



КАМЕРТОН

Печатный орган учреждения образования
«Могилевская государственная гимназия-колледж
искусств имени Евгения Глебова»

№1 (100)
сентябрь
2023 г.



ЮБИЛЕЙНЫЙ ВЫПУСК

Мы сделали это!



**Каждый ребенок
хочет
в «Зубренок»!**

**Международный
форум**

**Малыдыя
таленты
Беларусі — 2023**

ПРИНИМАЕМ ПОЗДРАВЛЕНИЯ!

Газета «Камертон» - это летопись добра, вдохновения, музыкальных открытий.



Спасибо идейному вдохновителю и создателю газеты Курило Наталье Евгеньевне, которая обладала удивительной способностью «поймать ноту» нашего учебного заведения.

«Камертон» в 100 раз доказал, что он остается эталонной высотой всех, кто учился, учится и будет учиться в Могилевской государственной гимназии-колледже искусств имени Евгения Глебова.

*Директор,
Курков Александр Евгеньевич*

**Шануйныя настаўнікі, вучні, бацькі і ўсе,
што чытае гімназічную газету
«Камертон»!**

100 выпуск газеты – цудоўная нагода павіншаваць усіх нас с гэтай круглай датай! Колькі захапляльных нарысаў мы прачыталі на яе старонках, колькі хлопцаў і дзяўчат паспяхова паспрабавалі свае сілы ў нялёгкай журналісцкай працы і даказалі на шматлікіх конкурсах свой прафесіяналізм і літаратурную адоранасць.



Не ў кожнай установе адукацыі ёсць свая газета, а ў нас яна не проста ёсць,

а жыве разам з намі: радуецца нашым поспехам, адзначае святы, успамінае знакавыя падзеі, разважае над самым важным і жартуе.

Хай і надалей у нашым гімназічным жыцці адбудзецца шмат яркавых падзей, якія будуць асвятляцца ў газеце. Нам хочацца ганарыцца нашымі дасягненнямі і пленна працаваць на стварэнне станоўчага іміджу Магілёўскай дзяржаўнай гімназіі-калледжа мастацтваў імя Яўгенія Глебова.

*Намеснік дырэктара
Наталія Дзмітрыеўна Алісеева.*

**С ЮБИЛЕЕМ, «Камертон»!
Звучит сегодня со всех сторон!
Мы газету нашу славим
И процветания желаем!
Творчества и вдохновения,
К новым форматам стремления!
Ярких и сочных статей,
А также креативных идей!
Пусть с гордостью звучит
со всех сторон:
«Это наша газета - «Камертон»!**

От души поздравляю с юбилейным выпуском газеты «Камертон» всех тех, кто пишет статьи и подбирает фотоматериалы, делает верстку и редактирует странички нашей газеты, а также является ее преданным читателем. Спасибо за ваше творчество!!!

*Ольга Валерьевна Розман,
педагог-организатор*



Сердечно поздравляем весь творческий коллектив и читателей газеты «Камертон» с первым значимым юбилеем в истории издания – выходом 100-го номера!

Культурная жизнь нашего учебного заведения необычайно насыщена и разнообразна: концерты, конкурсы, фестивали, путешествия и другие яркие события. Поэтому появление такого издания, как «Камертон», в котором все это освещается, вполне закономерно. Газета действительно стала еще одной доброй традицией нашего учебного заведения.

От всей души желаем газете «Камертон» новых творческих достижений, реализации интересных проектов, стабильных тиражей, творческому коллективу – крепкого здоровья, благополучия, процветания и хороших новостей! А читателям хотелось бы пожелать:

Улыбайтесь! Побольше юмора!
Меньше жалуйтесь...
Уважайте чужое мнение!
Проявляйте сочувствие,
сопереживайте окружающим!
Пытайтесь понять другого,
мысленно стать на его место...
Заряжайте своим оптимизмом людей вокруг!



*Всегда Ваши
педагог-психолог
Чернявская Е.А.
и педагог социальный
Бодкова Е.В.*



«Камертон». №100

**Сто – значит полнота и совершенство:
Сто лет, сто процентов, сто тонн!
Литературно-музыкальное блаженство!
Свой сотый номер открывает «Камертон»!**

Идея создания гимназической газеты «Камертон» принадлежит Курילו Наталье Евгеньевне, которая много лет являлась заместителем директора по воспитательной работе в гимназии-колледже искусств. В октябре 2010 года эта идея была воплощена в жизнь. Наталья Евгеньевна стала идейным вдохновителем, руководителем проекта, главным редактором газеты, её дизайнером, разработчиком рубрик, верстальщиком и даже корреспондентом. А вот название газета получила не сразу. В первом выпуске, который назывался «Газета», был объявлен конкурс на её будущее «имя». В конкурсе принимали участие педагоги, учащиеся, целые классы. Были предложены более четырех десятков вариантов названий газеты. На голосование жюри поставило только пять: «ЖКХ» – «Жизнь в колледже хороша», «Нота», «На высокой ноте», «Колледж нашего времени», «Камертон».

Председатели ученических комитетов простым голосованием выбрали из пяти лучшее – «Камертон». Напомним, что камертон - слово многозначное. В прямом значении оно обозначает прибор – источник звука, служащий эталоном высоты в пении и при настройке музыкальных инструментов. В переносном – что-либо задающее общий тон,



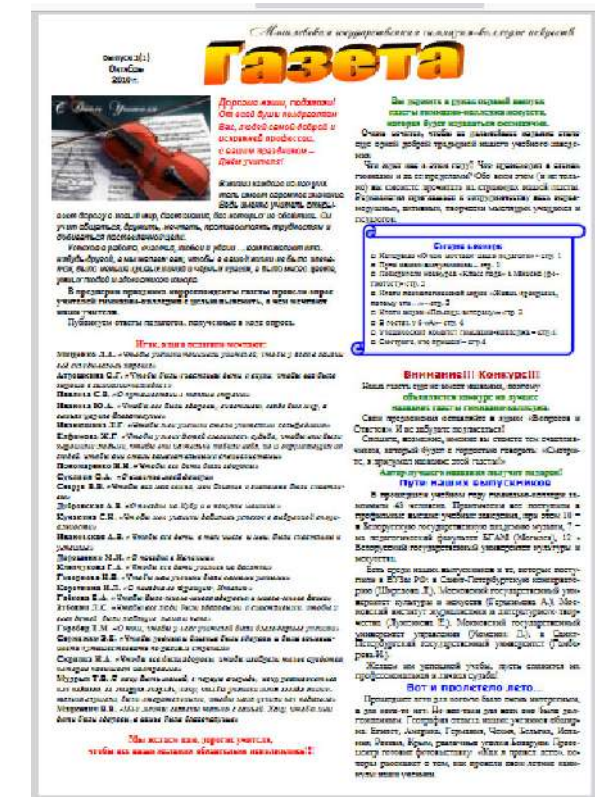
определяющее настроение.

Так наша газета получила имя, которое гордо несет вот уже тринадцать лет.

Состав пресс-центра за все это время оставался практически неизменным: руководитель – Курילו Н.Е., корректоры – Глекова Е.А., Горобец Т.М., фотографы – Чернявская Е.А., Дубровская А.В. и учащиеся классов. А вот корреспонденты - это динамическая составляющая нашей газеты. Ведь корреспондентом может быть любой желающий: учащийся, педагог, родитель. За тринадцать лет у нас было много корреспондентов разных возрастов со своей манерой изложения.

Все это время наша газета реализует основную свою идею. Газета «Камертон» – это и СРЕДСТВО ОБЩЕНИЯ между всеми, кто причастен к гимназии-колледжу искусств; и СРЕДСТВО ИНФОРМАЦИИ, позволяющее каждому быть причастным к событиям, происходящим на разных уровнях коллектива педагогов и учеников; и ЛЕТОПИСЬ учебного заведения в истории гимназии-колледжа память о событиях и личностях.

В нашей газете много разных рубрик, так как мы стремимся охватить все важные области гимназической жизни.



Широко освещаются в «Камертоне» ставшие традиционными в гимназии-колледже благотворительные акции, приуроченные ко Дню пожилого человека и Дню инвалидов: «С добром и заботой», «Согрей теплом своей души» «Мудрость. Доброта. Застава», «Милосердие», «Твори добро».

Новогодняя и рождественская акция «Музыка добра» и давно ставший традиционным благотворительный концерт «Гимназия-колледж собирает друзей» хорошо известны жителям нашего города. Эти мероприятия освещаются не только в нашей газете, но и в городских СМИ. Кроме этого ребята-волонтеры пишут о

помощи ОБО «Могилевский детский хоспис», об участии гимназистов в таких акциях, как «Доброе сердце» (помощь животным), «Покормите птиц».

Еще одно важное и актуальное направление, которому уделяется много внимания в газете,— участие в проектах «Война в судьбе моей семьи», «Истории семьи в фотографиях», «Традиции моей семьи», «Живая память войны». Это истории семей наших учащихся в истории Могилёва и нашей страны в целом.

В рубрике «Жизнь замечательных музыкантов, педагогов» и «Персона» ребята пишут о тех людях, которые живут и работают рядом с ними, восхищаются их, направляют, вдохновляют на новые победы. Таким незабываемым событием стала встреча учащихся и педагогов с «музой» Евгения Глебова, с его женой Ларисой Васильевной Глебовой, с автором повести «Сахарный ребенок» Ольгой Константиновной Громовой и с другими замечательными людьми.

Конечно же, не остаются без внимания многочисленные конкурсы, концерты, фестивали, музыкальные мосты разных уровней и разной географии, в которых участвовали наши коллективы, педагоги, ребята. А также праздники, творческие гостиные, юбилеи, экскурсии, поездки, летние путешествия и фотовыставки... Ребята охотно пишут в такие рубрики, как «Мои увлечения», «Проба пера», «Строки опаленные войной». Большой интерес среди учащихся вызвал инновационный проект креатив-студии «ProМузыку!»

Регулярно ребята пишут о таких ежегодных мероприятиях, как День учителя и яблочная ярмарка, День матери, Новый год и Рождество, Масленица, День защитников Отечества, День 8 марта, День Великой Победы. Да, события ежегодные, но новые корреспонденты находят новые стили и слова для их описания.

Педагоги также являются корреспондентами «Камертона». Так, в нашей газете постоянно освещаются психологические акции: «Жизнь прекрасна! Мы голосуем за жизнь!», «Яркие краски жизни», «Жизнь – это счастье. Сотвори его сам!», «Страна эмоций», «Жизнь на позитиве». Рассматриваются актуальные для нашего времени вопросы о том, как сохранить психологическое здоровье. Печатаются советы психолога, из которых мы узнаём, как бороться со стрессом, как поднять настроение, как подготовиться к экзаменам и сдать их с минимальными эмоциональными потерями. И еще много-много всего, что касается нашей разноцветной, пестрой, бурлящей и стремительной жизни в гимназии-колледже.

Конечно, такой нелегкий, но вместе с тем интересный труд не мог быть не оценен!

Впервые осенью 2013 года наш «Камертон» участвовал в Республиканском фестивале-конкурсе школьных газет в Национальном детском образовательно-оздоровительном центре «Зубренок». И мы победили! Смена под названием «Зубряцкий корпункт» собрала юных корреспондентов, участников и победителей IX Республиканского фестиваля-конкурса детских СМИ «Свежий ветер» в национальном детском центре «Зубренок». Нашими «первыми ласточками» стали самые активные корреспонденты: Кондратьева Мария, Карпеченко Виктория, Валуева Алеся, Сафонова Анна, Барсукова Ангелина. Они достойно представили наше учебное заведение в «Зубренке». Вот уже десять лет «Камертон» является несменным участником и победителем этого конкурса. За это время десятки наших юных корреспондентов отдыхали, работали, учились и набирались опыта и впечатлений в НДЦ «Зубренок».

Спасибо всем, кто не жалел времени, сил, эмоций для создания «Камертона», кто работал на совесть, верил в детей, коллектив и успех! Пусть и дальше наша газета будет такой же интересной, актуальной, востребованной и задающей общий тон всему учебному заведению.



Открываем вторую сотню!

Тимошкова Ольга Николаевна

Каждый ребёнок хочет в «Зубрёнок!»

Я много раз слышала фразу: «Каждый ребёнок хочет в Зубрёнок!». Но смысл её поняла только осенью 2022 года, когда вместе с сестрой оказалась в НДЦ «Зубрёнок». Мы стали участниками смены «Пресс-перспектива», которая была организована для победителей отборочного этапа XVIII республиканского фестиваля-конкурса детских СМИ «Свежий ветер». У нас была ответственная миссия представлять гимназическую газету «Камертон».

Приехав в «Зубрёнок», мы сразу попали в волшебный мир природы. НДЦ «Зубрёнок» расположен на территории Национального парка «Нарочанский». Площадь центра составляет 76 гектаров. Выйдя из автобуса, мы оказались среди вековых сосен и елей. От свежего воздуха у меня закружилась голова. В течение трёх недель каждое утро после завтрака мы гуляли вдоль озера Нарочь, отдыхали на «Сказочных полянках».



Из участников нашей смены было создано три медиахолдинга. Я работала в медиахолдинге «Есть talk». Ежедневно наши кураторы давали нам задания совершенно на разные темы! В рамках этого проекта я написала статьи «Поталкуем о кинематографе» и «Бывалые первые вопросы». Кроме работы в медиахолдингах, мы каждый день общались с интересными людьми, оформляли газеты и журналы, проводили свои мастер-классы.

Именно здесь исполнилась моя заветная мечта побывать на Общенациональном телевидении. Мы провели много времени в телестудиях, где узнали, как художники-дизайнеры компьютерной графики и Web-дизайнеры редактируют отснятые видеопрограммы, познакомились с известными телеведущими: Натальей Немагай, Дмитрием Рябовым. Дальше отправились в БГУ, где посетили факультет журналистики. Как интересно проходят будни у студентов!

В «Зубрёнке» я стала верить в чудеса: состоялась долгожданная встреча с двумя белорусскими радио- и телеведущими Никитой Берестневым и Кириллом Грозовым. Радиоведущий Кирилл Грозов исполнил

свои популярные треки, провёл мастер-класс по технике речи, уделив внимание каждому, кто присутствовал в зале. Никита Берестнев рассказал, что надо делать, чтобы добиться успеха.

Когда мы работали в медиахолдингах, рядом с нами находились студенты факультета журналистики БГУ. Моим куратором была Дарья Надточаева, учащаяся II курса. Вместе с ней мы создали журнал «Есть talk», статьи из которого и сейчас перечитываем с интересом. Каждый вечер перед сном



в течение получаса у нас проходил огонёк, где мы могли поделиться впечатлениями о прошедшем дне, получить ответ на волнующий нас вопрос.

Во время пребывания в НДЦ «Зубрёнок» мы посетили деревню Наносы и познакомились с Нарочанским краем. Однажды побывав здесь, в одном из самых красивых и живописных мест Беларуси, обязательно захочешь вернуться. Этот край славится богатой историей и интереснейшими культурно-историческими объектами. Нам посчастливилось посетить мастер-класс по выпечке хлеба по старинному рецепту, познакомиться с экспозицией редких белорусских монет, с самой большой коллекцией самоваров на территории Беларуси.



Участниками смены «Пресс-перспектива» были ребята со всех уголков Беларуси. Интересно было общаться, работать, обмениваться опытом с каждым жителем страны детства, узнавать новое, посещая мастер-классы, образовательные форумы и онлайн-конференции.

За время пребывания в «Зубрёнке» я не скучала ни минуты. Три недели пролетели незаметно! Если ещё когда-нибудь у меня появится возможность побывать в стране детства, я её не упущу! **Всем, кто читает мою статью, желаю успехов в творческой и профессиональной деятельности!**

*Капиталова Маргагита,
Капиталова Владислава,
учащиеся 9 «А» класса*

Международный форум представителей профессионального музыкального образования стран Евразии

4-5 сентября в Минске в Белорусской государственной академии музыки состоялся Международный форум представителей профессионального музыкального образования стран Евразии.

Представители высших и средних специальных учреждений образования из Беларуси, России, Казахстана, Узбекистана, Таджикистана, Монголии и Ирана собрались для обмена опытом и определения совместной стратегии решения актуальных проблем в системе музыкального образования. В работе форума приняла участие Алисева Наталья Дмитриевна – заместитель директора по учебной работе специального цикла Могилевской государственной гимназии-колледжа искусств имени Евгения Глебова, член Совета по вопросам профессионального музыкального образования.



Программа форума была насыщенной и разноплановой – совместное заседание Совета по вопросам профессионального музыкального образования (Республика Беларусь), Федерального учебно-методического объединения в системе высшего образования и международной Ассоциации образовательных учреждений (Российская Федерация). В Доме прессы в прямом эфире состоялась дискуссионная площадка «Система непрерывного музыкального образования в национальном контексте: опыт стран Евразии», в которой приняли участие представители всех стран-участниц форума.

Международный форум включал также сольный концерт солистки Московской государственной филармонии Екатерины Мечетиной и совместного концерта «Хоровой союз: Беларусь - Россия» ансамбля современной хоровой музыки «Altro сого» Российской академии музыки имени Гнесиных и мужского хора «Всесвятский» Храма-памятника Всех Святых г. Минска.



Подобное мероприятие, организованное Белорусской государственной академией музыки впервые, имеет высокую степень важности для развития системы образования стран Евразийского культурного пространства.

Заместитель директора по учебной работе специального цикла Наталья Дмитриевна Алисева

Мой Нью-Йорк. Даниил Лазаренко

В Нью-Йорке, в одном из крупнейших, загадочных и разноплановых городов мира, в знаменитом зале Карнеги Холл (Global Artists Competition, Carnegie Hall, New York, USA), ежегодно проходит концерт и конкурс исполнителей.

Карнеги Холл – это одна из самых престижных концертных площадок мира, выступление на которой было и сейчас является заветной мечтой исполнителей как классической, так и современной музыки. Большая честь выступать на сцене, на которую в свое время поднимались Сергей Рахманинов, Федор Шаляпин, Сергей Прокофьев и многие другие знаменитые исполнители, композиторы и дирижеры. Более чем 130 лет назад один из залов знаменитого Карнеги-холла в Нью-Йорке открывал русский композитор Петр Ильич Чайковский. Именно Чайковский способствовал началу создания высокой репутации новой концертной площадки.

Только самые талантливые, целеустремленные, трудолюбивые, влюбленные в музыку исполнители могут претендовать на победу в этом конкурсе и участие в концерте.

Поучаствовал в этом престижном конкурсе и наш бывший ученик Даниил Лазаренко,

ставший лауреатом I степени.

Справка: Даниил Лазаренко обучался в гимназии-колледже имени Евгения Глебова с 2018 по 2022 год. В 2022 году, закончив 8 классов, поступил в 9 класс Республиканской гимназии-колледжа при Белорусской государственной академии музыки, сдав вступительные экзамены на высшие баллы — на «десятки»!

Даниил поделился с нами своими впечатлениями:

- Нью-Йорк — это сияющий мегаполис, обрамленный сверкающими небоскребами и набережными. Недаром говорят, что Нью-Йорк — это не только великий город Америки, но и всего мира. В каждом его уголке звучит мелодия мировой культуры, истории и бесконечных возможностей.

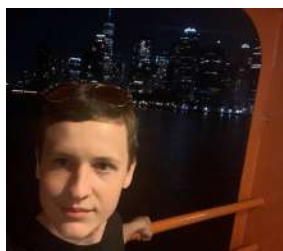
Центром притяжения в этом удивительном городе является Таймс-сквер — знаковая площадь, всегда живая, пульсирующая жизнью. Неоновые вывески, огромные электронные билборды и кипящий поток людей создают уникальную атмосферу, наполняя воздух энергией и жаждой творчества. «Город разнообразия» олицетворяется его приезжими жителями и кухней.



Метрополитен-музей — центр искусства и культуры — раскрывает перед вами века истории через произведения искусства, погружая вас в поток времени и вдохновляя на размышления о бесконечных измерениях человеческой души. Лучшего музея мне еще никогда не доводилось видеть.

Это шедевр!))

Центральный парк — это оазис зелени и спокойствия в сердце бетонных джунглей Нью-Йорка. Прогулка по запутанным тропинкам Центрального парка дарит возможность погрузиться в природу и уйти от городской суеты.



Вдыхая свежий воздух и наслаждаясь пением птиц, вы можете позабыть о шуме автомобилей и забежать в прошлое,

когда природа была ближе к повседневной жизни.

Нью-Йорк — это больше, чем просто город, это символ свободы, творчества и силы человеческого духа. Он вдохновляет меня, подталкивая к новым вершинам и возможностям!!!



Я заметил здесь несколько интересных фактов:

1) Люди переходят дорогу не на зелёный-красный свет, а на белый-оранжевый.

2) Температура измеряется не в привычных Цельсиях, а в Фаренгейтах.

3) Размер обуви исчисляется поряд-

ком в 4 раза меньше нашего)).

Хочу всем пожелать: верьте в свои силы, человек может всё!!! Я понял, что в Беларуси потрясающие люди и атмосфера, которой Нью-Йорк может только позавидовать)). Ставьте цели, стремитесь к ним, добивайтесь их даже через неудачи — и всё получится! Я всех вас люблю и верю в вас!!!



Спасибо большое моему родному колледжу им. Е.Глебова за невероятную поддержку и доброту!)) Огромное спасибо моим любимым педагогам! Я вам очень признателен и всегда ваш!))

P.s. Всех порвём!!!)

*Даниил Лазаренко,
Сынун Марьяна,
Щелко Владислав, 1 курс*

Маладыя таленты Беларусі – 2023

2июня стали известны результаты самого значимого конкурса нашей страны – XII Республиканского творческого радиоконкурса «Маладыя таленты Беларусі». Проект «Маладыя таленты Беларусі» проводится с 2009 года. За все время в нем приняли участие более 3,5 тысяч исполнителей и коллективов. С 2013 года призеры конкурса регулярно становятся стипендиатами Специального фонда Президента Республики Беларусь по поддержке талантливой молодежи.

В двенадцатом сезоне проекта Первого национального канала Белорусского радио приняло участие 537 исполнителей и коллективов из разных уголков страны. Традиционно самой ажиотажной стала номинация «Эстрадный вокал. Солисты и ансамбли»: в ней соревновались 204 участника, Впервые к ней по количеству участников вплотную приблизилась номинация «Инструментальная музыка», где было подано 195 заявок.

В жюри престижного конкурса в этом году вошли председатель Белорусского союза композиторов Елена Атрашкевич, народные артистки Беларуси Ядвига Поплавская, Анастасия Москвина, Нина Ломанович и Нина Шарубина, доценты Белорусской государственной академии музыки Вероника Сахарова и Светлана Ситникова, главный дирижер симфонического оркестра творческого объединения музыкальных коллективов Генерального продюсерского центра Белорусского радио Александр Высоцкий, художественный руководитель арт-группы «Беларусы» Валерий Шмат, солистка Государственного камерного оркестра Екатерина Мищанчук, директор творческого объединения музыкальных коллективов Белтелерадиокомпании Виктор Кистень. Как и в прошлые годы, возглавил судейскую коллегию народный артист Беларуси, художественный руководитель ансамбля народной музыки «Бяседа» Леонид Захлевный.

Учащиеся Могилевской государственной гимназии-колледжа искусств имени Евгения Глебова успешно справились со сложнейшим трехтуровым испытанием и завоевали призовые места:

Андрей Пузенков – лауреат I степени (преподаватель Елена Левченко), номинация «Эстрадный вокал. Соло»;

Дарья Короленок – лауреат II степени (преподаватель Ирина Богословская, концертмейстер Анна Лукашкова), номинация «Инструментальная музыка. Солисты»;

Дмитрий Шиян – лауреат III степени (преподаватель Александр Кобров), номинация «Инструментальная

музыка. Солисты»;

вокальный дуэт «Лялькі» в составе Елизаветы Самцевич и Софии Гордеевой – лауреат III степени (руководитель Александра Роголева), номинация «Наследие. Ансамбли»;

Короткевич Валерия – дипломант (преподаватель Ольга Кривцова, концертмейстер Ольга Старовойтова), номинация «Инструментальная музыка. Солисты».



Торжественная церемония награждения лауреатов конкурса и Гала-концерт победителей состоится 6 июня в Большой студии Дома радио.

Поздравляем с блестящей победой юных артистов и их педагогов!

*Заместитель директора по учебной работе
специального цикла Наталья Дмитриевна Алисеева*

1 сентября

1 сентября – это грустно-радостный праздник. Сложно точно определить эмоции, которые испытывают в этот день дети, родители и учителя. Здорово встретиться со своими друзьями после длинных каникул. Очень хочется поделиться летними впечатлениями, обнять друга, которого так рад видеть и по которому так скучал все это время. Очень волнительно и немного страшно идти в школу в этот день первоклассникам и пятиклассникам. Что нас ждет? Какой у меня будет класс? Подружусь ли я со всеми? А новые педагоги? Хорошие? Добрые? Не очень строгие?

Родители готовились к этому празднику еще боль-



ше, чем дети: выбирали красивые цветы, выглаживали новую форму. Они тоже волнуются. Особенно родители первоклассников. Малыши, пожалуй, самые веселые и радостные на этом празднике. Они предчувствуют путешествие в Страну знаний.



У старшекласников, конечно же, эмоции слегка отличаются: они хоть и рады встрече с друзьями, но грустят о прошедших каникулах и «предвкушают» предстоящие уроки, домашние задания, занятия музыкой и т.д.



Педагоги тоже испытывают смешанные эмоции)).

Сегодня я увидела свой новый класс, познакомилась с новыми ребятами. Они все нарядные и красивые. А какие у них замечательные улыбки!!! Какими они будут? Веселыми, активными и дружными? Как скоро мы подружмся с ними? Надеюсь, что очень скоро!

Дубровская А.В., классный руководитель 5 «А» класса

Поздравляем!

Поздравляем учащегося 1 класса УО «Могилевская государственная гимназия-колледж искусств им. Евгения Глебова» Соболякова



Ивана и его преподавателя Шлимакову Анастасию Игоревну с победой в творческом интернет-проекте «Покори Вершину», который прошёл в г. Ивье (Республика Беларусь). По результатам конкурсных прослушиваний Иван стал лауреатом II степени.



На II международном дистанционном конкурсе исполнителей «Озорные гармоника» Иван удостоен звания лауреата III степени в 1 возрастной категории (6-7 лет). В жюри были известные музыканты из Беларуси, Боснии и Герцеговины, России и Чехии. Конкурс проходил в г. Гродно.

Желаем новых творческих побед!

Акция «Радуга настроения»

В современном мире стало актуально создание комфортной образовательной среды для учащихся и обеспечение психологической безопасности. Именно поэтому первая учебная неделя в гимназии-колледже искусств посвящена психологическим знаниям и укреплению психологического здоровья. Кульминацией недели стала психологическая акция «Радуга настроения», которая прошла 8 сентября 2023 года.



В рамках акции «Радуга настроения» прошли мероприятия: фестиваль рисунков на асфальте для учащихся 5-х классов «Мы рисуем мир», информационная прогулка «Радуга настроения» (полезная информация для учащихся, их родителей и педагогического коллектива), голосование «Мое настроение», творческая страничка класса «Поляна настроения», «Семицветик», «Радуга настроения», сундучок добрых пожеланий и предсказаний. Учащиеся старших классов выполняли задания с учащимися начальных классов. Первоклассники получили приятные подарки для хорошего настроения.

Мероприятия акции помогли улучшить настроение, сплотить классные коллективы, развить навыки совместной деятельности, повысить интерес к психологическим знаниям. Желаем всем сохранить хорошее настроение на весь учебный год.

*Чернявская Евгения Анатольевна,
педагог-психолог*

9 способов улучшить свою жизнь

1. Каждый день – это новый старт. Не привязывайтесь к тому, что произошло вчера, позавчера или раньше. Сегодня новая жизнь, и даже если что-то раньше было не так, вы обязательно будете пробовать снова и снова!

2. Будьте собой настоящим! Перестаньте пытаться угождать другим людям и быть кем-то другим. Намного интересней жить неповторимой версией себя, а не пытаться стать чьим-то дубликатом.

3. Перестаньте жаловаться! Хватит быть похожим на скулящую собаку, которая ничего не делает, но создает много звука. Перестаньте жаловаться относительно своих проблем, а приступайте к их решению.

4. Будьте проактивными! Не ждите, что кто-то что-то сделает, вместо этого сами приступайте к осуществлению задуманного.

5. Вместо того, чтобы думать «что если», думайте: «В следующий раз»!

Перестаньте думать о вещах, которые вы не можете изменить или о том, что делает вас несчастными. Вместо этого сконцентрируйтесь на действии относительно важных вещей в вашей жизни. Это и есть самое конструктивное действие, что вы можете делать в данный момент.

6. Сконцентрируйтесь на «ЧТО?», а не «КАК?». Сфокусируйтесь на том, ЧТО вы хотите, перед тем как решить, КАК вы этого достигнете. Если вы открыты к новым возможностям и готовы предпринимать действие – все возможно.

7. Создавайте возможности! Вы можете ждать, что возможность сама появится в жизни или же попытаетесь создавать их сами.

8. Живите более сознательно. Перестаньте быть зомби, который движется по одинаковому маршруту и ест одну и ту же еду. Наслаждайтесь!!! Попытайтесь почувствовать дуновение ветра, услышать, как поет птица, получить удовольствие от нового события или встречи!

9. Будьте ответственны за ваш рост! Вы и только вы решаете, как проживать вашу жизнь: десятки часов в соцсетях менее продуктивны, чем это же время, потраченное на учебу!

Пресс-центр гимназии колледжа
Учредитель и издатель –
УО «Могилевская государственная
гимназия-колледж искусств имени
Евгения Глебова»

Руководитель проекта:
Мартыненко О. Г.
Фото: Чернявская Е. А.
Корреспонденты классов
Корректоры: Глекова Е. А.,
Горобец Т. М.
Тимошкова О. Н.
Верстка: Лосева И. А.

Тираж - 60 экземпляров
Адрес редакции:
Республика Беларусь,
212030 г. Могилев, ул. Ленинская, 52
Читайте нас в Интернете:
<http://mggci.by>