилий далась свобода, какие трудности преодолевали люди, прониклись судьбами и узнали об испытаниях, которые выпали на долю мужественных ленинградцев, героев тех страшных дней.

Самыми важными гостями мероприятия были, конечно же, ветераны — жители блокадного Ленинграда. Это Семенов Сергей Семенович, Микулина Фаина Сергеевна, Малашенкова Наталья Прокофьевна. Их детство прошло в условиях нестерпимого голода и холода, под взрывы бомб и снарядов. Но сейчас они живут среди нас, в нашем городе,

вспоминая свое детство со слезами на глазах. «Мне очень приятно видеть, что молодежь интересуется нашей историей», — рассказывает Сергей Семенович, — конечно, я захватил только самое начало блокады. После окончания 1 класса родители отправили меня в пионерский лагерь. Именно там все мы и узнали, что началась война. Только через месяц нас, детей и подростков, смогли вывезти из лагеря — весь транспорт был занят».

Презентации с историческими действиями сменялись миниатюрами из жизни людей, которые жили, работали в условиях блокады. Вот совсем маленький мальчик рвется Родину защищать; вот солдат один, по жуткому морозу, через тонкий лед несет на себе три мешка

с продовольствием; медсестра, которая спасает смертельно раненого танкиста; учительница, которая отдает свой хлеб малышам, теряет сознание, проверяя домашнее задание у мальчика. А он протягивает ей хлеб, со словами: «Вот! Возьмите мой кусочек... Его мало, но поверьте, ваши двойки стоят гораздо дороже». Кусочек блокадного хлеба мог запросто поместиться в ладони ребенка. Эти несколько грамм являлись единственным продовольствием ленинградцев на весь день.

Проникновенные образы, захватывающая анимация, трогательная музыка — все это передавало эмоциональное состояние, переживания и невероятные страдания героев того времени. Многие зрители не могли сдержать слез. «Все время не покидало чувство гордости, волнения, сопереживания, — делится школьница, Мария Матвеева, — слезы наворачиваются, когда узнаешь, как жили люди и что на фронт шли твои ровесники».

В день 70-летия полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады в республике Коми стартует эстафета Знамени Победы. Копии знамени, главного символа Победы, будут пронесены по всем учебным заведениям. И правом открывать эстафету была удостоена Гимназия №2. В финале мероприятия Красное знамя с почетом было вынесено на сцену и передано ученикам гимназии.

Несмотря на атаки противника, голод, холод, разрушения, Ленинград выжил. Выжил, благодаря людям, которые трудились не покладая рук на заводах, фабриках, в шахтах. Людям, которые мужественно отвоевывали осажденный город. Тем, кто не терял надежду. Кто верил, что нельзя опускать руки, а нужно бороться и выживать, тем, кто верил, что когда-то небо прояснится и стихнут взрывы. Мы должны помнить и хранить память о событиях тех лет, их участниках и их героическом подвиге.

Мария Мостуленко

Стихи в память о героях

9 февраля 2014 года в колонном зале для воспитанников Дворца состоялся первый тур конкурса чтецов «Бравые солдаты». Мероприятие прошло в рамках месячника гражданско-патриотического воспитания. Ребятам необходимо было подготовить стихотворения посвященные Дню защитника Отечества: о моряках и военно-морском флоте, о служивших в своей семье, о героях Афганистана и Чечни или о ветеранах ВОВ

Воспитанники творческих объединений Дворца соревновались в 3-х возрастных группах. Открыл конкурс чтецов самый младший участник,

Зиннатуллин Аделъ, воспитанник базисной школы танца «Радуга».

Мероприятие прошло в формате поэтической встречи, дружественная обстановка помогла получить максимальное удовольствие от прослушивания стихотворений. Особенно порадовала подготовка младших участников, которые подошли к конкурсу очень серьезно. Стихи были прочитаны эмоционально и выразительно, а некоторые даже подготовили мультимедийное сопровождение к своему выступлению. «Сегодня я увидела много талантливых ребят и хочется пожелать им дальнейших успехов, — комментирует выступление ре-

бят член жюри Ирина Щербина, — очень важно найти в писателе интересного собеседника и советчика, встретить своих героев, которые станут для них эталоном, найти свои маяки и ориентиры, которые ребята смогут пронести через всю жизнь».

Свои впечатления и пожелания высказали и младшие участники конкурса. «Я очень люблю читать стихи и мне всё очень понравилось, хотела бы участвовать в подобных конкурсах не только на военную тему», — делится участник конкурса Евгения Захаренко, — очень хочу прочитать стихи про лето, животных или любимую куклу».

Анна Захаренко

Праздник настоящих мужчин



Стать отцом совсем легко, быть отцом, однако, трудно. 22 февраля, в преддверие Дня защитников Отечества, в колонном зале Дворца творчества собрались мужчины, которые являются настоящими отцами и главами семейства.

В конкурсе «Лучший папа» приняло участие 7 команд, состоящих из отцов и сыновей. А течение недели организаторы опрашивали женщин нашего города, чтобы узнать, что им нравится в мужчинах, какие качества они ценят в представителях сильного пола. Папы и сыновья доказывали, что именно такими качествами, как доброта, ум, мужество они обладают в полной мере. Танцевали, пели,

играли в интеллектуальную игру с непростыми вопросами. Проявляли мастерское терпение, отгоняя от девушки мысли. Ни один мускул не дрогнул на лице мужественных участников, когда они узнавали, что девушка разбила машину, потратила все деньги с карты, или ей нечего надеть. «Купим новую машину. Не волнуйся, я зарабатываю еще денег», — вот они, слова настоящих мужчин. Но на этом испы-

тания не заканчивались. Юные и уже взрослые защитники Отечества бесстрашно ели лимоны, и даже ходили в магазин за лосьонами, пенками, кремами, бальзамами, учились правильно их выбирать. Участники также придумывали боевой клич и суперспособности. Среди них был и Джек Воробей, Стальной Кулак и спортивный Мэрлин. Мужчины и мальчики поразили сердца зрительниц своими романтическими одами, зачитанными с такой нежностью, что ни одна принцесса, для которой как раз и были посвящены произведения, не смогла бы устоять. В конце мероприятия все участники стали победителями в разных номинациях и получили памятные дипломы и призы.

«В семье самое главное это доброта и взаимопонимание. В нашей семье мы вместе проводим Новый год, а когда наступает май, мы выезжаем на природу, тем самым встречая весну, — поделился один из участников, Андрей Витальевич Жорняк, — помимо семейных обязанностей, мужчина еще должен защищать свою Родину, потому что это его прямые обязанности и никто кроме него этого не сделает».

Эмоции и воспоминания, оставшиеся у отцов и сыновей после конкурса, стали хорошим подарком ко Дню защитника Отечества. С праздником, дорогие отцы, деды, и сыновья — будущие защитники нашей Родины!

Мария Мостуенко

МАХІмум наградили

22 и 23 февраля 2014 года в Ухте прошел III открытый фестиваль радиоуправляемых моделей для закрытых помещений, посвященный Дню защитника Отечества. Цель фестиваля – популяризация спортивно-технических видов спорта и обмен опытом по созданию и эксплуатации радиоуправляемых моделей. В фестивале участвовало более 50 моделистов со всей Республики Коми.

Воркуту представляли Марусов Владислав, Сазонов Михаил, Лакотый Дмитрий, воспитанники творческого объединения «Гараж», под руководством педагога Яменко Олега Васильевича.

Соревнования проходили в разных классах, где были представлены модели от машинок заводской сборки до сконстру-



ированных вручную самолетов. Дипломом 3 степени был награжден Сазонов Михаил в классе автомоделей «МАХІ». Все участники были отмечены благодарностями

за участие. Наша команда получила массу положительных эмоций и полезного опыта от общения с моделистами республики.

Елена Хлебнова

Тимур и его команда

На свете совершается много добрых и полезных дел: кто бабушке поможет, кто котенка с дерева снимет, а кто каждый день людям помогает, в больнице, например, работает. Но вся проблема современного общества заключается в том, что оно делает это не из сострадания и желания помочь окружающим, а, чаще всего, из собственной выгоды. Желание «посоревноваться» в добрых делах пробуждает у людей нечеловеческий интерес, и о призывах души речи уже никакой не может быть. Совсем иная ситуация сложилась в молодом волонтерском движении города Воркуты, который назван одноименным рассказом А. Гайдара «Тимур и его команда».

У этого движения нет возраста: в него входят люди от мала до велика. Люди, которые не стремятся выставлять свои дела напоказ, а делают это потому, что так велит поступать им сердце и совесть. Танцоры, организаторы флеш-мобов, рокеры, байкеры, представители общества защиты животных, активисты, взрослые люди самых разных профессий. Но самое главное, что всех их объединяет — это равнодушие. Они оказывают поддержку всем, кто хоть в чем-то нуждается и не может добиться этого сам. Один из таких примеров — Третьякова Ольга Андреевна — пожилая женщина, которая по причине болезни не может сама за собой ухаживать. «Каждая приходящая сиделка извлекала для себя выгоду: деньги воровали у меня, так что ремонт до сих пор не сделан. Да и со здоровьем не очень было, пока мальчишки не начали ходить, а сейчас, знаете, уже встаю, думаю, что и ходить скоро буду», — делится Ольга Андреевна. И это после года постельного режима! Человек просто на глазах возвращается к жизни, и все это благодаря мальчишкам, которые просто не жалуют лишней минутки, чтобы навестить одинокую женщину, рассказать ей интересную, волнующую историю, поделиться своими «молодыми» впечатлениями. Они взяли на починку стулья Ольги Андреевны, решили утеплить дверь. Вот слова одного тимуровца: «Нужно помогать пожилым людям, и делаю я это, потому что сам хочу. Сейчас для нас самое главное — увидеть то, как Ольга Андреева сможет пойти сама, без помощи кого-либо. Пока что это для нас цель. Развивать такую помощь нужно, ведь есть ещё люди, которые нуждаются в ней». Женщина поделилась с нами своей мечтой: «Очень бы хотелось побывать на празднике «День железнодорожника», ведь я всю жизнь на железной дороге проработала». И,

знаете, с такими успехами, которые делает Ольга Андреевна, и с таким стремлением ребят помочь, у них все должно получиться!

А вот другой пример — молодая семья, которая по определенным обстоятельствам оказалась в группе людей с ограниченными возможностями. Юлия и Владимир — совершенно обычные, жизнерадостные люди, но так уж сложилась ситуация — болезнь нагрянула неожиданно. Паране то, что из дома не выходит, но и по квартире передвигается с большим трудом. И самое интересное, что до Тимуровской команды им не поступало никакой помощи. «Но теперь уже все налаживается, — делится Юлия Данилова, — нам теперь оказывает помощь Семен Владимирович Мостуенко и его команда. Мне все это очень нравится». Когда мы пришли к ним в гости, то первая мысль, которая возникла, это то, насколько люди еще умеют радоваться жизни. Пара сидела на кухне с сыном и в семейном кругу

смотрела олимпиаду. Казалось бы, что такого? Но с каким гостеприимством мы были приняты этим незнакомыми людьми, с каким восторгом они рассказывали про хоккей! Многим надо у них поучиться.

Для таких людей было организовано специальное такси, которое помогает с перевозкой в отдаленные пункты. «Не каждый возьмется ведь постоянно возить, поможет раз-два, да и откажется. А наши ребята нет, они сами себя в это дело вкладывают», — рассказывает Семен Владимирович, один из создателей движения. А так ответил Михаил Мякушин, участник Тимуровского движения, на вопрос о том, почему он взялся за такое сложное и ответственное дело: «Я думаю, что нужно помогать пожилым людям, ведь они для нас старались: кто-то из них был строителем и строил нам дома, кто-то воевал за нас. Каждый из них что-то делал для нас. Иногда нужно возвращать долги за нашу счастливую жизнь, ведь они наша история, они наше все».

С каждым днем группа «Тимур и его команда» принимает все новых и новых участников, ими могут стать все желающие, причем для этого не надо никуда записываться, ничего официально оформлять. Главное, что ты вложишь в свои действия частичку себя. Пусть ты один раз наведишь тех, кто нуждается в поддержке, но для них это уже будет настоящим счастьем. Сейчас с ребятами сотрудничают очень много организаций, начиная клубом автомобилистов, и заканчивая радиостанциями «Европа +», «Хит FM». «Русское Радио». Радует, что в мире все-таки есть неравнодушные люди, но хочется, чтобы таких личностей становилось еще больше!

**Елена Барыш
Мария Мостуенко**



Сила духа

Мы спокойно ходим в магазин, гуляем по улицам и не замечаем насколько это ценно — иметь возможность передвигаться. А ведь есть люди, которые полностью лишены этого. Супруги Юлия и Владимир заболели непредсказуемой и неизлечимой болезнью — рассеянный склероз — теперь их мир ограничен четырьмя стенами.

Несколько лет назад Юлии, как и другим инвалидами из разных городов, поставили диагноз — рассеянный склероз. Эта неизлечимая болезнь, которая может поразить каждого. Диагноз полностью изменил их жизни: от Владимира ушла жена, а Юлия, будучи вдовой, осталась инвалидом с ребенком. «Но вот сын вырос и сказал однажды, что я не должна сидеть вечно одна и предложил выложить мою анкету на сайт знакомств для инвалидов, где я нашла Володю», — рассказывает Юлия. Для них все началось с общей проблемы: одного диагноза и недостатка общения. Для Юлии, инвалида-колясочника и Владимира с этой же болезнью, но на более ранней стадии, расстояние не стало помехой, они общались через интернет и по телефону. Через некоторое время Владимир приехал в Воркуту к ней, где они поженились и обвенчались.

Сейчас Юлия и Владимир являются администраторами в интернет-группе «Родные Сердца», где общаются люди больные рассеянным склерозом. Супружеская пара общается с

другими инвалидами из разных городов, дает советы, рассказывает, как получить государственную помощь и как не попасть в ловушки людей, готовых воспользоваться их страшной болезнью. «Сейчас мы боремся слжецелительницей, которая приглашает на лечение людей со всей России. Она рассказывает красивые истории об исцелении, но на деле для ее пациентов все оборачивается плачевно. Человек, с которым я была знакома, умер после курса этого лечения, а другой инвалид находится в тяжелом состоянии», — рассказывает Юлия, — Мы уже обращались к юристам, но они только разводят руками. Поэтому все, что нам остается — это предупреждать людей, спасая их жизни от ложных целителей, и я рада, что это мы можем делать, несмотря на ограниченность в передвижении».

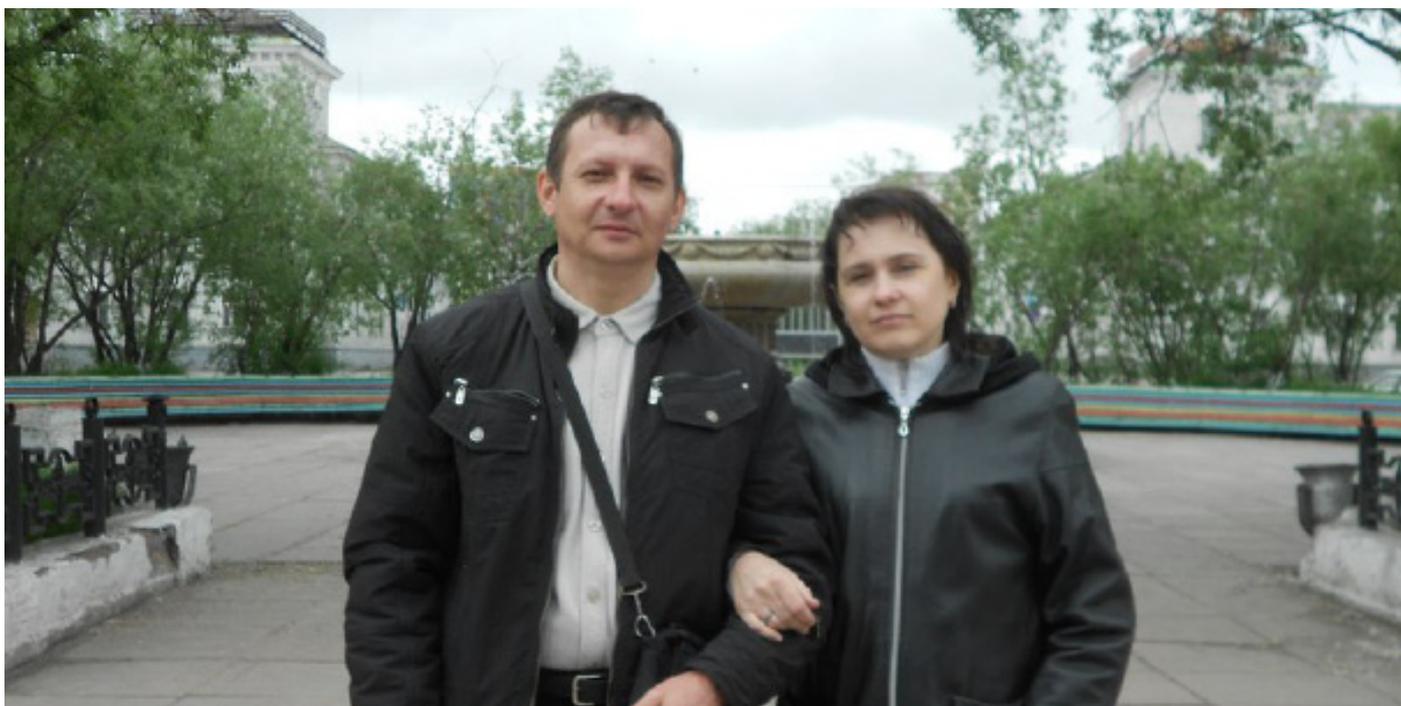
Юлия и Владимир рассказывают, что существование людей, готовых воспользоваться чужим недугом не повод разочаровываться в мире. Супругам помогают понимающие

люди: волонтеры и просто прохожие. В виде льгот помощь оказывает государство, социальные службы предоставляют за низкую цену услуги, такие как сходить в магазин или вынести мусор. Все это помогает маломобильным людям справляться с трудностями, но все же есть и нерешенные проблемы.

«Я выхожу из дома несколько раз в год. Муж ходит в магазин, а мне даже по ступенькам крыльца не спуститься. И даже если бы мне помогли — самостоятельно я никуда не попаду: пандусов либо нет, либо они слишком крутые, чтобы въехать на них без посторонней помощи. Мне не важны магазины одежды или развлечения — я не могу попасть даже в аптеку, потому что ближайшая к нам находится на втором этаже», — делится Юлия.

Несмотря на все трудности Юлия и Владимир рады, что живы, могут общаться и оказывать моральную поддержку другим больным. Они вместе решили, что раз не могут изменить ситуацию, то изменят свое отношение к ней. Одним словом, они не сдались, а продолжили жить и двигаться дальше, общаясь, помогая, таким же больным, как и они, советами, пусть даже через интернет и телефон. Они действительно заслуживают уважения, ведь далеко не все здоровые люди так любят жизнь и готовы помогать окружающим.

Анастасия Сидорова



В гостях у профессионалов



С 9 по 17 января 2014 года в Москве прошли зимние учебно-тренировочные сборы по художественной гимнастике под руководством Олимпийской чемпионки Юлии Барсуковой, с участием звёзд этого вида спорта. В сборах приняли участие воркутинские гимнастки Дворца творчества детей и молодежи.

Всего более 150 спортсменок из Москвы, Санкт-Петербурга, Казани, Нижневартовска, Хабаровска,

Якутска, а также из стран: США, Кипра, Австрии, Эстонии, Португалии, Украины — приняли участие в мастер-классах и тренировках заслуженных мастеров спорта по художественной гимнастике.

Девять дней воркутинские гимнастки тренировались под руководством заслуженных тренеров России, легендарных спортсменов и хореографов, таких как: Силаева Вера Григорьевна, Юлия Барсукова, Ульяна Трофимова,

Анастасия Мишенина, Алия Гареева, Барыкина Любовь, Александр Буклов и Дольская Ольга. «На этих сборах спортсменки набираются опыта, учатся новым элементам, общение со звездами гимнастики, со специалистами такого высокого класса, стимулирует детей работать с еще большим энтузиазмом, а педагогу дает возможность многое почерпнуть для работы», — комментирует тренер воркутинской команды Нина Гафнер.

Утром 16 января в гости к юным грациям приехали действующие спортсменки сборной команды России: Елизавета Назаренкова, Александра Солдатов и Наталья Булычёва. Они провели мастер-классы, участвовали в фотосессии, ответили на вопросы участниц сборов.

А вечером 16 января прошел отчётный концерт, на котором юные гимнастки продемонстрировали свои таланты, лучшие номера и всё, чему они научились на сборах. Концерт завершился праздничным конфетти и памятными подарками для всех участниц.

Нина Гафнер

Большие победы маленьких

26 января 2014 года в концертном зале Дворца культуры и техники г. Инты состоялся Открытый турнир по спортивным бальным танцам «Золотое сердце Коми-2014». Турнир проводится в рамках цикла мероприятий, посвященных 60-летию юбилею города Инты.



Ансамбль спортивного бального танца «Камелия» под руководством Натальи Сергеевны Штугановой Дворца творчества детей и молодежи г. Воркуты принял участие в этом грандиозном мероприятии. Организаторами соревнований выступили: региональная спортивная общественная организация «Федерация танцевального спорта Республики

Коми» и танцевально-спортивный клуб Инты «Вдохновение». В турнире приняли участие танцевальные пары из 13 городов нашей республики, а также других городов России.

Несмотря на сильную конкуренцию наш коллектив, ансамбль спортивного бального танца «Камелия», завоевал только призовые места, и мы по праву гордимся нашими детьми.

Выдержанный стиль и грациозность наших танцоров покорили не только зрителей, но и всех членов жюри. Они показали все, на что способны и даже больше!

Мы гордимся вами и желаем в дальнейшем творчески развиваться и расти, пусть вдохновение вас никогда не покидает! Поздравляем с победой!

Ольга Жилионис

Сладкий праздник



Шоколад — любимое лакомство взрослых и детей. Все знают, что коробка хороших шоколадных конфет — лучший подарок, которому обрадуются все. А ведь эта сладость появилась не так давно, но уже стала неотъемлемой частью нашей жизни. Именно шоколадки как нельзя лучше объединяют людей всех возрастов. Как раз эту задачу и ставили перед собой организаторы самого сладкого мероприятия в году...

8 февраля во Дворце творчества детей и молодежи прошла настоящая Шоколадная ярмарка. Главной задачей организаторов было сплочение коллектива детей и родителей и организация их семейного досуга. Нашим юным участникам пришлось пройти множество конкурсов, за выполнение которых они получали специальные значки — «шокобаксы», которые в финале можно было обменять на сладкий приз.

Ярмарку открыло чудесное представление: на сцене разыгралась семейная драма в Шоколадном королевстве. Принцесса Карамелька рассказала ребятам о ссоре её братьев. Принц Молочный шоколад и принц Горький шоколад никак не могли найти общий язык! Все дружно решили им помочь. Так и началась шоколадная ярмарка.

Одна из самых забавных станций — «Обойди бойца». На ней дети преодевались в гигантский костюм и бились, как настоящие сумоисты. Это было так забавно! В последствии оказалось, что данное одеяние было достаточно тяжёлым, но в то же время сама битва оказалась очень весёлой. Ребята всё время смеялись, действительно здорово!

Также, одной из самых популярных станций оказалась «Рисование шоколадом». Дети сотворили настоящие

произведения искусства: и шоколадные бабочки, и карамельные рыбки, и радуго из леденцов! В общем, чего там только не было!

По душе девчонкам пришлась станция «Рисунки на лице». Здесь им рисовали забавные звериные мордочки. Ой, сколько зверюшек бегало по залу! И котики, и тигрята, и лисички, и щенята. Мы спросили у Кошечки и Тигрицы об их впечатлениях от праздника. Девочки заверили нас, что обожают шоколад и им очень нравится ярмарка.

Между тем, шли активные бои мальчишек против девчонок в конкурсе «Накорми друга». Представители от каждой команды должны были кормить напарников шоколадом. Девочки оказались большими сладкоежками и обыграли мальчишек. Но те совсем не расстроились, ведь действительно — и шоколадку съели, и «шокобаксы» получили!

В конце ярмарки спор между Молочным и Горьким принцем утих, ведь любой шоколад по-своему полезен и вкусен, но только в меру. Поэтому, выбрать самый лучший шоколад просто невозможно. С этим согласились все. Ведущие наградили самых активных участников грамотами и, конечно же, шоколадом. А ребята, собравшие наибольшее количество «шокобаксов», получили ценные призы в виде шикарных подарков из разнообразных вкусностей.

В довершение праздника, взрослые рассказали нам об огромном количестве позитивных эмоций и заряда положительного настроения, которое они получили. Родители вместе с детьми остались очень довольны. И высказали желание, чтобы таких мероприятий проводилось гораздо больше.

Арина Чебыкина

Птица счастья

Театр-студия «Веселый ветер» Дворца творчества детей и молодежи вновь порадовала нас премьерой спектакля по пьесе Мориса Метерлинга «Синяя птица». Три года назад этот спектакль воспитанники театра-студии уже показывали, однако, в этом году все иначе. Новые роскошные декорации, новые костюмы героев и новый актерский состав. В спектакле приняло участие более 60 воспитанников студии от самых маленьких до самых взрослых актеров.

Спектакль рассчитан на детей среднего и старшего школьного возраста. С первых минут было понятно — перед нами необыкновенное, феерическое произведение. Пьеса Мориса Метерлинга заставляет задуматься детей о многих жизненных проблемах. Например, о счастье. «А что же такое счастье?» Посетив вместе с героями Сады Блаженств, мы видим, что счастье — это не богатство с его манящей музыкой и ярко украшенными залами. Это что-то иное, как, например, Материнская Любовь, Радость Быть Справедливым, Радость Быть Добрым... Эти Радости делают человека действительно счастливым. Но порой мы не видим их. Материнская Любовь сказала: «С закрытыми глазами ничего нельзя увидеть...». Оттого что мы слепы, мы проходим мимо нашего счастья и порою его не замечаем, но стоит оглянуться... Также и наши герои абсолютно не подозревали, что Синяя птица - это обыкновенная горлица, живущая в их доме. Это путешествие помогло Тильтию и Митиль стать добрее и лучше, а нас Синяя птица научила видеть счастье всегда и во всем.

Ольга Жилионис

Обошли всех

Юные танцоры Образцового хореографического ансамбля «Школьные годы» победили на VII Международном фестивале-конкурсе детского, юношеского и взрослого творчества «Зимняя сказка».

Международный фестиваль-конкурс «Зимняя сказка» ежегодно проводится в городе-заповеднике Великий Устюг.

Ансамбль «Школьные годы» представил свои хореографические композиции «Барбарики», «Вьюга», «Эклектика», «В стиле хип-хоп», «Настроение» в четырех номинациях: детский танец, эстрадный танец, танцевальное

предложение, современный танец. Как отмечает руководитель, Вероника Шагимуратова, конкурс отличался очень сильными конкурентами, хореография была на самом высоком уровне, в этом году принимало участие большое количество 5-7-летних детей.

Участников конкурса судили ведущие квалифицированные специалисты, представляющие основные жанровые направления в области культуры и искусства. Их профессиональная оценка особенно ценна для воспитанников ансамбля, которые одержали нелегкую, но заслуженную победу в номинации «Современный танец».

Ольга Жилионис



Получили закалку



На весенних каникулах ребята из ансамбля спортивного бального танца «Камелия» отправились на покорение столицы нашей республики. Вернулись юные звезды с призовыми местами.

2 марта 2014 года в КСК «Ренова» прошел XXXI Традиционный турнир по танцевальному спорту «Сыктывкарская метелица - 2014».

На соревнования съехались танцевальные пары из 13 городов нашей республики, а также других городов России. Воркутинские же танцоры в первый раз приняли участие в этом конкурсе. Более 40

воспитанников ансамбля спортивного бального танца «Камелия» под руководством Натальи Сергеевны Штугановой достойно представили наш город и получили дипломы 1, 2, 3 и 5 степени в различных возрастных категориях и номинациях.

«Главное, что дают такие соревнования — это опыт и закалку. Дети по-другому начинают себя ощущать на сцене после выступлений такого уровня», — поделилась Наталья Сергеевна. Сейчас «Камелия» готовится к очередному отчетному концерту. Давайте пожелаем ребятам удачи.

Елена Барыш

Вернулись с победой!

Танцевальный коллектив эстрадного танца «Шаг за шагом» Дворца творчества детей и молодежи вернулся победителем с международного конкурса-фестиваля «Славяночка 2014», который проходил в городе Бресте.

В конкурсе участие принимали ребята из 30 разных городов России, включая Воркуту. На протяжении всего фестиваля среди ребят царил дружная атмосфера, благодаря которой кому-то даже удалось подружиться со своими соперниками. Конкуренция была огромная, но это не помешало нашим конкурсанткам показать лучшие результаты.

Все это благодаря каждодневному труду маленьких воспитанниц, каждое занятие начиналось с повторения конкурсной программы. «Подготовка к конкурсу — кропотливая работа, с которой девочки успешно справились», — делится руководитель танцевального коллектива Алёна Исхакова. Девочки вернулись домой с дипломами лауреатов второй степени, а также с тремя бесплатными путёвками в Москву на конкурс, который пройдет в следующем году. Нам остаётся только пожелать девочкам хороших результатов и дальнейших побед.

Анастасия Гасс



Победа за нами!



21-23 марта в Москве прошел фестиваль творческих открытий и инициатив "Леонардо", на котором воспитанники научного общества обучающихся Дворца творчества детей и молодежи завоевали свою заслуженную медаль!

Конкурс творческих открытий и инициатив рассматривает роль человека в его взаимоотношениях с окружающим миром. Именно поэтому символом фестиваля стала фигура Леонардо да Винчи — универсального человека, яркой творческой

личности, творившей на благо всего человечества.

В конкурсе приняли участие около 700 учащихся в возрасте от 7 до 14 лет. Ребятам нужно было подготовить доклад, презентовать свою исследовательскую работу и выступить перед аудиторией. «Дети очень волновались, но справились, достойно защитили доклады своих исследовательских работ и ответили на все вопросы жюри», — говорит Наталья Кайгородцева, руководитель научного общества обучающихся «Юные академики». В фестивале приняли участие трое её воспитанниц. Одна из них, Ледкова Валентина, была награждена медалью и дипломом лауреата всероссийского фестиваля «Леонардо» победителя в номинации «Любовь к животным».

Благодаря фестивалю дети сплотились, научились работать в коллективе. Они получили огромный опыт публичного выступления перед аудиторией, проявили в ходе презентации самостоятельность, коммуникабельность, это обязательно пригодится им во взрослой жизни.

Кристина Вострухина

Талантливый учитель талантлив во всем

Уже четвертый раз в нашем городе проходит фестиваль «Грани таланта», где учителя демонстрируют свои способности и достижения в самых разных областях творчества. В этом году организаторы конкурса остановились на «Битве хоров». 28 марта на гала-концерте во Дворце творчества детей и молодёжи выступили 16 победителей.

«Никто не ожидал таких грандиозных успехов, когда фестиваль стартовал впервые. Конкурс начинался с хореографии, вокала и декоративно-прикладного творчества, а сейчас это уже достойное слушателя хоровое пение», — рассказывает организатор конкурса, председатель городского комитета профсоюза работников образования и науки Любовь Александровна Сапелкина. В этом году нетрадиционный формат фестиваля удивил всех конкурсантов, ведь на подготовку к выступлению хора или вокальной группы требовалось много сил, времени, а главное специальных музыкальных навыков. Но, тем не менее, каждое образовательное учреждение города представило по два достойных номера: эстрадную и народную песню.



Педагоги исполняли песни о дружбе, Родине, спорте, войне и любви. Жюри предстоял тяжелый выбор, ведь каждый номер отличался великолепными костюмами, необычным исполнением, шуточной театрализацией. «Мы не ожидали, что наши учителя могут стать и певцами, и танцорами, и актерами», — поделилась своими впечатлениями о конкурсе Светлана Витальевна Матюшева, учитель начальных классов школы №12.

Управление образование планирует к следующему, пятому меро-

приятию организовать в каждом образовательном учреждении хоровые педагогические коллективы и отобрать участников для представления нашего города в Москве. Фестиваль «Грани таланта» стал возможностью для реализации талантов наших учителей в различных направлениях творчества. Жюри, зрители, конкурсанты и организаторы остались довольны и уже строят планы на юбилейный фестиваль, который обещает быть ещё более успешным и интересным.

Анастасия Сидорова

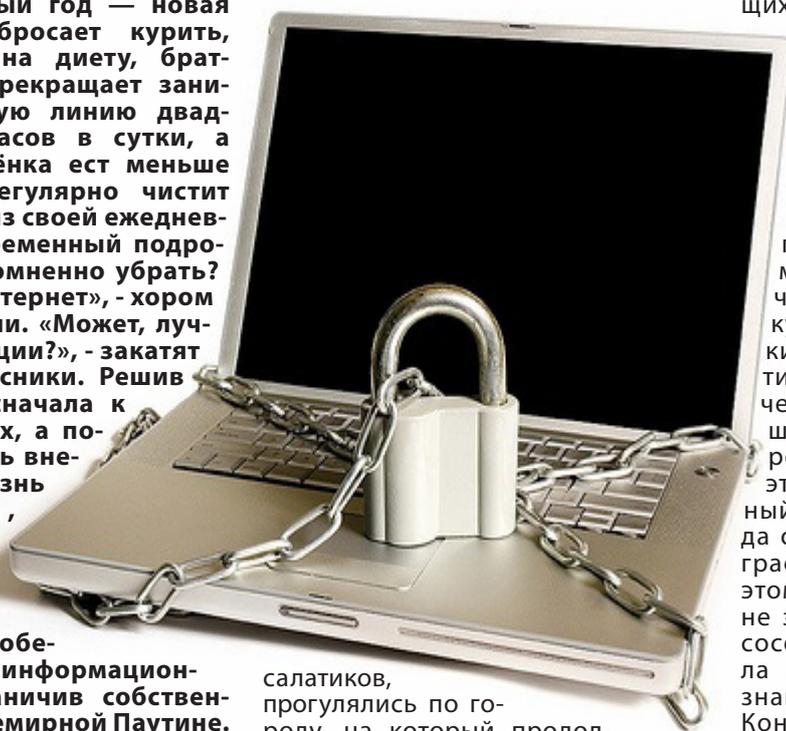
Как я жила без интернета: увлекательная трагикомедия в трёх с половиной действиях

Решено: новый год — новая жизнь. Папа бросает курить, мама садится на диету, брат-пятиклассник прекращает занимать телефонную линию двадцать восемь часов в сутки, а младшая сестрёнка ест меньше сладостей и регулярно чистит зубки. А я? Что из своей ежедневной жизни современный подросток может несомненно убрать? «Конечно же, Интернет», — хором ответят родители. «Может, лучше нудные нотации?», — закаты глаза мои ровесники. Решив прислушаться сначала к мнению старших, а потом попробовать внедрять в свою жизнь и н о в а ц и и , предлагаемые более юными, я под бой курантов бодро даю себе обещание слезть с информационной иглы, ограничив собственный доступ к Всемирной Паутине.

Зимние каникулы, наверное, подходят для этого как ничто другое, ведь в учебное время Интернет порою может быть просто незаменим. Телефоны сейчас в большинстве случаев вытесняются компьютерами, и уточнить задания или подготовить, например, диалог по иностранному языку будет немного труднее. Да и большинство книг в городских библиотеках, в отличие от Всемирной Сети, к сожалению, не обладают той информацией, которая может потребоваться для подготовки к очередной проверочной или контрольной. Одним словом, или сейчас, в эту лениватую пору круглосуточных оливье и «Иронии судьбы», или как-нибудь в следующей жизни, в более идеальных для этого условиях!

В принципе, довольно интересно, может ли полноправный гражданин двадцать первого века провести без Интернета две недели, оставаясь при этом по-прежнему в центре событий и общественной жизни вообще? И если нет, то сколько дней потребуется, чтобы социальносетевые ломки достигли точки кипения?

Первый день января и года, как несложно догадаться, стал для меня по совместительству и первым днём мира без Интернета. Прожить его было довольно легко, ибо, что вполне характерно для такой даты, мы довольно вальяжно встали где-то в пятнадцатом часу утра, покушали



салатиков, прогулялись по городу, на который продолжал ещё падать прошлогодний снег, посмотрели стандартные новогодние фильмы для всей семьи, а потом ещё и нашумевшего британского «Шерлока» по телевизору и даже не особо заметили, как пришла пора отправляться баиньки.

Второе января началось немного бодрее. Около полудня меня разбудил звонок. Кому и зачем я могу понадобиться в столь относительно ранний час? Поглядев на дисплей телефона, удивилась ещё больше: это была одна из моих виртуальных друзей, с которой я переписывалась по электронке и которая звонила мне исключительно в экстренных ситуациях, что обеспокоило меня ещё больше. «Эй!», крикливо донеслось до моих ещё не до конца проснувшихся ушей, «С тобой всё в порядке?». Как выяснилось, Хелен написала мне вчера что-то необъяснимо важное и перепугалась до смерти, не увидев моего ответа. Ситуация была настолько комичная (ведь мне казалось, что я всем прожужжала уши своим экспериментом ещё буквально в прошлом году), что мне дико захотелось написать об этом в твиттер. Вовремя вспомнив про ограничение и кое-как пересилив себя, я на всякий пожарный отравила всем знакомым по SMS-ке и вернулась к обычной салатно-посленогодней рутине.

День третий длился на порядок дольше и мучительнее предыду-

щих двух. У нашей черепахи резко ухудшился аппетит, как раз в тот день, когда по Графику Домашних Обязанностей я ухаживаю за живностью, и надо было посмотреть в Сети, что с ней случилось и как это исправить. Как назло, несмотря на большое количество людей, помочь мне с этим было некому: папа ушёл помогать другу чинить компьютер, у мамы на кухне вовсе пригорали пирожки, младший ушёл гулять, а пятилетняя сестра, несомненно, чересчур мала. Так что мне пришлось временно посадить черепаху на водную диету (благо, этот наш питомец — аквариумный) и надеяться, что завтра, когда о ней заботится следующий по графику, ей не станет хуже. Но на этом мои злоключения на сегодня не закончились. Пришла пожилая соседка и по привычке попросила продолжить наше совместное знакомство со сферой соцсетей. Конечно же, я рискнула остаться без домашних вкусностей, которыми она нас всегда угощает, но пришлось сообщить тётушке, что сегодня и, возможно, в ближайшие несколько дней, ей придётся пробовать самой нажать кнопку питания на системном блоке.

На четвёртый день дома, главным образом, оставалась одна я — родители решили в кои-то веки провести хотя бы несколько часов чайлд-фри в ближайшем кафе, а дети разошлись по гостям. Разумеется, соблазн позволить всезнающему монстру поглотить себя был как никогда высок. Но я противостояла изо всех сил. Полистала каналы по ящику. Поделала немного тестов на английскую грамматику. Потанцевала под обожаемого Короля, пока никто не видит. Покопалась в семейном альбоме и поняла, на кого я больше похожа. Почитала, в конце концов, книгу, за которую собиралась взяться буквально год назад. Но если бы только это помогло! Заветный огонёк роутера манил меня к компьютеру, как болатные светлячки — заблудшего путника к кикиморе.

Громко вздохнув, устраиваюсь поудобнее в привычном кресле. Пока машина радостно гудит, твёрдо даю себе обещание продолжить свой антиинтернетный эксперимент... На следующих зимних каникулах.

Вероника Шарафутдинова

Что-то меняется, что-то остается

Перед людьми стоит вопрос: «Как выжить в ускоряющемся мире?». Найти на него однозначный ответ невозможно, потому что вопрос поставлен не верно. Сейчас в году так же 365 дней, в сутках 24 часа. У Леонардо Да Винчи времени было столько же. Тогда что создает иллюзию ускоряющегося времени и почему это становится такой важной проблемой?

Вопросы о времени, вещи неопостижимой человеку, всегда решаются на сравнении и с некоторой погрешностью. Мы сравниваем нашу жизнь сейчас с тем, как «было раньше», но зачастую и представления о прошлом не имеем. А если и имеем, то только по книгам и учебникам, но вовсе не из собственного опыта. И сравнение изначально выходит обобщенным: при слове рыцарь представляется высокий мужчина в доспехах, сильный и умный, но не может же быть такого, чтобы не нашлось хотя бы одного глупого рыцаря!

Что видим на первый взгляд, сравнив человечество сейчас и 500 лет

назад? Время чистой природы, чести и высокой нравственности, а также безграмотности, работорговли, шарлатанской медицины и запрета на науку. Сейчас все иначе: поток информации на человека неиссякаем — это и вызывает эффект ускорения времени.

Но, если копнуть глубже и смотреть на суть вопроса «Кто жил быстрее?» все становится гораздо проще и очевиднее. Разве мы торопимся чувствовать и жить, когда в Средневековье, временном периоде после античности и до нового времени, замуж выходили в 13 лет, а к 15-ти имели уже ни одного ребенка? Наш ритм жизни на фоне этого выглядит еще очень неспешным.

Вся эта иллюзия «быстрой» жизни рассеивается, стоит только посмотреть на некоторые цифры. Средняя продолжительность жизни 500 лет назад 25-30 лет, а сейчас - 55-60 лет (больше или меньше в разных странах). Выходит, что количество информации увеличивается пропорционально сроку нашей жизни, нужно лишь все делать в свое время и наслаждаться



каждым моментом, сначала детства, затем юности и зрелости. И тогда время не будет ускоряться и нам не придется выживать.

Анастасия Сидорова

Жить здесь и сейчас



«Вы не живёте, когда ложитесь спать, потому что думаете о том, что будет завтра. Проснувшись, думаете о том, что сделать первым делом. Вы не живёте, вы — выживаете».

Прочитав эти строки, 27-летняя Милана закрыла книгу и легла на кровать. Почти шёпотом она снова повторила слова. Милана стала прокручивать в голове своё детство, сравнивая его с настоящим. Девушка окунулась в прошлое, где она была совсем ребёнком, а рядом были родители. «Странно, в детстве так много красочных моментов запомнилось, хочется вернуть их. А сейчас таких мгновений и не

вспомнишь. Что интересного со мной произошло за последнее время? Ничего, именно — ни-че-го!». Милана стала анализировать своё настоящее и пришла к выводу о том, что кроме работы у неё больше ничего нет. «Хочется, чтобы меня кто-то ждал дома, чтобы было с кем провести свободное время. Мне надоело жить «как надо», хочется жить так, чтобы душа нараспашку, и каждый день — новый», — размышляла Милана, уткнувшись взглядом в потолок. «Завтра моя жизнь изменится. Нужно начать с себя... завтра...», — подумала девушка и растворилась во сне.

Странно, мы так часто планируем начать новую жизнь с завтра, понедельника, нового года... Откладываем серьёзные вопросы на потом, оправдываясь никчёмными отговорками. «Завтра я возьмусь за учёбу», «со следующей недели брошу курить», «с нового года начну жизнь с чистого листа». Мы надеемся на будущее, ничего не делаем для этого в настоящем. А нужно действовать здесь и сейчас.

Так как же выжить, если время летит быстро, а дел неимоверно много? Для начала нужно научиться жить. Цените людей, которые рядом, и всё окружающее, ведь в один момент мы можем это потерять. Старайтесь

больше времени проводить с семьёй или в компании близких людей, балуйте родителей приятными мелочами, устраивайте семейные ужины, ходите с друзьями на прогулку, по магазинам, в кафешки, в кино, на каток и т. д. Умейте говорить своим делам «Нет», когда это действительно необходимо. А если вы очень занятой человек и просто физически не можете выделить время близким и себе, то составьте график своего рабочего дня так, чтобы в нём было хотя бы немного времени на семью, друзей и себя. Научитесь радоваться каждому новому дню и проводите его так, как будто он последний. Рискуйте по возможности, а не жалейте об упущенном. Ведь часто бывает такое, что есть шанс чего-то добиться, а мы не используем его, боясь того, что не получится. Согласитесь, глупо жалеть о том, чего не попробовали. Желайте, мечтайте и добивайтесь поставленных целей, главное — не бояться, ведь страх всегда противник мечты, верьте в себя и всё непременно получится!

Милана является примером многих людей, у которых «нет времени» на жизнь. Начните с себя, перестаньте смотреть так часто на часы. Тогда и мир вам покажется в другом цвете. Завтра начнёте? Через пару часов? Начните сейчас.

Кристина Вострухина

Олимпийцев растят в Воркуте



В Санкт - Петербурге прошла Олимпиада Боевых Искусств «Восток-Запад». Наш город на этих соревнованиях представляли молодые спортсмены, воспитанники творческого объединения «Тхэквондо» Дворца творчества детей и молодежи.

По словам тренера сборной Воркуты Софьи Тарьяновой, в соревнованиях приняли участие более 9000 спортсменов из США, Венесуэлы, Ирана, Казахстана, Испании, Италии, Португалии, Южной Кореи, Китая, Латвии, Уганды, Камеруна, Японии и других. Всего 53 страны боролись за награды.

Соревнования проходили параллельно на 36 площадках. В тхэквондо ИТФ соперничали около 500 спортсменов из России и Белоруссии. В сборной Республики Коми выступали 19 спортсменов из Воркуты, Сосногорска и Ухты. Наши ребята проводили по 6-7 поединков, чтобы дойти до финальной части соревнований. В итоге, тхэквондисты Коми завоевали 4 золотых, 2 серебряные и 2 бронзовые медали.

Юные спортсмены показали достойный уровень подготовки и как результат: серебряная медаль в спарринге у Дианы Чебизовой. Бронзовые награды добавили в копилку сборной Арина Загоровская — в спарринге и Николай Карпов — в туле.

Софья Тарьянова

Олимпийские игры по-нашему

В здоровом теле — здоровый дух. Об этом не понаслышке знают семьи, принявшие участие в «Спартакиаде семейных команд». 16 марта в колонном зале Дворца творчества детей и молодежи царило веселое спортивное настроение.

Участниками соревнований стали семейные команды из 5 отделов Дворца. Им было необходимо пройти предложенные испытания, причем, одну и ту же станцию, они могли проходить по несколько раз. На первой — им предстояло проявить свою меткость и забросить как можно больше шариков в корзины. Вторая станция проверяла семьи на ловкость и гибкость. Вытряхнуть все шарики для пинг-понга из коробочки, которая была привязана у них за спиной, было не так-то легко. Преодолеть полосу препятствий семьям помогла их слаженная работа и взаимовыручка. А уникальная возможность, проверить свою меткость и глазомер, представилась на станциях «Боулинг» и «Тир».

В награду за выполнение заданий конкурсанты получали «олимпиаки», которые после конкурса могли обменять на фрукты. В финале организаторы подсчитали число «олимпиаков» и выявили победителей. Ими стали семьи из разных отделов, которые получили памятные дипломы и призы. Но и зрители не остались в стороне. Они тоже принимали участие и зарабатывали «олимпиаки».

Самым активным зрителем стала Алина Балашова, которая набрала 17 «олимпиаков». «Мы делали это мероприятие для того, чтобы у детей и их родителей появилась еще одна возможность провести время вместе, поиграть, доставить друг другу как можно больше радости, улыбок и главное — смогли укрепить здоровье, оно на первом месте», — прокомментировал заместитель директора по организационно-массовой работе Дмитрий Панин.

Рекордсменами по числу заработанных «олимпиаков» были признаны Ирина Смоляр и Надежда Егорова из отдела природы и техники, которые набрали 27 «олимпиаков»! «Мы немного устали после конкурса, но эмоции хорошие, спортивные, отлично отдохнули», — поделилась Ирина Смоляр, — «в семье самое главное это понимание, уважение и любовь. Вечера мы проводим в кругу семьи, читаем книги, слушаем музыку. Наша семейная традиция — это совместный отпуск. Такие мероприятия нужно проводить часто, они объединяют коллективы, детей с родителями».

После конкурса у участников остались приятные эмоции и воспоминания, в награду каждый получил заслуженный фрукт, а семьи, с пользой для здоровья провели вместе время. А это значит, что Малые семейные Олимпийские игры прошли на «ура!».

Мария Мостуненко



Добро пожаловать в Волшебный мир детства

10 марта во Дворце творчества детей и молодежи прошел Большой Гала-концерт «Волшебный мир детства». В зале собрались самые одаренные дети нашего города.

В период с 18 февраля по 9 марта в нашем городе прошли: конкурс исполнителей эстрадной и народной песни «Полярная звезда», фестиваль-выставка декоративно-прикладного творчества «Радуга вдохновения» и конкурс хореографического мастерства «Радуга танца». Все три мероприятия объединила одна тема — «Волшебный мир детства». Дети показали все свои умения и таланты, и их творчество никого не оставило равнодушным.

И вот, настал момент, чтобы наградить лучших из лучших. Для приветственного слова и награждения на сцену пригласили заместителя начальника Управления образования МО ГО «Воркута» Марину Анатольевну Совершаеву: «В этот замечательный день в зале Дворца собралась творческая элита нашего города!» Более 200 победителей получили в этот день заслуженные награды.

После церомони награждения, выступали воспитанники лучших творческих коллективов. Ансамбль «Русская песня» повеселил зал задорными частушками. Вдоволь насмеявшись, зрители погрузились в атмосферу детства. К тому же, как оказалось, волшебство возможно не только в фантазиях. Это и продемонстрировал хореографический ансамбль «В ритме века» Гимназии № 6. Куклы невероятной красоты оживали прямо на сцене.



Этот номер напомнил детские мечты, в которых можно было очутиться в сказке, где лягушка превращается в царевну, чудище в прекрасного принца, где могут разговаривать цветы и деревья, оживать снежинки и игрушки. Пожалуй, для общей атмосферы не хватало только сказочных персонажей. Это вмиг исправили «Дружные гномики» из танцевального коллектива «Причуда» — СОШ 13.

Как известно, детство — это самое важное и самое потрясающее время в жизни человека. Особенно запоминаются нам праздники в окружении любимой семьи. Ребята из хореографической студии «Феерия» устроили на сцене самый настоящий «День варенья». И видно было, как на зрителей нахлынула волна воспоминаний. Ведь именно воспоминания — это билет обратно в наши самые счастливые годы.

Бесспорно, что выступление девчо-

нок из образцовой студии эстрадного вокала «Стар» с песней «Stop people» было одним из самых зажигательных на концерте, многие зрители им от души подпевали.

Приятным сюрпризом для зрителей стало выступление Образцового ансамбля эстрадного танца «Экзерсис» из города Нижний Одес. По словам Елены Тимофеевой, представителя Гимназии № 2: «Девушки в потрясающих костюмах завораживали взгляд, они словно превратились в белоснежных снежинок, парящих в звездном небе. Чудесное выступление!». Номер Образцового хореографического ансамбля «Школьные годы» - «Мы едем, едем, едем» — стал завершением большого Гала-концерта.

Этот фестиваль талантов вновь доказал, что Воркута — столица, столица мира, в которой живут самые творческие и одаренные дети.

Арина Чебыкина

Через тернии — к звездам

11 марта в колонном зале Дворца творчества детей и молодежи прошла развлекательная программа для детей с ограниченными возможностями. Темой программы стал космос. Ребята отправились «через тернии — к звездам» и на время превратились в марсиан.

Главным персонажем программы стала космонавтка Валя с планеты Земля, которая прилетела на Марс погостить. Но ее звездолет сломался, поэтому она не могла вернуться на свою планету. Дети помогли вспомнить космонавтке дорогу на родную планету и по-

строить новый звездолет. Валя с удовольствием играла с детьми, танцевала и веселилась.

Ведущие устроили для детей танцевальные, познавательные конкурсы. Проверяли их знания о космосе, задавали вопросы о звездах, планетах, солнечной системе. Участники строили новые звезды, создавали свои космические команды и даже общались «в прямом эфире» с настоящими космонавтами.

В завершении программы Валентина улетела на свою планету, а всех детей за проделанную работу ждали сладкие призы.

Полина Кривенчук



Быстрее, выше, сильнее



В воскресенье, 13 марта, жители Воркуты окунулись в прекрасный мир соревнований. Во Дворце творчества детей и молодежи прошли спортивные состязания в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса. Участники самых разных возрастов от 6 до 18 лет, а также родители ребят и педагоги Дворца собрались на Фестиваль спорта, чтобы с честью защитить свою команду во всех предложенных номинациях.

Началась церемония с представления участников — стройные шеренги выстроились в спортивном зале, приветствуя зрителей и группы поддержки. Право поднять флаг Российской Федерации было предоставлено ма-

стеру спорта по художественной гимнастике, педагогу Дворца Нине Александровне Гафнер.

С 05 марта по 13 апреля в рамках Фестиваля спорта прошли творческие конкурсы: рисунков, сочинений, фотографий, буклетов и стихотворений. Более 130 воспитанников Дворца и их родителей продемонстрировали свое отношение к здоровому образу жизни. По итогам было определено 70 победителей, которым вручили заслуженные дипломы.

После торжественного открытия зал наполнила настоящая спортивная атмосфера: участники готовились не только к своим выступлениям, но с удовольствием давали советы своим товарищам и наблюдали за ситуацией на других площадках. Не замо-

кали и крики болельщиков, которые подбадривали конкурсантов. Все команды приняли участие в различных спортивных нормативах: отжимания на высокой перекладине для мужчин и на низкой — для женщин, бросание мяча, подтягивание, челночный бег, гибкость. И в каждой номинации выявились победители в личном зачете. «Я отжалась 61 раз! И это мне понравилось больше всего. Думаю, это победа!», — делится с нами воспитанница творческого объединения «Художественная гимнастика», Полина Мацарская. А вот отзыв руководителя творческого объединения «Школа Брейк-данса» Кирилла Анатольевича Лопатина: «Мероприятие позволяет выявить свою физическую подготовку, проверить в какой ты форме. Я не ожидал такой конкуренции от родителей наших учащихся. Папы очень хорошо подготовлены, недаром один из них оказался абсолютным победителем».

Неравнодушные к спорту родители пришли вместе со своими чадами на этот праздник. «Больше бы таких мероприятий! Они объединяют, сплачивают семью, дают возможность заняться совместным делом, с пользой и для здоровья и для семьи провести время», — комментирует участница состязаний по прыжкам в длину, Валентина Бадридинова.

Своими результатами остались довольны и малыши, и взрослые — не часто удается провести выходные вместе за активным отдыхом. Все участники получили массу незабываемых эмоций, а также заслуженные награды и стойкую уверенность в том, что они ведут правильный — здоровый образ жизни.

Елена Барыш

Будем здоровы

Самой здоровой страной является Сингапур, на втором месте Италия, и на третьем Австралия. Россия находится на 97-м месте по уровню здоровья граждан, однако воспитанники Дворца творчества детей и молодежи решили это опровергнуть, ребята приняли участие в игре «Здоровый квест».

От каждого отдела Дворца были представлены команды, которым необходимо было пройти 7 испытаний. На каждом этапе ребята получали заветную букву из слова, которое и стало результатом их работы.

Со всеми заданиями ребята справились блестяще, большинству участников квеста особенно понравилась станция «Балкон» с темой «Распорядок дня», где игрокам надо было соединить время с действием. Кроме этого ребята побывали еще на 6 интересных станциях.

«Я давно занимаюсь во Дворце и думаю, что такие мероприятия, свя-

занные со здоровьем, во Дворце надо проводить чаще», — считает капитан команды отдела природы и техники Дарья Романова. На вопрос «Все ли получилось при подготовке мероприятия», педагог — организатор Дворца Владимир Легошин отвечает так: «Ребятам понравилось, значит, все получилось. Только задания были слишком легкими, значит это минус». Однако участники квеста так не считают, ведь главное что бы было весело и интересно, а задания показались ребятам легкими потому, что они очень умные.

После того как все станции были пройдены, задания выполнены, у всех команд получилось «здоровое» слово «Витамин». В награду за проделанную работу все участники получили «витаминный приз» — яблоки. Юные воркутинцы еще раз доказали себе и всему миру, что в России живут самые здоровые дети.

Софья Серкова



Паралимпийцы среди нас



«Эти дети стремятся жить», — эти слова характеризуют тех, кто принял участие 29 марта в соревнованиях по плаванию. Городская спартакиада среди лиц с ограниченными возможностями здоровья прошла во Дворце творчества уже в третий раз. «Эти дети стремятся жить», — эти слова характеризуют тех, кто принял участие 29 марта в соревнованиях по плаванию. Городская спартакиада среди лиц с ограниченными возможностями здоровья прошла во Дворце творчества уже в третий раз.

«Эти дети стремятся жить», — эти слова характеризуют тех, кто принял участие 29 марта в соревнованиях по плаванию. Городская спартакиада среди лиц с ограниченными возможностями здоровья прошла во Дворце творчества уже в третий раз.

ДЦП, нарушение слуха и речи, ограничения в движении, нарушение интеллекта — такую тяжелую ношу взва-

лила жизнь на плечи ребят. Несмотря на это, они не опускают руки. Дети тренируются, стараются, побеждают. Во Дворце творчества детей и молодежи плаванием занимается 18 таких ребят. Для детей с ДЦП любое упражнение уже тренировка, поэтому есть и учебно-тренировочные группы, и группы с элементами тренировок. «Методика работы с инвалидами особенная, — говорит тренер по плаванию Татьяна Коровина, — подход, образовательная программа — совершенно другие. В отличие от здоровых детей, которые понимают все быстро, с этими детьми необходимо терпение и вера в то, что все обязательно получится».

Несколько воспитанников Татьяны Ивановны уже добились немалых успехов: Никита и Олег, ребята с нарушением интеллекта, выполнили 1 и 2 юношеский разряд, Алина, девочка с ДЦП, выполнила 2 юношеский разряд, Максим — мальчик с нарушение

слуха и речи, и Дарья — девочка с нарушением интеллекта, выполнили 3 спортивный разряд. «Ребята с нетерпением ждали этих соревнований, — продолжает Татьяна Ивановна, — те из них, кто участвовал уже 2 год, плыли более профессионально и уверенно, уже сейчас их можно вывозить на соревнования республиканского и зонального уровня».

Людям с ограниченными возможностями здоровья приходится очень тяжело в самых обычных бытовых ситуациях. Но многие из них, такие как воспитанники Дворца, не только не опускают руки, но и продолжают активно жить, развиваться. «Мы занимаемся с сентября 2013 года, а в ноябре стали призерами Республиканских соревнований, эта победа просто потрясла и вдохновила сына, — делится мама Максима Кожевникова, Алла Антоновна, — мы так рады, что наконец-то в нашем городе таким детям открываются двери творчества и спорта».

Всего в соревнованиях принимало участие около 40 человек, в возрасте от 10 до 74 лет и практически все оказались в победителях или призерах. «После соревнований эмоций у ребят было очень много, — рассказывает Татьяна Ивановна, — они были горды своими медалями, надели их даже сверху своей верхней одежды и шли так по улице — гордые, красивые». Эти ребята такие же, как и мы с вами, просто судьба сыграла с ними злую шутку. Они тоже должны жить полной жизнью, тренироваться, соревноваться и побеждать. И быть может, на следующих Паралимпийских играх в составе сборной России мы увидим воркутинских спортсменов!

Мария Мостуенко

ГОТОВИМ ЗАЩИТНИКОВ

«Есть такая профессия — Родину защищать», под таким названием 20 февраля 2014 года во Дворце творчества состоялась встреча учащихся с ветеранами Афганистана. Цель тематической встречи: научить ребят осознавать свои профессиональные намерения, интересы, склонности.

Участниками встречи были учащиеся из творческих объединений: «Основы видеомонтажа и композитинга», молодежного клуба «Сталкер», спортивного объединения «Тхеквондо», молодежного клуба «Respect gar», оркестра «Комбо джаз». Гости встречи — ветераны Афганистана: Федоренков Юрий Витальевич и Кудряков Константин Юрьевич, рассказали ребятам о воинской службе в Афганистане, об участии в боевых действиях, обратили внимание, как важно получить об-



разование и профессию, быть хорошо подготовленным физически и психологически к службе в ВС РФ. Воспитанники проявили высокий интерес к встрече, задавали много вопросов го-

стям об их службе. Общение прошло в дружеской обстановке, оставило очень приятные впечатления.

**Анна Захаренко,
фото Игорь Стяжкин**

Кошкин диплом

Балерины, принцессы, короли и матросы... Нет, это не бразильский фестиваль и даже не театральная костюмерная, а кэт-шоу «Бархатные лапки». Уже десять лет каждую весну колонный зал Дворца творчества детей и молодёжи становится площадкой для дефиле усатых-полосатых моделей.



Балерины, принцессы, короли и матросы... Нет, это не бразильский фестиваль и даже не театральная костюмерная, а кэт-шоу «Бархатные лапки». Уже десять лет каждую весну колонный зал Дворца творчества детей и молодёжи становится площадкой для дефиле усатых-полосатых моделей.

15 юных «котоводов» на время стали имиджмейкерами и дизайнерами для своих грациозных питомцев — лучших на свете. В конкурсе «Юный модельер» хозяевам необходимо было представить выполненный своими руками костюм для любимца. «Она у меня очень умная, каждое утро меня будит, просит чтобы её погладили и накормили», — делится участница

конкурса Анжелика Березниченко, хозяйка кошки Вайолет, наряженной в стильную бархатную курточку.

Сибирские и европейские длинношерстные кошки соревновались за звание «Самый пушистый». В этом туре безоговорочную победу одержал кот Люцифер, а самой гладкошерстной была признана кошка Буся, сиамской породы. В конкурсе «Визитная карточка» юные фелинологии показали свое творчество, отразили не только кличку, породу, возраст, но и историю появления кошки в их доме, ее характер, повадки.

Организаторы вспоминают, что конкурс задумывался как обычная выставка кошачьих, а позже перерос в

настоящий праздник — как для участников, так и для зрителей. Отсутствие специального фелинологического клуба в городе стало предпосылкой к появлению вот такого способа общения как самих бархатнолапых, так и их владельцев. «Сегодня были породы, которые действительно имеют родовые — британские короткошёрстные и шотландские вислоухие. В городе у нас появляются породистые кошки, и мы с каждым годом все активнее стараемся их показать людям», — комментирует Елена Владимировна Хлебнова, заведующая отделом природы и техники ДТДиМ.

Кроме пушистых конкурсантов, собравшихся порадовали выступления лучших творческих коллекти-



вов Дворца, интересная викторина, посвящённая древнейшим друзьям человека, и даже фильм про самого известного и доброго кошачника в мире — Юрия Куклачёва. «Очень понравилось, было очень много красивых кошек. Были очень красивые, и старенькие, и маленькие», — делится впечатлениями болельщица Карина Бекк.

Подарками для четверолапых артистов стали предметы гигиены, амуниция, аппетитные продуктовые наборы. А их хозяевам и без того праздничное настроение улучшили заслуженные дипломы и надежда через год встретиться вновь в этом же зале.

**Ника Огнева,
фото Игорь Стяжкин**



Как хорошо, когда семья в сборе

Игры, веселые представления, улыбка до ушей и задорный смех — что еще нужно ребенку? В детстве мы все бывали в цирке и все, хотя бы раз, но смотрели выступления клоунов. Их грамотно продуманные фокусы и наигранно нелепое поведение просто не может не поднять настроение. Захотелось порадовать дитё — отвел его на представление и проблема решена. Но что же делать с ребятами, которые просто физически не могут посетить цирк? Ведь существует множество детей с тяжелыми заболеваниями, которые годами лежат безвыходно в больницах и света белого не видят, не то, что представления.



Перед началом эстафет взрослые участники-родители немного волновались, а вот их детки с удовольствием отвечали на вопросы. «Мы очень любим собираться вместе с мамой и папой, гулять, играть в снежки», — рассказывает маленькая участница конкурса Юлия, — «Еще мы вместе делаем уроки. Но поделки я иногда сама делаю, а мама мне только чуть-чуть помогает».

В начале конкурса участники представляли свои команды: веселые «Мы такая радуга», дружные «Супер семейки», и активная команда «Angry Birds». Далее командам предстояли спортивные эстафеты, танцевальные конкурсы и нелегкие вопросы, связанные с се-

мейной жизнью. Команды дружно и весело собирали ребенка в школу, придумывали новогодние танцы, рисовали открытки на 8 марта и 23 февраля и преодолевали полосу препятствий. На протяжении всего мероприятия в зале звучал залихватский детский смех и крики болельщиков. Жюри было очень непросто выбрать победителя. И все же, в нелегкой борьбе 3 место заняла команда «Angry Birds», на 2 месте оказалась команда «Мы такая радуга», а лидером конкурса стали «Супер семейки».

«Такие конкурсы, безусловно, нужны, просто для того, чтобы лишний раз ощутить, что семья вместе, — поделились участницы, — у нас много семейных тра-

диций: гулять с собаками, проводить вместе выходные, кататься на сноубордах. А вообще, главное все делать вместе, это самая лучшая семейная традиция».

Все участники получили памятные дипломы и медали, а также море положительных эмоций и приятные воспоминания. Подобные мероприятия во Дворце уже стали традиционными, так как они объединяют семьи, позволяют им провести время в веселой игровой обстановке. Следующий конкурс — «Лучший папа» пройдет в конце февраля, где у глав семейств будет прекрасная возможность показать все, на что они способны.

**Мария Мостуненко,
фото Игорь Стыжкин**



Как мы перестали быть дикарями

Тарзан, Робинзон Крузо, Роберт и Мэри Грант... Теперь этот список можно пополнить ещё пятью героями – членами нашей семьи. Случилось так, что мы оказались счастливыми (или же несчастными?) обладателями заброшенного участка в полутора часах езды от курортного города и пяти минутах ходьбы от Азовского моря. Вроде бы, давняя мечта о домике в деревне осуществилась, но то, что работы предстоит невпроворот, было ясно каждому из нас.



Первый же день лета мы встретили, выйдя из машины и столкнувшись лицом к лицу с такими густыми зарослями сорной травы, что они, казалось, уже начали потихоньку превращаться в могучую дубраву. Невозможным представлялось не то что пройти во двор, но хотя бы увидеть, где же тут калитка. Экстерном познакомившись с соседями и ненадолго одолжив у них немного полупервобытных орудий труда, мы, усердно и аккуратно размахивая тяпками и топором, наконец-то расчистили сначала вход, а затем уже и небольшое пространство внутри собственной территории.

Зрелище было не для слабонервных: поросший диким виноградом пустой колодец, крошащийся на кусочки, хатка, одну из стен которой временно замещал вышеупомянутый виноград, невероятное количество разнообразных сарайчиков, амбарчиков и прочих построечек, с которых сыпался не только песок,

но и доски, висящие тут и там рыболовные снасти предыдущего хозяина, жившего почти полвека назад. И ведь это — только треть всего участка!

Подумав о явном отсутствии электричества и уж тем более какой-либо связи с внешним миром, я почувствовала сильную необходимость прилечь — на гору уже срубленных сорняков. Папа, осознав, что решение приехать сюда — ошибка поглупее женитьбы, ринулся в бой с топором наперевес. Мама вошла в роль настоящей хранительницы домашнего очага, соорудив его из обломков кирпичей. Младший брат, уже поддавшийся зову предков и отныне смотревший на всё происходящее одичавшими от восторга глазами, определённо чувствовал себя куда более чем в своей тарелке и уже вовсю пытался вскарабкаться на абрикосовое дерево и построить там халабуду. Пятилетняя сестрёнка с вдохновением украшала палатку

цветками чертополоха и букетиками из сурепки и лебеды.

Это уже потом, через неделю, у нас появились признаки цивилизации вроде холодильника или тележки для вывоза мусора. С каждым днём мы обживались на новом месте всё успешнее, и ассортимент предметов домашнего обихода пополнялся всё большим количеством утвари. И всё же, мы вспоминаем эти первые, самые нелёгкие, дни как особенно счастливые. Именно во время них мы стали просыпаться под пение птиц, засыпать под шум морского прибоя, обходиться без телевизора, любясь пейзажами — каждый день разными, уважать и заботиться о том месте, где мы живём, трудиться и созидать сообща. И поняли, что есть только один способ перестать быть дикарями — хотя бы на время покинуть каменные джунгли.

Вероника Шарафутдинова

Главный редактор: Ирина Маратканова
Дизайн и верстка: Анастасия Сидорова
Фото: Игорь Стяжкин

Адрес редакции:
169900, Республика Коми, г. Воркута, ул. Ленина, 47.
Телефон для справок: (82151) 3-68-03.
vorkuta_dtdm@mail.ru
Тираж № 15 – 100 экз. Дата выпуска 01.04.2014 г.
Распространяется **БЕСПЛАТНО**

Над номером работали: Арина Чебыкина, Анастасия Сидорова, Анна Захаренко, Софья Тарьянова, Софья Серкова, Елена Хлебнова, Елена Барыш, Кристина Вострухина, Вероника Шарафутдинова, Анастасия Гасс, Мария Мостуненко, Нина Гафнер, Полина Кривенчук, Полина Касаткина, Ольга Жилионис.

МЫ

Перепечатка материалов и использование их в любой форме, в т.ч. в электронных СМИ без письменного разрешения не допускается. Торговая марка и торговое имя «МЫ» являются исключительной собственностью МОУДОД «Дворец творчества детей и молодежи» г. Воркуты.

МЫ

Муниципальное учреждение
дополнительного образования
«Дворец творчества детей и
молодежи» г. Воркуты.
Ежемесячное издание молодежного
информационного центра.

Сентябрь 2014 года №19

Добро пожаловать во Дворец!



Стр. 10



Экстремальное лето: репортаж с океана, интервью с клубом сноубордистов и соревнования в горах Урала

Стр. 6-7



Является ли потребность в постоянном общении зависимостью и стоит ли с ней бороться?

Стр. 4



Он убивал и продолжает убивать. Все что нужно знать подросткам и родителям о легальной курительной смеси «Спайс».

Стр. 9

Где учиться лучше?

Одно из самых распространённых заблуждений человечества — ощущение, что где-то лучше, «где-то трава зеленее». Школьники далеко не исключение из этого правила, только у них вопрос стоит иначе: «Где же учиться лучше?». Очень много мифов об образовательных системах разных стран существует сейчас, но что же на самом деле из себя представляют иностранные школы?

Соединенные Штаты Америки

Американские школы во многом отличаются от российских. Одно из главных отличий в том, что начальная, средняя и старшая школы чаще всего находятся в разных зданиях и не связаны друг с другом. Уроки могут длиться от 40 до 90 минут, а перемены между ними всего 5. Но есть обед, который дает возможность отдохнуть и без спешки поесть: в течение получаса.

Одна из излюбленных тем для школьников — еда. В сериалах и фильмах, обычно, юные американцы едят фаст-фуд, но на деле все немного иначе. Обед состоит из основного блюда — курицы, бифштекса или гамбургера. Вместе с ним продается гарнир - салат, яблоко, выпечка. Школьная территория позво-

ляет обедать за столиками на улице, ведь помимо комплекса зданий всегда есть «зеленые зоны». Еще одной наболевшей темой, как для детей, так и для

родителей является школьная форма, которой в Америке нет. Но каждая школа может утвердить свой собственный дресс-код.



Китай

Сложно сравнивать школы Китая и России, из-за уникальности китайского языка: ученики должны выучить несколько

тысяч иероглифов. Уровень нагрузки настолько высок, что департаменту образования в Пекине пришлось принять постановление об ограничении

учебного дня (не более 8 часов). Учатся китайцы, как и французы, 12 лет, а первый экзамен предстоит уже в шестом классе, и результат ребенка по стобальной шкале определяет в какую среднюю школу он перейдет. Это очень важно, ведь ученики с высокими результатами могут поступить в школу при ВУЗе, и автоматически поступить туда через 6 лет.

Интересной особенностью является то, что в классах учатся от 30 до 40 человек. Все школы в Китае имеют свою форму: рубашку, брюки (юбки) и бейсболки с эмблемой школы, а остальные принадлежности родители покупают самостоятельно. В рейтинге британского издания The Times Китайская школа определена как лучшая в мире, так как стала первой в тесте Международной программы по оценке образовательных достижений учащихся (PISA).



Англия

Школы в Англии имеют очень много классификаций, помимо частных и государственных. Например, распространенный тип учебных заведений в Великобритании — это школы-пансионы, в которых ученики обучаются и живут при школе. Так же в этой стране существует много школ только для мальчиков или только для девочек, то есть с раздельным обучением. Это поддерживает большинство педагогов и родителей. Мальчиков воспитывают лидерами в атмосфере соперничества. Девочек же наоборот привлекают к коллективной работе.

**Франция**

У французской и российской школ есть общие черты, например, ученика с низкой успеваемостью могут оставить на второй год. Учатся французы с сентября и до середины июня, а время каникул в каждом регионе страны устанавливает Министерство образования.

Строго регулируется образовательная политика: оплата труда преподавателей, их подготовка и учебные планы. Очень интересным отличием от России является нумерация классов — здесь она идет в обратном порядке. «Первоклассники» в возрасте шести лет идут в двенадцатый класс, а выпускники заканчивают первый.

Финляндия

Финская школа несколько лет подряд по результатам тестов Международной программы по оценке образовательных достижений учащихся считалась лучшей в мире. Ученическая политика в этой стране — все дети равны. Поэтому полностью исключается коммерция: отсутствуют частные школы, а все школьные учебники, принадлежности, и даже обеды — бесплатные. Политика равенства не позволяет исключать учеников из школ за плохую успеваемость или поведение и запрещает деление классов по

наклонностям (физико-математические, химико-биологические, спортивные, гуманитарные и т.д.)

Есть несколько отличий, которые заставят позавидовать школьников многих стран. Например, архитектура зданий и внутренний вид учебных заведений. Ножки мебели обиты мягкой тканью или снабжены колесиками, чтобы не создавать лишнего шума. На контрольных и экзаменах разрешены любые источники информации и даже Всемирная Паутина — Интернет. Для педагогов важнее умение пользоваться ресурсами, а не зубрить страницы учебников.

Судить о том, где учиться лучше очень сложно, многое не поддается сравнению. Ведь в каждой стране к ученикам есть свои особенные требования, как в Китае, а где-то получить действительно хорошее образование очень дорого. Но есть во всех образовательных системах и школах нечто общее: волнение перед экзаменами или контрольными, дружба и ссоры с одноклассниками, усталость от школьной нагрузки. В этом школьники всего мира равны.

Анастасия Сидорова



Каждый ученик должен найти

«Мой принцип: мир спасет любовь и красота», — эти слова принадлежат Евгении Викторовне Быковой, педагогу по художественной гимнастике Дворца творчества детей и молодежи. Своему принципу она следует практически во всем: на занятиях, в отношениях с детьми и их родителями, где всегда царит любовь и понимание.



Евгения Викторовна — педагог с 30-ти летним стажем. О профессии тренера по художественной гимнастике Евгения никогда особо не задумывалась. В старших классах школы она хотела получить профессию хирурга, и упорно шла к своей цели, изучая химию и биологию, гимнастикой занималась в качестве хобби.

Но случилось так, что за 2 месяца до окончания школы Евгения поменяла свое решение, и захотела стать тренером. «Как говорит сегодняшняя молодежь «родители были в транс», не понимали этого очень долго. Разрешился этот конфликт только тогда, когда, когда через несколько десятилетий уже моя дочь стала доктором. Думаю,

мои родственники больше хотели для меня другую специальность, а эту даже не предполагали», — делится Евгения Викторовна. Будучи круглой отличницей, имея спортивное звание «Кандидат в мастера спорта», хорошую физическую подготовку, Евгения была уверена, что ей не составит труда поступить в институт физкультуры.

Однако жизнь повернулась иначе. «Моя самоуверенность меня сильно подвела, я не прошла в институт по конкурсу. Куда-то еще поступать я не стала, так как от своей мечты получить специальность тренера, я не отказалась. Оставшись, как я полагала, «за бортом» этой жизни, вернулась в Воркуту. Пришла на работу во «Дво-

рец пионеров и школьников имени 50-летия Великого Октября», в должности руководителя кружка художественной гимнастики».

Педагогический опыт был совсем маленький, поэтому Евгения работала всего 3 часа в день, но в зале проводила фактически весь день. В первую и во вторую смену она работала со своими детьми и с детьми своего тренера и наставника Ирины Дмитриевны Карпухиной. «Это меня совершенно устраивало, я находилась в состоянии эйфории», — вспоминает Евгения Викторовна, — «Был знакомый зал и мое хобби, трудностей не чувствовала никаких. Они стали ощущаться на последующих этапах. Отработав год,

СВОЕГО НАСТОЯЩЕГО УЧИТЕЛЯ

я снова поехала поступать в институт физической культуры имени П.Ф. Лесгафта, в Санкт-Петербурге». Евгения Викторовна поступила на заочное отделение с уверенным желанием вернуться в Воркуту, потому что здесь ее ждали ученики и любимая работа.

«Обучаясь в Петербурге, я видела высокий уровень подготовки гимнасток, и тогда моим самым главным желанием стало научить моих воспитанников добиваться таких же высот в этом спорте», — делится воспоминаниями педагог.

Евгения Викторовна считает себя требовательным педагогом, на занятиях старается найти свой ключик к каждому ребенку. «С малышами это игровые занятия: мы учим считалки, поем песни, знаем частушки. Со средней группой я работаю над технической подготовкой гимнастки, провожу психологические тренинги на общение, взаимодействие», — продолжает Евгения Викторовна, «Со старшими работаю очень демократично, с ними мы коллеги, у нас одно

хобби, мы делаем одно дело, только на разном уровне. Я наставник, а они ученики».

Эффективность такой слаженной и продуктивной работы с детьми зависит от взаимоотношений родителей и педагога, от его умения сотрудничать с ними, опираясь на их помощь и поддержку. «У нас с родителями полнейший контакт и доверительные отношения», — рассказывает педагог, — «Мне удастся подстроиться под любого родителя, с любым наладить отношения, потому что за время работы я научилась находить подход к очень многим людям: и к маленьким, и к большим». Евгения Викторовна постоянно находится в творческом поиске, занимается самообразованием.

Сейчас она изучает психологию, которая, по ее мнению, помогает педагогу быть «на плаву» и понимать окружающих, смотреть на себя и на процесс их глазами, пытаться в очень сложных моментах убрать напряжение, расслабить обстановку, избежать конфликтов, недопонимания.

Евгения Викторовна считает, что каждый ученик должен найти своего настоящего учителя, потому что без наставника ученик не состоится. Очень трудно найти такого учителя, который полюбит, поймет и поведет за собой. «А у педагога должен быть ученик, потому что без ученика педагог не состоится. Чтобы найти единомышленника, найти «своего» ученика, приходится много работать».

И тогда встречаются два человека, большой и маленький, чтобы соединились их сердца и души, и только тогда получается то, что называется «образовательный процесс», то, что называется «художественная гимнастика». Это большое счастье, когда ученик имеет своего наставника, который ведет его по жизни. Для педагога же большое счастье иметь учеников, с которыми интересно, с которыми чувствуешь себя вечно молодым, состоявшимся, бодрым, энергичным, и самое главное, счастливым человеком.

Мария Мостуненко
фото Игорь Стяжкин



Всего в меру



**«Друг мой, вспомни, что молчать хорошо, безопасно и красиво»
Ф. М. Достоевский**

«Лен, идешь сегодня со всеми гулять? Оба класса собираются!»; «Слушай, помнишь ту серию из «Теории большого взрыва», где они в боулинг играли? Так помнишь как он...»; «Как думаешь, а это стихотворение можно отнести к символизму или я неправильно выучила?». Именно эти фразы всегда делают меня счастливой. Когда я слышу что-то подобное, у меня в голове сразу вспыхивает лампочка, которая отвечает за функцию взаимодействия с людьми. Да и не просто вспыхивает, а начинает загораться всеми цветами радуги, издавая при этом что-то на подобии победоносного клича. Странно, подумаете вы... а, может, понимающе закиваете головой. Дело все в том, что у каждого человека есть зависимость: алкоголь, интернет, компьютерные игры, любимый человек. Я же зависима от общения.

Не подумайте, что это самое общение происходит у меня настолько редко, что при каждом удобном случае я вот так вот радуюсь, что вы! Просто, для полного своего удовлетворения, контакт с людьми должен происходить у меня постоянно, ежеминутно, иначе я начинаю чувствовать себя дискомфортно. Идя по улице, я обязательно кому-нибудь звоню, чтобы было не так скучно; когда еду в другой город, сразу начинаю перебирать в голове варианты знакомых людей, которые составят мне там компанию; ну, а уж если совсем все плохо, то мне не составит труда

познакомиться с кем-либо просто стоящим рядом. И все это лишь для того, чтобы не находиться одной, без компании. Настолько ли это хорошо? И, может быть, следует учиться самой себя занимать?

Согласно википедии, общение — это «передача информации от человека к человеку», сложный многоплановый процесс установления и развития контактов между людьми и группами, порождаемый потребностями совместной деятельности. Человек не может прожить в этом мире без общения. Даже если ему кажется, что он максимально себя ограничил, это не так. И доказательством служат элементарные контакты с продавцами в магазине или случайными прохожими на улице. Уже в трехмесячном возрасте ребенок начинает эмоционально общаться с внешним миром, с каждым днем все совершенствуя свой навык. Мы постоянно находимся в круговороте лиц, только кто-то вовсе этого не замечает — познакомился и забыл, а кто-то стремится отстраниться от окружающих. Именно таким людям и дорог свой внутренний мир, важны, в первую очередь, свое собственное мнение и решение. Какие мы все разные! И потребности, соответственно, тоже разные. Кто-то сядет и весь день будет читать книгу, не чувствуя при этом потребности обсудить ее с другими, а кто-то даже при осознании наличия важных дел, пойдет в кафе с друзьями, откладывая проблемы на «потом». Ни одно, ни другое не является

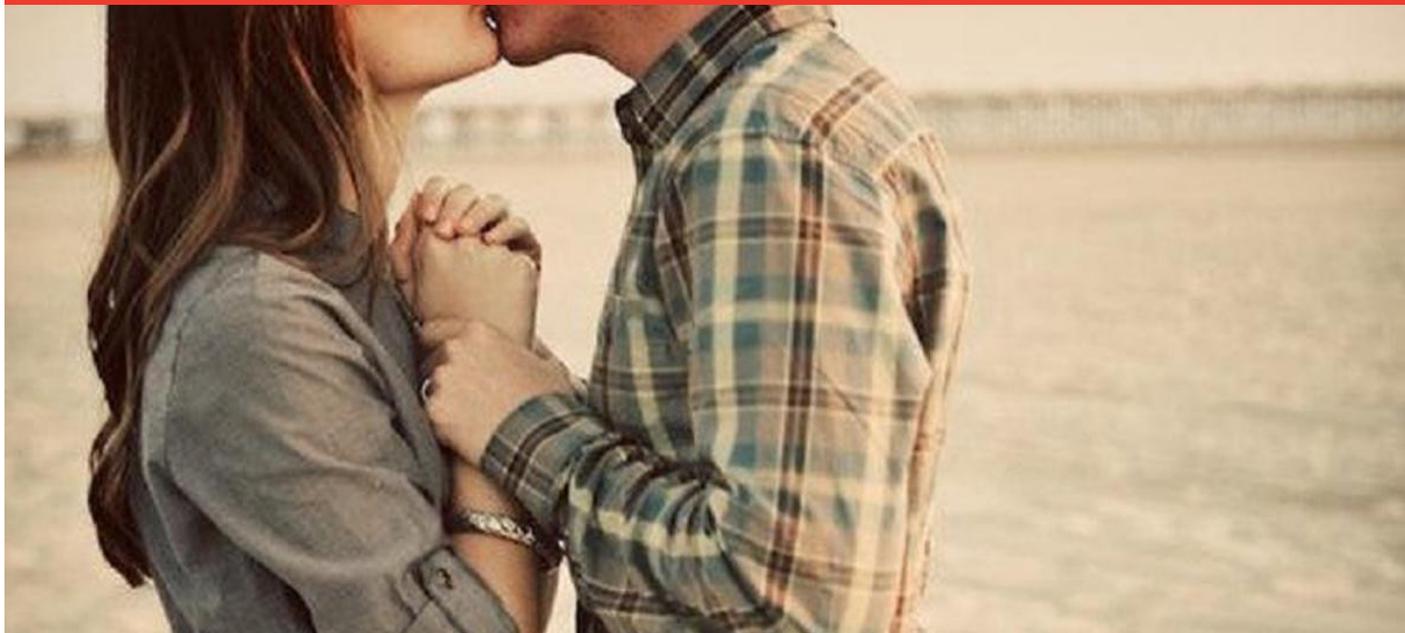
моделью «правильного поведения», никакой психолог не советует вам полностью менять свое мировоззрение!

Так чем же хороша подобная зависимость, и какие у нее существуют минусы? Во-первых, само уже слово «зависимость» не предвещает ничего хорошего. Зависим — значит, не всегда можешь контролировать себя. Бытует мнение, что самыми разговорчивыми людьми являются не беззаботные жизнелюбы, а как раз те, которые переживают что-то внутри. Таким самым образом они абстрагируются от проблем внутренних, заглушая их внешним контактом. Во-вторых, постоянное общение с окружающими может просто напросто затормозить твое саморазвитие, повлиять на субъективное мнение по тому или иному вопросу. Если не уделять времени самому себе, то когда-нибудь тебе просто не о чем будет поговорить. С другой стороны, заикливаться на совершенствовании тоже не очень здорово. Более того, совсем не стоит покидать «мир людей», только потому, что тебе там не интересно. Уверена, на Земле много личностей, которые разделяют с тобой одну точку зрения, и с которыми ты интересно и занимательно проведешь время. В общем, однозначного мнения не существует, да и не может существовать. Главное, что я осознаю свою зависимость и постараюсь не вдаваться в крайности. Единственное, в чем я уверена точно — это то, что все хорошо в меру.

Елена Барыш

Я страдаю... значит я люблю!

В современном мире сложно найти такого человека, который был бы независим от чего-либо. У каждого есть свой "наркотик", который дарит недолгое удовольствие. И от этого удовольствия, нередко, бывает сложно отказаться.



Когда человек зависим, он становится пленником собственных желаний. Не осознавая, дает возможность своей зависимости управлять его мыслями и действиями. На сегодняшний день, людьми может управлять все что угодно: алкоголь, наркотики, интернет и т.д. Но самой распространенной зависимостью до сих пор является любовь человека.

Но следует понимать, что настоящая любовь и «зависимая», резко отличаются. Настоящая — радует человека, дает ему силы для совершения добрых поступков. Зависимость же, наоборот, заставляет человека мучиться, придает неуверенность в себе. Если человек любит, он чувствует гармонию внутри себя, испытывает нежные и теплые чувства к своему любимому. Из-за своей неуверенности, зависимый человек ничего, кроме постоянной тревоги, страха и ревности, не испытывает.

Главное отличие в том, что когда вы любите — вы самостоятельны, с любимым вам хорошо: и вместе хорошо, и врозь, потому что даже на расстоянии искренние чувства не могут угаснуть. «Не важно, где и с кем он, глав-

ное, что он есть и счастлив», — слова любящего человека.

В случае с зависимостью человек не может без своего объекта любви, как без дозы наркотиков. «Я без него жить не могу», — как это часто встречается.

Люди уверены, что любви боли нет. В народе существует множество поговорок на эту тему: «бьет — значит любит», «любовь — это мучение», «за любовь надо платить» и т.д. Поэтому, когда люди становятся зависимыми, они думают, что это любовь и не спешат выбраться из «любовных сетей», которые сами же на себя накидывают.

А этот миф о том, что нужно найти свою «вторую половинку»? И человек ищет эту свою половинку, наивно полагая, что в этом и состоит счастье всей жизни.

Если говорить о литературе, то она нередко побуждает читателя испытывать любовные страдания в реальной жизни. Например, классика: "Анна Каренина", "Ромео и Джульетта", "Унесенные ветром", и др. Эти произведения показывают неправильное, болезненное восприятие любви. Например, в «Анне Карениной», чувства, которые испытывает

героиня — это крайность, «заболевание», которое ведет лишь к трагедии и разрушению судеб людей. Это не является примером для подражания, а скорее, наоборот, показывает, какие последствия могут быть из-за такой «любви», точнее зависимости.

Одним словом, любовную зависимость надо лечить на ранних этапах. Ведь, как алкоголизм и наркомания, зависимость к человеку приводит, порой, к печальным последствиям: постоянные переживания, которые отражаются на здоровье, неумение контролировать свои поступки, и многое другое, что мешает человеку наслаждаться жизнью. Кому-то потребуются тепло и забота близких, чтобы справиться со своим недугом, кто-то сам находит в себе силы и прекращает «любовные пытки», а кто-то обращается к специалистам, которые учат отличать искренние чувства от мнимых, наркотических эмоций. Зависимость может терзать душу на протяжении многих лет, в то время, пока настоящая любовь проходит мимо. Не упустите свое время, своё настоящее...

Анастасия Гасс

Холодный спорт

Спорт — человеческая потребность, залог здоровья тела и духа. Только в нашем северном городе мы очень ограничены в выборе: многие виды спорта на свежем воздухе нам не доступны. Но все многочисленные климатические недостатки нашего города удалось с лёгкостью превратить в неоспоримые достоинства Воркутинскому сноуборд клубу.

Официально сноуборд клуб был основан в 2012 году, хотя начинали заниматься экстремальными видами спорта команды ещё в 1995. Но сейчас, после официальной регистрации, все иначе: клуб базируется в Воркутинском центре развития туризма, и у сноубордистов появились инвесторы и партнеры: помогает администрация города, объединение «Воркутауголь», магазин «Спортландия».

Регулярно организуются клубные выезды в горы. Участники клуба проводят недели иногда в районе Энганапе — ворота полярного Урала, иногда на станции Сось. Там, на оборудованной территории, они спускаются на сноубордах, прыгают, занимаются кайтингом, видом спорта, где сноубордист или горнолыжник находится на прицепе с парашютом, что позволяет разогнаться и совершать трюки в воздухе. Помимо этого, клуб принимает активное участие в жизни города, организует показательные выступления, соревнования, фестивали. «Спорт



мне нравился с детства, но раньше не представлялось возможности заниматься им с такими любящими свое дело людьми. Очень интересно заниматься, выступать, соревноваться», — рассказывает Татьяна Ростовская, член клуба.

В настоящий момент, в клуб входит множество экстремальных видов спорта как зимних, так и летних. «Мы стараемся объединить в себе экстремальные направления нашего города, которые так нравятся молодежи. И хотя наш клуб называется Сноуборд-клуб, у нас занимаются горнолыжники, скейтеры, роллеры и многие другие. Дело в том, что те же сноубордисты зимой — скейтеры летом» — рассказывает председатель клуба Дмитрий Нурлеев.

В планах: создать Федерацию экстремальных видов спорта города Воркуты, чтобы занятия этими видами спорта были планомерны, безопасны и упорядочены. «Очень хочется развивать спорт, вовлекать молодежь. Именно поэтому мы готовы к сотрудничеству», — уточняет Дмитрий Нурлеев. Развивать туризм в горах совместно с клубом «Вертолёт»: в районе Энганапе клуб хочет установить балок — туристический домик для отдыха. А также развивать спорт в пределах города: открыть универсальное помещение для скейт парка, чтобы он функционировал и зимой. Так же одно из направлений клуба — развитие сноуборд парка: установка подъемника, прожекторов, ограждений. Этим летом клуб отпраздновал между-

народный день скейтбординга — 14 июня открытием сезона в скейт парке, а в конце августа уже во второй раз провел фестиваль молодежной уличной культуры с привлечением максимального количества неформальных и экстремальных организаций нашего города.

Именно поэтому клуб всегда ждет новых людей, начиная с 14 лет, человек может стать членом клуба. Не требуется никаких дополнительных навыков. Для этого в клубе есть опытные ребята, которые смогут помочь, научить и подсказать. Главное — желание быть спортивным и здоровым телом и духом.



Чистота северного побережья

«Дорога к океану» — под таким девизом 25 августа команда волонтеров и членов общественных организаций Воркуты съездили к побережью Северного Ледовитого океана. Целью поездки была уборка береговой линии и познание природы родного края.

Организаторами выступили Управление туризма администрации города, волонтерское движение «Лети, лепесток» и Воркутинский сноуборд клуб при финансовой поддержке Воркутинского филиала ООО «Газпром Трансгаз Ухта». Были отобраны самые достойные ребята, которые отправились в путешествие к океану. Прежде чем добраться до побережья, команде предстояло шесть часов езды в вахтовых автобусах. Экспедиция проезжала много живописных мест, делала остановку около малого и большого каньона Лядхейяха. Одной из самых интересных и захватывающих остановок была станция у Константинова камня, который является легендарным местом у коренных народов севера. Именно сюда, к началу Уральских гор, люди приходили помолиться и, чтобы задобрить богов, приносили жертвы — разных животных.

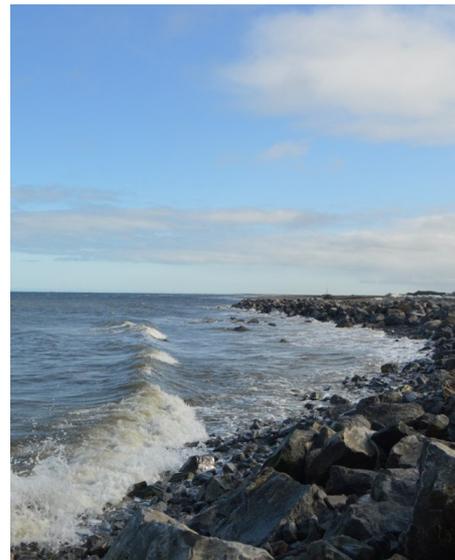
«Природу тундры уже нельзя назвать девственно чистой после прокладки газопровода. И это не может не расстраивать», — рассказывает одна из организаторов

поездки, председатель Воркутинского волонтерского движения «Лети, лепесток» Ольга Филиппова. За окном часто мелькали газопроводы, различная техника, а иногда и десятки домиков-вагончиков, в которых живут работники газопровода.

Когда тяжелая шестичасовая дорога осталась позади, экспедицию встретили новые препятствия. Волонтеры переправились через бурный ручей, впадающий в океан. Здесь вновь помогли представители Центра развития туризма: они провели мастер-класс по переправе через реки. Под их руководством удалось быстро обустроить лагерь.

Погода не баловала путешественников — то моросил дождь, то дул пронизывающий ветер. Но, несмотря на это, волонтеры к двум часам дня начали уборку. «Мусора было не слишком много, но в большом количестве попадались старые мешки, куски пенопласта, иногда металлические обломки», — рассказывает волонтер Люсия Музалёва. Ребята собрали около 20-ти объемных мешков мусора на большой территории побережья.

После уборки, чтобы согреться, старшие члены экспедиции устроили игры и эстафеты с мячом. А после всю команду ожидала самая настоящая рыбацкая уха. Напоследок, перед отъездом, несколь-



ко экстремалов искупались в Севером Ледовитом океане.

«Мы помогаем природе и учились выживать сами, обретая бесценный опыт в этой поездке», — подводит итоги Наталья Жабко, психолог-специалист проекта «Тёплый дом». А уже в сентябре по итогам экспедиции волонтерским движением «Лети, лепесток» запланирована научно-практическая конференция «Эко-Воркута: Арктическая зона» среди школьников и студентов о сохранении экологии тундры и экономических перспективах развития Арктики.

Высокие цели

В горах Полярного Урала прошёл традиционный альпинистский фестиваль: «Полярные горы — 2014», организованный Сыктывкарским клубом северных путешествий «Саук-Пай». Впервые в фестивале приняли участие воркутинцы — члены спортивной секции при Городском центре развития туризма. Также приглашены были альпинисты из Инты, Ухты, Сыктывкара, Екатеринбурга и Москвы.

Одной из главных особенностей стало то, что все желающие смогли присоединиться к участникам в любые 10 дней прохождения фестиваля. Спортсмены под руководством инструктора — кандидата в мастера спорта Скосырева Геннадия, участвовали в спортивных восхождениях, а те, кто впервые попал в горы, наслаждались красотами Севера, совершив экс-

курсии в ближайшие ущелья. Программа фестиваля включала в себя обучение альпинизму, в которую вошли: организация страховки на сложном горном рельефе, хождение в связках, подъём и спуск по скалам. Большое внимание уделялось технике безопасности.

После обучения спортсмены совершили несколько восхождений. Роман Лакомый и Сергей Серяков, пройдя новым маршрутом, совершили траверс, то есть преодолели три вершины подряд без большого сброса высоты. Александр Кабанов так же по новому маршруту совершил восхождение на пик Полярный в Собском массиве. По итогам фестиваля все три воркутинца были награждены знаком «Альпинист России». «Но для альпинистов главное не звание. Куда важнее суметь подняться на вершину, а потом ещё и спу-

ститься вниз без потерь. При этом чувство альпинистского братства в группе придает уверенность в своих силах, приносит большую радость», — делится своими впечатлениями альпинист Сергей Серяков, который уже совершал восхождения на семитысячники Памира и Тянь-Шаня.

Удачное расположение Воркуты вблизи гор Полярного Урала позволяет всем желающим заниматься альпинизмом. А получить начальную подготовку можно в Городском центре развития туризма, где уже действуют спортивные секции для людей разного возраста, позволяющие воркутинцам попробовать себя в различных видах туризма. Это увлечение дает возможность каждому своими глазами увидеть красоту нашего Края, держать в тонусе свое тело и дух.

Полосу подготовила Анастасия Сидорова

Дворец встречает гостей



В прошедший четверг, в стенах колонного зала Дворца творчества детей и молодежи, прошло торжественное посвящение новоприбывших в ряды кружковцев. Мероприятие проходило в виде постановки, старательно организованной педагогами. Фабула представления состояла в шуточном противостоянии горького и молочного шоколада. Именно этот конфликт стал проводником в сказочный мир детства, где решение любого спора сводится к безудержному веселью.

Нам выпал уникальный случай побывать на волшебной фабрике, условно разделенной на цеха. Здесь нам предлагали вместе потанцевать, пообщаться друг другом, вспомнить, как выглядят

наши любимые шоколадки. Главное отличие от обычных постановок, где человеку отводится исключительно роль зрителя, заключается в том, что здесь участники не ограничиваются наблюдением за происходящим, а принимают самое активное участие в нем. При всем желании вам не удалось бы стоять на одном месте. Чтобы не затеряться среди толпы, придется постоянно двигаться, взаимодействовать с другими людьми. В этом приеме кроется очень продуманный момент: ты бессознательно учишься ориентироваться в многолюдном пространстве, открывается отличная возможность для знакомства.

Именно на этом принципе было построено все действие: максимальное

объединение и сплочение всех присутствующих. Ведущим выдалась относительно простая задача, потому что подавляющее большинство были дети младшего возраста. Они легче идут на контакт, в них всегда таится необузданная энергия, только и ждущая момента, чтобы выйти наружу. Ожидаемо, что на их фоне ребята постарше выглядели как бы потерявшимися на этом празднике ребячества и несерьезности. Но, то ли сыграл талант педагогов, то ли царящее и ведущее за собой ощущение всеобщей раскрепощенности, пусть и не с самого начала, но в феерию вскоре были вовлечены самые угрюмые подростки, которые до этого стояли важно в сторонке, считая себя слишком взрослыми, чтобы дурачиться вместе со всеми. Очень убедительно и органично смотрелись педагоги, которые всем своим видом призывали всех и каждого расслабиться и повеселиться. Увенчалось мероприятие принесением торжественной клятвы кружковцев.

Таким образом, посредством нехитрых уловок удалось позитивно настроить всех новичков, которые, возможно, до этого не представляли, каково влиться в совершенно новый коллектив. Теперь каждый сможет без стеснений заняться тем, ради чего он пришел во Дворец.

Сергей Колесов
фото Игорь Стяжкин

Приплыли к победе

Воспитанники Дворца творчества детей и молодежи и Детско-юношеской спортивной школы «Олимпиец» представили наш город на втором открытом Кубке федерации плавания Республики Коми. Команда с внушительным отрывом взяла первое место.

Соревнования прошли 29 и 30 сентября в городе Емве. Более 90 спортсменов из Воркуты, Инты, Сыктывкара и Усинска приняли в них участие. Все заплывы прошли в новом бассейне, удовлетворяющем всем европейским стандартам. «Там очень красиво, а еще бассейн зрительно кажется короче! Это удивительно, и морально легче плыть», — рассказывает воркутинский спортсмен Никита Михайлин.

Организатором соревнований стала Федерация плавания Республики Коми, а Татьяна Ивановна Коровина, заведующий сектором плавания ДТДиМ чувствовала в качестве рефери. «Быть первым лицом на соревнованиях такого уровня очень почетно. Княжпогостский район принимал Кубок у себя впервые, и им удалось провести все по высшему разряду», — поясняет педагог.



Действительно каждая минута была на счету. Времени у ребят хватало на все: тренировки утром, заплывы днем и свободное общение вечером. «Мне понравилось проводить время со спортсменами из других городов, делиться впечатлениями и опытом. Особенно с командой из Сыктывкара — они были нашими главными соперниками», — комментирует участница соревнований Юлия Сноз.

По итогам состязаний шестеро вос-

питанников Дворца вошли в сборную республики и будут в октябре представлять Коми на Чемпионате северо-западного федерального округа в Выборге, Ленинградской области. Пока ни спортсмены, ни их тренеры не загадывают итоги чемпионата, но уже усиленно тренируются и готовятся достойно представить нашу республику.

Анастасия Сидорова
Фото Евгений Жаков

Выбор каждого

Эстафету под названием «100 имен Воркуты» приняли учащиеся школ города. На базе образовательных учреждений были организованы избирательные участки, где каждый мог отдать свой голос за наиболее импонирующего кандидата. Школьникам выпала ответственная задача: оценить и сравнить вклад, внесенный людьми в развитие родного города. Эта проверка ума на зрелость показывает, как формируется собственная точка зрения у подрастающего поколения. Именно от их решения зависело, чьи заслуги официально признают на административном уровне, какие в итоге сложатся общегородские ценности.

Соперники являли собой пример образцовых граждан, которые достигли значимых высот каждый в своей сфере деятельности, однако имена, пропечатанные на бюллетенях, для многих оказались совершенно незнакомыми. Сложилась печальная тенденция, что широкие массы не знают своих героев, непомерными усилиями, которых создается имя Воркуты, ее лицо для всей страны. Эти люди привыкли оставаться в тени, потому что основным ме-

ханизмом их действий является не тщеславие, и не честолюбие, а желание трудиться ради благополучия других. За относительно недолгое существование этот город успел подарить целую плеяду замечательных деятелей.

Выбор был не так очевиден, потому что отдать предпочтение одному, значило бы перечеркнуть и сделать малозначимыми заслуги других. Для тех, кто намеренно не ушел в информационный вакуум, имя Игоря Леонидовича Шпектора давно стало нарицательным. Одно его упоминание заставляет вспомнить каждого воркутинца от мала до велика какие-то свои личные памятные моменты связанные с этим человеком. Сколько бы не говорили, что мы живем в предельно небольшом месте, где все друг друга знают, но каким-то загадочным образом имена активных тружеников проскальзывают мимо нас.

Это событие значимо для формирования гражданского самосознания молодежи. Идет бесценный процесс ознакомления, и приобщения к культуре города. Это редкий шанс узнать, кто были эти люди, которые шаг за шагом строили и прославляли то, что мы



сейчас называем Воркутой. Человек перестает ощущать себя обособившейся единицей, теперь он часть общества, которая обладает возможностью оказывать на него влияние. Одно из важнейших прав любого человека — избирать и быть избранным. Возможно, эти выборы не имеют глобального значения для страны, но для каждого человека в частности несут бесценный опыт. Пока мы еще не стали полноценными гражданами своей страны, подобного рода репетиция учит нас относиться серьезно к своим правам и не пренебрегать ними.

Сергей Колесов
Опрос провела Ангелина Кашина

Самые маленькие школьники смогли почувствовать себя юными «избирателями», но хотелось бы, чтобы и взрослые принимали участие.

Дарья Белоглазова



Все было хорошо спланировано — это очень порадовало. Не было очередей, выборы проходили быстро и в строгом порядке.

Ренат Гарафутдинов



Приятно ощутить, что моё мнение значимо для города. Такие голосования надо проводить ежегодно.

Арина Чебыкина



Мне было скучно поэтому я предлагаю добавить больше интересных фактов из биографии кандидатов и ярче всё это украсить.

Анна Жильцова



Наконец-то детям предоставили возможность выбирать самостоятельно, высказывать собственное мнение.

Любовь Козюберда



Проводить детские выборы ни к чему. Я думаю, что решения детей не нужны во взрослом мире.

Андрей Евшин

Кофе: друг или враг?



Что бы вы ответили, если бы вам вдруг сказали, что вы наркоман? Рассмеялись бы в лицо, ведь вы уж лучше знаете себя, чем кто-либо? А что, если вы просто находитесь в блаженном неведении?

Кофейная наркомания — не миф и не преувеличение. И она совсем не похожа на обыкновенную любовь к бодрящему напитку. Зависимость от кофе — это скорее неспособность к каким-либо действиям без него. По официальным данным, кофеин не является наркотиком. Но врачи уже давно признают, что по частоте и количеству употребления он превышает героин и амфетамин. С точки зрения медицины, кофейная зависимость — это не только психологическая тяга к напитку, но

и физическая зависимость. Симптомы «ломки», или «синдрома отмены» — раздражительность, подавленное настроение, невозможность сосредоточиться, не выпив чашечку «наркотика», сонливость после каждого приема пищи, не заканчивающегося употреблением кофе. Другие признаки «кофейной наркомании» — это привычка начинать день с чашки кофе на голодный желудок, сопровождение каждого приема пищи этим напитком, необходимость выпить чашку кофе при выполнении сложной работы. Конечно, основным показателем зависимости является количество выпитых за день чашек. Специалисты говорят, что если число выпитых за день чашек превышает 4, пора бить тревогу. Симптомы

передозировки кофе — резкое изменение давления или его постоянный рост, потливость, дрожь в конечностях, нехарактерная для нормального состояния тревога или страх, «скачущие» мысли, нарушение сна. Кофе также превышает риск заболевания раком толстой кишки, молочной железы, способствует потере организмом кальция.

Надо сказать, что в умеренных дозах кофе оказывает положительное влияние: активизирует деятельность мозга, кишечника и благоприятно влияет на легкие, вселяет бодрость, прогоняет сон. Регулярное употребление кофе снижает риск появления рака печени. Он улучшает долговременную память, приносит облегчение при сухом кашле, стимулирует выделение желудочного сока, улучшает настроение и производительность труда.

Кофейная наркомания является менее опасной, чем зависимость от наркотических или психотропных препаратов. Тем не менее, это настоящая зависимость. Так пить или не пить? Все зависит только от вас. Как и за любой другой привычкой, за любовью к кофе нужно следить. Если же вы оказались в рядах кофейных наркоманов, не отчаивайтесь. Постарайтесь утром не идти первым делом за чашкой ароматного напитка, а пожелать кому-нибудь из членов семьи доброго утра. Есть множество способов обуздать свою зависимость. Главное — стремление!

Мария Мостуенко

Вкусно, быстро, вредно

Такая вкусная и вредная — лапша быстрого приготовления. Что именно в дорожной еде опасно для нас?

Чтобы определиться, что же именно так вредит нашему организму, рассмотрим состав. Лапша изготовлена из пшеничной муки, пальмового масла, крахмала, соли, клейковины, эмульгатор-загустителя (соевое масло, лецитины, сорбит), красителя «Бета-каротин», комплексной пищевой добавки «Премикс».

Следующий в составе эмульгатор-загуститель заставляет насторожиться хотя бы из-за названия. С соевым маслом, первой частью эмульгатора, всё ясно: его используют для приготовления и хлеба, и маргарина, и майонеза и большого вреда оно не несёт. Лецитин — это природное вещество и то, что он вредит человеку не доказано, а помимо этого известно, что 50% печени состоит именно из него. Последняя часть загустителя, сорбит (Е 420), который используется как подсластитель, имеет две опасные стороны. Он способствует набору лишнего веса и влияет на лекарства, принятые человеком: может либо уменьшать

их эффект, либо увеличивать токсичность. Выходит, дорожная еда вредна из-за загустителя, однако без него её не производят.

Следующий пункт состава — краситель «Бета-каротин» (Е160а) является опасным для группы риска раковых заболеваний (например, людям, зависимым от курения или алкоголя), хотя сам каротин является жизненно важным элементом и входит в состав многих растений. Выходит, лапша имеет красивый цвет лишь благодаря красителями.

Далее идёт комплексная пищевая добавка, которую добавляют не только в пищу быстрого приготовления, но и в корм для домашних животных, что говорит само за себя. За вкус продукта отвечает гуаровая камедь (Е 412), употребление её в больших количествах вызывает расстройство желудка или тошноту. Но остальные составляющие безвредны: полифосфат натрия малотоксичен, карбонат натрия — безвредная разновидность соды, а рибофлавин — биологическое вещество, требуемое организму. В составе лапши мы нашли два опасных элемента: это гуаровая ка-

медь и сорбит, но в дорожной еде помимо лапши есть пакетики с приправами. В их состав входят: соевый текстурат, лук, водоросли сушеные (хлопья), соль, усилитель вкуса (глутамат натрия), ароматизатор идентичный натуральному, порошок чесночный и из соевого соуса, глюкоза, перец красный и черный.

Соевый текстурат — это заменитель мяса в продукте. Глутамат натрия (Е621) — один из самых опасных усилителей вкуса, при эксперименте на крысах подопытные слепли и различные физиологические расстройства. И не опровергнута возможность такого же воздействия глутамата натрия на человека.

Вкус, запах и цвет обеспечивают химикаты, из которых безвредные можно пересчитать по пальцам одной руки, а все остальные опасны, особенно детям.

Последствиями злоупотребления дорожной еды являются порой гастрит, язва, лишний вес, расстройства желудка. Ведь количество химикатов в дорожной еде подобно яду, медленно уничтожающему изнутри. Есть или нет вкусную, быструю и богатую на опасные консерванты пищу — решать покупателю. А я советую меньше потреблять пищу быстрого приготовления и больше есть фрукты и овощи.

Анастасия Сидорова

Убийца с Запада

Он губил и продолжает губить множество человеческих жизней. Он повсюду. Он не жалеет ни женщин, ни детей. А главное, что ему за это ничего не будет...

Спайс — бренд травяных курительных смесей, обладающих психоактивным действием, аналогичным действию марихуаны. Иными словами, «Спайс» — это сильный наркотик, которым травит себя каждый второй современный подросток.

Подобные курительные смеси появились в странах Запада в 2002 году. В России они стали известны в 2005. Сначала продукт был абсолютно легален. Однако в нашей стране 9 апреля 2009 года главный санитарный врач Онищенко своим постановлением запретил оборот курительных смесей на территории страны. Фактически, была запрещена продажа только тех курительных смесей, в состав которых входят определенные ингредиенты, но это не означает, что все виды «Спайс» исчезнут из продажи, ведь все растения можно легко заменить другими травами, на эффект это практически не влияет.

Как-то вечером группа молодых людей собралась в квартире друзей, чтобы весело провести время. Никто не хотел выпивать, однако, как им показалось, пить чай будет слишком скучно. Поэтому один из парней предложил попробовать «веселую» травку. Убедившись, что она абсолютно безвредна, ребята начали по очереди раскуривать трубку. Не прошло и пяти минут, как разум людей затуманился. Только лишь спустя два часа пришли в чувство, но уже не все и не дома. Один из ребят вспоминает, как между его друзьями произошла ссора. И молодой человек взял в руки нож. В отделении полиции он утверждал, что просто хотел припугнуть, но что-то пошло не так, будто он уже не контролировал себя.

Подобные случаи доказывают, что «Спайс» далеко не безвредное вещество. Так что же происходит с организмом человека, который употребляет такие курительные смеси? Мозг человека весьма чувствителен к недостатку кислорода, поэтому каждый сеанс курения приводит к гибели гигантского

числа нервных клеток и нарушениям в работе центральной нервной системы. При длительном употреблении «Спайса» этот эффект приводит к слабоумию, существенному снижению уровня интеллекта, неспособности решать элементарные

умственные задания. Последствия курения могут быть весьма печальными при его передозировке. Человек, находящийся под воздействием наркотика, плохо осознает реальность и способен на непредсказуемые поступки.

Помимо всего вышесказанного, можно отметить тот факт, что каннабиоиды, так в медицине называют наркотик, вызывают не только ярко выраженную психологическую, но и физическую зависимость. Мнение, распространенное среди потребителей курительных смесей и гласящее, что «Спайс» физической зависимости не вызывает, является не более чем серьезным заблуждением.

Самое страшное, что среднестатистическими потребителями данного наркотика являются подростки. Согласно опросу, более

60 процентов старшеклассников хотя бы раз пробовали «Спайс». Кто-то один раз попробовал и понял, что ни к чему хорошему это не приведет, а кто-то продолжает употреблять и с каждой затяжкой превращается в потенциального наркомана.

А вы уверены, что в вашей семье нет человека, который употребляет «Спайс»? Наркотик вызывает беспричинный смех, веселье, неспособность сидеть на одном месте. Но мало кто знает, что на смену этому приходит тревога или испуг. Поэтому, человек, находящийся под воздействием «Спайса» всегда привлекает к себе внимание своими действиями.

Кроме того, происходят изменения во внешнем виде и в организме в целом. У человека наблюдается покраснение глаз и лица, зрачки максимально расширяются. Его мучает жажда, прорезается аппетит и непреодолимая тяга к сладким продуктам. Он страдает от частых перепадов настроения.

Каждый раз, когда состав «Спайс» становится противозаконным, его формула изменяется, и он снова становится легальным. Иными словами, «Спайс» и другие наркотики будут существовать всегда. Важно каждому человеку понимать, что он делает не только со своей жизнью, но и с жизнью дорогих ему людей. Мало кто пожелает своему ребенку участи, которая ждет каждого наркомана.

Анастасия Гасс



Как выучить трудную теорему?

Теоремы — одна из самых главных проблем учеников. Если ты её не знаешь, то получаешь неудовлетворительную оценку. Против неё никакие готовые домашние задания и решебники не помогут. Либо ты выучил теорему, либо нет. Но учить её не просто, а ведь хочется получать «хорошо» или «отлично». Что же делать?

А решение тут только одно — учить. Именно учить, а не «зубрить». Поверьте, вам будет гораздо легче запоминать теоре-

мы, если вы будете понимать их! Однако, не все умеют правильно их запоминать. Для правильного запоминания нужно начать с формулировки. Её можно разделить на две части: условие и заключение. Условие — это то, что дано, какие-то точные данные, на основе которых мы и будем рассуждать. Заключение — это то, что нам необходимо доказать.

Далее надо сделать чертёж теоремы. Это очень вам поможет, потому что, во-первых, когда вы

смотрите на рисунок, включается ваша зрительная память, и запоминание идет в несколько раз быстрее. Во-вторых, глядя на рисунок, легче выстроить последовательность доказательств.

Затем нужно повторить формулировку несколько раз. Если вы сделали всё так, как здесь написано, то в школе вам остаётся только вспомнить и ещё раз, на всякий случай, повторить теорему. Попробуйте, а вдруг поможет?

Анастасия Будко
фото Елена Барыш



Как подготовиться к контрольной?

Школьная жизнь полна прекрасных моментов, но порой наступают «темные полосы». Самым верным признаком такой полосы являются несколько контрольных в один день по разным предметам. Как же быстро и успешно подготовиться к большому количеству проверочных работ за короткое время?

Во-первых, ни в коем случае не зубрите всю ночь. Разуму обязательно нужно дать отдохнуть хотя бы пять часов, а иначе вы не сможете даже понять задания, а что уж говорить о том,

чтобы дать на них правильный ответ! Хорошее самочувствие и ясность ума играют одну из важнейших ролей при написании важной контрольной.

Во-вторых, пишите шпоры. Но оставляйте их дома. Доказано, что записывая какую-то информацию, мы лучше её запоминаем, а значит писать подсказки с датами или формулами будет очень полезно для запоминания.

В-третьих, не пренебрегайте своими конспектами. Как правило, в тетради мы записываем самую важную и необходимую информацию по предмету. Имея

хороший конспект при подготовке учить можно не целый параграф учебника, а свои же краткие записи.

Разумеется, даже пользуясь советами приведенными выше, вам не удастся получить высокий балл, если вы не занимались предметом раньше и веселились на уроках. Чтобы получить хорошую отметку нужно в первую очередь сосредоточенно работать на уроках, выполнять домашнее задание. Познавать науки постепенно гораздо легче, нежели учить все за один вечер.

Анастасия Сидорова

Полезные привычки

«Привычка свыше нам дана» — строки из романа «Евгений Онегин» Александра Сергеевича Пушкина, с которыми можно согласиться, а можно и поспорить. Человека переполняют как вредные, так и полезные привычки. И если с первыми надо бороться, то вторые надо вырабатывать. Рассмотрим список привычек, которые упростят жизнь школьнику.

1 — Ведите блокнот

Лучше всего помогают упорядочить свой рабочий день записи в блокноте. Причем, записывать можно почти все, начиная от лаковничных списков дел на сегодня и заканчивая впечатлениями от разных событий. Имея такой блокнот с записями самого важного просто невозможно что-то забыть или потерять какую-то важную информацию — в вашем блокноте все есть.

2 — Имейте собственный режим дня

Независимо от того «сова» вы или «жаворонок» нужно иметь выработанный режим дня. Но, учеными доказано, что жаворонкам

старайтесь не отвлекаться на посторонние дела. Когда, например, делаете уроки, старайтесь ничем не заниматься попутно: не бегать на кухню попить или за сладостями, не смотреть телевизор и даже не обращать внимания на телефонные звонки. Вы сами удивитесь тому, как быстро можно выполнить самую объемную и сложную домашнюю работу.



4 — Питание

«Завтрак съешь сам, обед поделись с другом, а ужин отдай врагу» — в этих словах сокрыта одна из самых лучших диет человечества. Насколько тяжелой, жирной или сладкую пищу, вы бы ни съели утром, за учебный день она полностью

все же повезло больше: человеческое тело лучше всего набирается сил во время сна с девяти часов вечера до полуночи. А значит, сидение до двух часов ночи над уроками или в интернете никак не поможет вам лучше отдохнуть. Врачи советуют ложиться спать раньше и, если не успел что-то сделать вчера, встать рано утром и отдохнувшим выполнить нужную работу. Так что ложиться спать рано — действительно хорошая привычка, которую можно выработать всего за три недели строгого соблюдения режима.

3 — Сосредоточенность

Чем бы вы ни занимались, по-

переварится и израсходуется. В обед мы подкрепляемся до конца дня, а вечером потребности в энергии уже нет, так же как и потребности в сытном ужине.

5 — Получайте удовольствие от школы

Как бы это странно не звучало, но умение получать удовольствие от работы дей-

ствительно может сделать вас счастливее. Но как же научиться наслаждаться школой? Здесь все просто, люди сами творят свое настроение, и если вы не будете смотреть на школу как на каторгу, то увидите все её плюсы. Именно в школе мы находим самых верных друзей и узнаем много нового и интересного, одним словом — весело и полезно проводим время. Разумеется, для этого требуются усилия, но и результат стоит того!

Попробуйте соблюдать эти несложные правила всего три недели, и результат не заставит себя ждать: дисциплинированность поможет достигать больших успехов в учебе, правильное питание обеспечит хорошее самочувствие, а времени будет хватать и на занятия и на отдых!

Анастасия Сидорова



KidAdult или «Живые куклы»

Анастасия Шпагина



У нее большие выразительные глаза, длинные гладкие волосы, осиная талия, «фарфоровая» кожа... У многих моментально всплывает в голове образ известной на весь мир куклы Barbie. Только такие Barbie частенько встречаются и среди людей. Далекое не всегда сходство таких девушек с легендарной Барбарой оказывается случайностью и «даром природы».

Некоторое время назад люди считали пропорции Barbie идеалом женской фигуры. Однако ученые доказали, что анатомически это невозможно. Такая женщина имела бы рост 175 см и вес 49 кг. Окружность головы была бы на 5 см больше, чем у нормальной женщины. Обхват талии в 45 см не оставил бы места для печени и кишечника. Обладая маленькими ступнями длиной в 21 см, она не смогла бы нормально ходить, и ей пришлось бы передвигаться на четвереньках. Длинная и тонкая шея прогнулась бы под весом головы.

Не смотря на это, некоторые девушки тратят большое количество средств, времени и сил на то, что бы стать похожими на Barbie. Они используют все возможные методы: пластиче-

ские операции, диеты, сложный макияж, соответствующую одежду.

Яркий пример «ожившей Barbie» — американка Синди Джексон Синди Джексон. Своим стремлением быть похожей на Barbie, она заслужила место в книге рекордов Гиннеса как рекордсмен по перенесенным пластическим операциям. Ей 65 лет, и в свои годы «натуральной» осталась только ее нижняя губа. Лечь под нож хирурга она решила после того, как еще в молодости услышала от своего друга такие слова: «Синди во всем хороша, но все-таки она не Барби». Интересно, что думает сейчас этот самый человек, видя ее по телевизору?

Вторая подражательница известной куклы — Валерия

Лукьянова, родом из Одессы. Сама Валерия предпочитает называться «духовным» именем — Аматуя. Жительница Одессы не обошлась без хирургического вмешательства. Правда, в отличие от Синди, Валерия перенесла всего одну пластическую операцию по увеличению груди. Имея пропорции 84x42x84, она утверждает, что осиная талия досталась ей от природы, а чрезмерная худоба — это результат вегетарианства и питания энергией солнца. Также Валерия накладывает макияж, делающий ее лицо «кукольным», имеет длинные пепельные волосы.

Третья девушка — Анастасия Шпагина, также проживающая в Одессе. По словам Анастасии, она чувствует себя

в большей степени феей, чем куклой. Как и Валерия, она любит представляться не своим настоящим, а другим именем, Фукусима. В переводе с японского это означает «воскресшая». При росте 150 см и весе 38 кг, Анастасия и правда напоминает фею. Хотя, длинные алые волосы, бледная кожа, созданные с помощью макияжа огромные глаза, идеальные брови и губы придают ей сходство с куклой, а не с феей. Ее эксперименты с внешностью начались еще в детстве, с 5 лет, сначала с помощью маминой косметики, потом со своей. Детская игра переросла в профессию. Анастасия работает в одном из салонов Одессы парикмахером-визажистом. В одежде она предпочитает наряды японских школьниц, яркую обувь, всевозможные украшения в форме бабочек, цветов.

У окружающих людей такие эксцентричные девушки вызывают сильные эмоции. Презрение, удивление, испуг, и даже жалость. Но, если хорошо подумать, они такого от-

ношения не заслужили. Синди в свое время была актрисой, писательницей, телезвездой, состояла в рок-группе. Валерия увлекается изотерикой и проводит семинары по внетелесным путешествиям. Во время сеанса она делает акцент на внутренний мир людей, пропагандирует отказ от курения и алкоголя. Амагуя пишет и исполняет песни, ведет здоровый образ жизни. Валерия замужем, и муж поддерживает ее увлечения. А Анастасия обожает природу, животных, насекомых. По ее словам, она хочет сделать этот мир капельку добрее, внести в эту серую жизнь чуточку сказки. Так чем же они заслужили презрение? Их внешний вид — всего лишь способ самовыражения. Все три девушки абсолютно разные, из чего можно сделать вывод, что они не слепо копируют Barbie, а создают свой образ. И пусть он похож на образ Барбары, но у каждой он свой, индивидуальный.

Стандарты красоты у каждого человека разные. Не стоит в слишком резкой форме выска-



Синди Джексон

зывать недовольство по поводу чьего либо стиля, если он не соответствует вашему идеалу. Самое главное — внутренняя красота. Внутреннее уродство — вот что действительно стоит презрения.

Мария Мостуненко



Валерия Лукьянова

Напутствия молодому поколению!

Как много за плечами у выпускников и сколько всего предстоит первоклассникам! Не перечислить количество тех жизненных уроков, которые происходят в стенах школы. И именно поэтому выпускники, прошедшие все ступени школьного обучения, решили оставить в нашей газете свои пожелания первоклассникам.

Что я могу пожелать молодому поколению? Ну, в первую очередь — учитесь, получайте знания с удовольствием, терпеливо грызите гранит науки, пока на это у вас есть время. Во-вторых, заводите друзей, больше общайтесь с одноклассниками — порой получается так, что они окажутся твоими верными спутниками на всю жизнь. Цените и любите своих первых учителей, ведь они ваши самые главные наставники. И, наверное, самый главный совет — НЕ стремитесь скорее повзрослеть! Детство — самая лучшая, самая счастливая пора!

Елена Барыш, выпускница гимназии №2



Первоклашки! Вот и настал новый и важный этап в вашей жизни. Цените его. Годы, проведенные в школе, вы запомните навсегда. Уверена, что среди одноклассников вы найдёте верных и преданных друзей. Наслаждайтесь этим замечательным временем и не торопитесь взрослеть, ещё успеете! И, конечно, упорно трудитесь.

Кристина Вострухина, выпускница Лицея №1

Дорогие ребята, вам предстоит пройти долгий путь! Он будет не всегда легким, как хотелось бы, но вы никогда не должны опускать руки и сдаваться. Я желаю, чтобы, будучи выпускниками, вы были не только образованными, но и любящими, добрыми и умеющими дружить людьми. Удачи в вашей школьной жизни.

Анастасия Гасс, выпускница школы №23



Школа — это самый главный период для человека. Ведь именно здесь вы получаете ключевые знания об окружающем мире, начиная с элементарного умения писать, читать и заканчивая философскими представлениями о жизни. Но помимо этого вы приобретаете опыт: испытываете первые серьезные успехи и неудачи, учитесь на своих ошибках по-настоящему дружить и любить. Школа — опыт, благодаря которому мы следуем дальше по жизни.

Алена Герасимова, Гимназия №2

Сам я был балбесом и, наверное, давать напутствия с моей стороны было бы неправильно, но все же кое-что скажу. Если захотеть, то все мечты можно реализовать. Вы сами творите свою жизнь. Троечник или отличник — ты сможешь поступить учиться дальше, но только вопрос стоит в том, насколько престижен будет ВУЗ и дорого обучение. Живи и учись для себя, исходя из собственных целей: хочешь много — делай многое!

Артем Бойко, выпускник школы №39



Все выпускники, как один говорили, что скучают по своим родным школам и хотели бы вернуться в детство. Именно поэтому стоит ценить каждый миг нашей жизни: каждый день неповторим. Оказавшись на пороге студенчества вы осознаете, насколько это было прекрасное время.

Главный редактор: Ирина Маратканова
Дизайн и верстка: Анастасия Сидорова
Фото: Игорь Стяжкин

Над номером работали: Арина Чебыкина, Анастасия Сидорова, Елена Барыш, Анастасия Гасс, Анастасия Будко, Мария Мостуенко.

Адрес редакции:
169900, Республика Коми, г. Воркута, ул. Ленина, 47.
Телефон для справок: (82151) 3-68-03.
vorukuta_dtdm@mail.ru
Тираж № 19 — 100 экз. Дата выпуска 30.09.2014 г.
Распространяется БЕСПЛАТНО

МЫ

Перепечатка материалов и использование их в любой форме, в т.ч. в электронных СМИ без письменного разрешения не допускается. Торговая марка и торговое имя «Мы» являются исключительной собственностью МОУДОД «Дворец творчества детей и молодежи» г. Воркуты.

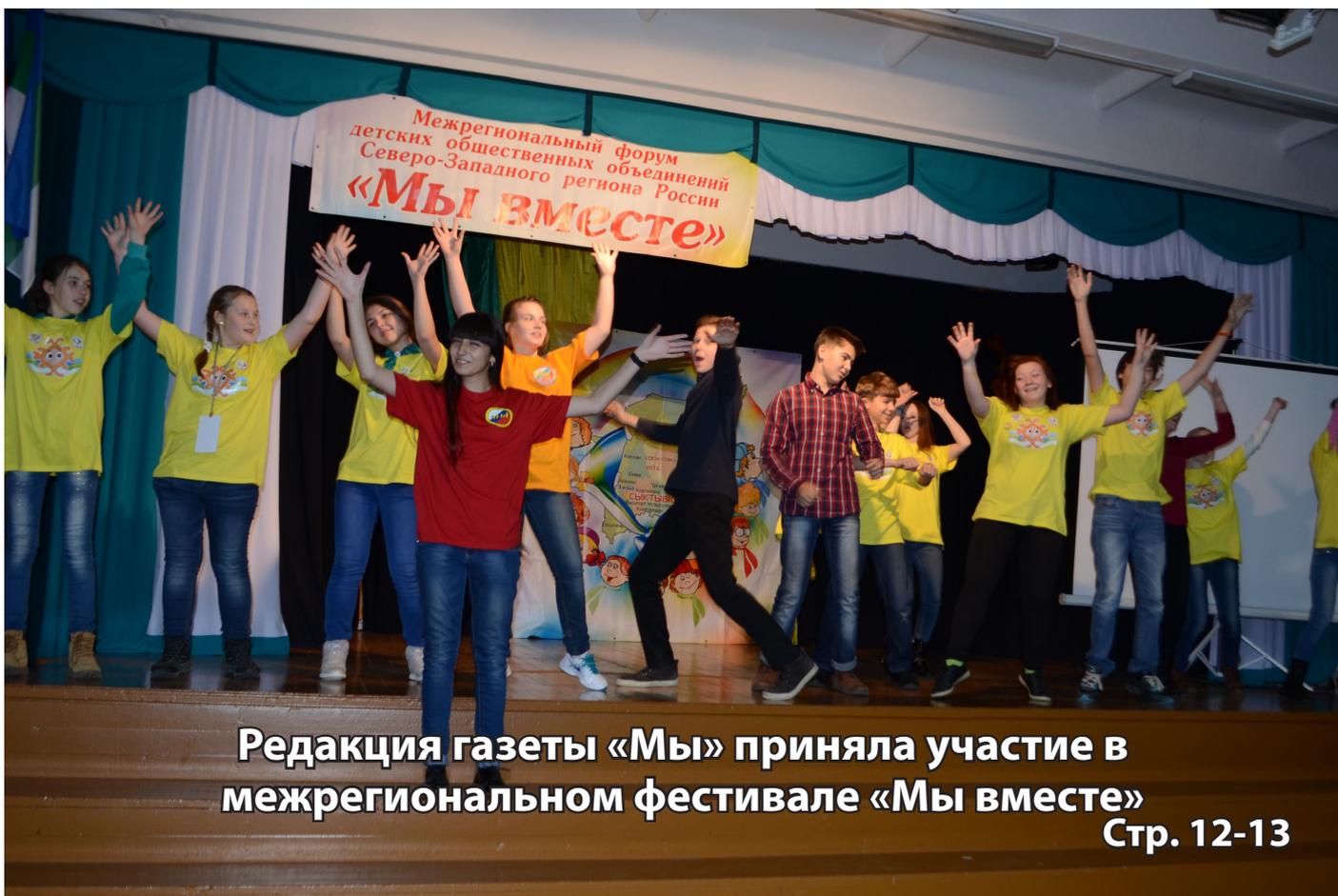
МЫ

Муниципальное учреждение
дополнительного образования
«Дворец творчества детей и
молодежи»
г. Воркуты
Периодическое издание
молодежного информационного
центра



**Трудно представить, чтобы именно мы во-
лей случая можем угодить в экстренную си-
туацию. Однако, никто не застрахован от
непредвиденных обстоятельств, поэтому не-
обходимо быть готовыми ко всему.**

Стр. 3



**Редакция газеты «Мы» приняла участие в
межрегиональном фестивале «Мы вместе»**

Стр. 12-13

**Спор всегда был, есть и будет самым исчер-
пывающим источником оригинальных идей.
Схлестнувшись в словесном пинг-понге, ты либо
отстаиваешь свою позицию, либо уступаешь со-
пернику. Исключением из этого правила стали
дебаты, которые прошли в Лицее №1. Их глав-
ной целью стало вовлечение присутствующих в
сам процесс рассуждения.**

Стр. 10



Кто же виноват?



Автомобиль — неотъемлемая часть современного мира. Они окружают нас. И рано или поздно сомкнутся кольцом у нас на горле, перекрыв дыхание. Страшные аварии мы видим повсюду. Но задумывались ли вы, а по чьей же вине чаще всего происходят несчастья? Кто виноват? Машина или человек?

Водители авто бывают разными. Есть порядочные автовладельцы, которые соблюдают правила, не нарушают, внимательно водят и т.д. и т.п. Идеально, не правда ли? В нашем мире нет ничего идеального, и даже самые добропорядочные

водители нарушают правилами. А что же тогда говорить о тех людях, которые всю пренебрегают правилами, ездят на безумно высокой скорости или даже водят машину в состоянии алкогольного или наркотического опьянения?

Многие пешеходы это дети и пожилые люди, самые незащищенные из нас. Только представьте: солнечный день, маленькая девочка идет со школы, начинает переходить дорогу по «зебре», перед этим посмотрев налево и направо, как учила мама, как вдруг из за угла выскакивает машина. Какое горе родителям потерять своего ребенка, какой след останется на душе у водителя этой машины, который в тот солнечный день опаздывал на важную деловую встречу и совсем не замечал вещей, происходивших вокруг него.

С другой стороны, совсем не водители виноваты в трагедии. Беспечность пешеходов тоже может привести к несчастью. «Ну, подумаешь, перейду дорогу на красный», или «Ничего страшного, что здесь нет пешеходного перехода. Успею перебежать», — как часто у вас возникали такие мысли? Гоните эти мысли прочь. Да, конечно, все мы не идеальны, правила созданы для того чтобы их нарушать. Но жизнь у нас одна. И надо ее ценить. Водитель никак не сможет избежать столкновения, если ты выскочишь прямо на проезжую часть. Надоело ждать зеленого, хочешь перебежать на красный? Тогда не удивляйся, если окажешься на белом.

Мария Мостуенко

В Воркуте возраждаются военные части

Напряженная политическая обстановка вынуждает правительство активизировать старые военные ресурсы. В районе поселка Воргашор идет стремительное восстановление радиолокационных станций (это система обнаружения воздушных, морских и наземных объектов).

Ввиду своего удобного геогра-

фического положения зона Арктики становится привлекательным местом для расположения ВВС России. Уникальность этой территории состоит в том, что из-за высокой отдаленности от западной части земного шара эта зона не входит в радиус видимости вражеских систем слежения.

Теперь Воркута это не только стра-

тегический источник высококачественного угля, но и важный геополитический центр всего северного региона. Этот факт служит хорошим поводом гордости для всех жителей города. Теперь можно быть уверенными, что мы находимся под надежной защитой своего государства.

Сергей Колесов



В решающий час

Крайне важно быть подкованным в том, что касается оказания первой медицинской помощи. Этой бесценной информацией поделились врачи городской больницы с учащимися Дворца творчества детей и молодежи.

Одним из мероприятий, проходящей во Дворце недели спорта, стала «Лекция по оказанию первой медицинской помощи». На самом деле одним прослушиванием дело не ограничилось: особые смельчаки смогли на личном опыте испытать, какво это, собственными усилиями запустить остановившееся сердце. Семинар проводили сотрудники ГБУЗ РК «Воркутинская больница скорой медицинской помощи»: Поляхов Виктор Павлович, главврач, Липириди Ирина Ивановна, заместитель главного врача по медицинской части, Баранова Наталья Валерьевна, старший фельдшер центральной подстанции. Несмотря на довольно не однородный возрастной состав, в лекцию одинаково вовлечены оказались все. Следует отдать должное самим лекторам, которые показали себя истинными специалистами в своей не простой области, потому что только человек, хорошо разбирающийся в своем деле, может легко и понятно объяснить сложные вещи.

Рассказ сопровождался грамотно оформленной визуальной составляющей: здесь нашлось место как тренировочному макету человеческого тела, которого главврач ласково окрестил «Германом», так и другим медицинским приспособлениям. Именно на Германе врачи учили оказывать помощь людям, переживающим клиническую смерть. Для всех, не сведущих в медицине, способ сердечно-легочной реанимации является единственным путем спасения жизни. Объяснять этот непростой метод взялся Виктор Павлович: «Чтобы заставить сердце биться, мы должны совершать нажимы всем весом тела двумя, сложенными вместе руками, на область чуть ниже солнечного сплетения с периодичностью сто раз в минуту, по возможности чередуя с вдохами в ротовую полость». Даже для физически полноценного человека такие действия чрезвычайно утомительны. Буквально через две минуты скорость толчков падает, ощущается нехватка

тонуса в мышцах. А ведь машина скорой помощи может приехать в лучшем случае только спустя пятнадцать минут после вызова. При этом нужно учитывать, что за человек перед вами, какого он возраста, какого телосложения. Это имеет значение, потому что если переусердствовать и приложить излишнее давление, то можно сломать ребра, тем самым вызвав внутренне кровотечение. Этот процесс требует железной выдержки и холодного ума. В итоге добровольцам совместными усилиями удалось оживить манекен. Пожалуй, это был самый запоминающийся момент всего вечера.

Куда легче предотвратить удушье, вызванное попаданием инородного тела на голосовые связки. Ирина Ивановна с Натальей Валерьевной наглядно показали, как этого избежать: «Сначала наклоните подавившегося немного вперед, придерживая рукой

за талию, и затем наносите точечные удары основанием внутренней части ладони между лопаток. Если не выходит, то можно попробовать встать сзади, обхватить двумя руками область чуть ниже грудной клетки и начать делать резкие рывки вверх. Один из двух приемов должен обязательно помочь». Дальше разговор пошел о том, как следует себя вести в случаях: ожога, судорог, обморока, перелома. Небольшие, но крайне информативные советы составили базу первой доврачебной помощи учащимся Дворца.

Ведущие вели тесное общение с залом. Любой желающий мог задать интересующий его вопрос, врачи охотно на них отвечали.

Лилина Лизун признается, что полученные знания внушили ей уверенность: «Теперь, если мне придется оказаться в экстренной ситуации, я, несмотря на волнения и страх, всеми силами постараюсь помочь больному человеку».

Подводя итоги, Виктор Павлович, сказал: «Надеюсь, что услышанное сегодня никогда не пригодится вам в жизни». Этот час, проведенный на лекции, возможно, в будущем может оказаться решающим для умирающего человека. Всегда надейтесь на лучшее, но не исключайте и плохой вариант.

Сергей Колесов



Как отличники все успевают?

Это вопрос, который, так или иначе, интересен каждому из нас. Так уж сложилось, что есть особое время, когда мы не сильно отличаемся друг от друга и ведем примерно одинаковый образ жизни. Школьное пространство в определенной мере создает однородную массу.

На ученическом пути перед нами встают схожие проблемы; круг наших ежедневных обязанностей замыкается на одних и тех же вещах. Однако выходит парадокс: получается, что примерно в одинаковых условиях кто-то лучше, а кто-то хуже справляется с предъявленными к нему требованиями. И тогда мы начинаем задумываться, почему один человек тратит все силы, пытаясь выпросить у учителя заветную тройку или четверку, а другому свободно удается совмещать учебу и внеклассные занятия, при этом успевая вести активную школьную жизнь. И даже, учитывая все загруженность, им удается не размениваться на своих начинаниях, а добиваться похвальных высот на всех поприщах.

Недалековидным решением было списать все успехи на роль «природы», что так называемый «отличник» с рождения является талантливым и одаренным. Такой вывод был бы слишком поверхностным, потому что каждый человек создает себя сам. Сила этих людей заключается в их характере. Суммируя тру-

долобие, упорство, находчивость, любознательность, целеустремленность, на выходе мы получаем уникальную личность, которая готова всегда с большой старательностью идти к назначенной цели. Характер исключителен в той же мере, что и сам человек.

Естественным ограничителем для деятельности всех людей является время. Лишь четко выбирая, на что потратить бесценные минуты, мы либо тонем в безынициативности, либо добиваемся триумфа. Далеко не все способны организовать свой день таким образом, чтобы каждый временной промежуток был наполнен осмысленными действиями. Метафорический отличник всегда соизмеряет силы с возможностями. Он свято дорожит своими обязанностями, и с большой ответственностью подходит к их выполнению. Надежность, честность в отношении себя и других никогда не позволит забыть об обязательствах. На таких людей всегда можно положиться, не рискуя остаться разочарованным. Далеко не каждый человек, обладающий природной предрасположенностью к тем или иным вещам, сможет развить их. Безразмерная апатия к самому себе поставит крест на всех начинаниях. В то время как человек в чем-то даже заурядный, но зато имеющий безумное упорство добьется успеха. Чтобы понять, почему одни преуспевают, нужно в первую очередь обращаться

к самому себе, оценивать себя относительно других, искать различия и делать выводы.

«Отличники» способны вдохновить и побудить к решительным действиям даже самых пассивных людей. Полагаю, что в контексте данного текста слово «отличник», постепенно теряет свое изначальное значение. «Отличнику» становится тесно в исключительно в школьной форме. Это уже не ученик, который всегда приходит на урок с безукоризненно сделанным домашним заданием, а целая категория незаурядных людей, которые деятельны по своей натуре. Задумайтесь, может и вас окружают такие люди? С кого же еще брать пример, как ни с них самих. По собственному опыту могу сказать, что такие личности очень обаятельны, с ними всегда приятно общаться. Если вы начнете окружать себя такими людьми, то вы, несомненно, чему-нибудь наберетесь от них.

Подводя итог, хотелось бы напомнить, что отличники такие же люди, как и мы с вами. Они далеко не безупречны, поэтому не стоит их идеализировать. Им тоже знакомы такие моменты, когда от одного вида учебников становится тошно, однако, заслуга их заключается в том, что они умеют подавить в себе бездельные наклонности и с неподдельным рвением закончить тяжелую задачу.

Сергей Колесов



Жить или спешить: вот в чем опрос

Пятнадцатилетняя Саша обожает шахматы, так как уверена, что они помогают логически мыслить, и не так давно получила первый — самый высокий — разряд. Десятиклассник Пётр играет в театральной студии и не раз выезжал с гастролями не только в другие города, но и за рубеж. Эти факты внушают уверенность в юном поколении, не так ли? Но, к сожалению, эти подростки — всего лишь счастливые исключения.

Согласно результатам опроса, проведённого главным образом среди старшеклассников, большинство из них тратит от восьми до десяти часов в неделю на бессмысленные видеоролики и переписки на просторах Всемирной Паутины, около трёх часов — на общение с друзьями вживую в кафе, кинотеатре или на прогулке и не больше часа — на получение дополнительных, внешкольных знаний.

Да, в последние годы всё больше людей жалуется на нехватку времени и ежедневный цейтнот. Но давайте разберёмся, не сами ли мы тому виной? Вопрос про совершение нелепых поступков вроде подсчёта звёзд, наблюдения за облаками или перепрыгивания

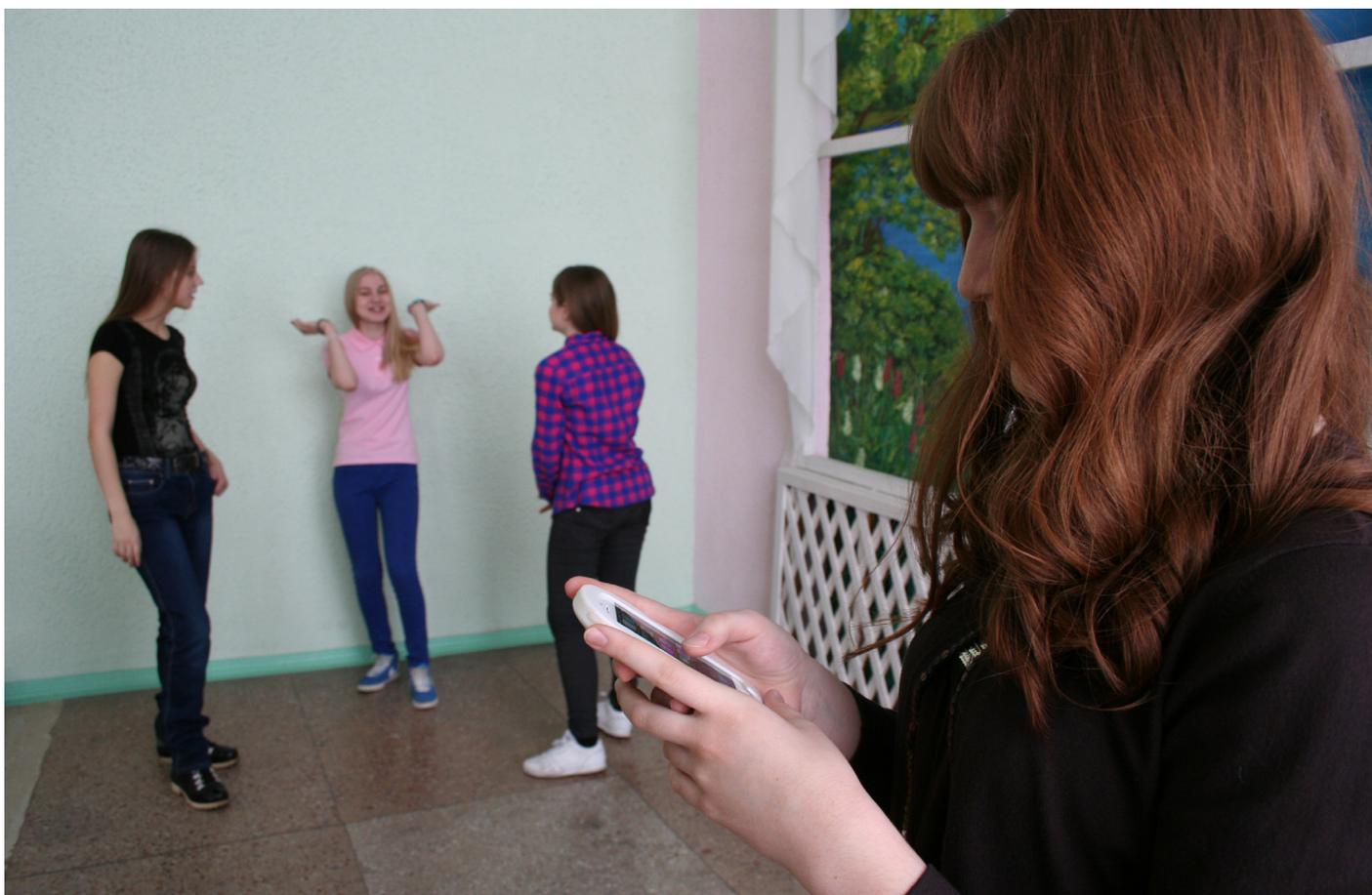
через лужи некоторые респонденты попросту проигнорировали. А зря, ведь, возможно, именно подобные милые чудачества могли бы нам замедлить бешеный темп жизни, заставив психотерапевтов искать новую работу.

Многочисленные девайсы, которые выходят из моды ещё быстрее, чем в неё попадают, казалось бы, призваны облегчить наш быт и высвободить массу времени. Но зачастую они на деле оказываются своеобразной ловушкой, пожирая больше нашего внимания, чем того заслуживают. Возвращаясь к результатам недавнего анкетирования, увы, приходится заметить, что наиболее популярной темой разговоров в дружеской компании является обсуждение

марки нового смартфона или технических характеристик недавно приобретённого компьютера. В фаворитах так же программные «глинки» и вирусы. А вот обсуждение красот родного края и классики мировой литературы безнадёжно отстают в рейтинге.

И, тем не менее, пятая часть опрошенных не стесняется признаться, что ещё не утратили способности мечтать. Ну что же, будем брать хотя бы иногда пример со странноватого меньшинства, чтобы ненадолго отвлечься от повседневной суеты. И как знать, может быть, сообщая мы сможем приостановить сумасшедший бег времени?

Вероника Шарафутдинова
Фото: Анастасия Сидорова



Довели до слез

«Роль нужно не отыгрывать, а проживать на сцене» — таков профессиональный девиз начинающих актеров театра-студии «Веселый ветер» Дворца творчества детей и молодежи. Коллектив вернулся с фестиваля детского и юношеского творчества «Традиция», который прошел с 7 по 9 ноября 2014 в Рыбинском районе Ярославской области. «Ветерки» смогли покорить жюри своим выступлением и завоевать высшие награды.



Театр-студия «Веселый ветер» уже успела приобрести популярность среди жителей родного города, зрители всегда встречают на «ура!» их постановки. Добившись успеха на городском уровне, коллектив не останавливается, он смело заявляет о себе на всероссийском. На фестиваль «Традиция» съехались команды со всей страны: Ленинградская, Ярославская, Московская, Кировская, Костромская области, г. Тамбов, Казань, Тольятти, Череповец и многие другие. Номинации были самые разнообразные: начиная с хореографических и заканчивая цирковыми. Театралы Воркуты подготовили композицию «А зори здесь тихие...», фрагмент из спектакля «По дорогам памяти», а также три сольных номера: художественное чтение стихотворения, басни, прозы (номинация «Сценическое искусство»).

Несмотря на то, что композиция «А зори здесь тихие...» в работе у коллектива уже давно, на подготовку пятнадцатиминутной

постановки ушел целый месяц кропотливой работы. Но, как известно, путь к успеху не бывает простым. Актерское мастерство — основной аспект, но без технической составляющей нельзя составить целостную картину, в этом плане фортуна обошла их стороной. На конкурсе все сыграло против актерской команды: неудобная сцена, проблемы со световым оформлением, плохая акустика. Актеры о своем выступлении высказывались достаточно сдержанно. «Наша очередь выступать подошла, когда было за полночь, мы переволновались, возможно, это повлияло на нашу игру», — делится юная актриса Софья Мишарук.

Повлияло, и только на пользу. После выступления ребят члены жюри и зрители долго аплодировали. Некоторых зрителей композиция растрогала до такой степени, что они просто не смогли сдержать слез. Так убедительно юным актерам удалось показать характеры и судьбу пяти девушек,

которые, сменив платья на гимнастерки, защищали свою Родину «...не по приказу, по совести...». Уже за кулисами к актерам подбегали восторженные зрители и высказывали слова благодарности. К счастью, мнение публики и жюри сошлось — воркутинский коллектив завоевал Гран-при фестиваля.

Среди соперников единственным серьезным был детский ярославский театр. Их инсценировка спектакля «Тук-тук! Кто там?» произвела сильное впечатление на гостей фестиваля. «Все мизансцены точно выстроены, декорации продуманы, и, самое главное, ребята замечательно работали. Мне кажется, что для таких ребят данная сказка — не совсем подходящий материал», — комментирует выступление ярославского коллектива Ольга Иванис, руководитель театра-студии «Веселый ветер».

А в номинации «Сценическое искусство» девушкам-солисткам пришлось бороться не только с достойными соперниками, но и с

собственным волнением. Дебют Кристины Петренко оказался более чем удачным - она стала лауреатом первой степени. «Рассказывала самой последней, поэтому, увидев номера других участников, чувствовала себя поспокойнее, однако ощущение тревоги все равно не покидало. В чтении со сцены важно постоянно обращаться глазами к залу, но из-за света софитов мне не удалось захватить внимание всей аудитории», — делится Кристина.

Товарищам по коллективу удалось тоже достойно выступить, итог - два лауреата второй степени. «Единственное, что хорошо запомнилось, это момент выхода на сцену. Свет бьет в глаза, ты ничего не видишь, чувствуешь себя зайцем под прицелом ружья, — признается Дарья Меньщикова. — Моя единственная проблема была связана с выбором темпа чтения. Обычно я всегда слишком спешу, из-за чего теряю в выразительности. Но, думаю, сейчас мне удалось справиться с задачей!»

Для Дарьи Купцовой эта поездка стала первой серьезной проверкой своих сил. Девушка увлекается театром с раннего возраста, но занимается этим профессионально только два года. Для нее, как ни для кого другого важен этот опыт. «Выложились на полную, но знаю, что могу и лучше. Всеми виной волнение, которое все равно не удастся полностью перебороть. Для этого нужно постоянно заниматься самовнушением. В любом случае подобного

рода выступления - это бесценный опыт», — говорит Дарья.

Безусловно, в будущем этот опыт будет играть решающую роль при поступлении в театральные вузы. Большинство из ребят серьезно задумывается о том, чтобы связать дальнейшую жизнь со сценой. Результаты выпускников прошлых лет дают все основания надеяться на личный успех. Ребята из «Веселого ветра» уже сейчас обучаются актерскому мастерству в таких городах, как Москва и Санкт-Петербург. Это значит, что, имея перед собой цель, нужно упорно к ней стремиться и тогда все осуществится.

«Ветерки» мечтают о поездке на театральный фестиваль в Санкт-Петербург и на международный фестиваль в Китай, ведь в стране восходящего солнца с большим уважением относятся к событиям второй мировой войны. Кроме того, среди наград фестиваля «Традиция» две бесплатные путевки на российский фестиваль «Живой родник» в г. Сергиев Посад в мае 2015 года.

Коллектив «Веселого ветра» успел зарекомендовать себя как достойная команда на конкурсах в Санкт-Петербурге, Великом Устюге, Ярославле. Теперь остается надеяться, что все их мечты сбудутся, а планы осуществятся. Приятно осознавать, что есть такая молодежь, которая готова прославлять свой город на всю Россию. Они - настоящая гордость нашего небольшого города!

Сергей Колесов

Мы готовы!

11 и 12 октября в спортивном зале Дворца прошли очередные соревнования по художественной гимнастике «Надежды Воркуты».

Все, кто пришел поддержать и просто полюбоваться красотой и мастерством спортсменов, остались довольны. Гимнастки в течение двух дней показывали свое мастерство: как в личном первенстве, так и в групповых упражнениях. Все они боролись за право стать лучшими и оказаться на пьедестале.

И на второй день, после подведения итогов, главный судья пожелала гимнасткам терпения и спортивного настроения, ведь впереди их ждет важное событие: 16 спартакиада народов севера России «Заполярные игры»!

Мы все надеемся, что юные спортсменки достойно представят наш заполярный город и достигнут желаемого результата! Желаем им удачи и пусть победит сильнейший!

Валерия Шаманова

Активные и здоровые

31 октября в колонном зале Дворца в рамках недели спорта прошел физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». Этот комплекс существовал в советское время и возрожден благодаря Правительству Российской Федерации.

В физкультурно-спортивном комплексе приняли участие 27 педагогов Дворца в возрасте от 18 до 69 лет. Самыми молодыми стали начинающие педагоги Омелин Александр и Смирнов Владислав, а самым «возрастным» участником в сдаче спортивных нормативов стал Худяков Юрий Викторович, показавший отличные результаты. Попробовать свои силы и физическую подготовку педагогам было предложено в 5 нормативах по выбору, в соответствии с их возрастом. Со всеми предложенными состязаниями участники отлично справились. По результатам каждому педагогу будут вручены зачетные книжки о выполнении норм ГТО.

Все участники и организаторы получили заряд бодрости, хорошего настроения и уверенности в своих силах!

Анна Захаренко



Сладкое открытие

Во Дворце творчества детей и молодёжи состоялось открытие творческого сезона отдела природы и техники. Праздник совместил в себе ярмарку десертов и кулинарный поединок, где приняли участие воспитанники Дворца и их родители. 8 команд готовили свои особенные сладости.

Настя первый год занимается в объединении Школа моды «Стиль». Сегодня на открытии она решила показать друзьям таланты в кулинарии и поделилась своим рецептом. «Приготовить шарлотку легко. Нужно взять тесто, добавить яблоки и поставить в духовку, а когда все будет готово посыпать пудрой», – рассказывает юный кулинар. Пока команды готовили десерты, самый настоящий Карлсон развлекал зал. Зрители не оставались в стороне и принимали участие в кулинарных конкурсах и сладких эстафетах. Всех присутствующих порадовали своими выступлениями танцевальные коллективы Дворца: ансамбли спортивного бального танца «Камелия» и «Астарт».

На протяжении всей развлекательной программы работал фитобар, где каждый желающий мог приобрести любые сладости на свой вкус. Заработанные в баре деньги пойдут на корм обитателей Живого уголка.

Уже второй год подряд организато-

ры проводят открытие отдела в такой нетрадиционной форме, в форме ярмарки. «Наша цель – сплочение детей и их родителей, через такие сладкие мероприятия мы привлекаем их к совместной деятельности», – рассказывает Елена Хлебнова, заведующая отделом природы и техники.

Финальное испытание для команд: презентовать свое блюдо в творческой форме. Команда «Шоколастики» своим нестандартным подходом удивила жюри и зрителей. Из конфет и плиток шоколада они приготовили макеты компьютера, машины и мотоцикла. Блюдо этой команды стало лауреатом

в номинации «Лучший дизайн». А десерт ребят из творческого объединения «Удивительный мир флоры» одержал победу в номинации «Презентация блюда». «Самым экономичным», по мнению жюри признано блюдо команды «Мармелад».

Родителям настолько понравилось мероприятие, что прощаясь, они предложили устраивать кулинарные конкурсы чаще. А значит, это был не последний сладкий праздник, и Дворец продолжит радовать своих воспитанников и родителей семейными мероприятиями.

Анастасия Сидорова



«Здоровый» рэп

4 октября в колонном зале состоялось открытие нового рэп-сезона 2014-2015г. Первая рэп-вечеринка в этом учебном году была тематическая «Хип-хоп в ритме сердца» приуроченная к «Неделе здорового сердца».

Целью данной вечеринки была пропаганда здорового образа жизни среди учащихся школ и студентов различных ВУЗов города. Перед началом рэп-вечеринки, на входе в колонный зал, воспитанники молодежного клуба «Школа лидера» провели анкетирование, которое помогло выявить знания школьников и студентов о том, что положительно, а что отрицательно влияет на наше сердце.

В результате, примерно 62% опрошенных, хорошо заботятся о своем здоровье и стараются не навредить сердцу. Ну, а ведущие рэп-вечеринки, давали советы, как можно избавиться от вредных при-

вычек, а также рассказывали об интересных фактах, которые связаны с сердцем и сердечно-сосудистой системой человека.

Рэп исполнители, воспитанники и выпускники молодежного клуба «Respect RAP», в свою очередь, читали рэп и активно призывали отказаться от пагубного образа жизни и направить всю внутреннюю энергию на созидание и творчество.

Изюминкой вечеринки стали воспитанники школы «Брейк-данса», которые выразили свой «танцевальный протест» вредным привычкам, здесь же впервые показали свое мастерство и ребята младшей группы Школы брейк-данса. Всего на открытии рэп-сезона в Воркуте присутствовало более 300 человек, которые остались довольны атмосферой «здоровья», царящей в зале, а также представленным творчеством воспитанников Дворца.

Владимир Легошин



Отметили лучших

Поощрения и похвала — неотъемлемая часть воспитания. Ребенку важно ощущать, что его успехи имеют большое значение не только для него самого, но и для окружающих его людей. В Управлении образования Воркуты это прекрасно понимают, поэтому уже пятый год подряд во Дворце творчества детей и молодежи проходит городской Слет отличников, победителей интеллектуальных конкурсов, соревнований и олимпиад.



За пять лет награды получили более 1500 тысяч одаренных детей Воркуты, и каждый год их становится больше. Началось мероприятие традиционно с торжественного парада отличников. Затем, руководитель администрации города Евгений Шумейко вручил грамоты тем, кто достиг лучших результатов в образовательной, творческой и спортивной деятельности. Эти ребята были удостоены стипендии Правительства Республики Коми. Приветствуя лучших учеников города, Евгений Александрович выразил благодарность учителям за их нелегкий труд и родителям, воспитавшим юные дарования, гордость нашего города, и, возможно, целой страны в будущем. Также от имени Главы республики Вячеслава Гайзера и Президента Союза городов Заполярья и крайнего севера России Игоря Шпектора поздравил всех участников Слета и пожелал им успехов в дальнейшей учебе.

Следующими на сцену вышли

стипендиаты руководителя администрации и Главы МО ГО «Воркута», чьи высокие достижения в различных видах деятельности не могли быть не замечены. «Подобные мероприятия, вручение наград очень мотивирует к продолжению деятельности, побуждает к достижению лучших результатов. Очень приятно осознавать, что ты — гордость всего города», — делится стипендиат руководителя администрации Полина Пивнева. Глава городского округа Валентин Сопов отметил, что талантливых детей в Воркуте много, но на этот праздник были приглашены лучшие из лучших.

«Ничто так многократно не улучшает качество жизни, как полученное образование», — этими словами заместитель начальника управления образования Лариса Компанец подчеркнула значимую роль, которую выполняют образовательные организации, а затем вручила грамоты победителям олимпиады среди

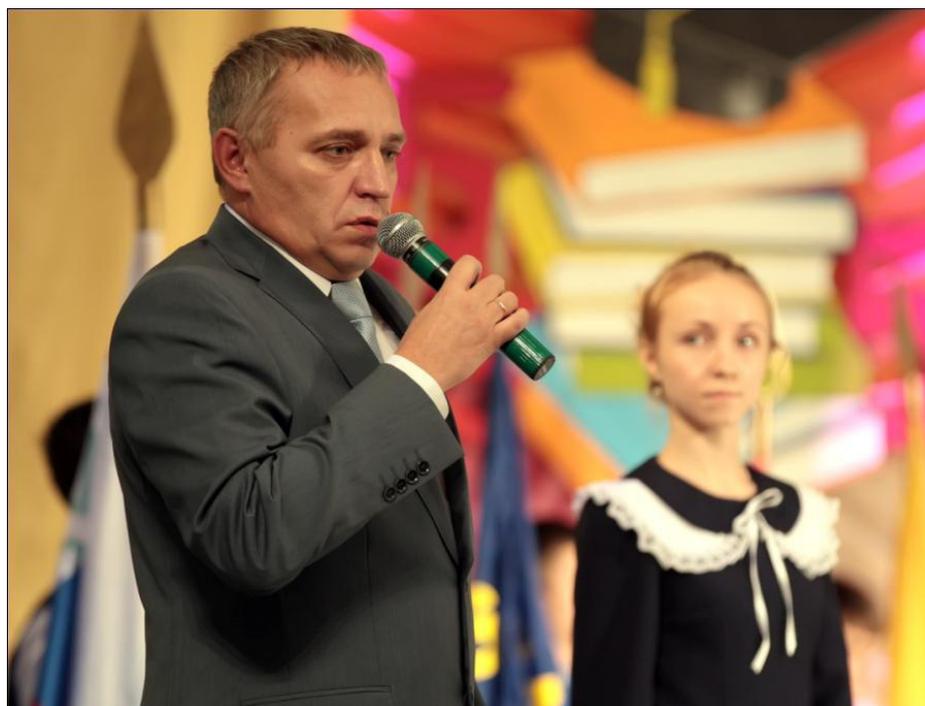
младших школьников.

Начальник управления образования города Валентина Шукюрова вручила заслуженные грамоты победителям и призерам республиканского тура Всероссийской олимпиады, отметив, что эта победа — только начало жизненного пути, и в дальнейшем их ждут еще большие достижения.

Во время мероприятия с показательными номерами выступали творческие и спортивные коллективы города, а представители городского Совета школьников поздравили присутствующих и от лица всех учащихся пообещали всегда стремиться к лучшим результатам.

Быть участником городского слета отличников — честь для юных воркутинцев, в этот день собираются вместе лучшие из лучших, дети, достойные звания одаренных. Этот слет в очередной раз доказал, что Воркуте есть чем гордиться.

Анастасия Хмельницкая



«Печально я гляжу на ваше сочинение...»

Литературные дебаты стали частью цикла мероприятий, которые проводились в рамках Лермонтовской недели. Эта форма ведения диалога стала приоритетной, потому что она динамична: в споре участвуют, как и выступающие, так и слушатели. Предметом спора была тема: «Одиночество — это вольный выбор каждого?». Одна команда утверждала, что так оно и есть, что человек сам делает осознанный выбор. Их оппоненты настаивали на том, что общество и случайные обстоятельства не оставляют человеку право решать быть ли ему предоставленным самому себе. Литературный аспект состоял в том, что аргументы не должны были ограничиваться собственными рассуждениями, основанными на личном опыте. Высоко оценивалось использование примеров их творчества и личной жизни М.Ю. Лермонтова. Имело значение то, как интерпретируется одно и то же произведение, потому что разный угол обзора позволял брать его за основу как для одной, так и для другой стороны. Команды по четыре человека, как никогда были внимательны и сосредоточены: одно неверно сказанное слово могло дать повод соперникам, для того чтобы закидать их самыми каверзными вопросами.

Составы команд были разноуровневые: участвовали ученики девятых, десятых, одиннадцатых классов. Несмотря на разные образовательные профили учеников: физико-математический, гуманитарный, химико-биологический — каждый внес свой собственный вклад в подготовку к дебатам. Рациональный и структурированный подход гармонично со-

четался вольным, хаотичным способом мышления. Однако «дебаты» не совсем точное слово, определяющее тип и своеобразие этого события. Они уникальны в своем роде, так как заимствуя лучшие черты из других интеллектуальных состязаний, они формирует новый подход к ведению спора. Особенности организации и проведения поделилась преподаватель русского языка и литературы, а также главный инициатор литературных дебатов, учитель русского языка и литературы Людмила Анатольевна Леншмидт: «Главное отличие от классического образца дебатов — это цель, с которыми они проводятся. На первый план выходит не отстаивание определенной позиции с последующей победой, а знакомство с альтернативными точками зрения. Они познавательны, так как литературный характер предполагает значительную смысловую нагрузку. Каждая команда заранее готовила вступительную речь, в которой они приводили доводы в свою пользу. Итоговое слово составлялось уже в реальном времени совместными усилиями. После выступления одной стороны, соперники начинали задавать вопросы».

Некоторые из этих вопросов выливались в настоящие мини-войны между участниками. Каждый новый ответ порождал все новые и новые витки вопросов. Дискутирующая пара на время отходила от основной темы и все глубже проникала в сущность отдельных моментов. Расслабиться не позволяли и зрители. Они спрашивали и уточняли то, что осталось им непонятым. Азарт и небольшая фанатичность участников

стали лучшим показателем вовлеченности в происходящее. Однако личные противостояния не мешали выполнять общую миссию.

Все это делалось, в первую очередь, для выпускных классов, которым в этом году предстоит пройти многочисленные испытания, связанными с экзаменами. Были собраны все «лицейские силы», чтобы помочь подготовиться к «пробнику». «Этим людям совсем скоро предстоит писать выпускное сочинение в форме эссе. Одним из заявленных направлений является лермонтовское. В соответствии с этим, когда слушатели активны, их восприятие значительно обостреннее, чем на простом уроке. Живое размышление позволяет пощипнуть для себя намного больше свежих мыслей. У непосредственных участников дебатов развивается умение дискутировать, умение доказывать свою точку зрения, что опять же необходимо при написании итогового сочинения. Эти дебаты стали промежуточным итогом всей учебы», — рассказывает Людмила Анатольевна. Итоги пробника красноречиво говорят о том, полезна ли оказались дебаты: практически все получили заветный зачет.

Сочинение-эссе является очередным нововведением руководителями системы образования. Оно не столько литературное, сколько метапредметное, то есть показывающая степень осведомленности во всех областях знаний. Эта форма аттестации отличается от того, с чем имели дело выпускники последние десять лет. Учителя с большим трудовым стажем отмечают, что тестовая система в совокупности с другими обстоятельствами привели к тому, что дети разучились мыслить, разучились грамотно оформлять свою речь, поэтому они попросту не готовы к такому экзамену.

Умение размышлять и говорить должно быть постоянным. Для этого нужно необходимо ориентироваться не только в русском языке и литературе. Человек, получающий аттестат о среднем образовании, должен иметь представление о всех предметах школьного курса. Развиваясь всесторонне, мы получаем не только конкретные знания по определенным областям, мы учимся переключать свой мозг на разные волны восприятия. Именно ширину своего кругозора необходимо показать выпускникам, чтобы быть допущенными к экзаменам. Если школа чему-то и должна учить, то не обрывочным группами фактам, а бесценному умению мыслить.

Сергей Колесов



Здоровое сердце

Согласно данным медицинской статистики, ежегодно в России около 1300000 человек умирают от заболеваний сердечно-сосудистой системы, и каждый год эта цифра только увеличивается.



10 октября в фойе первого этажа Дворца творчества детей и молодежи прошла акция «Здоровое сердце». Акция прошла при поддержке волонтеров Воркутинского медицинского колледжа «Милосердие», а также с привлечением фельдшера скорой помощи Ольги Григоренко. Любой желающий мог измерить свое артериальное давление и получить консультацию от будущих медицинских братьев и сестер.

«Данную акцию мы проводим не в первый раз, — говорит Ярослав Рудаков, руководитель волонтерского движения медколледжа, — это мероприятие направлено на привлечение внимания людей разного возраста к проблеме заболеваний сердечно-сосудистой системы, а также бережного отношения к своему здоровью. И, кстати, это неплохая практика для студентов».

Вроде бы должно быть так: заинтересовался акцией, подошел, проверил давление, проконсультировался, если нормальное давление можно смело идти дальше по своим делам, если повышенное или пониженное тут уже стоит обратиться на это внимание и сделать определенные выводы. Но на практике получилось все наоборот. Желающих измерить свое давление оказалось не много, как не приглашали волонтеры людей, в ответ они слышали тысячи различных «отговорок», начиная от обычного игнорирования, заканчивая фразой «мне некогда» и

продолжали дальше сидеть на лавочке, делая вид, что якобы очень заняты важным делом. Некогда задуматься о своем здоровье и его проверить? Притом, что идти куда-то не надо, платить тоже. А ведь, согласно данным Всемирной организации здравоохранения к 2030 году около 23,3 миллионов человек умрет от сердечно-сосудистых заболеваний, главным образом, от болезней сердца и инсульта, которые, по прогнозам, останутся единственными основными причинами смерти.

Хочется отметить, что не все люди отказывались от измерения давления, было очень большое количество людей, которые говорили «я ежедневно измеряю давление». Это еще раз доказывает, что данная проблема актуальна, особенно в условиях Крайнего Севера.

Люди могут снизить риск развития у них сердечно-сосудистых заболеваний, занимаясь регулярными физическими упражнениями, воздерживаясь от употребления табака и избегая пассивного курения, придерживаясь правильного питания, богатого фруктами и овощами, и избегая пищи с большим количеством жиров, сахара и соли, а также поддерживая нормальный вес тела и избегая вредного употребления алкоголя. Согласитесь, это обычные правила, которые по силам практически любому человеку. Здоровое сердце в Ваших руках!

На мировой арене

С 5 по 7 декабря в Минске проходил Открытый Кубок СНГ «Кубок Мира» по тхэквондо ИТФ. За призовые места боролись 1250 участников. Помимо спортсменов из России и Белоруссии, были участники из Туркменистана, Латвии, Эстонии, Финляндии, Таджикистана, Узбекистана, Украины, Кыргызстана, Молдовы, Армении.

Сборную Республику Коми представляли 20 тхэквондистов из Воркуты, Усинска, Сосногорска, Ухты и Сыктывкара. Наш город на соревнованиях представляли юные тхэквондисты Дворца творчества детей и молодежи. Соревнования проходили в разных возрастных группах, спортсмены были поделены на уровни подготовленности, что позволило проявить себя и набрать международный опыт.

По словам тренера воркутинской сборной Софьи Тарьяновой, медали удалось завоевать двум нашим спортсменам. Воркутинка Арина Загоровская — победительница спарринга в весе до 55 кг, Роман Гарафутдинов занял второе место в туле.

Софья Тарьянова



Выразили мнение

25 октября в рамках республиканского социального марафона «Ладошка добра» в фойе Дворца творчества детей и молодежи прошла акция «Мы против террора». Воспитанники клуба «Школа лидера» разработали форму проведения акции и все этапы ее реализации.

Целью данной акции была профилактика терроризма и экстремизма. В течение часа ребята агитировали подростков и родителей, призывая их серьезно отнестись к проблеме собственной безопасности, а также к проблеме терроризма в мире. Организаторы акции проводили социальный опрос и пытались выяснить у горожан и гостей города, знают ли они, как нужно вести себя, если, например, окажутся в заложниках у террористов или что делать при уже свершившемся террористическом акте.

И если кто-то из опрашиваемых людей терялся и не знал что ответить, или называл неверный ответ, ребята тут же давали советы и дополняли ответы. После опроса всех приглашали выразить свой протест терроризму или оставить лозунг «за мир» на воздушном шарике.

Также, каждый, кто принял участие в акции против террора, получали памятку, в которой были отображены телефонные номера всех специальных служб быстрого реагирования (Скорая медицинская помощь, полиция, МЧС, ФСБ). По мнению участников и организаторов акции и в связи с нестабильной политической ситуацией в мире, подобного рода мероприятия стоит проводить чаще.

Владимир Легошин



Как важно,

«Почему слет СМИ, волонтеров, патриотов и лидеров объединили вместе? А потому, что мы — единая сила», — с таких слов начал свое выступление Василий Андреев, организатор Межрегионального фестиваля детских общественных объединений «Мы вместе». Форум прошел с 31 октября по 4 ноября в Сыктывкаре. Делегатами от нашего города стали юноши и девушки из клуба начинающих журналистов «Полярная сова» Дворца творчества детей и молодежи.



Более двухсот юных волонтеров, журналистов и лидеров молодежного движения собрались в центре культурных инициатив «Югор», чтобы заявить о своей гражданской позиции, поделиться опытом работы и воплотить в жизнь свои идеи и проекты.

Открытие фестиваля началось с торжественной линейки. Под бурные аплодисменты ветераны афганской войны и ветеран Великой Отечественной Войны внесли и передали знамя Победы ребятам из почетного караула. Тем самым был дан старт эстафете «Знамя Победы». С напутственным словом выступил председатель Сыктывкарского Совета ветеранов Владимир Тихонович Пыстин: «Задача молодого поколения — сохранить

традиции, приумножить их, а традиции — это, прежде всего любовь: к маме, профессии, учебе и наша главная задача — никогда не отчаиваться».

У участников фестиваля повода для отчаяния не было, ведь они действуют, словно слаженный механизм. Патриоты выстраивают идеологию, журналисты освещают деятельность организаций, лидеры представляют республику Коми в различных конкурсах и фестивалях, а благодаря волонтерам мы можем гордиться их добрыми делами. В течение всего года «слаженный механизм» должен осуществить несколько важных дел. Они связаны со знаменательными датами: 70-летием Победы в Великой Отечественной Войне и 25-летием «СПО-ФДО». В течение трех

что мы собрались вместе!

дней участники представляли проекты и презентации, посвященные этим событиям.

Виктория Щирская занимается журналистикой всего несколько месяцев, но уже сумела проявить себя как активный участник команды. Ее проект под названием «Сохраним память в наших сердцах» вызвал бурные обсуждения в зале. «Я решила предложить проект по созданию серии социальных плакатов на тему «Патриотическое воспитание молодежи на примере подвига советского народа в ВОВ», — рассказывает Виктория.

В программу фестиваля также входили мастер-классы, экскурсии, акции. В первый день слета для тележурналистов и участников, которым интересно узнать, как строится работа на телевидении, корреспондент телеканала «Юрган» Елена Красильникова провела мастер-класс по основным принципам создания телевизионного репортажа. Она делилась ценными советами составления информационного текста. Для освещения работы всего фестиваля была выбрана команда пресс-центра, куда вошли и начжурсы «Полярной совы». «Работа редакции была хорошо организована, — делится Анастасия Сидорова, редактор газеты «Мы» и член клуба «Полярная сова», — пришлось потратить немало сил и провести почти бессонную ночь, чтобы закончить



газету. Но результатом остались довольны все!». Юные журналисты, как со стажем, так и совсем новички, подготовили выпуск газеты, полностью посвященный фестивалю.

Первый день завершился «Вечером военной песни», где каждая команда представляла инсценированную композицию военных лет. Участники подошли к этому заданию очень творчески: военная форма, искренняя игра ребят, хороший вокал и декорации позволили всем присутствующим окунуться в атмосферу тех лет. Гостем этой встречи стал ветеран афганской войны Вячеслав Немиров, который исполнил песни собственного сочинения. Его выступления вызвали слезы и искренние улыбки, и уже под конец вечера ребята хором подпевали Вячеславу Ивановичу.

Второй день подготовил ребятам 20 мастер-классов, которые проводили сами участники и их

руководители. Ребята осваивали азы актерского мастерства, учились рисовать комиксы, плести фенечки, пробовали себя в роли оратора, корреспондента. А члены воркутинской делегации «Полярная сова» дали мастер-класс, где рассказывали об ошибках начинающего оператора и вариантах их решения.

Специальным гостем из Москвы была Ирина Журавская, доцент кафедры журналистики МГГУ им. М.А. Шолохова, которая провела для ребят мастер-класс по печатной журналистике. «Я получила необходимые мне рекомендации и советы по созданию собственной газеты, а также, я узнала, как написать статью буквально за один час», — прокомментировала мастер-класс юная журналистка из «Полярной совы» Арина Чебыкина.

На третий день были подведены итоги конкурсов «Свой голос в СМИ», «Starteenager» и фестиваля в целом. Воркутинцы собрали урожай наград: второе место в номинации «Печатная журналистика», 2 диплома победителей в номинации «Информационный репортаж», дипломы за проведение мастер-класса, награды за участие в пресс-центре фестиваля и индивидуальные призы.

Фестиваль прошел плодотворно, многие идеи найдут воплощение в реальных делах на республиканском и всероссийском уровне. В течение трех дней ребята очень сдружились друг с другом и расставались в слезах, надеясь увидеться вновь. А такая возможность у них будет: следующий фестиваль детских общественных объединений не заставит себя ждать!

Мария Мостуненко



Каникулы в «Гренаде»

Со 02 по 08 ноября в детском оздоровительно-образовательном центре «Гренада» города Сыктывкара проходил Республиканский слет участников лагерей труда и отдыха, молодежных трудовых бригад и детского общественного движения. Наш город представляла трудовая бригада Дворца творчества детей и молодежи.

В слете приняло участие около 170 человек из 19 муниципалитетов Республики Коми: подростки и молодежь в возрасте 14-17 лет, активные участники лагерей труда и отдыха, отобранные по итогам их работы и проведения слетов на муниципальном уровне в 2014 году. А также активисты детского общественного движения городов и районов Республики Коми, лидеры и активисты школьных органов самоуправления.

Несмотря на прохладную погоду в столице Республики, у ребят не было времени мерзнуть, так как они постоянно находились в движении и принимали участие во всех мероприятиях. «Мы сюда приехали не отдыхать, а показать всей Республике, что воркутинские дети активные, веселые и дружелюбные», — рассказы-

вает капитан команды Воркуты Дарья Белоглазова. И, действительно, за 7 дней ребята успели многое: принимали участие в всевозможных практикумах, деловых играх, социально-психологических тренингах, веревочных курсах, мастер-классах, а также посетили главное промышленное предприятие города «Сыктывкарский фанерный завод».

«За эту неделю мы очень сильно подружись с ребятами из других городов и районов, — поделилась своими впечатлениями Мария Матвеева, представитель команды из Воркуты, — уверена, что нашу дружбу мы будем поддерживать и в дальнейшем, благодаря социальным сетям. Спасибо «Гренаде» за море положительных эмоций».

Церемония награждения прошла в финно-угорском этнопарке

селе Ыб. По итогам летней работы были вручены переходящие Кубки Главы республики Коми за лучшую организацию летней трудовой подростковой кампании в номинациях «Город» и «Село». Так, в номинации «Город», лучшей стала делегация из Ухты, кубок которой вручил первый заместитель министра образования Республики Коми Дмитрий Беляев. В номинации «Село» из рук Сергея Козлова, начальника управления Республики Коми по занятости населения кубок получил Усть-Вымский район.

Ребята полны сил и инициативы работать следующим летом активней, и привезти Кубок Главы в нашу северную столицу. Пожелаем им такого же упорства и удачи в этом учебном году.

Дмитрий Махов



Наши пловцы вновь взошли на пьедестал

Ежегодное первенство республики Коми по плаванию среди инвалидов прошло 31 октября в Сыктывкаре. В нем приняли участие 7 городов и районов республики Коми, около 90 человек. Наш город представляли 6 спортсменов Дворца творчества детей и молодежи.

Подготовка к соревнованиям началась еще в прошлом сезоне. Ребята готовились даже летом, усердно тренировались, занимаясь с родителями, делали домашнее задание (физические упражнения). «Этих детей нужно заранее морально готовить», — комментирует Татьяна Коровина, тренер по плаванию, — у четверых из шести участвующих детей нарушение интеллекта, и с ними надо работать по особой методике».

Подготовленные как морально, так и физически, ребята показали блестящий результат. Небольшой неожиданностью стало для пловцов лишь то, какого размера был бассейн. «Ребята были настроены на работу, но когда увидели большой бассейн, немного растерялись, т.к. он в 4 раза больше нашего», — пояснила Татьяна Ивановна. Но это не стало преградой для спортсменов. Ольга Бочкарева, мастер спорта по плаванию, заняла I

место на дистанции 50 метров баттерфляем. Максим Кожевников занял I место на дистанции 100 метров, вольным стилем. II место на дистанции 50 метров заняла Анастасия Майорова, проплыв дистанцию на спине, III место в этой номинации занял Демид Уляшев. Никита Лагошин и Сергей Рахматуллин получили II место на дистанции 50 метров вольным стилем. Ребята не только участвовали в индивидуальном первенстве, но и плыли эстафету в вольном стиле. В ко-

мандном заплыве участвовали Ольга Бочкарева, Максим Кожевников, Анастасия Майорова и Никита Лагошин. В этой эстафете наши спортсмены завоевали серебряные медали.

Родители спортсменов и сами чемпионы очень радовались своей победе. «Они могли, как пообщаться друг с другом, так и поработать в команде, это для них хорошая практика взаимодействия, а также подготовки к самостоятельной жизни», — резюмирует тренер.

Мария Мостуенко



Командное серебро

19 октября прошел Открытый Чемпионат и Первенство города Сыктывкара по тхэквондо ИТФ. Защищать честь города и Дворца отправилась команда из 14 юных спортсменов во главе с педагогом Дворца Софьей Тарьяновой.

В соревнованиях приняли участие не только спортсмены из Республики Коми, но и из города Северодвинска. Этот чемпионат — начало спортивного сезона, когда ребята только набирают форму. Программа соревнований включала в себя личный туль и спарринг, а также командный туль и командный спарринг. Спортсмены Дворца творчества

детей и молодежи завоевали 6 золотых, 7 серебряных и 9 бронзовых наград. В общекомандном же медальном зачете первое место у команды города Сыктывкара, второе — команда города Воркуты и третье место у команды города Ухты. В соревнованиях приняло участие большое количество спортсменов из разных клубов, что позволило повысить конку-

ренцию среди тхэквондистов.

По словам главного судьи соревнований и тренера сборной Воркуты Софьи Тарьяновой турнир прошел на высоком уровне. Организаторы надеются, что участие иногородних спортсменов станет доброй традицией, а география турнира будет расширяться.

Софья Тарьянова

Почему не любят ябед?

Их называют по-разному: стукач, доноситель, наушник, фискал, но ябеда это, пожалуй, самое безобидное из всех прозвищ. Это слово невольно отсылает нас в детство, заставляет с улыбкой вспомнить наши самые первые незначительные оплошности. Со снисходительностью взглянуть на свое ребяческое отражение, и лишь посмеяться над тем, как болезненно мы реагировали на недовольство старших.

С позиции взрослого человека кажется вполне естественным, что за каждый поступок, который так или иначе нарушает порядок, идет наказание. Мы с вами давно привыкли к такому ходу вещей, поэтому нет ощущения резкого диссонанса от нашего внутреннего «я». Однако ребенок лишен пока что взвешенного взгляда на вещи. Для него еще не существует всех нравственных категорий, которыми он руководствовался бы в своем поведении. Все это приходит со временем. Нам учат быть ответственными, и быть готовыми к последствиям своих действий.

Именно на пороге этого важно для любого человека открытия возникает ябеда. Кажется, что он только и ждет подходящего момента, чтобы бесцеремонно вмешаться в дела оплошавшего. Совсем ненужный посредник вызывает вполне естественную неприязнь у провинившегося.

Человек по природе своей существо свободолюбивое и с большой неохотой переживает какой-либо контроль над собой. У людей складываются очень непростые отношения со всеми, кто имеет власть над ними. Каждый со своей стороны смотрит на друг друга недоверчиво, однако эта мнительность никогда не выходит за определенные границы. Нам удается мирно сосуществовать, довольствуясь формальными отношениями. Ябеда, не относясь ни к одной стороне, нагло в них влезает. Всякий человек дорожит правом разбираться с проблемами самостоятельно, и только он может устанавливать связь с противоположной стороной. «Третий лишний» несправедливо лишает его этого

права, делая за него все решения. Он частично нарушает священную свободу человека делать самостоятельно ошибки. В любом обществе таких людей недолюбливают, в них трудно быть уверенным.

Все бы было хорошо, если ябеды существовали исключительно в наших воспоминаниях о детстве, однако кто доносил с ранних лет, тот продолжает делать это в течение всей жизни. Это явление распространено повсеместно. В любой среде, коллективе, сообществе найдутся люди, которые не ценят права других, чье тщеславие не позволяет остаться в стороне и не вмешаться в чужие дела. Конечно, в таких случаях слово «ябеда» уже не совсем уместно, однако суть передает. Для ябеды не имеет значения, что это за человек, и как он оказался в этой ситуации. Масштаб ябедничества сильно варьируется: исход может быть, как пустяковым, так и вполне серьезным.

В итоге оказывается, что за по-

вседневным понятием скрывается достаточно важный вопрос, требующий детального разбора. Отвечая на один вопрос, сразу возникают новые, не менее животрепещущие: как правильно реагировать на ябед, и как с ними бороться. На данный момент придется оставить их без внимания, ведь тезис статьи был несколько иной. Постараемся подвести итог. Ябеды - это нежеланные третьи лица во взаимоотношениях людей, навязчивые свидетели, которые сопутствуют нам в течение всей жизни. Относиться к ним нужно с большой осторожностью. Правильно выбирайте слова, ведь никогда не известно, каким образом они могут интерпретировать их. Всегда стоит быть начеку и не поддаваться на их провокации. Не лишним было бы вспомнить собственные поступки: не случилось ли и вам вмешиваться в дела незнакомых людей.

Сергей Колесов

Фото: Анастасия Хмельницкая



Главный редактор: Ирина Маратканова
Дизайн и верстка: Анастасия Сидорова

Над номером работали: Арина Чебыкина, Анастасия Сидорова, Анна Захаренко, Софья Тарьянова, Софья Серкова, Елена Хлебнова, Елена Барыш, Кристина Вострухина, Вероника Шарафутдинова, Анастасия Гасс, Мария Мостуненко, Нина Гафнер, Полина Кривенчук, Полина Касаткина, Ольга Жилионис.

Адрес редакции:
169900, Республика Коми, г. Воркута, ул. Ленина, 47.
Телефон для справок: (82151) 3-68-03.
vorukuta_dtdm@mail.ru
Тираж № 15 – 100 экз. Дата выпуска 30.09.2014 г.
Распространяется **БЕСПЛАТНО**

МЫ

Перепечатка материалов и использование их в любой форме, в т.ч. в электронных СМИ без письменного разрешения не допускается. Торговая марка и торговое имя «МЫ» являются исключительной собственностью МОУДОД «Дворец творчества детей и молодежи» г. Воркуты.