

Выпуск 3(9) Апрель 2013

Студенческий журнал

ИНДИКАТОР



Шадринский финансово-экономический колледж - филиал
ФГОБУ ВПО «Финансовый университет при Правительстве
Российской Федерации»

День науки

Стр. 4-5

Я — лидер XXI

века

Стр. 6

Загадка

студенческой

весны...

Стр. 7

Сила поколения

Стр. 10

Итоги Спартакиады
колледжа

Стр. 11

Итоги

фотоконкурса

Стр. 16

70 лет &
Курганской области



**Журнал «ИНДИКАТОР» - победитель VIII открытого
областного конкурса молодёжных
средств массовой информации «PROрыв-2012»**



Дорогие читатели, с радостью приветствую вас на страницах очередного выпуска!

2013 год — знаменательный для нашей области и её жителей. 6 февраля 70 лет назад на карте страны образовался новый субъект — Курганская область.

За эти годы немало трудностей довелось преодолеть зауральскому народу, но несмотря ни на что люди всегда отличались щедрой душой, добрым сердцем и умелыми руками. Бесспорным достоянием нашего края является природа: бескрайние поля и зелёные леса, многочисленные реки и озёра. Всё это богатство, которым нужно дорожить и гордиться.

В связи с юбилейной датой по области и в г. Шадринске запланировано и проводится много разнообразных мероприятий. И наш колледж не является исключением. В течение 2013 года все студенты и преподаватели станут участниками многочисленных мероприятий, объединённых социальным проектом «Гордость моя — Зауралье».

Журнал «Индикатор», конечно, не останется в стороне и будет освещать все значимые и интересные события соцпроекта.

Уже в этом номере вы убедитесь, что совсем рядом находятся умные, творческие, целеустремлённые люди, которые помнят историю и думают о будущем. Именно поэтому мы запускаем новый информационный проект — «Молодое Зауралье». В этом номере Вы сможете прочитать интервью с молодым и предприимчивым человеком Алексеем Шипилкиным. Если кого-то из наших

читателей он вдохновит на какие-то действия и размышления, то редакция журнала будет рада тому, что преследуемая нами цель достигнута.

Также на страницах нашего журнала Вы сможете насладиться красотой родного края.

Желаю приятного времяпрепровождения вместе с нами!

Е.М. Белькова



Читайте в номере:

Учебные будни	3
Региональная научно-практическая конференция.....	4-5
Областные олимпиады.....	5
Я — лидер XXI века.....	6
Загадка студенческой весны.....	7
С песней по жизни!.....	7
Мистер ШФЭК.....	8
Мелодия весны.....	9
Сила поколения.....	10
Подведены итоги Спартакиады колледжа.....	11
Природа — зеркало души.....	12
Старость в радость.....	12
Алексей Шипилкин: «Любое действие нужно совершать во благо окружающих».....	13
Вопрос — ответ	14
Встали не с той ноги?.....	15
Красота родного края.....	16

Учебные будни



14 февраля были подведены итоги конкурса на лучший перевод стихотворения на английском языке, посвященный Дню Святого Валентина.

В конкурсе приняли участие студенты 107, 108, 201, 204 групп.

I место — Анастасия Важенина (107 группа).

За импровизацию и творческий подход в переводе стихотворения была отмечена студентка 108 группы Мария Романчук. Кроме того были отмечены работы за оригинальность оформления стиха. Интересно и с фантазией подошли к оформлению Виктория Кириченко, Ксения Вилейко и Анжелика Поспелова, Полина Бухарова, Анжелика Хохлова, Наталья Бакина, Ксения Волкова. Но победителем в номинации за лучшее оформление была признана работа Леман Абдулаевой.

21 февраля прошел конкурс на лучшего знатока «Консультант+» по дисциплине «Информационные технологии в профессиональной деятельности». В конкурсе приняли участие студенты третьего курса.

В результате призовые места распределились следующим образом:

I место - Виктория Рудакова (52 балла).

II место – Гюзель Калимулина (48 баллов).

III место— Елена Чернавская (43 балла).

Подведены итоги традиционного конкурса перевода по немецкому языку «Поэтическая весна».

I место — Ксения Токмакова, 108 группа

II место — Ольга Кобякова, 204 группа.

III место — Екатерина Шабашова, 203 группа.

14 марта 2013 года 301 группа приняла участие в олимпиаде «Знатор финансового права»

1 место – Кирилл Лебедев (72,5 балла).

2 место – Елена Ощепкова (61,5 балла).

3 место – Владислав Васильев (60 баллов).

В Олимпиаде по дисциплине «Финансы организаций» участвовали студенты 301 и 302 групп.

1 место – Недоступ Ирина (302 группа).

2 место – Недоступ Марина (302 группа).

3 место – Лысенко Юлия (302 группа).

21 марта в колледже состоялся конкурс «Деньги. Финансы» по дисциплине «Финансы, денежное обращение и кредит». В конкурсе приняли участие студенты второго курса.

1 место — Команда 201 группы (55 баллов).

2 место — Команда 204 группы (36 баллов).

3 место — Команда 202 группы (11,5 баллов).

28 марта во время круглого стола «Государственный долг и проблемы его погашения» студенты 1 и 2 курсов обсудили вопросы возникновения государственного долга в России и США, проблемы его погашения на современном этапе; какие негативные экономические последствия может повлечь рост государственного долга.

На заочном отделении

Открытый урок по дисциплине «Бюджетный учёт и отчётность».

30 января 2013 года на заочном отделении в 504 группе специальность «Финансы», специализация «Казначейское дело» состоялся открытый урок. Урок проведён в форме практического занятия, преподавателем высшей категории Марамыгиной С.П. по дисциплине «Бюджетный учёт и отчётность» на тему «Учёт расчётов с подотчётными лицами».

Открытый урок по дисциплине «Информационные технологии в профессиональной деятельности».

14 февраля 2013 года на заочном отделении в 505 группе специальность «Финансы», специализация «Налоги и налогообложение» состоялся открытый урок. Урок проведён преподавателем высшей категории Манаковой С.А. на тему «Учёт основных средств».





Региональная научно-практическая конференция



Участники конференции

7 февраля в колледже состоялась региональная научно-практическая конференция «Социально-экономическое развитие современной России: проблемы и перспективы», посвященная Дню российской науки, в работе которой приняли участие студенты и преподаватели из восьми учебных заведений.

На пленарном заседании были рассмотрены вопросы анализа современного состояния и перспектив социально-экономического развития России.

Работа конференции осуществлялась по четырем направлениям:

Секция 1. Финансовая система государства: состояние и перспективы.

В работе секции приняли участие студенты Шадринского финансово-экономического колледжа, Курганского технологического колледжа, Шадринского педагогического института, Тюменского государственного университета. Основная задача работы секции - рассмотрение и анализ современного состояния финансовой системы государства в целом и разных сфер финансовых отношений, в процессе которых образуются и используются фонды денежных средств.

Авторы лучших докладов награждены дипломами:

диплом III степени - Суровцева Н.Н. (ТюмГУ), Косинцев М.Ю. и Смольникова Е.А. (ШФЭК);

диплом II степени - Симонян М.А. и Трошева М.И. (ШФЭК); Молокова М.А. (ШФЭК);

диплом I степени - Шкодских А.Р. (КТК).

За лучшую презентацию награждены Симонян М.А. и Трошева М.И. (ШФЭК).

Секция 2. Принципы управления предприятием в условиях модернизации российской экономики.

Целью работы данной секции являлось изучение современных подходов к управлению ресурсами коммерческих организаций. Обсуждались вопросы влияния модернизации экономики на поведение предприятия в разных областях. Направления работы секции изначально охватили очень широкий круг вопросов: современное состояние и будущее отраслей экономики РФ; ресурсный потенциал предприятий: современное состояние и перспективы развития; инновационная и инвестиционная политика предприятия; проблемы учетно-аналитического обеспечения деятельности предприятий и др.

По итогам работы решением жюри были присвоены следующие награды:

диплом 1 степени - Марина Недоступ (ШФЭК);

диплом 2 степени - Ирина Недоступ (ШФЭК);

диплом 3 степени - Наталья Хмелева (студентка заочного отделения ШФЭК);

Диплом за лучшую презентацию доклада присвоен студентке ШФЭК Елене Чернавской. Диплом за активное участие в работе секции получил студент ШФЭК Дмитрий Колясников.

Секция 3. Информационный потенциал как ресурс экономического развития России в современных условиях.

В работе секции, организованной комиссией математических и естественно научных дисциплин приняли участия студенты 1 и 2 курсов. В ходе работы были рассмотрены тенденции развития электронного правительства и электронной коммерции, вопросы развития цифрового контента в России, использования в экономике принципов искусственного интеллекта и др. По результатам работы были отмечены следующие студенты:

диплом I степени - Елизавета



Тюлюбаева и Анастасия Жигалова (103 группа);

диплом II степени - Полина Бухарова (201 группа);

диплом III степени - Елена Пропалова (204 группа).

За лучшую презентацию к докладу дипломом награждена Екатерина Красношеина (103 группа).

Секция 4. Воспитание культуры и личности в современном обществе.

В работе секции приняли участие студенты и преподаватели Шадринского педагогического института, учащиеся Мишкинского профессионально - педагогического колледжа, Шадринского финансово-экономического колледжа.

Во время работы секции

ШФЭК Светлана Молокова.

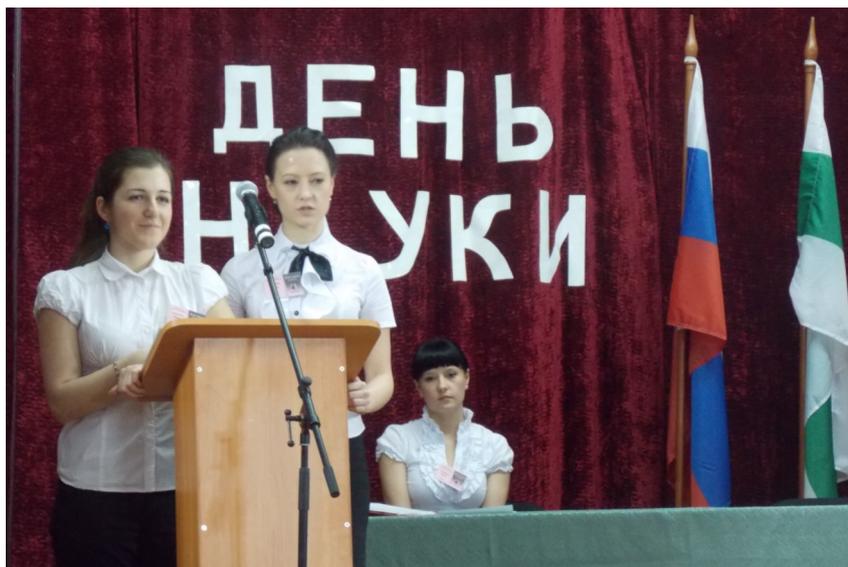
В номинации «Лучшая презентация» победителем стала Валерия Бабкова (Мишкинский профессионально - педагогический колледж).

За научные доклады дипломами награждены:

диплом III степени - Анжела Караваева (ШГПИ), доклад «Ценностные ориентации и проблемные особенности современной молодежной среды»;

диплом II степени: Александра Бекреева (ШФЭК), доклад «Культурно-образовательный образ молодежи в условиях глобализации интернета»;

диплом I степени: Юлия Лукиных (ШГПИ), доклад «Гражданская культура и правовое воспитание молодежи».



Работа секции 1

были затронуты различные аспекты воспитания культуры и личности в современном обществе: гражданская культура, правовое воспитание молодежи, воспитание толерантности. Участники обсудили ценностные ориентации, идеалы и проблемные особенности современной молодежи в условиях глобализации интернета. Особое внимание уделили проблеме создания социокультурного пространства в современном обществе и саморазвития в нем.

Самым активным участником секции стала студентка

Подводя итоги научно-практической конференции, стоит сказать о том, что у человека существует бесконечная потребность в развитии и росте, что молодые люди нашей страны интересуются глобальными проблемами науки и нравственности, культуры и морали, задумываются о своей судьбе и судьбе страны.

С.А. Кетова



Областная олимпиада по иностранным языкам



20 февраля студенты колледжа приняли участие в олимпиаде по иностранному языку среди учреждений профессионального образования Курганской области, проводимой Курганским педагогическим колледжем. Всего в олимпиаде приняло участие 59 студентов из 13 учебных заведений области.

Алёна Осипова (303 группа) заняла 2 место «Немецкий язык».

Областная олимпиада по информационным технологиям

8 февраля в Курганском технологическом колледже состоялась VII Олимпиада по информационным технологиям среди студентов средних и начальных профессиональных учебных заведений г. Кургана и Курганской области.



Студенты колледжа Илья Губин (108) и Елена Пропалова (204) приняли участие в номинации «Офисные технологии». По результатам Олимпиады Елена Пропалова получила диплом I степени.

Поздравляем!
Желаем новых творческих побед!



Я – лидер XXI века



30-31 января состоялся городской конкурс лидеров детских и молодежных общественных движений «Я – лидер XXI века».

В мероприятии приняли участие 20 молодых и инициативных ребят из разных учебных заведений г.Шадринска. Студенческое объединение «ТЕМП» представлял председатель Студенческого Совета колледжа Илья Губин.

Конкурс проходил в два этапа. В первом, заочном, туре жюри оценивало подготовленные участниками информационные карты общественных объединений, резюме и портфолио.

30 января, в первый день очного тура, ребята презентовали стенд и рассказывали о своей роли в общественном объединении. На этом работа не закончилась, далее участникам предстояла деловая игра, направленная на выявление лидерских качеств и коммуникативных способностей.

31 января все вновь собрались в уютном зале Дома детства и юношества, чтобы продолжить работу. Участникам предстояла защита социального проекта - пожалуй, самый сложный и серьезный этап конкурса. Илья Губин представил на суд жюри свой проект по формированию экологической культуры детей и молодежи под названи-

ем «Природа – зеркало души». Участникам пришлось отвечать на многочисленные вопросы жюри, доказывать социальную значимость и актуальность проекта. Последним этапом конкурса стала дискуссия. Участники должны были отстаивать заданную позицию, независимо от того, совпадает ли она с личным мнением.

После длительных совещаний, жюри объявило результаты конкурса. В конкурсной группе «Лидеры молодежных общественных объединений от 16 до 24 лет» победителем стала Татьяна Широнова (медицинский колледж). На втором месте оказалась студентка ШГПИ Юлия Зырянова. Лидер студенческого объединения «ТЕМП» Илья Губин занял 3 место. Поздравляем!



7 кругов

Вы любите экстрим? Знаете, что это такое? 22 марта мы испытали его на себе, когда вместе с ребятами 203 группы и студентами других учебных заведений города приняли участие в экстремальной игре «7 кругов».



Только представьте, в мокрых ботинках, кроссовках, джинсах пробираться по коленам в снегу и падать в него. При этом выполнять разные задания: рассмешить Несмеяну, преодолеть минное поле, болото, растопить лёд, как каракатица пройти спиной вперёд через паутину из веревок, разгадать головоломку из спичек.

Одним словом – «7 кругов» ада. Но оказалось в «аду» не так уж и страшно, даже весело и интересно. Особенно, когда рядом с тобой друзья.

Александра Бекреева
Екатерина Шабашова





Загадка студенческой весны...

Интересно, что происходит в душе каждого человека весной? Радость или грусть... любовь или ожидание...а, может, трепет и волнение? Вот уже 7 лет организаторы регионального фестиваля «Зауральская студенческая весна» пытаются разгадать загадку молодых творческих душ. Этот год не стал исключением, и 3 апреля в Шадринском государственном педагогическом институте собрались молодые люди из высших и средних профессиональных учреждений г. Шадринска, чтобы продемонстрировать свои таланты.

Так какая она – весна? По мнению Театра Модного образа «Комплимент» (ШПК) весна в этом году радужная как коллекция «Волна времени». Цирковой коллектив «Цирцея» из пединститута считают, что затяжная зима – это проделки дьявола, который устроил в наших краях «Обитель тьмы». А танцевальный коллектив «Импульс» (ШПК) не унывает, у них весна вот-вот закружит «В ритме танца». Для вокалиста Владислава Райхерт (ШПК) весна мимолётна, как миг между прошлым и будущим. Романтик Александр Антонян (ШПК) в своих песнях объясняет, что весна подобна девушке, необыкновенной, ласковой, нежной, которая словно «Леди дождя» вскружит голову любому. В этом году весна будет авангардной, зелёно-жёлтой или изумрудной, утверждает театр моды «Априори» из ШГПИ.

Нет! После продолжительного холода весна ожидается



дерзкой, экспрессивной как английский эстрадный вокал Екатерины Сычуговой (Шадринский филиал МГГУ им. М. Шолохова). Танцевальный коллектив «Зефир-free» предположил, что эпидемия в этом году не пройдёт мимо, но болеть от любви, жить одним лишь человеком – это приятно. Любовь и пылкая страсть – это сильные чувства, в этом «Сущность красного» по мнению коллектива «Версия» (ШГПИ). А, может, всё достаточно просто, смешно и забавно как песня дуэта «Губин» (ШГПИ).

Студенты Шадринского финансово-экономического колледжа тоже не остались в стороне.



Танцевальный коллектив «Гардения» и Елена Дружинина доказали, что весна – это пора ярких цветов и красок. С песней Натальи Брюховских первые тёплые дни легко и небрежно летят повсюду и звонкими голосами капли рассказывают, что «всё в мире этом для тебя...». А вообще не важно, какая погода на улице, главное, что в душе всё расцветает, особенно после признания Ивана Назимова. Какая девушка не улыбнется,



когда ей говорят: «Ты у меня одна такая, самая нежная, родная...». Только представьте, как совсем скоро зазеленеет молодая листва и как будут прекрасны наши родные леса, и раскроется русская душа, как в песне «Берёзы» Максима Стародумова.

И всё-таки весна – для каждого своя: звонкая, озорная, поэтичная, романтическая, чудная, летящая, цветущая, манящая, зовущая, мгновенная, необыкновенная. И самое главное – молодая!

Е.М. Белькова

С песней по жизни!

Под таким названием в Центре досуга и кино «Октябрь» прошёл V городской фестиваль-конкурс эстрадного вокала и народного пения.

Студенты колледжа Наталья Брюховских (301 гр.) и Максим Стародумов (103 гр.) достойно выступили на отборочных турах 16 и 23 марта.

6 апреля состоялся Гала-концерт фестиваля-конкурса, где Максим стал лауреатом II степени.



Мистер ШФЭК



Накануне Дня защитника Отечества пять молодых людей нашего колледжа вступили в борьбу за титул «Мистер ШФЭК».

20 февраля Максим Соловьев (102 группа), Артем Иванов (302 группа), Максим Антимонов (104 группа), Максим Стародумов (103 группа) и Иван Назимов (203 группа) на глазах у многочисленных зрителей, болельщиков и жюри приняли участие в 6 конкурсах, по итогам которых был определен победитель.

Первое знакомство с участниками состоялось во время конкурсов «Дефиле», где ребята предстали в ярких образах, и «Визитная карточка», в которой они рассказали о себе, своих достижениях и увлечениях.

Каким же должен быть настоящий мужчина? На этот вопрос у каждого свой ответ. Но бесспорно то, что всем девушкам нравятся умные и образованные молодые люди. Поэтому одним из первых конкурсов стала интеллектуальная дуэль, где участники отвечали на вопросы ведущих, при этом время было ограничено.

Все согласятся, что кроме интеллекта мужчина должен иметь еще и умелые руки. В конкурсе «Сам себе хозяин» участники должны были показать свои умения забивать гвозди, чис-

тить картошку, пришивать пуговицы, завязывать галстук ... и признаваться в любви, ведь как приятно, когда мужчина и практичный и романтичный одновременно. Участники старались изо всех сил, некоторые даже вместо одного гвоздя забивали пять и второпях почти ничего не оставили от картошки.

Настоящий мужчина должен постоянно покорять и удивлять свою избранницу. В конкурсе «А вам слабо?» участники просто блистали своими талантами. Максим Соловьев и Максим Стародумов покорили зрителей необычной музыкальной композицией - импровизацией на барабанах и балалайке. Артем Иванов вместе с Аленой Хынко исполнил танец. Максим Антимонов продемонстрировал свое мастерство отжимания от пола и показал несколько приемов самообороны, а Иван Назимов исполнил песню в жанре «мимическое пение».

Итак, что же получается? Слагаемые успеха для мужчины – это яркий образ, высокий уровень интеллекта, умелые руки, талант. Пожалуй, не достаёт только чувства юмора. Оказалось, что и с этим качеством у наших участников все в порядке. В конкурсе «Музыкальная пародия» участники предстали в образах Николая Баскова, Витаса,

Юрия Шатунова и даже Глюкозы и Верки Сердючки, заставив зрителей смеяться до слез.

Все участники были на высоте, раскрыли свои таланты, покорили зрителей и обрели новых поклонниц. Но титул «Мистер ШФЭК» может получить только один из них. Участники поднялись на сцену в ожидании результатов. Жюри не заставило себя долго ждать и объявило победителей в номинациях:

Номинация «Зрительские симпатии» (по результатам зрительского голосования) – Максим Антимонов;

Номинация «Мистер Талант» - Максим Соловьев;

Номинация «Стиляга» - Артем Иванов;

Номинация «Мистер Интеллект» - Максим Стародумов;

Номинация «Мистер Умелые руки» - Иван Назимов.



Титула «Мистер ШФЭК» по итогам конкурса был удостоен Максим Антимонов.

Поздравляем наших участников! Желаем всегда оставаться настоящими мужчинами!



Мелодия весны



красота и загадочность, нежность и легкость, неповторимое обаяние и грация! В этот день мы убеждались в этом снова и снова. Как и всегда поразила зрителей своим мастерством Мария Карманова, очаровала грациозностью Елена Дружинина, порадовали талантом исполнения Наталия Брюховских и Светлана Угренинова. В танце любви закружились Илья Губин и Ирина Шумина. Ведь весна - это что-то волшебное, прекрасное, восхитительное, это время любви!

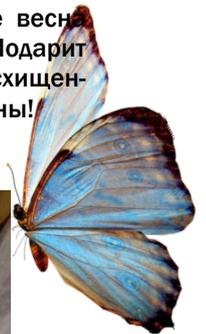


Пришла весна – лучезарная и румяная, нарядная и непостоянная, многоголосая и стремительная, юная и звонкая, веселая и неповторимая. И хоть за окном еще снег и неслышна пока весенняя капель, накануне замечательного праздника прекрасная половина нашего колледжа все же услышала чудесную мелодию весны.

На праздничном концерте прекрасные песни подарили дамам Иван Назимов, Максим Стародумов и Иван Светлаков. И каждая слово, каждая нота звучали как комплимент в адрес женщины!

Женщина – это олицетворение весны, это

Как сказал Федор Тютчев, "Весна — единственная революция на этом свете..." Пусть же весна свершит революцию в ваших сердцах! Подарит бурю чувств и эмоций, комплиментов и восхищенных взглядов! С праздником, милые женщины!





Сила поколения

В рамках месячника оборонно-массовой и спортивной работы, посвящённого Дню защитника Отечества, 70-летию Сталинградской битвы, 70-летию Курганской области и 100-летию трижды Героя Советского Союза А.И. Покрышкина участниками и

руководителями клуб «Возрождение» проведена масштабная работа.



**Региональные соревнования по парашютному многоборью.
2 место в общекомандном зачёте.**



**Участие ВПК в открытии соревнований
по автомобильному спорту на льду**

**Соревнование по биатлону среди ВПК
г. Шадринска — 3 место.**



**Соревнования по Армейскому рукопашному бою среди военно-спортивных клубов
Курганской области «Вместе против террора». ВСК «Возрождение» – 1 место.**



Подведены итоги Спартакиады колледжа

Спартакиада колледжа среди учебных групп проходит ежегодно и включает в себя соревнования по 8 видам: общая физическая подготовка, кросс, баскетбол, волейбол, легкая атлетика, настольный теннис, шашки и стрельба.

Новый учебный семестр начался активно: состоялись соревнования по стрельбе, настольному теннису и шашкам.

В командном зачете по стрельбе из пневматической винтовки победителем стала 103 группа, на II втором месте – 303 группа, третий результат показала команда 101 группы. В личном зачете лучшими стрелками

признаны Максим Стародумов (103 группа) – I место, Татьяна Обаскалова (208 группа) – II место, Олег Голуб (204 группа) – III место.

В первенстве колледжа по настольному теннису лучший командный результат показала 207 группа, II место у 204 группы, III место заняла 104 группа. Личные места распределились

следующим образом: I место среди девушек – Екатерина Дуванова (202 группа), II место – Светлана Филиппова (207 группа), III место – Диана Калиаскарова (104 группа); среди юношей: I место – Вадим Ветошкин (202 группа), II место – Дмитрий Бабинов (104 группа), III место – Сергей Мельник (102 группа).

В соревнованиях по шашкам сильнейшей оказалась команда 301 группы, второй результат показала 101 группа, III место разделили 108 и 302 группы.

Совет Коллектива физической культуры подвел итоги Спартакиады колледжа среди учебных групп и объявил результаты:

I место – 203 группа;

II место – 301 группа;

III место – 103 группа.

Поздравляем победителей! Новых спортивных побед и высоких достижений!



Первенство по шашкам



Первенство по стрельбе



Первенство по настольному теннису



Природа — зеркало души

Как известно, 2013 год объявлен президентом России В.В. Путиным — годом охраны окружающей среды.

В связи с этим в колледже разработан и реализуется социальный проект «Природа—зеркало души».

В рамках соцпроекта уже состоялись акции «Протяни руку лапе» и «Обрети друга», в результате которых волонтеры колледжа помогли Центру помощи бездомных животных. На Студенческом Совете лидеры групп дискутировали на тему «Мусор в городе. Кто виноват? Что делать?» На уроках информатики студенты 1 курса разрабатывают буклеты на тему «Эко планета», которые впоследствии волонтеры колледжа раздадут горожанам. Большой ажиотаж вызвал фотоконкурс «Красота родного края».



После обсуждения на Студсовете проблемы мусора и стихийных свалок, я подумала, так ведь этот вопрос всегда был актуальным в городских дворах и подъездах. Довольно часто мы можем увидеть такую картину в Шадринских подъездах – выбитые окна и разбитые лампочки, неприличные надписи на стенах и «ароматные» пакеты с мусором возле квартир. Я думаю, про подъезд и улицу считают, что это «не моя территория», «кто-нибудь уберет». Как можно, вынося мусор из дома, «промахнуться мимо мусорного бачка или вытряхнуть прямо на тротуар пепельницу из машины? Очень большая проблема — обычный бытовой мусор. Во многих странах мусор сортируют перед тем, как вынести его из дома. Теперь такая система будет внедряться и в России. Это очень мало и по силам каждой семье, а помощь охране природы может оказать существенную.

Во многих странах за разведение костров и разбрасывание мусора полагается огромный



штраф. Наверное, не стоит дожидаться, пока все леса в окрестностях городов России будут завалены мусором и умрут из-за выжженной подстилки (а до этого уже не так далеко). Отдых на природе может принести огромное удовольствие и без пресловутых шашлыков. Ну а банки, бутылки и пакеты несложно забрать с собой и довести до ближайшей свалки.

Я родилась в городе Шадринск и очень люблю этот город! Я считаю, что только совместными усилиями мы можем сделать родной город более чистым. Ведь как гласит давняя истина: чисто не там, где убирают, а там, где не сорят...

Галина Смолянинова



Старость в радость

Одиночество—тяжёлое чувство, особенно для людей, которые уже прожили жизнь, кипели и горели на работе и вдруг с приходом определённого возраста стали «не нужными». Грустно!

Конечно, существуют специальные центры, где люди почтенного возраста могут проживать, получать медицинскую, психологическую и другую помощь. Но что может быть лучше общения с молодым поколением.

Задумавшись над этим вопросом, студенты нашего колледжа во главе с Ириной Шуминой организовали акцию «Старость в радость» по сбору новогодних подарков прожи-

вающим в геронтологическом центре «Спутник». Акция нашла отклик у многих жителей г. Шадринска.

И на волне успеха активисты колледжа придумали ряд мероприятий по взаимодействию со «Спутником», оформили все мероприятия в соцпроект, который отправили на городской конкурс.

К сожалению до настоящего времени из-за карантина не удалось провести ни одного мероприятия, но волонтеры колледжа уже разрабатывают игру «Угадай мелодия», интерактивные путешествия по городам и странам, мастер-классы по ори-



гами, бисероплетению для пожилых людей.

Мы очень надеемся, что совсем скоро все бабушки и дедушки будут здоровы, и мы отправимся радовать их, рассказывать о том, что интересно нам, и учиться чему-нибудь у них.



Алексей Шипилкин: «Любое действие нужно совершать во благо окружающих»

Досье

Шипилкин Алексей

Родился 09.12.87 в г. Шадринск, окончил школу №20, УрФУ им. Ельцина г. Екатеринбург (менеджер организации – управление сервисом). Участник Шадринского отделения Молодых предпринимателей России. Участник общественной молодежной палаты при Шадринской городской Думе. Организатор танцевальных чемпионатов УрФО. Победитель конкурса «Молодой предприниматель России 2012», в номинации «школьный и студенческий бизнес». В настоящее время – руководитель школы творчества «Big mama». Семейное положение – холост.



- Алексей, расскажите, пожалуйста, где и когда Вы начали заниматься танцами?

Танцами начал заниматься около 10 лет назад! Впервые увидел как танцуют брэйк-данс на дискотеке, в школе! Пробовал заниматься самостоятельно, но в скором времени меня пригласили заниматься вместе с ребятами из ДК ШААЗ (команда «Lynxes»). На тот момент это было лучшее место для практики танцевальных движений! У ребят был опыт и знания!

Когда я только начинал, мы занимались большую часть времени самостоятельно, в перерывах общаясь друг с другом обсуждая те или иные элементы танца. Спустя некоторое время, после совместных выступлений с командой «Lynxes» было официально решено включить меня в состав команды как полноценного участника. Далее была основана одна из известных на Урале команда «Big mama» имя которой существует и сегодня. Сейчас я и еще трое шадринских ребят представляем международное творческое объединение «Hustle bustle», куда входят представители Франции, России и Бразилии.

- Кто был Вашим учителем или кумиром?

Кумира никогда не было, были только люди, которые могли вдохновить на определенные действия! За что им большое спасибо!

- Когда и как пришла идея открыть школу?

Идея открыть школу пришла еще в институте! Было большое желание сделать нечто необычное и интересно для ребят города, что их энергия была направлена в направлении творчества!

- Подскажите, как можно записаться в школу творчества?

Попасть в нашу школу очень легко! Достаточно связаться с нами или получить полную информацию на нашем сайте – www.bmschool.ru

Ребята с удовольствием посещают занятия. Главное убедить, что они способны на большее, чем просто стоять и смотреть в стороне! Они достойны внимания быть в центре событий! В нашей школы большие возможности самосовершенствов-

вания своих уникальных навыков, а именно поездки в другие города, участие на фестивалях, посещение мастер-классов! Заниматься творчеством большое счастье!

- Алексей, в чём по – Вашему секрет успеха?

Секрет успеха – любое действие нужно совершать только во благо окружающих тебя людей! Если ваши мысли действия чисты и благонамеренны, то вы будете вознаграждены энергией на выполнение своих поставленных целей! Все просто!

- А быть если что-то не удаётся, не получается?

Как преодолеть трудности? С улыбкой! Любой результат – это хорошо! Так как это момент вашего развития! Если часто, что-то идет не так, значит нужно поменять свои действия, свои мысли!

- Можно ли в Шадринске реализовать себя? И что для этого нужно?

Реализовать себя в Шадринске можно, смотря какую цель ставит перед собой обладатель намерений! Наличие конкретной цели и желание ее достижения – отличный мотиватор для реализации своих потребностей!

- Расскажите, чем Вы увлекаетесь?

Кроме танцев занимаюсь диджеингом (в настоящее время успел поиграть на мероприятиях в таких городах как: Каменск-Уральский, Екатеринбург, Шадринск, Курган, Костанай), разработкой сайтов организациям города, изучением искусства «Фэн Шуй» (отличная информация о том, как эффективно использовать свои жизненные ресурсы) и другое.

- Как Вы предпочитаете отдыхать?

Отдыхаю по-разному! На тренировке, в кинотеатре, на танцевальных соревнованиях с моей любимой командой, дома слушаю хорошую музыку или смотрю любимые фильмы!

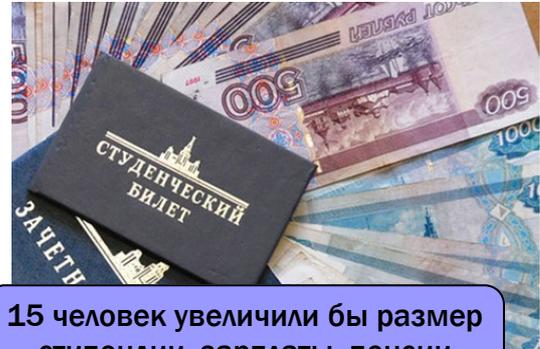
Всем большое спасибо, что нашли время прочитать эту статью! Надеюсь, вы получили информацию, чтобы стать лучше, любите друг друга!

Вопрос-ответ

Если бы Вы были губернатором Курганской области, что бы Вы сделали в первую очередь?

(В опросе приняло участие 93 человека в возрасте от 14 до 31 года. Представляем Вашему вниманию наиболее популярные ответы)

35 человек отремонтировали бы или построили новые дороги



15 человек увеличили бы размер стипендии, зарплаты, пенсии

9 респондентов в первую очередь уделили бы внимание открытию и ремонту детских садов и школ



5 респондентов мечтают о развитии спортивных секций, строительстве ледового дворца

6 человек озабочены уровнем развития сельского хозяйства в области, а также перерабатывающей промышленности



5 респондентов хотели бы улучшить состояние больниц и медицинского оборудования

3 человека волнуются за состояние окружающей среды

2013 – год охраны окружающей среды



Опрос провели:
Алёна Хынко
Анна Коптякова
Полина Бухарова
Елена Слуднова



Встали не с той ноги?

Сколько раз вы слышали выражение «Встал не с той ноги»? Обычно так говорят, когда все с самого утра идет не так, как бы вам хотелось. Не самое приятное начало дня, а вследствие этого, и протекание оставшейся его части. В современном темпе жизни очень сложно сохранить душевное равновесие, которое так необходимо для хорошего настроения – стрессовая обстановка на работе или учебе, бытовуха дома, как же все это надоедает. Но, ни в коем случае, не отчаивайтесь! Сейчас мы вам расскажем несколько простых, но действенных способов, как повысить настроение и жизненный тонус.

Проснулись – значит, пора вставать

Если вы только проснулись, то не спешите снова засыпать, так вам будет сложнее встать с кровати. В нашем мозге, в гипоталамусе, находится центр выделения медиатора орексина, который отвечает за состояние бодрствования. Когда орексина достаточно в организме, мы просыпаемся. Все, что происходит потом – наши попытки заснуть еще на пару минут – бесполезны, потому что это будет либо дрема, либо есть шанс проспять! Физиологами доказано, что активным людям требуется меньшее количество часов для восстановления, как бы парадоксально это не звучало. Так что не ленитесь в течение дня!

Больше движений

Далее стоит встряхнуться, походить по квартире, можно поговорить по телефону. Двигайтесь! Не забываем про комнатные растения, полейте их, поговорите: вам можно выговориться свободным «ушам». Насмотревшись на зеленую красоту, удручающие мысли сами собой отойдут.

Кусочек шоколада

Если чувствуете, что настроение ухудшается, чтобы повысить тонус, съешьте немного черного шоколада. Благодаря ему, в вашем организме повысится уровень серотонина, который облегчает двигательную активность и участвует в регуляции сосудистого тонуса (содержится в финиках, бананах, сливах, инжире, томатах, сое). Также шоколад способствует выделению анандамида – гормона, который придает легкое состояние эйфории.

Внутренний комфорт

Лягте в исходное положение на спину, выбирайте жесткие поверхности – лучше всего пол, подстелите одеяло, чтобы не возникало дискомфорта от его соприкосновения с кожей. Теперь вытягивайте руки вдоль тела, ноги держите прямо, соединив пятки, а носки чуть раздвинув в стороны. Сделайте медленный вдох через нос – пусть он будет продолжительным и плавным, никаких резких движений. Дыхание задержите настолько, насколько будет для вас возможно, но следите за тем, чтобы это не стоило для вас чрезмерных усилий. После этого



плавно и размеренно выдохните. Упражнение повторять утром и вечером по 12 раз. Данное упражнение позволит отдохнуть вам телом и умом, расслабит вас.

Хорошее настроение

Сядьте или лягте в удобную для вас позу, закрыв глаза. Дышите полной грудью. Представляйте себя в хорошем настроении, самые приятные эмоции, которые вы испытывали тогда. Подробно вспомните себя – свою одежду, окружение, цвета, краски, ароматы и звуки. Старайтесь воспроизводить эти образы как можно ярче. Представляйте себе, что вы дышите через них, насыщаетесь энергией. Ваше настроение заметно улучшится, и вскоре вы заметите, что улыбаетесь!

Помните, хорошее настроение – это не только бурная позитивная реакция на какое-либо событие, это в первую очередь стабильное эмоциональное состояние в течение всего дня, доброжелательность к окружающим, жизнерадостность.

Хорошее настроение нужно создавать самим, уметь поддерживать его и передавать другим.

Н.В. Петунина



Красота родного края

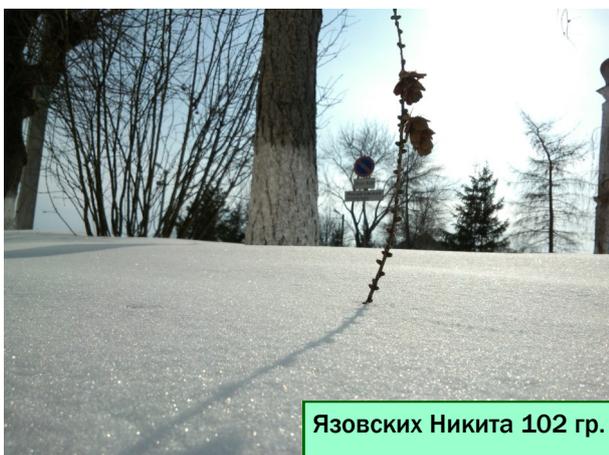


Якова Елена 103 гр.

Подведены итоги фотоконкурса «Красота родного края»!
 1 место—Елена Якова (103 гр.),
 2 место—Елена Ощепкова (301 гр.),
 3 место—Иван Назимов (203 гр.), Никита Язовских (102 гр.).
 Благодарим всех участников!



Бухарова Полина 201гр.



Язовских Никита 102 гр.



Ощепкова Елена 301 гр.



Назимов Иван 203 гр.

Благодарим за помощь в создании номера
 А. Коптякову, П. Бухарову, Е. Слуднову, Е. Шабашову,
 А. Бекрееву, А. Хынко, Г. Смолянинову,
 Е.М. Белькову, С.А. Кетову, А.П. Рудакова, П.Е.
 Засыпкина, Н.В. Петунину .

Дизайн-верстка: Е.М. Белькова, А.С. Сыресина
 Редактор: Анастасия Сыресина

Журнал распространяется на территории
 ШФЭК—филиала ФГОБУ ВПО «Финансовый уни-
 верситет при Правительстве РФ»
 Тираж: 50 экз.