

В ЭТОМ ВЫПУСКЕ



Письмо редактора	3
Дистанционное мучение	4
Как колледж и его студенты коронавирус встречали	6
В курсе событий	8
НГТК - скажи профессиональному образованию да!	9
НИПТянки	10
СПОРТ - LIVE	11
Дневник первокурсника	12
Крупным планом	14
Педагог месяца	15
Чертоги разума	16
Ближе к звёздам	17
Готовь и ешь	18



ПИСЬМО РЕДАКТОРА

Ох уж этот режим самоизоляции!

Помните, как было в самом начале? Все так обрадовались. Ура, можно сидеть дома и почти ничего не делать! Дополнительные выходные! И помчались: некоторые принялись активно валяться на диване, другие, наоборот, вылизывать квартиру или кинулись к своему любимому хобби.

А потом случилось продление этого режима. Мы стали трудиться и учиться удаленно, но с течением времени социальные сети заполонило нытье о тщетности бытия, а конкретнее о прозябании дома. Привычная жизнь под запретом. Прогулки? Только до магазина и аптеки, ну, или если вам повезло быть счастливым хозяином четвероного друга, которого тоже надо выгуливать каждый день, правда, не далее, чем 100 м от дома. Пригодился шагомер?

И как же было трудно приспособиться работать дома! Человеку с высокой степенью самоорганизации в этом плане, конечно, повезло больше. Но как воспитать в себе такого человека? Лень обволакивает тебя, как прозрачный тягучий мед, и кажется, что уже не выбраться из этой трясины. Но вдруг начинает работать слово «надо». Надо писать отчет, надо редактировать газету, надо рассылать письма и друг за другом стройным строем выплывают новые «надо». И ты постепенно втягиваешься в такой формат работы. Хотя работать без вас, моих замечательных студентов, честно говоря, довольно скучно. Спасает «Дискорд», хоть ваши голоса могу услышать.

Однако, несмотря на все трудности дистанцирования, можно найти и положительные стороны. Во-первых, мы открыли для себя новые



возможности общения: видеочаты, голосовые каналы. Всегда же неплохо пробовать что-то новое.

Мы узнали, что можем работать и учиться по-другому, не так, как привыкли. Да, это не заменит человеческого контакта, но ведь всегда же интересно пробовать что-то новое. Ну, и мы стали работать над собой, потому что скука заставляет нас делать хоть что-нибудь. Признайтесь, воспользовались видеоуроками с тренировками или рецептом от наших поваров в группе «НГТК» в соцсети? Да, с конца марта наше бытие несколько изменилось, нам пришлось привыкать к иному распорядку дня. Но как там было у классика? Ко всему-то подлец-человек привыкает! Это Достоевский, есче.

А если в сложившейся ситуации искать положительные стороны, то самоизоляция вообще покажется раем.

**Неунывающая затворница
Редактор Черниговская С. С.**

ДИСТАНЦИОННОЕ М-МУЧЕНИЕ

Весна 2020-го года показала, что для всей системы российского образования наступили трудные времена и как никогда стала актуальной тема дистанционного обучения. Это мучение или современный и удобный способ получения знаний? Чтобы ответить на этот вопрос, корреспондент «НГТК-Life» решил узнать мнение преподавателей и студентов.

Итак, первым делом мы поболтали со студентами. Многие сошлись на необходимости проводить больше онлайн-пар, так как одно дело прочитать лекцию, а другое дело учитель эту лекцию вместе с тобой разберет и объяснит непонятные моменты. Такая система обучения стала новинкой не только для студентов, но и для самих преподавателей. Каждой категории пришлось привыкать к новым обстоятельствам. В результате постепенно количество занятий онлайн увеличилось, ведь с опытом проведения «дистанционки» стало понятно, на что лучше всего делать упор.

Также одной из проблем является сложность заданий по некоторым предметам. Например, в группе № 40-П не идут дела с бухгалтерским учетом, а все потому, что задания сложные, а объяснения нет. У группы № 22 проблемы с «Информационными технологиями в профессиональной деятельности». Да, легкие задания тоже есть, но чаще всего при выполнении домашнего задания хочется выкрикивать нецензурные слова.

Насчет того, удобна ли такая форма обучения мнения разделились. Для кого-то все просто и понятно, а кому-то приходится нелегко по разным причинам: отсутствие компьютера, неполадки с интернетом, усвоение информации только при словесном и практическом объяснении. Не секрет, что отсутствие зрительного контакта с преподавателем или, наоборот, со студентом затрудняет общение, а следовательно, и



объяснение нового материала. В общем дистанционное обучение хорошо только для тех, кто ничего не делает (среди них есть «счастливчики», кто еще и платит за незапланированный отпуск).

Для преподавателей основные трудности были в самом начале, когда все только настраивалось, непонятно было, как, куда выкладывать материал, каким образом и где лучше всего организовать учебный процесс. Безусловно, сейчас им все еще нелегко, учитывая количество групп и дисциплин, но гораздо проще работать, когда уже понимаешь, как устроена система.

Но, надо признать, что самой большой проблемой всех учителей является нежелание студентов учиться. По какой-то неведомой причине часть из них решила, что в колледже наступили каникулы и можно ничего не делать. Если вы, уважаемый читатель, относитесь к такой категории, знайте

– когда-то обычные предупреждения перерастут в радикальные меры, и вы им вряд ли обрадуетесь.

Среди учителей есть те, кто считает дистанционное обучение удобной формой получения образования, но все подмечают, что объем усваиваемой информации ниже, и что общение с педагогом лично заменить сложно, а порой и просто невозможно.

Иван Сергеевич Турханов, преподаватель спецдисциплин у «айтишников», выразил мысль, с которой я согласна: «Дистанционное обучение подходит как форма обучения далеко не всем специальностям». Безусловно, если программист в состоянии изучить материал на дому, то повар на практике может применить только малую часть своих знаний, ведь не у каждого на кухне есть блендер, мясорубка и т. п. Да и подсказки опытного мастера производственного обучения при отработке видов нарезок или приготовления блюда всегда кстати, когда он стоит рядом со студентом, а не присутствует виртуально, поглядывая с экрана монитора.

Что ж, лично мне дистанционное обучение нравится, это удобно.

Есть, конечно, несколько минусов. Во-первых, мне как воспитателю нужна практика. Здесь имеется в виду, как дуальное обучение в детском саду, так и практические занятия в самом колледже. Огромной проблемой для меня первое время был малый процент обратной связи. За 4 недели обучения мне сказали оценки только по двум предметам. Не густо и грустно. Но со временем все наладили, преподаватели вышли на связь, и стало учиться спокойнее. Постепенно появились и сроки сдачи домашних работ, за это скажем спасибо видео конференции с директором. Стало значительно легче выполнять задания.

Наверное, тем, кто повышает профессиональный навык или просто есть уже какие-то начальные знания по профессии, дистанционное обучение подходит больше, если, конечно, преподаватели не заваливают «домашкой», а ее процент тоже увеличился.

И напоследок. Спасибо всем учителям, которые дают посильные задания и хорошие ресурсы для его выполнения. И тем, кто работает с IT-частью дистанционного обучения. СПАСИБО!



КАК КОМЕДЖ И ЕГО СТУДЕНТЫ КОРОНАВИРУС ВСТРЕЧАЛИ

Как все мы с вами знаем, ужасающая чума под названием COVID-19 с конца марта заперла нас по домам. Теперь кто-то учится, кто-то отдыхает, кто-то работает удаленно, а кто-то гуляет. Ведь дополнительные противоэпидемиологические меры для дураков, верно? Но даже в такой непростой период наш комедж старается разнообразить жизнь студентов. Как же некоторые студенты, но с приставкой активист, ведут свою бытность во время самоизоляции?



Всем известная Дарья Корпусенко, которая появляется, чуть ли не в каждом выпуске нашей газеты, является у нас добровольцем. Но гладить её по головке можно за то, что она не прозябает в лени изо дня в день, а смотрит вебинары, проходит онлайн курсы и участвует в конкурсах. Даша помогает своим престарелым соседям, закупая им продукты в магазине. Так что, читатель, даже самоизоляция не мешает активисту добровольцу оставаться таковым.

Следующий у нас Максим Левицкий, наш многоуважаемый верстальщик, который потом сократит мою статью, т. к. та не уместится на полосе. Работа его идет, как и раньше, коронавирус его деятельность не затронул, поскольку война войной, а газета по расписанию. Ну да, он, конечно, прокрастинатор слегка, но именно благодаря этому замечательному работяге, вы и в наше нелёгкое время можете читать вашу любимую «НГТК-Life».

А есть у нас в редакции самый натуральный ленивец Кирилл Владимиров, но он о своей лени сам расскажет, а я скажу, как он в момент себя пересилил и занялся прямыми трансляциями в группе, на которых проводил мастер-классы и учил, как делать красивые фотографии. Так-то молодец, безумно работоспособный молодец. И вот здесь можно перейти к тому, что творилось с деятельностью колледжа в период пандемии.

Несмотря на самоизоляцию, стали появляться возможности не выходя из дома поучаствовать в различных конкурсах. И Степан Тестов, ответственный за патриотическое направление работы, решил провести конкурс

эссе «Письмо ровеснику в годы Великой Отечественной войны», приуроченный ко Дню Победы. Подробности и положение в нашей группе в «ВКонтакте». Читай и скорей присылай заявку!

Свою рубрику «НГТК после пар» вела и начальник соцпедотдела Ирина Владимировна Куликова, которая предлагала совместный просмотр и обсуждение классики кино, виртуальные экскурсии и всё, что помогает разнообразить досуг средне-статистического студента.

Поначалу, с переходом на дистанционное обучение, всем было непривычно, да и группа колледжа в «ВК» почти полностью переключилась на осведомление о расписании занятий, но не только. Если вы внимательно следили за новостями, то уже знаете, что в «НГТК» шили многоцветные марлевые маски. Так студенты ответственные и заинтересованные вместе с преподавателями помогли общему делу, за что скажем им большое спасибо.

Таким образом, колледж предоставил нам возможность учиться и реализоваться даже сейчас.



Я могу сказать, что самоизоляция не повод целыми днями нежиться на кровати и ничего не делать. Это в первую очередь огромные возможности заняться тем, что давно хотелось, но до чего не доходили руки. Вот вам дан период, когда вы можете спокойно развиваться, помогать соседям, как это делает Корпусенко, и хоть и дистанционно, но участвовать в жизни колледжа.

Дистанционный активист Никита Кипкало

В КУРСЕ СОБЫТИЙ

Флешмоб

#педагогиНГТКдома

В период самоизоляции учителя запустили флешмоб #педагогиНГТКдома. Каждый, кто принял участие, делился своими делами на день и фоточками этих самых дел. Большинство из них убирались дома, что не удивительно, кто-то рисовал, кто-то собирал пазлы. Многие провели эти дни вместе со своей семьей. В общем, никто из преподавателей не грустил.



Следила за новостями Викуська Кудрякова

Хроника самоизоляции

Группа «НГТК» в соцсети, несмотря на карантин, продолжала активно действовать. Были, как и обучающие посты, например, памятка о том, как сделать маску своими руками или советы о том, как проводить карантин, мастер-классы. Каждый день с 11:00 до 13:00 в мессенджере «Discord» проходил онлайн прием психолога. Любой студент, почувствовавший на самоизоляции, что не справляется, мог обратиться за помощью к Ирине Владимировне Куликовой. Состоялась премьера рубрик «Фаворит хоум музик», где преподаватели и студенты-активисты делились своими любимыми композициями, «Учимся готовить вместе!» с рецептами легких в приготовлении блюд, но очень вкусных. Как видите, группа «НГТК» не оставляла своих студентов не на миг. А закончить хотелось бы радостной новостью. Именно в этот период самоизоляции нас стало больше – на группу подписалось уже 1000 человек! Присоединяйся и ты!



НГТК – СКАЖИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ ОБРАЗОВАНИЮ – ДА!

С 14 по 30 апреля 2020 г. В ГАПОУ «НГТК» состоялся ряд мероприятий в рамках областной профориентационной акции «Апрельские встречи».

Особенностью этих виртуальных дней открытых дверей «НГТК – твой путь к успеху!» являлось то, что они проводились в дистанционном режиме на интернет площадке «Дискорд», поэтому охват аудитории был большой, даже старшеклассники из удаленных населенных пунктов Самарской области получили возможность узнать о колледже, его работе и о правилах зачисления. Всего в виртуальных встречах приняло участие более 1000 чел., как школьников, так и их родителей и учителей.

Всех участников виртуального дня открытых дверей приглашали присоединиться к стриму, таким образом, они получали возможность посмотреть видеоролики, созданные студентами «НГТК», и презентации о специальностях и увлекательной повседневной жизни активистов. В завершении старшеклассники принимали участие в викторине о различных профессиях «Пусть меня научат». Несмотря на то, что мероприятия в таком формате проходили впервые, гости остались довольны и оставили положительные отзывы.

Рассказала Анна Саранцева

Напомним, что 14 марта в колледже состоялся реальный день открытых дверей «НГТК – твой путь к успеху!». Для посетителей была организована экскурсия по учебному заведению, музею и лабораториям, а также интерактивная викторина. Из года в год подобные мероприятия наш колледж проводит с увлекательной программой, составленной и воплощенной в жизнь силами самих обучающихся.



В этот раз мероприятие началось с похода в лаунж-зону, где активисты провели увлекательную викторину о профессиях, а в онлайн-центре гостям рассказали о специальностях и правилах поступления в колледж, о студенческой жизни в его стенах и добровольческом движении. У будущих абитуриентов была возможность пообщаться со студентами и преподавателями техникума, задать представителям администрации интересные вопросы.

Рассказала, что как было Кристина Зизёва



НИПТЯНКИ

Не стоит торопиться

Привет, принцессы! Сегодня мы поговорим об одном из главных аспектов в жизни каждой девушке – сексе. Когда уже можно? Стоит ли доверять ему? А что подумают окружающие? Как понять, что ты готова к сексуальной жизни?



Для начала запомни одно правило – «НЕ СТОИТ ТОРОПИТЬСЯ». Если менструальный цикл начался, то это вовсе не означает, что твой организм в физическом и моральном плане готов вступать в половой контакт. В первую очередь, я посоветовала бы обратиться в женскую консультацию, врачи тебе все объяснят и подскажут про меры предосторожности от ранней беременности, о венерических заболеваниях и вообще о том, как может происходить этот процесс. Если ты очень стеснительная девушка, то можно обратиться с этим вопросом к своей маме или любой взрослой женщине, которой ты доверяешь, например, старшей сестре или тете. Поверь, здесь нечего стыдиться, все девушки в свое время проходят через это.

Теперь поговорим непосредственно о твоём молодом человеке. Наверняка он уже давно закидывает намеки на что-то большее, чем просто объятия и поцелуи. Но, чтобы перейти к следующему ответственному шагу, ты должна быть уверена в нем на все 100500%. Перед тем как вступить с ним в первый половой контакт, вам необходимо всё обсудить, и тут не надо стесняться, наоборот, тогда вы оба поймете друг друга и станете только ближе.

На чем же, главным образом, стоит акцентировать внимание? Это, прежде всего, вопрос о здоровье обоих партнеров, о средствах контрацепции. Ведь ты же не хочешь стать героиней какого-нибудь ток-шоу «Беременная в 16»? В вопросе использования презервативов или иных контрацептивов ты должна быть твердой, здесь речь идет о твоём здоровье. И не бойся первой начать этот разговор. Если ты считаешь, что в твоей жизни настал момент «этого самого», то я настоятельно рекомендую ещё раз обратиться к врачу или к маме. Ведь после этого твой организм кардинально изменится, а ты начнёшь замечать некоторые изменения в себе и в психологическом плане. И помни, это серьезный и ответственный шаг во взрослую жизнь, к которому не стоит торопиться.



Регина Панова
P.S. PanRegi

СПОРТ-LIVE

Чем занять себя во время карантина?

Вот и начался режим самоизоляции, но многие совершенно не знают, чем можно занять себя в это время. Сейчас нельзя выйти прогуляться, увидеться со своими друзьями и знакомыми, в свободное от учебы время уже надоедает смотреть сериалы, а лента в «ВК» уже просмотрена до дыр. Проводить день лежа на диване тоже не вариант. Что же делать нам активным, ведь спортивные залы и тренажеры давно закрыты? Выход есть! Зачем выходить из дома, если спортом можно заниматься у себя в квартире!

Действительно, даже не уйдет лишнего времени, чтобы добраться до спортивного центра. В интернете можно легко найти для себя подходящий вариант тренировки, а в нашей группе «ВКонтакте» ежедневно выкладываются посты с упражнениями на разные группы мышц. Абсолютно каждый студент или педагог может найти для себя что-то подходящее или попробовать что-нибудь новое, например йогу или пилатес.

Начните с 10 приседаний в прыжке. Затем выполните 10 обычных приседаний и на последнем задержитесь в нижнем положении на 15-30 секунд. Добавьте 10 отжиманий и 30-60 секунд планки.

Данный комплекс нужно повторить несколько раз. Он довольно простой и подойдет даже тех людей, кто не очень силен в спорте.

Если для вас это слишком просто, можно разнообразить свои занятия, добавив в нее предметы, находящиеся у нас под рукой. Например, стулом можно заменить скамью для обратных отжиманий. Если вы любите занятия с гантелями, но у вас их нет дома, то замените их бутылками с водой.

Даже если вы занимаетесь дома, то это не значит, что нужно забывать о гигиене и о здоровом образе жизни. Звучит банально, но в данный момент времени – это необходимо. Также для поддержания иммунитета не забывайте соблюдать режим сна и правильно питаться.



**Домашняя спортсменка
Наташа Николаева**

ДНЕВНИК ПЕРВОКУРСНИКА

Первые шаги на пути к шизофрении.
Продолжение рассказа узника самоизоляции.

АПРЕЛЬ. ДЕНЬ КАКОЙ-ТО КАЖДЫЙ НОВЫЙ ДЕНЬ СОЛНЕЧНЫЙ СВЕТ, ПРОБИВАЯСЬ ЧЕРЕЗ ОКНО, БУДИЛ МЕНЯ, ЗАПУСКАЯ В ГОЛОВЕ ЧЕРЕДУ ОДНИХИТЕХЖЕАЛГОРИТМОВ. В НЕСКОНЧАЕМОМ СМЕРЧЕ КРУТИЛИСЬ МЫСЛИ, КОГДА Я УВИЖУ СВОИХ ДРУЗЕЙ, ЛЮДЕЙ? ПОЧУВСТВУЮ ВЕТЕР, ЧТО БУДЕТ ПОРТИТЬ С ТРУДОМ РАСЧЁСАННЫЕ ВОЛОСЫ? МАШИНЫ, ЧТО БУДУТ ШУМЕТЬ И ГЛУШИТЬ МУЗЫКУ В НАУШНИКАХ? КАК НА ЗЛО ПОГОДА С КАЖДЫМ ДНЁМ ТОЛЬКО УЛУЧШАЛАСЬ И К ОПРЕДЕЛЁННОМУ МОМЕНТУ СТАЛО ДАЖЕ ЖАРКО. ХОТЕЛОСЬ ВЫБЕЖАТЬ ИЗ ДОМА, ВСТАТЬ НА ЧЁРТОВ КРУИЗЕР И ПОМЧАТЬСЯ КУДА-НИБУДЬ, МОЖЕТ ДАЖЕ УПАСТЬ ПАРУ РАЗ, НО ОНО БЫ ТОГО СТОИЛО. ТИШИНА - ЛУЧШИЙ ДРУГ МОЛОДЁЖИ. А ЕЩЁ ШИЗОФРЕНИИ, ПО ВСЕЙ ВИДИМОСТИ. НИКОГДА ТИШИНА ЕЩЁ НЕ БЫЛА СТОЛЬ ОГЛУШИТЕЛЬНО ГРОМКОЙ. ОТ ПОЛНЕЙШЕГО ВАКУУМА ЕЁ ОТЛИЧАЛО ЛИШЬ ТО, ЧТО ЗА ОКНОМ ИНОГДА ДОНОСИЛСЯ ГУЛ МАШИН. КАРАНТИН - ХУДШИЙ ДРУГ ЭКСТРАВЕРТА.



АПРЕЛЬ. ДЕНЬ ПО СЧЕТУ... НЕ ИМЕЕТ ЗНАЧЕНИЯ ТЮРЕМНЫЙ РЕЖИМ ПРОДЛИЛИ ЕЩЁ. ТО ЛИ НА НЕДЕЛЮ, ТО ЛИ НА МЕСЯЦ, НЕ БЫЛО ПОНЯТНО НИ ЧЕРТА. Я ЗНАЛ ЛИШЬ ТО, ЧТО Я СОЙДУ С УМА В ЭТОМ ПОЛУТОРАМЕСЯЧНОМ МАРАФОНЕ БЕЗУМИЯ. НО ВНЕШНЕ ЭТУ НОВОСТЬ Я ПРИНЯЛ СПОКОЙНО. ВЕЗ КРИКОВ, МАТОВ И СЛЁЗ, НО ЧТО ПРОИЗОШЛО ВНУТРИ? МОИ ОРГАНЫ ЧУВСТВ УСТРОИЛИ БУНТ И, КАЖЕТСЯ, В ПЕРВОЗДАННОМ ВИДЕ НЕ ВЕРНУТСЯ КО МНЕ УЖЕ НИКОГДА. МЕНЯ РАЗРЫВАЛО ОТ ЗЛОСТИ. ПРИЧЁМ ДАЖЕ Я НЕ ПОНИМАЛ, НА ЧТО Я ЗЛЮСЬ. ПОНИМАЯ, ЧТО ЭТО НЕОБХОДИМЫЕ МЕРЫ И ОСОЗНАВАЯ СЕРЬЁЗНОСТЬ ПРОБЛЕМЫ, Я ПРОДОЛЖАЛ ЕЖЕДНЕВНОЕ НЫТЬЁ, ТО ЛИ ОТ ЧУВСТВА НЕСПРАВЕДЛИВОСТИ, ТО ЛИ ПРОСТО ОТ БЕЗЫСХОДНОСТИ. ХОТЯ, НАДО ПРИЗНАТЬ, Я НАШЁЛ СЕБЕ ИНТЕРЕСНОЕ ЗАНЯТИЕ.

ИДЕЮ СТЫРИЛ У ОДНОГО ИТАЛЬЯНСКОГО ФОТОГРАФА И ТЕПЕРЬ ПРОВОЖУ СЕТЫ В ФОРМАТЕ ОНЛАЙН ЧЕРЕЗ ВИДЕОСВЯЗЬ. ПРОЦЕСС ВЫГЛЯДИТ КРАЙНЕ ЗАБАВНО, А РЕЗУЛЬТАТ ПОЛУЧАЕТСЯ СУПЕР АРТ-ХАУСНЫМ, И СОПРОВОЖДАЕТСЯ УЖАСНЫМ КАЧЕСТВОМ ФОТОК. НА МОМЕНТ НАПИСАНИЯ ЭТИХ СТРОК НА ДВОРЕ, ВРОДЕ, СРЕДА. 30 ЧИСЛА ОКОВЫ КАРАНТИНА ДОЛЖНЫ ПΑΣТЬ И ЛЮДИ, СЛОВНО ТАРАКАНЫ ПОСЛЕ ЯДЕРНОЙ ЗИМЫ, ВЫИДУТ ИЗ СВОИХ УБЕЖИЩ НА ВСТРЕЧУ С ВЕТУ, ВОЗДУХУ И ШАШЛЫКАМ. ПОСТАРАЮСЬ ВЗЯТЬ СВОЮ ШИЗУ В ЕЖОВЫЕ РУКОВИЦЫ, ПЕРЕБОРОТЬ ЛЕНЬ И НЕ УМЕРЕТЬ...

АВТОР-ШИЗОИД ПРЕДУПРЕЖДАЕТ! СИДИТЕ ДОМА, СОБЛЮДАЙТЕ ДИСТАНЦИЮ И ГИГИЕНУ! БЕРЕГИТЕ СЕБЯ!



Vladimirov.K | ФОТОГРАФ САМАРА | НОВОКУЙБЫШЕВСК

7 мая в 21:35

Сегодня я должен был отретушировать фотки и выложить их, но вместо этого 9 часов играл в майнкрафт. Простите.



20



6



178



Наташа Николаева 😊

нет тебе прощения

7 мая в 21:57 Ответить

Вырывал листы из дневника Кирилл Владимиров

КРУПНЫМ ПЛАНОМ

Студентка месяца из 26 группы Полина Орешкина.

Р. С.: интервью она даёт совместно со своей шизофренией, появившейся во время карантина.

1. Что ты любишь?

- Кушать. Много кушать. Ну, и конечно, как обычный подросток, гулять и тусить.

2. Что ты не любишь?

- Не люблю, когда врут или говорят за спиной.

3. Есть ли у тебя хобби?

- Графический дизайн. А вообще много чего, захочу, разрисую кофту, захочу, почитаю книгу, ну, или буду задротить в игры.

4. Что ты делаешь в свободное время?

- Бегу гулять с любимыми друзьями.

5. Что на твой взгляд самое главное в человеке?

- Искренность.

6. Твои предпочтения в кино, музыке, литературе?

- Перевариваю все.

7. Что попросишь у золотой рыбки?

- Попрошу прокачать навыки в графическом дизайне, чтобы выиграть на WSR (WorldSkills International – некоммерческое движение, миссия которого – повышение стандартов подготовки кадров).

8. Когда в последний раз плакала?

- Программисты не плачут.

9. Хотела бы иметь сестру-близнеца? Почему?

- Нет, не знаю.

10. Говорят, в жизни нужно попробовать всё. Есть ли такие вещи, которые ты бы никогда не стала пробовать?

- Жизнь без Путина.



11. Чего ты боишься?

- Темноты.

12. Чему ты радуешься?

- Сладостям.

13. На какой вопрос тебе бы хотелось ответить, но его никто не задает?

- Не знаю.

14. Если бы тебе оставалось жить 3 дня, чтобы ты сделала?

- Сделала бы все, что могу из планов на жизнь.

15. Что бы ты хотела пожелать нашим студентам?

- ПЕРЕЖИТЬ КАРАНТИН!!!

Беседовала Светлана Волобуева

ПЕДАГОГ МЕСЯЦА

Преподаватель информатики Елена Викторовна Ворожейкина

Елена Викторовна отличный преподаватель, который знает свое дело и любит свою работу. Она хорошо находит общий язык со студентами, является классным руководителем 16 и 18 групп. Как она сама говорит, они держат её в тонусе, могут расстроить, удивить и обрадовать, но она всё равно их любит.



1. Охарактеризуйте себя в трёх словах.

- Ответственная, веселая и энергичная.

2. Что самое трудное в Вашей работе?

- Трудностей серьезных нет, бывают недопонимания между мной и детьми, но они быстро решаются.

3. Какой самый странный вопрос Вам задал студент?

- Их было множество, сейчас и не вспомню, на самом деле.

4. С каким историческим персонажем Вам хотелось бы встретиться в реальной жизни?

- Хм... хороший вопрос. Возможно, с любой из императриц, либо королев.

5. Что бы Вы попросили у министра образования?

- Так быстро невозможно ответить на этот вопрос, не знаю даже. Попросила бы тактику обучения новую, чтобы учащимся в школах и обучающимся в колледжах/институтах было удобнее, понятнее и проще изучать предметы. Постаралась бы даже придумать эту тактику.

6. Соблюдаете ли вы режим дня?

- К сожалению, сейчас в режиме самоизоляции трудно соблюдать режим, нужно все успеть сделать, проверить работы, а также, ответить на вопросы студентов.

- Кто является самым знаменитым (популярным) студентом нашего колледжа?

- Для меня все студенты равны.

Просто кто-то проявляет себя, а кому-то это не интересно, к сожалению. Все студенты разнообразные.

7. О чём Вы мечтаете?

- У меня все есть: родные, близкие, любимые мне люди, а остальное все приложится.

8. Что Вы не любите?

- Не люблю жужжащих насекомых, я от них убегаю всегда.

9. Расскажите о своих предпочтениях в кино, музыке, литературе.

- В кино предпочитаю ужасы, комедии, даже боевики) Музыка играет из моих колонок по настроению.

Из литературы обожаю детективы, а также, научные книги, в которых рассказывают про наш организм.

10. Какие три предмета Вы бы взяли с собой на необитаемый остров?

- Колонку, не смогу без музыки к ней же и плеер. Думаю, что этого достаточно. (Взяла бы лучше троих людей) с людьми весело.

11. Какие три книги Вы бы взяли почитать в путешествие?

- Научные, о которых я упоминала выше.

12. Что бы Вы пожелали нашим студентам?

- Терпения, ответственности и побольше улыбаться).

Беседовала Светлана Волобуева

ЧЕРТОГИ РАЗУМА

Вопрос: Как начать заниматься саморазвитием?

Ответ: Все просто. Главное начать!

Сейчас тема личностного роста особенно актуальна. Везде говорят о том, что нужно работать над собой, расти, добиваться успеха в жизни. При этом, возникает закономерный вопрос: а с чего, все-таки, это саморазвитие начать, как найти время и стимул? Особенно если хочется все и сразу.

Что делать?

1. Ревизия. Нужно найти время и проанализировать свою жизнь, вернее каждую сферу своей жизни, и честно ответить себе на вопросы: что конкретно меня не устраивает, каких качеств или умений мне не хватает, чтобы быть довольным собой? Постарайтесь быть объективным и не обманывайте себя. Рассмотрите отдельно: физическое и духовное здоровье, финансы, социальные отношения, интеллектуальное развитие и личностный рост. Выбери самое важное направление. Поскольку полностью гармоничных, всесторонне развитых людей – единицы, для начала стоит сфокусироваться на главном именно для тебя. Подумай, каких качеств и умений тебе не хватает, и начни с этого. Если браться за все и сразу, то результата, наверняка, не будет вообще. Составь конкретный план действий.

2. Позитивный настрой и целенаправленные действия. Одних только мыслей не достаточно – нужно постоянно предпринимать конкретные шаги, чтобы становиться лучше с каждым днем. Многие спросят: «Как найти для этого время?». Для начала достаточно выделить 20-30 минут в день – не посмотреть



телевизор, не посидеть в интернете и соцсетях. Через месяц эти 20-30 минут дадут вам ощутимый результат, главное начать.

3. Без умных книжек никуда. Среди бестселлеров по этой теме:

- Кови Стивен «7 навыков высокоэффективных людей»;
- Шарма Робин «Монах, который продал свой Феррари»;
- Годин Сет «Яма».

Все эти книги объединяет одна ценная мысль – саморазвитие никогда не заканчивается. Ты поймешь, что стремление быть лучшим в характере у человека и этим качеством нужно уметь пользоваться. Начни с малого и не останавливайся.

Ваш личный психолог Н. О. В.

БЛИЖЕ К ЗВЕЗДАМ

Молодая и богатая звезда Голливуда.

Ну что ж, даже во время карантина газета «НГТК-Life» не перестает познакомить вас с богемой Голливуда. Перед вами выдающаяся, умная, красивая, ну, и наконец, богатая звезда – Милли Бобби Браун!

Милли Бобби Браун – это на сегодняшний день очень известная и молодая британо-американская актриса, которая стала известной благодаря сериалу «Очень странные дела», где она сыграла главную роль – девочки со сверхспособностями и странным именем Одиннадцать. Милли на данный момент всего 16 лет, но в свои 16 она уже посол доброй воли Юнисеф, косметолог, модель, актриса и продюсер. На этом Браун не собирается останавливаться. Ну а теперь, давайте разберем ее проекты и выясним, сколько Милли зарабатывает на этом.



Как-то раз, лондонским утром 8-летней Милли Бобби Браун стало скучно, и ее папа предложил Милли записаться в актерскую школу. Браун долго не раздумывала и согласилась. После первого занятия в этой школе, Милли заявила, что хочет стать актрисой. Родители водили девочку на разные кастинги, искали для нее агента, переехали в Лос-Анджелес, Милли даже снялась в нескольких эпизодах разных сериалов, таких как: «Однажды в Стране чудес», «Злоумышленники», «Американская семейка» и другие. Оплата была не большая, семья Милли разорялась и им пришлось вернуться обратно в Лондон.

Вдруг, в один прекрасный день, Милли предложили пройти кастинг

на роль Одиннадцать в сериале «Очень странные дела». Браун согласилась и не прогадала, после этого сериала ее ждал успех. В конце первого сезона, Милли Бобби Браун заработала 10 000 долларов за эпизод. После первого сезона Милли заключила партнерство с брендами Moncler, Converse и Pandora. Начался второй сезон «Очень странных дел», рейтинг сериала возрастал, соответственно и заработок актеров тоже становился больше. Гонорар вырос до 30 000 долларов за эпизод. Позже, Браун снялась в двух фильмах под названием «Годзилла 2: Король монстров» и «Годзилла против Конга». Заработанный бюджет на этих проектах составлял 1 млн долларов за первую часть, а

за вторую часть уже в 3 раза больше, да и рейтинг этих фильмов был достаточно высоким. В 3-м сезоне «Очень странных дел», Браун заработала огромные 300 000 долларов за эпизод. За съемки в этом сериале ее заработок оценивается примерно в 4 миллиона долларов. После 3 сезона Милли Бобби Браун открывает собственную линию косметики – Florens by Mills. По словам Милли, ее продукция по составу очень легкая, поэтому эта косметика рекомендована для девочек подростков. Также ее продукция стоит от 15 долларов. Позже, Милли заявляет о том, что она стала послом доброй воли ЮНИСЕФ. Это международная организация, которая занимается защитой прав детей по всему миру. Хочется отметить, что Милли является самым юным послом доброй воли. Браун также принимала участие в видеоклипах, вы ее можете увидеть в клипе Maroon 5 при участии Cardi B «Girls like you», Дрейка «In my feelings» и Мэрайи Кэри «Happy anniversary, All I want for Christmas is you».

Впереди у Милли съемки 4 сезона сериала, который принес ей успех и баснословные богатства, а также фильм «Энола Холмс», где Милли сыграет главную роль Энолы, сестры Шерлока Холмса. Милли за работу в этом фильме получит свыше 6 миллионов долларов. В случае успеха фильма актриса дополнительно получит приличную надбавку. А кроме того, Браун получит кредит продюсера в размере 500 тысяч долларов, и ее контракт позволит ей путешествовать на частном самолете. А если у фильма будет продолжение, Милли положит в банк еще 7,5 миллионов долларов. Вот так вот, звезды мои. В финале этой рубрики, хочу сказать, что если у вас появилась мечта, не сомневайтесь, идите к ней и добивайтесь её исполнения, постоянно учите и изучайте что-то новое, запишитесь на курсы, читайте профессиональную литературу, практикуйтесь. Пусть и маленькими шажочками, но постепенно вы будете становиться ближе к своей цели.



Любительница звезд и сияния Анютка Саранцева.

ГОТОВЬ И ЕШЬ Фруктово-ягодный СМУЗИ



Ягоды красные (любые на ваш вкус) – 100 г

Киви 2-3 шт.

Банан 1-2 шт.

Хурма 1 шт.

Кефир 150 мл.

Мёд по вкусу

Способ приготовления:

Шаг 1. Для приготовления смузи зеленого цвета киви очистите от кожуры, нарежьте небольшими кусочками и отправьте в чашу блендера. Добавьте половину банана, мед (по желанию) и кефир. Хорошо перемешайте до однородного состояния.

Шаг 2. Приготовьте смузи желтого цвета. Для этого хурму очистите от косточек и листьев, нарежьте кусочками и измельчите в блендере вместе с половиной банана, кефиром и медом.

Шаг 3. Для приготовления смузи красного цвета горсть ягод смешайте в блендере с поло-

Десерт от этого чудесного автора уже был в нашем выпуске. Всем он очень понравился, поэтому мы снова обратились к Андрею Шматову за новеньким, вкусным рецептиком. Вэтотразпредлагаем узнать, как приготовить фруктово-ягодный смузи, невероятно красивое фруктовое, трехслойное блюдо с хурмой, киви, бананами, кефиром, медом и ягодами.

виной банана, кефиром, медом до однородного состояния.

Шаг 4. Далее аккуратно выложите слоями смузи, чередуя цвета. Приятного аппетита! Вот такой простой и очень эффективный напиток у нас получился сегодня. Калорийность этого смузи не больше 300 ккал. Отлично подойдет для тех, кто хочет поддержать свою фигуру, а так же своё здоровье.



Записывала рецепт не повар Викуська Кудрикова



ПРИХОДИТЕ В ЛАУНЖ ЗОНУ ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ НА СОЦ. СЕТИ



https://vk.com/gapou_ngtk



ngtk.online

Газета распространяется бесплатно на территории ГАПОУ “НГТК”
“Редакция благодарит авторов статей за предоставленный материал и
приглашает к сотрудничеству в подготовке новых выпусков”

Тираж 100 экз.,

Верстка Максим Левицкий

Редактор Светлана Черниговская

Заместитель редактора Ирина Корнева