



# С ДОМ ЛНЦА

Студенческая газета общежития ГХПИ

Ноябрь - Декабрь 2013

Выпуск № 2(5)

НОВЫМ  
ГОЛОМ!



## Счастливого Нового года!

Новый год. Этот праздник мы ждем, как чудо. Он доставляет нам массу приятных хлопот, эмоций и чувств.



Конечно, с возрастом мы всё реже ждём от него чего-то особенного, но все же непременно загадываем желание в полночь.

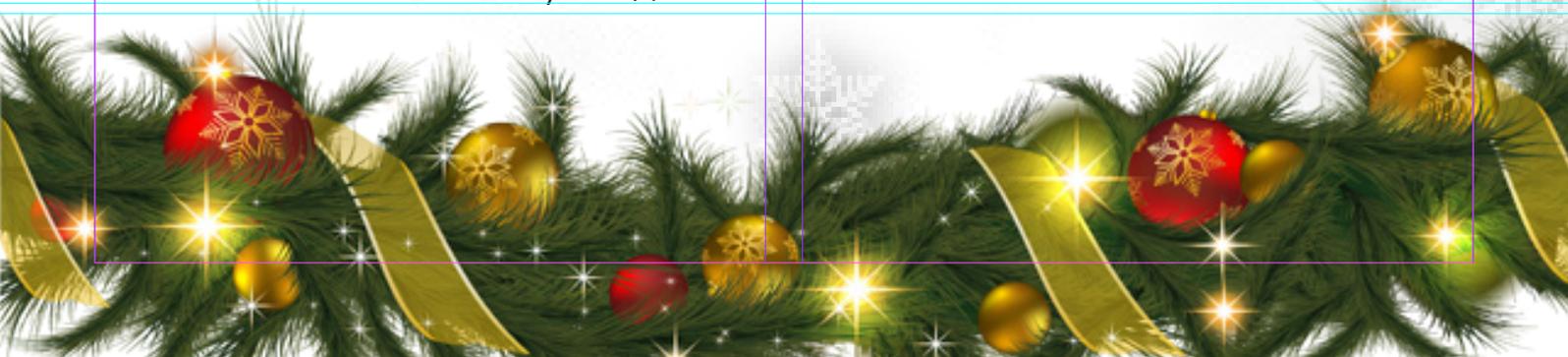
Больше всего нам поднимает настроение предпраздничная суета: украшение дома, выбор подарков для близких, приготовление блюд. И конечно, мы вспоминаем об уходящем годе, подводим итоги: чего мы достигли, что не успели и что хотели бы сделать в наступающем году.

Новый год – это древний праздник, и отмечать его зимой уже давний

обычай. Запах елки и мандаринов, подарки и салюты, мороз и снежки – непременно составляющие этого праздника.

У каждой страны, у любого народа есть свои особые традиции празднования Нового года. Обычно он сопровождается разнообразными мероприятиями, застольем, народными гуляньями. Согласно традиции, в доме устанавливается новогодняя ёлка. Во многих странах её ставят на Рождество и именуют рождественской ёлкой. Новый год можно провести в уютном семейном кругу или в веселой шумной компании, но главное – встретить его с хорошим настроением, ведь, как говорится, как Новый год встретишь, так его и проведешь.

Также в каждой семье есть особые обычаи встречи этого праздника. И наш «Дом солнца» - не исключение. Уже стало традицией каждый год украшать комнаты в общежитии перед зимними каникулами.



Приятно видеть сказочные и необычно декорированные комнаты. Не только украшенные комнаты доставляют эстетическое удовольствие и создают праздничное настроение, но и сам процесс творчества. А ещё студенты готовят новогоднюю программу, и в весёлой праздничной атмосфере мы встречаем Новый год. Девушки и парни принимают участие в чаепитии, играх, конкурсах, новогодней дискотеке.

Новый год – праздник душевного тепла, он сближает людей: мы желаем друг другу добра, счастья и исполнения всех желаний.

Наши студенты решили сказать несколько теплых слов и пожеланий читателям нашей газеты:

Ксения Школьникова (17 гр.): « Я хочу пожелать всем студентам много положительных эмоций, быть всегда жизнерадостными и активными, радовать всех своими результатами и достижениями в учебе.»

Валера Иванова (39 гр.): « В Новом году студентам хочу пожелать: находчивости, везухи в учебе, веселых и счастливых дней в кругу друзей, бодрого настроения и положительной энергии на каждый день!»

Даниил Сараев (Д-1): « Хотелось бы, чтобы все студенты сдали сессию!»

Мы верим, что в Новом году у нас будет всё хорошо, а если очень захотеть, то, как известно, всё сбывается. Не жалейте для близких теплых чувств и доброты

в этот праздник. И возможно, именно тогда он покажется вам волшебным и сказочным. Всё зависит от вас. Счастливого Нового года, друзья!

Евгения Краснокутская, Т-2

## Будь свободен!

Вы замечали, что большую часть своего свободного времени мы тратим на пользование интернет-ресурсами? Один из признаков интернет-зависимости, это чрезмерное увлечение, причем мы не замечаем, что посещаем те или иные сайты без надобности, это происходит машинально. Интернет-зависимость можно распознать так. Во-первых, вам легче написать кому-то электронное письмо, нежели позвонить.



Во-вторых, вам приходят заоблачные счета за интернет и электричество. В-третьих, куда бы вы ни приходили отдохнуть с друзьями, вы первым делом спрашиваете: «У вас Wi-Fi имеется?», а утром вместо чашечки ароматного кофе, вы, сломя голову, бежите к компьютеру, чтобы посмотреть, что у вас изменилось за ночь в новостной ленте. Все это начало саморазрушения вашей личности! Задумайтесь, ведь большинство сайтов создано для одиноких людей - тех, кто еще не смог найти себя. Чрезмерное использование интернета заводит нас в угол.



Вы спросите: «А это опасно?» Интернет-зависимость действительно влияет на ваше здоровье. Во-первых, страдает зрение, появляются боли в спине, сколиоз и сутулость. А во-вторых, вы теряете навыки реального общения, становится все сложнее знакомиться с людьми. Постоянно испытываете стресс, находясь в незнакомой компании, вы становитесь замкнутым и неуверенным в себе человеком. Своего врага нужно знать в лицо, поэтому стоит рассмотреть основные виды интернет-зависимости. Первая – это излишняя увлеченность социальными сетями. На мой взгляд, это самая распространенная проблема. Ведь так тяжело удержаться от соблазна и не зайти на личную страничку в «Twitter», «ВКонтакте», «Instagram». Многие страдают от этого, потому что их затягивает, они уже не могут быть «оффлайн», им нужно быть в гуще событий. Еще одна широко известная аддикция – это зависимость от веб-серфинга. Беспорядочный, хаотичный поиск разнообразной информации в сети сродни телемании и переключению каналов телевизора – человек «забывает» мозг ненужными сведениями, чтобы отвлечься от насущных проблем. Не стоит оставлять без внимания и геймоманию – зависимость от компьютерных игр (особенно



опасна для подростков и молодых людей). Геймеры отрываются от реальности и живут виртуальным миром.

Однако не стоит полагать, что интернет имеет только отрицательное воздействие, есть и свои плюсы. Вы можете найти работу, своих старых друзей, осуществить онлайн-покупки и найти любую информацию, которая вам нужна. Всемирная сеть предоставляет все многообразие услуг в области искусства, культуры, промышленности, политики, экономики и других сфер человеческой деятельности. Возможность найти информацию через интернет облегчила нашу жизнь.



Для ценителей литературы существуют огромные библиотеки с большим выбором произведений. Также с возникновением интернета появился шанс проявить себя: вы можете показать свои творческие проекты, фото, видео, стихи, песни и т. д.

Но все же не стоит увлекаться преимуществами пользования интернетом. Лучше выбирать живое общение. Так как же бороться с этой актуальной проблемой?

Чтобы избавиться от интернет-зависимости, не превратиться в «раба» сети, нужно осознать вашу проблему и понять, что никто кроме вас вам не поможет. Заставьте себя открыться миру, переступите порог зависимости. Первым делом обратите внимание на то, сколько времени вы тратите на интернет. Сократите ваш дневной минимум в интернете, пусть это будет час-два. Это заставит вас пересмотреть распорядок дня и продуктивно распределить время. Займитесь собой и своими увлечениями, сходите в гости, найдите себе интересное занятие, хобби или просто уберитесь в комнате. Можно найти работу, которая принесет вам удовольствие. Вместо сухих «мэйлов» встретьтесь в уютном кафе со старыми друзьями, вместо виртуального поздравления отправьте открытку, сделанную своими руками, не загружайте фотографии в компьютер, а сразу несите их в фотоателье, не скачивайте музыку, фильмы, а сходите лучше в кинотеатр или на концерт. Путешествуйте - это гораздо интереснее, чем просмотр фото со всех уголков Земли. Или просто влюбитесь, и тогда ваша голова будет занята мыслями только



о любимом человеке.  
Во всем есть свои плюсы и минусы. И каждый из нас вправе выбирать. Но главное, не зайти слишком далеко, не поддаться власти всемирной паутины. Ведь жизнь настолько разнообразна и интересна, что будет обидно пропустить самые важные ее моменты. Помните, что вас любят и ждут, интернет не может предложить этого.

Ангелина Долгова, 21 гр.  
Ильина Мария, 24 гр

области, г. Новозыбков. Окончил 11 классов на 4 и 5. Ходил в художественную школу, где проучился 1 год. После чего решил поступить в ГХПИ, о чем не жалеет. Саша очень любит фотографировать, что не плохо у него получается. За три месяца учебы в институте он уже успел сделать около 5,5 тыс. фото. Участвовал в конкурсе фотографий и стал призером зрительских



## Александр Суярко – наш молодой фотограф



Саше 17 лет, родом он из Брянской

Александр состоит в студенческом совете самоуправления и принимает участие в культурно-массовых мероприятиях. Способности по фото в Саше открылись с детства. Фото для него нечто приятное. Саша любит не только смотреть через объектив, но и любоваться вживую. Александр часто устраивает фотосессии у себя в деревне. Там, где он провел свое детство, где все ему знакомо: озеро, леса, поля. Хотя у Саши нет образования по фото, он делает это довольно профессионально. Нужно всего лишь взглянуть на мир иначе.



Каждый в себе может открыть, что-то новое, ведь у Саши это получилось!!!

Маргарита Осипова, 46 группа

## Спорт – альтернатива пустому времяпрепровождению

Забота о физическом состоянии – необходимое условие правильного развития личности, успехов в учебе. Спорт помогает избежать большинства стрессовых ситуаций, связанных с большими эмоциональными нагрузками в период обучения. Сильный и энергичный человек способен лучше противостоять любым сложным жизненным ситуациям. Благодаря регулярным занятиям спортом уверенность в себе возрастает. Спорт дает физическую силу, выносливость и гибкость.

Наши преподаватели физической культуры рассказали о том, как возросла посещаемость секций в этом году по сравнению с прошлыми. 320 человек – такова недельная посещаемость вечерних тренировок в спортивном зале. Самые популярные секции – это волейбол, футбол, бадминтон, самбо. В. Д. Медведков – профессионал в своем деле. Он тренирует ребят для соревнований по самбо.



Этой секцией заинтересовались и девушки. Также наши студенты радуют нас и успехами в бадминтоне. Они участвовали в трех всероссийских и двух любительских турнирах по бадминтону. Тренировки для девушек проводит чемпионка по атлетической гимнастике - Виктория Владимировна Овчинникова. Студентки, посещающие секцию, очень довольны занятиями. Гимнастика помогает подтянуть фигуру, развивает уверенность в себе, волю и гибкость, а также предоставляет массу положительных эмоций и заряжает энергией. Секции пользуются популярностью благодаря новому спортивному инвентарю, новому залу, а также хорошим специалистам, ведущим тренировки.

Только представьте, сколько положительных моментов приносит спорт. Институт предлагает множество спортивных секций, запишитесь и вы в ту, которая будет вам по душе! Займитесь собой и



спорт сделает вас лучше!

Анна Теребикина, 19 группа.

## Спасая жизни

7 октября 2013 года в здании ПТО КХ п. Электроизолятор состоялся день донора. Многие студенты Гжельского государственного художественно – промышленного института приняли участие в этом мероприятии.



Студентки 39 группы Поздеева Мария и Иванова Валерия поделились своими впечатлениями: «Мне выпал шанс поучаствовать в акции «Спаси жизнь – стань донором крови!» Сдавала кровь я впервые. Было очень волнительно и в то же время тепло на душе, от того, что моя кровь поможет человеку, нуждающемуся в ней. Надеюсь и в последующие года поучаствовать в таких акциях», - говорит Маша.

«Я сдаю кровь уже второй раз. На мой взгляд, донорство – это некая форма благотворительности. При сдаче я не задумывалась, кому поможет моя кровь, не рассчитывала на какое-то вознаграждение. Я не собираюсь останавливаться на достигнутом, и в будущем обязательно буду участвовать в подобных мероприятиях», - поделилась планами Валерия. В заключение хотелось бы сказать спасибо студентам нашего института за такое доброе дело, которое действительно достойно уважения! Не бойтесь становиться донорами! Быть донором - это почетно. Ведь именно ваша кровь может спасти чью-то жизнь. Надеюсь, что в последующие годы количество ребят, сдающих кровь, будет расти.

Валерия Пономаренко, 17 гр.



## Мыться – вредно!



Полезно или вредно мыться?! Ученые на протяжении многих лет не раз сталкивались с этим вопросом. Они пришли к выводу: «мыться скорее вредно, чем полезно». Давно доказано, что на поверхности нашего тела находятся очень большие количества микробов. Они защищают нас от вредных воздействий окружающего мира.

Тело мыть – долго не жить!

Известно, что люди, которые жили по 120 – 150 лет, не следовали традиционным нормам гигиены. Они мылись очень редко, а если и мылись то без мыла. Это очень естественно, многие из них жили в деревнях.

В 30-х годах 19 века пропаганда здорового образа жизни и личной гигиены добралась до окраин России. Мылом начали заставлять пользоваться всех! Это привело к

демографической катастрофе. Причина этого оказалась лишь в использовании мыла. Оно уничтожило природный защитный жировой слой. Люди оказались беззащитны перед микробами.

Грязь, покрывающая чистоту, прекрасно ее сохраняет и придает чистоте некоторую изюминку.

Что касается бань, то они не всегда предназначались для мытья тела, а использовались как массажные заведения. Люди мазались маслами и укрепляли свое здоровье.

Но сколько людей столько и мнений. Каждый для себя сам вправе решать, как часто ему мыться. Хотя люди и были долгожителями, но не всегда не соблюдение правил личной гигиены приводило к положительным последствиям.

Возникали лихорадка, холера и др.

Мыться надо! Только не переусердствуйте!

Анна Белова, НХТ- 1.

## Сказочный мир.

Многие студенты задаются вопросом, как разнообразить свои вечера в общежитии. На самом деле есть масса возможностей. И сегодня мне бы хотелось рассказать о том, как каждую среду в 20:00 мы погружаемся в интересный,



захватывающий мир сказок.



Вот уже второй год сказочные вечера проходят под руководством воспитателя общежития Князевой С.Н. Собираясь за круглым столом, мы читаем сказки из сборника орехово-зуевского педагога Л.Д. Коротковой «У тихой заводи». Не зря ее методика называется «Духовно-нравственное воспитание средствами авторской сказки». Это необычные сказки. С их помощью ребята погружаются в удивительный мир, отвлекаются от ежедневной суеты, забот и проблем. Читая эту книгу, мы понимаем, что все в нашей жизни не случайно, что каждому событию и моменту есть объяснение. Такими вечерами каждый находит для себя что-то свое: одни раскрывают свой душевный мир, другие становятся нравственно богаче, мудрее, добрее. Многие студенты открывают в себе частичку нового, ранее не изведанного. После все активно обсуждают прочитанную книгу, и каждый высказывает свое мнение. Чтобы сказка легче

воспринималась и запоминалась, слушатели зарисовывают во время чтения свои эмоции и мысли.

А после обсуждения мы пьем ароматный чай из трав со сладостями, которые приносим с собой, и делимся хорошим настроением.



В завершение вечера все ребята дружно поют песни под гитару, а затем расходятся по комнатам с хорошим настроением.

Наши сказочные вечера помогают найти новых друзей, разобраться в себе, найти выход из сложных ситуаций, а также просто хорошо провести время и поднять себе и окружающим настроение. Рекомендую всем, кто живет в общежитии, посетить наши удивительные вечера. Никто не остается равнодушным и приходит снова и снова.

Юлия Калинина, Т-2



# С Новым Годом!

До встречи в Новом Году!!!



Над выпуском работали:

Оформление:  
Статьи:  
Редактор:

Анастасия Юрьева, Дизайн-3  
Пресс-центр общежития.  
Евгения Сафьянова, 37гр.

