



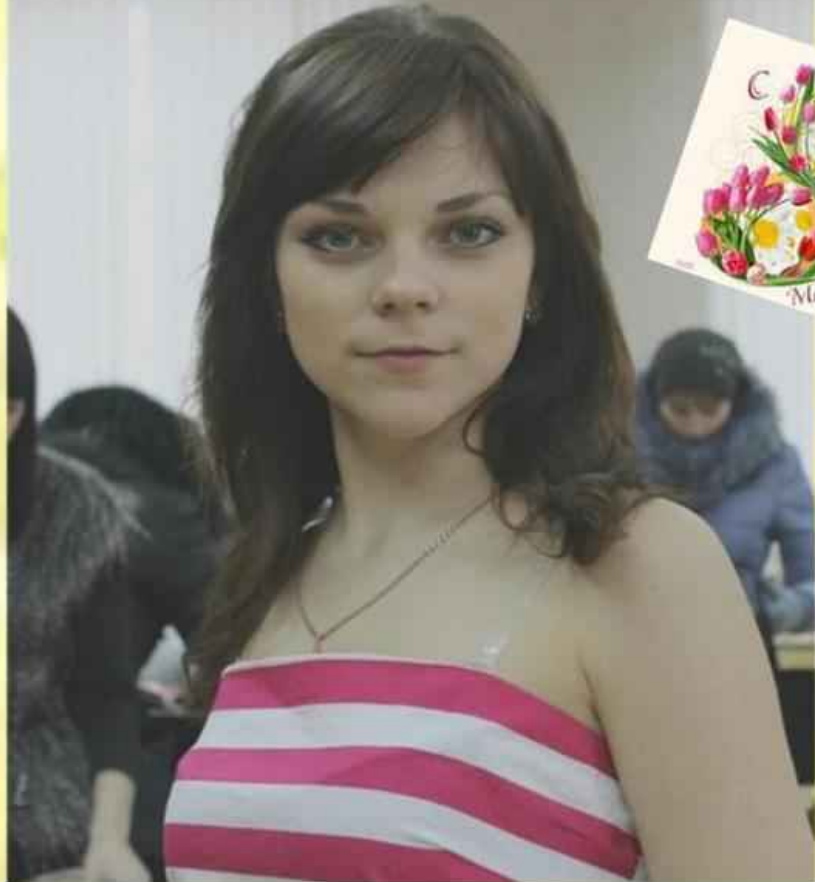
Студенческий Вестник

Студенческий Вестник

МАРТ 2013 года

Выпуск №17

С Международным женским днем!



ВЕСНА! ВЕСНА!
ВЕСНА!

- ВНИМАНИЕ :**
ТЕМА НОМЕРА
 > Весна! Весна!
 Весна!
 > Нашла свой путь
 Стр.1
 > Международный женский день
 Поздравление
 директора
 Стр. 2
 > Фотогалерея
 Стр. 3
 > «Советы психолога»
 Стр. 4

**В ЭТОМ
 ВЫПУСКЕ :**

- На неделе:** 2
 История праздника
Интервью: 2
 Золотая молодежь

- Фотогалерея:** 3
 Найди себя и
 своих подруг

- Весенние приме-
 ты:** 4
 Настала весна

- Советы психоло-
 га:** 4
 Как бороться с
 весенней депрес-
 сией

Активистка, отличница, лауреат вокальных конкурсов в составе музыкальной-группы «Параллель», да и просто красивая девушка—это все она Лазарева Анастасия, студентка четвертого курса гр. X-IV-8.

Студенчество—один из самых ярких периодов в жизни, который представляет возможность реализовать себя, который пригодится не только в повседневной жизни, но и в будущей профессии, считает Настя. Обучаясь в сатинской школе, кроме отличной учёбы, увлекалась спортом, активно занималась общественной деятельностью. «Мне всегда нравилось и продолжает нравиться выступать перед публикой, я с радостью принимаю участие в различных культурно-массовых мероприятиях. Я никогда не жалею, что приняла когда-то важное решение определив свое будущее, выбрала Котовский индустриальный техникум. Высокий уровень профессионализма преподавателей, доброжелательная психологическая атмосфера в техникуме создают не только условия для получения качественных знаний, но и для развития личности.» В течение всего периода обучения в техникуме, Настя участница вокальной студии. В составе группы «Параллель» участвовала в областных конкурсах: «Студенческая весна», «Зигзаг удачи», патриотических фестивалях.

Анастасия - выпускница. Сейчас она проходит производственно-технологическую практику на Тамбовском пороховом заводе. Лазаревой Анастасии присвоен 4-й разряд по профессии «аппаратчица». Ей нравится чувствовать себя нужной в трудовом коллективе, применять на практике теоретические знания, полученные в техникуме.



Дорогие женщины! Милые девушки!

С огромным удовольствием выполняю порученную мне мужской половиной нашего коллектива миссию – поздравляю вас с Международным женским днем, с праздником весны, красоты и нежности! Хочу признаться, мы любим вас, мы гордимся вами! Многие самые лучшие, самые высокие достижения КИТа связаны с вашими именами. Именно женщины и девушки создают особый микроклимат нашего техникума, формируют атмосферу доброжелательности и взаимоуважения, которой славен наш техникум. А мы, мужчины, со своей стороны всегда будем стараться делать так, чтобы вам было рядом с нами комфортно работать и учиться.

Будьте здоровы и счастливы, пусть исполнятся все ваши самые заветные мечты, пусть вашими талантами и дальше прирастает слава нашего техникума.

Директор ТОГ БОУ СПО КИТ
Кочетков А.В.



История праздника

Возник этот праздник как день борьбы за права женщин. 8 марта 1857 года в Нью-Йорке собрались на манифестацию работницы швейных и обувных фабрик. Они требовали 10-часовой рабочей день, светлые и сухие рабочие помещения, равную с мужчинами заработную плату. Работали в то время женщины по 16 часов в сутки, получая за свой труд гроши. Мужчинам после решительных выступлений удалось добиться введения 10 часового рабочего дня. На многих предприятиях в США возникли профсоюзные организации. И вот после 8 марта 1857 года образовался еще один – впервые его членами стали женщины. В этот день во многих городах Нью-Йорка сотни женщин вышли на демонстрацию, требуя представления им избирательного права.

Как празднуют

8 марта в разных странах

В Германии нет женского дня. У них есть день матери. В этот день поздравления получают только женщины-матери.

Франция, где роль коммунистов достаточно высока, празднует 8 марта только в семьях коммунистов и социалистов.

Италия. Здесь праздник исключительно женский. Женщины собираются на девичники, весело празднуют, но мужчин не допускают на свои вечеринки. Исключительно женщины, а мужчины стоят вдоль дорог и только облизываются, заглядывая в окна ресторанов и кафе. Они оторвутся на следующий день.

Болгария также отличается только поздравлениями между женщинами. Мужчины скромно молчат, стоя в стороне.

Вьетнам задолго готовится к празднику. У них культ сестер революционерок Чынг. Поэтому празднование совмещается с празднованием освобождения и революции. Женщины в большом почете, им дарят много разных подарков, поздравлений. Правительство в этот день стремится наградить достойных государственных наградами.

Армения. Здесь женский праздник начинается 8 марта и длится до 7 апреля. Им мало одного дня.

В Туркменинии даты смещены. Женский праздник приходится на 21-22 марта. Его совмещают с Наврузом. Поэтому праздник называется: «Праздник женщин и весны». Где бы вы не проживали, какие бы традиции не были в разных странах,

**ДОРОГИЕ ЖЕНЩИНЫ,
мы поздравляем вас!**

ЗОЛОТАЯ МОЛОДЕЖЬ

Повышенная стипендия – самый лучший стимул для отличной учебы. Но даже это не мотивирует студентов учиться на пять. Конечно, встречаются круглые отличники, но их, увы, мало. «Ученье – свет, а не ученье – тьма!» – этому совету сейчас придерживается 1/4 студентов техникума. Те, кому удается за свои знания получать хорошие отметки.

Как известно, в первые годы обучения изучаются общие образовательные предметы. Для всех студентов они совпадают, даже если они учатся на разных специальностях. На третьем и четвертом курсах преподаются уже спецпредметы. Обратимся к цифрам.

Итак, вдумайтесь: в целом по техникуму на 130 первокурсников приходится только два отличника. На втором курсе один отличник на двенадцать студентов. На третьем курсе на отлично учится каждый четырнадцатый студент. На четвертом курсе уже один отличник на девять студентов.

Перейдем от общего к частному. Больше всего отличников учатся по специальности «Программное обеспечение вычислительной техники и автоматизированных систем» - 13% отличников и на старших курсах специальности «Технология производства и переработки пластических масс и эластомеров» - 11%. На младших курсах «Экономика и бух учет» на повышенную стипендию учится всего 9% студентов.

Мы поговорили с некоторыми из героев, которые учатся на «отлично».

1. Как тебе учиться в техникуме?
2. Устаешь ли на занятиях?
3. Есть ли у тебя хобби? Работа? По-счастью ли ты какие-либо секции или кружки?
4. Не мешает ли это учебе?

Юля Красильникова, Бух-II-7

1. Учиться в техникуме мне очень нравится! Мне интересно учиться по моей специальности.

2. Я иногда устаю на последних парах.
3. Люблю кататься на коньках. Занимаюсь в вокальной студии.
4. Нет, я стараюсь совмещать все – и учебу, и мои увлечения.



Полина Родионова, П-III-2

1. Нравятся абсолютно все предметы, а когда нравится, не сложно учиться.
2. Да нет. На занятиях всегда интересно.
3. Я член РСМ, председатель студсовета, вхожу в молодежный совет города, участвую в социальных проектах. Свободное время провожу за книгой.
4. Нет, не мешает. Пытаюсь планировать все заранее.

Материал подготовила:
Мамонтова Т.Н.

НАЙДИ СЕБЯ И СВОИХ ПОДРУГ



С душистой веточкой
сирени
Весна приходит в каж-
дый дом,
От всей души Вас по-
здравляем
С Международным
Женским днём!



Пусть радостью се-
годня солнце све-
тит,
В тени оставив
сноп больших тре-
вог,
И все цветы, какие
есть на свете,
Цветут сегодня
пусть у Ваших ног.



Пусть первый
подснежник
Подарит Вам неж-
ность!
Весеннее солнце пода-
рит тепло!
А мартовский ветер
подарит надежду,
И счастье, и радость, и
только добро!



В этот день, весной
согретый
Все цветы, улыбки
Вам!
Чтоб печали Вы не
знали,
Даже легкой грусти
тень,
Чтоб всегда глаза сия-
ли,
И не только в этот
день!



Весенние приметы

Весна непостоянна: капель смеяет морозец, ясное небо затягивают серые дождевые тучи.

Март — весна света, он зиму кончает, весну начинает.

Март у зимы шубу купил, а через три дня ее продал.

Весна только робко выступает в свои права, а люди хотят знать, какой она будет, что расскажет им о лете, которое идет следом. И тут к вашим услугам народный календарь погоды.

- Если весной воды в реке не прибавится — к жаркому лету.

- Если весной на крышах при таянии снега образуются сосульки — к продолжительной весне.

- Если вокруг дерева тающего снега — к долгой весне.

- Если в середине марта тепло — к

— к теплему

лету.

- Теплый мартовский ветер — к теплому дождливому лету.

- Если скоро тает и вода бежит дружно

- к дождливому лету.

- Если начало таять с северной сторо-

весеннее настроение и у студентов техникума. ярче светит солнце, играют гормоны, студенты становятся более активны.

Мы задали вопрос студентам:

► Когда Вы понимаете, что настала весна?

- Дрожжина Наташа - П - III - 2

Когда светит больше солнце и тает снег.

- Антипин Владимир - ПР - III - 4

Парни начинают дарить девушкам цветы.

- Дыских Виталий - Э - II - 1

Все тает, кроссовки сырые.

- Гончарова Анастасия - П - III - 2

Когда прибавляется день.

- Куксова Светлана - П - IV - 2

Пришла пора делать диплом.

ва

кру-

к

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

д

ны муравейников — к теплому и долгому лету, а с южной — к холодному.

- Старославянское название марта — Березозоль.

В народе его иногда называли "капельником" или из-за характерных для этого месяца

проталин "протальником". В некоторых местностях именовали "грачевником", а в северных районах — Сухий, так как в это время просушивали срубленные зимой деревья.

- Увидел скворца - весна у крыльца.

- Ранняя весна ничего не стоит.

- Если весна с первых дней разгульна, не застенчива - обманет, верить нечего.

- Не бойся в апреле зимы, бойся отжимки.

- Сколько проталинок, столько жаворонков.

- Весной ледок, что молодежь умок, а весенний день, что ласковое слово.

Материал подготовила:
Дорохова А.

Сезонная депрессия, или почему весной иногда бывает плохое настроение

Весна!... Для одних весна - это время перемен, ожидание нового чуда, начало новой жизни, сплошной позитив! Для других - всего лишь серая и унылая пора года, когда одолевает усталость, появляется уверенность в том, что никаких перемен к лучшему не будет, всё валится из рук, а в голове роятся безрадостные мысли. Такое состояние называется **весенней депрессией**.

Весной снижается порог чувствительности к стрессам, и нервное перенапряжение может привести к «запуску» депрессии.

В медицинском понятии депрессия — это не просто плохое настроение, как принято считать, а серьезное заболевание, которое имеет **определенные клинические проявления**:

> подавленное настроение на протяжении большей части дня и почти каждый день;

> выраженная утрата интересов или чувства удовольствия на протяжении большей части дня и почти каждый день;

> значительное снижение или увеличение веса либо снижение или повышение аппетита почти каждый день;

> бессонница или сонливость почти каждый день;

> возбуждение или заторможенность почти каждый день;

> утомляемость или упадок сил почти каждый день;

> ощущение собственной бесполезности или необоснованные идеи виновности почти каждый день;

> снижение способности к мышлению, концентрации внимания и принятию решений почти каждый день;

> повторяющиеся мысли о смерти, суицидальные намерения без определенного плана, суицидальные попытки или планирование самоубийства.

Если вы или ваши близкие отметят у себя большинство из этих симптомов, то без похода к врачу не обойтись!

СОВЕТЫ

Весенняя депрессия - это состояние печали, тревоги и раздражительности. Чтобы быстро преодолеть депрессию, нужно начинать бороться с ней с первых же симптомов, устраняя причины, которые вызывают это состояние

> Борьба с весенним авитаминозом.

> насыщение организма кислородом.

> Активный образ жизни.

> Здоровое питание.

Никто не сможет поднять вам настроение, если вы не сделаете этого сами. Посвящайте своё свободное время приятным для вас занятиям, не отказывайте себе в мелких радостях, разнообразьте свой досуг.

И помните, что каждый человек сам делает свою жизнь такой, какая она есть.

Любите жизнь и она ответит вам взаимностью!

Подготовила:
Матовникова Ю. А.,
социальный педагог

ГАЗЕТА ДЛЯ
СТУДЕНТОВ И
ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ

Редакция: Библиотека КИТ. тел.: 4-25-26

Выпуск подготовили: Мамонтова Т.Н.,

Щербакова А., Назарова М.М.

Сайт техникума: kit68.ru