



Экспромт

Декабрь 2017



Дорогие друзья, уважаемые коллеги!

Завершается ещё один календарный год. Для Мурманского педагогического колледжа он был наполнен важными событиями, значимыми мероприятиями, ставил перед нами сложные задачи. Подводя итоги этого года, мы смело можем сказать, что он стал для нас очень плодотворным и принёс много поводов для гордости.

Мурманский педагогический колледж успешно прошёл процедуру лицензирования и государственной аккредитации, а также вновь стал лауреатом регионального конкурса «Лучшие товары и услуги Мурманской области». В 2017 году в Оленегорске открылся наш филиал, в котором будут обучаться студенты по специальности «Дошкольное воспитание», а в будущем планируется готовить и учителей начальных классов.



Благодаря ежедневной напряжённой работе преподавателей и сотрудников колледжа, наши студенты проявили себя во многих направлениях деятельности. Они успешно принимали участие в олимпиадах, конференциях, форумах и различных конкурсах, стали лауреатами премии губернатора Мурманской области и регионального этапа Российской национальной премии «Студент года», стипендиатами главы Мурманска. Недавние победы студентов на III региональном чемпионате «Молодые профессионалы» WorldSkills – ещё одно подтверждение высокого уровня образования в колледже.

Вышел на новый уровень и наш любимый фестиваль национальных культур. В этом году формат этого мероприятия изменился, и праздник прошёл уже на городском уровне: в программе фестиваля были задействованы преподаватели и студенты других организаций среднего и высшего профессионального образования.

Порадовали своими победами и наши спортсмены. Благодаря слаженной работе преподавателей физического воспитания, трудолюбию и талантам студентов Мурманский педагогический колледж третий год подряд стал победителем Спартакиады студентов профессиональных образовательных организаций региона среди девушек!

В 2017 году в колледже прошёл ряд мероприятий, приуроченных Году экологии в России. У нас проводились экологические и познавательные акции, выпускались информационные буклеты, посвященные защите окружающей среды.

2018 год объявлен Президентом России Годом волонтера. И наша волонтерская работа – это ещё один повод для гордости. Студенты педагогического колледжа являются волонтерами крупнейших мероприятий, участвуя во многих благотворительных, патриотических акциях, донорском движении, спортивных, социальных проектах. Пример этому – их участие в традиционном конкурсе «Лыжня России», Всероссийском форуме «Вместе ради детей», Всемирном фестивале молодёжи и студентов, других мероприятиях. Мы можем с уверенностью сказать, что работа в этом направлении в колледже успешно продолжится!

Впереди у нас еще много планов и начинаний. В этом году завершились сложные работы по ремонту и восстановлению кровельного покрытия в первом корпусе, и в 2018 планируется ремонт почти всех аудиторий в наших двух корпусах. В будущем году мы выпустим более 200 человек, в лице которых наш регион получит молодых грамотных специалистов педагогической и туристической отрасли. В планах на 2018 год – набор 270 студентов по специальностям «Преподавание в начальных классах», «Коррекционная педагогика в начальном образовании», «Дошкольное образование», «Специальное дошкольное образование», «Специалист по туризму».

Мне от всей души хочется пожелать каждому из вас успехов в делах и всех начинаниях, достойных наград, оптимизма, душевного равновесия, тепла и уюта в ваших домах! С наступающим Новым 2018 годом!

С уважением, директор колледжа

Н.Ф. Вуколова

«Чтобы точно сбылось!». Восемь проверенных способов привлечения желаемого



Новогодняя пора – магическая и волшебная. Дед Мороз, ёлка, гирлянды, бенгальские огни, шампанское, мандарины и бой курантов. Время чудес и начала новой жизни! Сегодня мы дадим вам практические советы, как не просто загадывать желаемое, а сделать так, чтобы оно стопроцентно сбылось. Только, прежде всего, помните, что правильная формулировка – это залог успеха.

№ 1 Классический вариант. Как загадывать желание на Новый год 2017 под бой курантов с шампанским знают многие. Однако этот вариант остается самым результативным. Итак, заранее приготовьте, чем писать и на чем писать (ручки, листочки). Пока бьют куранты, нужно быстро написать ваши желания. Бумагу с написанным сжечь, остатки пепла бросить в бокал с шампанским (стакан сока, лимонада или простой воды), после чего выпить все до дна.

№ 2 Готовясь к новогоднему застолью, **сформулируйте мысленно** самое заветное или главное **желание**. Теперь осознайте его духовную составляющую (то, для чего вам это нужно, что это вам даст). Например, если вы мечтаете об успешном

завершении колледжа, то духовная составляющая – уверенность в будущем, карьерный рост. Если мечтаете о создании семьи – это радость материнства, отцовства, любви. Если это путешествия, то в духовном плане – это познание ранее неизведанного, отдых, новые впечатления. Теперь придумайте символ вашего пожелания, например, приготовьте национальное блюдо страны, в которую хотите поехать, сделайте салат в форме сердца, дома или даже диплома, купите напиток, приготовленный в вожделенной стране. Например, французское шампанское. Шепотом загадайте желание, озвучьте его духовный смысл, «пропитайте» символ самой мечтой. Его нужно съесть или выпить за новогодним столом без остатка.

№ 3. Бой курантов несёт особый ментальный посыл. В этот миг все вокруг как будто замирает, наполненное особой магической энергией перехода в новый временной этап. **Смело становитесь на стул, загадывайте желания** и максимально реалистично представьте себя там, где они уже сбылись, в момент последнего удара прыгайте со стула в новую жизнь, где все мечты исполнились.

№ 4. Напишите письмо Деду Морозу. Думаете, волшебство срабатывает только у детей? Вовсе нет! Положите ваше письмо в красивый конверт, заклейте и оставьте под ёлкой на все праздники, каждый день вспоминайте и повторяйте ваши пожелания. Когда ёлку уберёте, конверт с письмом положите в

укромное местечко. А на следующий Новый год достаньте, распечатайте и проверьте, что сбылось. Вы будете приятно удивлены.

№ 5. Знаете ли вы, что такое **карта желаний**? Это мечты, но не написанные, а представленные в виде образов – фотографий, схем, наклеек на обычном листе, пластике, фанере. Карту желаний лучше всего изготовить в канун Нового года и повесить на видном месте.

№ 6. Этот способ для поклонников оригами и любителей поделок. **Нужно сделать поделку** какого-нибудь животного или птички из бумаги, **рассказать ей шепотом все заветные мечты**, после чего поместить на ёлку. Пусть поделка пробудет там все праздники, неся энергию ваших пожеланий и впитывая энергетику праздника. После того, как уберете ёлку, поместите поделку на видное место. Попадаясь вам на глаза, она будет напоминать о ваших мечтах и мотивировать к действию.

№ 7. В минуту, когда бьют куранты, откройте окно или выйдите на балкон и **озвучьте свои мечты**. Особая энергетика праздника, ваше настроение, вера и сила намерения будут способствовать их быстрому исполнению.

№ 8. Эта интересная методика отлично подойдет тем, у кого огромное количество желаний. Нужно взять **12 листочков бумаги** и записать на них свои просьбы. Итого – двенадцать желаний. Утром, как только проснётесь, вытаскивайте один листочек. То, что на нём написано – 100% исполнится в наступившем году.

Удачи вам, и пусть все добрые мечты исполнятся!

Экологичный Новый год



В последние годы стремление к экологичному образу жизни становится всё более популярным: мы отказываемся использовать дома токсичные и синтетические материалы, сортируем мусор и отвозим использованные батарейки в пункты сбора. Что если попробовать относиться к природе бережно не только в будни, но и по праздникам?

Мы собрали несколько советов, которые помогут отметить Новый год с минимальным вредом для окружающей среды.

Итак, начнем с **оформления**. Одно из главных правил – избегайте излишеств. Распродажа – не повод закупать тонны облезлой мишуры, которая пойдёт в утиль ещё до того, как закончится бой курантов. Лучше используйте украшения многократно. Вспомните детство и

делайте украшения сами из бумаги или других материалов – это красиво, экономично и, главное, суперэкологично!

Какой праздник без **подарков**! Во-первых, дарите что-то нужное, чтобы на следующий день после праздника свалка не пополнилась вашим презентом. Наверняка, вы и сами не хотите получать бесполезные подарки – подготовьте список пожеланий и озвучьте его своим друзьям и родственникам. А во-вторых, попытайтесь отойти от представления, что подарок – это что-то материальное. Ведь подарить можно и эмоции! Например, полет на парашуте, билеты в театр или сертификат в спа-салон. А если уж все-таки собираетесь подарить вещь – берите что-то экологичное, например, экоканцтовары, книги, термокружки и экосумки, игрушки из натуральных материалов, одежду, экокосметику. Попробуйте сделать подарки своими руками!

Не забывайте об **упаковке** – откажитесь от одноразовой пластиковой или другой перерабатываемой упаковки. Используйте коричневую бумагу или журналы, а также вы можете подарить подарок в эко-сумке, которая тоже будет частью подарка.

Что касается развлечений, то наш вам совет – не поддавайтесь общим эпидемиям. Красные горящие фонарики и гелиевые шары на самом деле не так круты, как всем кажется. И те, и другие не только страшно замусоривают территорию, но еще и угрожают жизни людей и животных. Фонарики – это потенциальный пожар, а вот сдувшиеся шарики проглатывают птицы и животные и в итоге погибают.

Выбирайте правильную **ёлку**. В качестве альтернативы настоящей ёлке или сосне можно выбрать качественное искусственное дерево или вовсе сделать его своими руками из материалов, которые есть в каждом доме: бумаги, отрезков ткани, гирлянд и ниток. Если вы все же не готовы отказаться от живого дерева и потрясающего запаха хвои в квартире, покупайте ель, которая была специально выращена на продажу.

Вот такие несложные правила. Следуйте им и приобщайте своих друзей. Как вы можете видеть, экологичный праздник ничем не хуже «обычного», а даже наоборот! С новым годом!

Советы собрала и подготовила преподаватель К.Ю. Майер

Правила безопасности. МЧС предупреждает

Перед украшением новогодней елки важно проверить исправность электрических гирлянд. Для иллюминации нужно использовать только электрические гирлянды промышленного изготовления, которые необходимо подключать в электрическую сеть через штепсельную розетку с предохранителем. Не допускается украшение ёлки марлей, ватой и использование вблизи ёлки фейерверков, хлопушек, бенгальских огней, свечей и других пожароопасных изделий.

Пиротехнику необходимо покупать только в магазинах, а при её выборе внимательно изучить информацию на упаковке товара. Все изделия должны иметь подробную инструкцию на русском языке и сертификат соответствия, который подтверждает безопасность товара.



КАК ОРГАНИЗОВАТЬ ЭКОПРАЗДНИК

Принципы экопраздника:

- уменьшение негативного влияния от проведения праздника на окружающую среду
- разумное потребление (отказ от расточительства, покупки одноразовых вещей и пр.)
- переработка бытовых отходов

Этап 1. Декор.



Избегать излишества в декоре, использовать украшения многократно, обмениваться ими для разнообразия с друзьями и знакомыми.



Избегать дешевых одноразовых предметов декора.



Изготавливать игрушки и украшения своими руками из подручных материалов.



Отдавать предпочтение светодиодным гирляндам (они более энергоэффективны).



Не брать на праздниках одноразовые флажки, шаржи и т.п. — они не перерабатываются и замусоривают территорию.

Этап 2. Сервировка стола.



Расчетливо подойти к покупке продуктов, избегать лишних покупок.



Соблюдать правила хранения продуктов, чтобы не пришлось их выбрасывать.



Выбирать продукты местного производства.



Отказаться от одноразовой посуды или использовать биоразлагаемую.



Сдать отходы в переработку

Этап 3. Варианты подарков и упаковка.



Составить wish-list и опубликовать в социальных сетях. Узнать, что хотят получить в подарок близкие.



Сделать подарок своими руками (картину, вышивку, бижутерию, предмет интерьера и пр.)



«Подарить эмоции» — билеты в театр, полет на парашюте, сертификат в спа-салон, романтический ужин, путешествие и т.д.



«Подарить дерево» — оплата через специальные сервисы посадки саженца любого вида в любом регионе на выбор.



Книга, например, о природе и экологии.



Экологичные канцелярские товары, сделанные из вторичных или перерабатываемых материалов.



Натуральная покупная или handmade косметика или экологичные средства для дома.



Продукция из российских экопоселений (мед и свечи из пчелиного воска, мыло ручной работы, варенье и соленья, сладости, средства для здоровья).



Детям - игрушки из натуральных материалов.



Экосумка или многоразовая бутылка для воды — экологичные аналоги пакетам и одноразовым бутылкам.



Не дарить срезанные цветы. Процесс их выращивания, обработки, перевозки и упаковки крайне неэкологичны.



Избегать избыточного обертывания подарков в одноразовые упаковки.



Использовать многоразовые подарочные пакеты, крафтовую упаковочную бумагу, газетную или журнальную бумагу для креативной упаковки, а также технику «фуррошки» или экосумку (тогда упаковка становится частью подарка).



Бумажную и картонную подарочную упаковку - на переработку.



Не выбрасывать ненужные непонравившиеся подарки, отнести их на фримаркеты.

Этап 4. Развлечение.



Отказаться от запуска воздушных фонариков — они пожароопасны и замусоривают территорию.



Отказаться от запуска фейерверков и петард — они также пожароопасны и могут нанести вред животным и птицам.



Отказаться от запуска гелиевых шаров — они замусоривают территорию и опасны для животных и птиц (сдуваемые шары на земле привлекают за корм, проглатывают и погибают).



Во время массовых гуляний в городе соблюдать чистоту, не бросать мусор на землю.



Празднуя на природе, соблюдать чистоту, не разжигать костры в неположенных местах. Оставить после себя поляну чистой, при необходимости собрать оставленный другими мусор.

ХИТ-ПАРАД ЭКОЛОГИЧНОСТИ ЕЛОК

1 место



Нарядить живую ёлку во дворе/ на даче.

2 место



Изготовить ель из натуральных или вторичных материалов (картона/ бумаги/ ткани и пр.).

3 место



Приобрести срубленную натуральную ель в официальной точке продаж, инициацией подтверждение происхождения дерева - из специального питомника

4 место



Приобрести искусственную ель



Не прибегать к самовольной рубке елей в лесу. Это самый неэкологичный и при этом административно наказуемый вариант.



vk.com/moseco
facebook.com/ecologymos1
Twitter: @ecologymos

Instagram: @ecologymos
moseco.livejournal.com
ecologymos@gmail.com

С Новым 2018 годом! Счастья, успехов, благополучия!