

ПОЗДРАВЛЕНИЕ



1 Апреля — это самый веселый день в году, потому что в этот день можно шутить, смеяться и развлекаться! Желаем на любую ситуацию жизни смотреть с позитивной стороны. Желаем любую проблему или трудность превращать в добрую шутку, ведь все в нашей жизни преодолеваемо. Не забудьте поделиться своим смехом с окружающими, ведь смех продлевает жизнь и делает нас счастливее!

С наилучшими пожеланиями Медиацентр «МедиаПолитех»

НОВОСТИ КОЛЛЕДЖА

«ИТОГИ ЧЕМПИОНАТА»



Подведены итоги регионального этапа Всероссийского чемпионатного движения по профессиональному мастерству «Профессионалы»

🥇 1 место Компетенция "Мехатроника" Натаров Максим Алексеевич, Салмин Илья Яковлевич, эксперт-наставник Морозов Иван Александрович

🥇 1 место Компетенция "Лабораторный химический анализ" Закрина Айзилия Винеровна, эксперт-наставник Коптева Наталья Викторовна

🥇 1 место Компетенция "Инженер-технолог машиностроения" Зайдуллин Данил Шавкатович, эксперт-наставник Красноперова Ирина Александровна.

🥈 2 место Компетенция "Мехатроника" Васильев Антон Васильевич, Щербаков Дмитрий Анатольевич, эксперт-наставник Шардин Илья Сергеевич

🥈 2 место Компетенция "Лабораторный химический анализ" Казакова Ирина Алексеевна, эксперт-наставник Сазонова Татьяна Игоревна

🥈 2 место Компетенция "Поварское дело" Ахметъязнова Илсия Раилевна, эксперт-наставник Анисимова Анастасия Викторовна

🥈 2 место Компетенция "Фрезерные работы на станках с ЧПУ" Горбатов Сергей Алексеевич, эксперт-наставник Кузин

Евгений Владимирович

🥉 3 место Компетенция "Корпоративная защита от внутренних угроз информационной безопасности" Распопова Екатерина Анатольевна, эксперт-наставник Моравец Наталья Александровна

🥉 3 место Компетенция "Работы на фрезерных универсальных станках" Тетерук Кирилл Витальевич, эксперт-наставник Гущин Валерий Александрович.

🏆 Поздравляем всех участников, экспертов, наставников, работодателей, организаторов и желаем им дальнейших успехов! Пусть ваше стремление к победе никогда не угасает, а ваши достижения вдохновляют других следовать вашему примеру

«СВОИХ НЕ БРОСАЕМ»

Вновь студенты колледжа помогли волонтерскому движению "Своих не бросаем". Первыми откликнулись на призыв помочь, ребята, проживающие в общежитии.



Студенты, несмотря на непогоду, пришли в штаб. И увидели дружескую атмосферу, заботу и взаимовыручку. "Своих не бросаем" с такими словами встретили наших ребят, угостили блинами и

тёплым чаем.



Девушки впервые попробовали себя в этом качестве, а парни не раз уже помогали волонтерам. Наши студенты прекрасно справились с задачей и уверены, что на передовой сеть сохранит жизни наших солдат.



ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ ШКОЛЬНИКОВ

Учащиеся 9, 10 классов школы № 28 смогли получить профессию уже во время учебы в

школе. Старшеклассники прошли обучение на базе колледжа по профессии «Слесарь-ремонтник».



В процессе обучения были освоены основы технологии выполнения:

- ✓ слесарных и слесарно-сборочных работ;
- ✓ изготовления слесарного инструмента и простых приспособлений для разборки и сборки узлов и механизмов;
- ✓ разборка, сборка и регулировка сборочных единиц узлов и механизмов.



Большинство школьников успешно сдали квалификационный экзамен и получили свидетельство о профессии «Слесарь-ремонтник» с присвоением 2 квалификационного разряда, по которому они уже могут быть приняты на работу.

А ТЫ СМОТРЕЛ?

«ТОП ОЖИДАЕМЫХ ФИЛЬМОВ МАРТ 2024»

«ФРАУ»



Странноватый продавец из магазина «Охотник и рыболов» Ваня живет в бабушкиной квартире в Перми, следует рыцарскому кодексу чести и всех девушек называет «фрау». Однажды Ваня приходит в театр оперы и балета и влюбляется в приму Кристину. Девушка тяжело переживает расставание с женатым Гришей и быстро отвечает на Ванины знаки внимания. Пара начинает жить вместе.

Царь хочет выдать дочь Забаву за Полкана Полкановича — сына боярина, который много времени провел за границей. Однако девушка влюбляется в простого матроса Ивана. Для счастливой жизни герою придется заручиться поддержкой сказочных существ и построить летучий корабль.

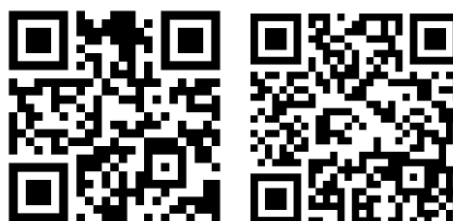
«ЛЕТУЧИЙ КОРАБЛЬ»



«СКАЗКИ ГОФМАНА»

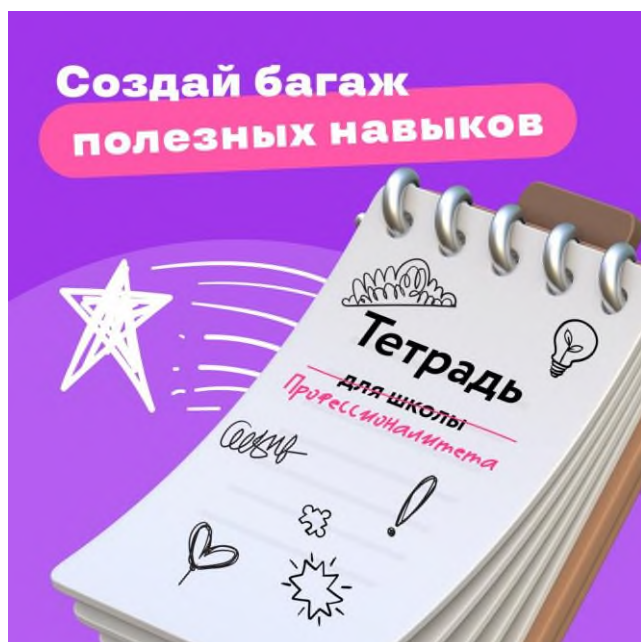


Когда-то Надя вышла замуж за Виталика. Но оказалось, что супругу нужна только ее московская прописка и небольшая жилплощадь. Теперь жена вынуждена сама обеспечивать семью и работать в две смены. Все меняется, когда в гардеробе театра очередной гость замечает, что у Нади красивые руки. Героиня попадает в мир кино и рекламы как дублер.



Лучшие кинотеатры города

ЭТО ИНТЕРЕСНО



«ПРОФЕССИОНАЛИТЕТ SKILLS»

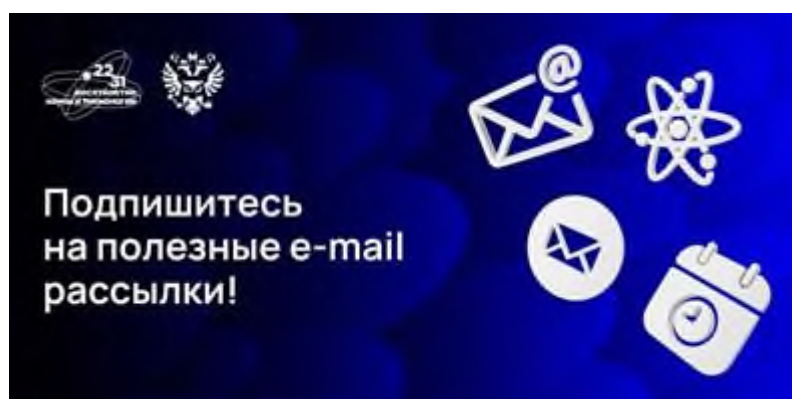
«Марафон, который прокачает твои навыки! «Профессионалитет skills» — это проект для прокачки мягких навыков и ты ещё успеаешь к нему подключиться.

Получи инструменты, которые помогут тебе развиваться в профессии, узнай больше о специалистах в популярных IT-областях, натренируй свою креативность и способность презентовать себя.

Выполнять задания от Skillbox, VK Education, Умскул Академии и Института развития профессионального образования можно в сервисе «Другое Дело», за каждое из них даются баллы, которые можно в любой момент обменять на призы. Например, с 10 до 19 апреля будут разыгрываться футболки, картхолдеры, промокоды на кофе и другие подарки: <https://vk.cc/cw4nAA>

Те, кто наберёт максимум баллов, смогут участвовать в розыгрыше суперпризов «Профессионалитет skills»: от подписок на VK Музыку до фирменного мерча. Подключайтесь к марафону сейчас, он продлится до 15 июня: <https://vk.cc/cvqJNx>

«ПОЛЕЗНЫЕ РАССЫЛКИ»



Чтобы быть в курсе всего важного и полезного для молодых ученых и тех, кто планирует ими стать, срочно подписывайтесь на две рассылки:

1) Дайджест "Молодежь в науке" от @minobrнаукиofficial. Рассылка выходит каждые две недели и включает в себя актуальные новости о мерах поддержки, грантах, стипендиях и конкурсах, а также научных конференциях. Подписаться можно по ссылке (<https://clck.ru/3A8ocK>).

2) Рассылка новостей и полезных материалов от @nrнаука – официального ресурса Десятилетия науки и технологий. Рассылка будет полезна как ученым, так и всем, кто интересуется современной наукой. Подписаться можно тут (<https://clck.ru/3A8ocM>).

«ТЕННИС – ИГРА ТОЧНОСТИ, А НЕ СИЛЫ»



Впервые в нашем колледже 24 и 25 апреля состоялся увлекательный теннисный турнир! Это было захватывающее событие, которое собрало вместе множество талантливых и азартных спортсменов-первокурсников.

Турнир проходил в течении двух дней, и все это время царил напряженная, но дружественная атмосфера. Студенты первого курса

продemonстрировали высокий уровень мастерства, ловкость и волю к победе.

Этот турнир организовали и провели представители спортивного сектора Студенческого Совета колледжа. Надеемся, что теннисный турнир станет доброй традицией и будет проводиться регулярно, привлекая все больше талантливых спортсменов и вдохновляя студентов на занятия этим замечательным видом спорта.



Поздравляем всех победителей и участников! Вы сделали этот день незабываемым!

🥇 1 место-Суфияров Нургиз, группа МЧМ9-23

🥈 2 место - Кельдюшов Никита, группа ТМ9-23-2

🥉 3 место – Озеров Тимофей, группа ОС9-23

СТРАНИЧКА ПСИХОЛОГА

«Жизнь прожить — не поле перейти»

Народная мудрость

Жить бесцельно означает отдать себя на милость случайностей: внезапных событий, телефонных звонков и встреч. Внешние силы будут сотрясать нас, как листок, который плывет по течению реки. Жить целенаправленно означает сосредоточивать собственные силы для достижения выбранных целей: получить образование, решить научную проблему, установить счастливые романтические взаимоотношения, завести семью, открыть собственный бизнес, вывести новый продукт на рынок, построить дачу. Именно наши цели продвигают нас вперед, побуждают задействовать наши способности, заряжают энергией наше существование.

Если мы контролируем собственную жизнь, нужно знать, чего мы хотим и куда намерены прийти. Необходимо задаться следующими вопросами: как я представляю себе общую картину моей жизни? Чего хочу достичь через пять, десять, двадцать лет в профессиональном смысле и в области личных отношений? Каковы мои интеллектуальные и духовные устремления?

Практика целенаправленной жизни связана со следующими ключевыми моментами.

1. Осознанно принимать ответственность за определение своих целей и задач.
2. Не забывать планировать действия, необходимые для достижения целей.
3. Отслеживать свое поведение и проверять его на соответствие целям.
4. Обращать внимание на результат предпринятых действий, чтобы понять, ведут ли они к желаемой цели.
5. Корректировать стратегию при необходимости.

При этом давайте не будем забывать, что понятие «достижение цели» не ограничивается приземленными задачами. Жизнь, посвященная духовному учению или медитации, наполнена собственным смыслом. А вот жизнь без цели вряд ли можно назвать достойной.

Упражнение. Продолжите следующие предложения:

- «Для меня жить целенаправленно означает...»
- «Если я сегодня буду жить на 5 процентов целенаправленнее...»
- «Если я на работе буду действовать на 5 процентов целенаправленнее...»
- «Если в общении я буду на 5 процентов целенаправленнее...»
- «Если в отношениях я буду вести себя на 5 процентов целенаправленнее...»
- «Если в отношении своих стремлений я буду на 5 процентов целенаправленнее...»
- «Если я буду на 5 процентов целенаправленнее заботиться о своих нуждах...»

Чтобы ощущать себя достойным счастья, человеку необходимо чувствовать, что он контролирует свое существование. Для этого нужно взять на себя ответственность за собственное благополучие. Ответственность перед собой выражается в следующих формах.

1. Я отвечаю за исполнение своих желаний.
2. Я отвечаю за свой выбор и свои поступки.
3. Я отвечаю за уровень осознанности, который привношу в свою работу.
4. Я отвечаю за уровень осознанности, который привношу в свои взаимоотношения.
5. Я отвечаю за свое поведение с другими людьми: сотрудниками, коллегами, клиентами, супругом или супругой, детьми и друзьями.
6. Я отвечаю за то, как распоряжаюсь своим временем.
7. Я отвечаю за свое личное счастье.
8. Я отвечаю за качество своего общения.
9. Я отвечаю за принятие и выбор ценностей своей жизни.
10. Я отвечаю за повышение своей самооценки.

Желая помочь вам стать более ответственным, предлагаю вам выполнить упражнение и продолжить следующие предложения:

«Ответственность перед собой означает для меня...»

«Если я приму на 5 процентов больше ответственности за достижение моих целей...»

«Если я приму больше ответственности за успех своих отношений...»

«Если бы я на 5 процентов ответственнее относился к своему личному счастью...»

«Если бы я на 5 процентов ответственнее относился к выбору друзей...»

«Если бы я на 5 процентов ответственнее относился к словам, которые произношу...»

«Если я приму ответственность за свой нынешний уровень жизни...»

«Если моя жизнь принадлежит мне...»

Ниже приведены Заповеди Свободной жизни. Их соблюдение способствует личному духовному росту, помогает формировать глубокие и значимые отношения и создает основу для стабильного и справедливого общества. • Находитесь как можно больше на природе

- Откажитесь от сигарет, алкоголя и других отравляющих продуктов.
- Заставьте свое тело двигаться, занимайтесь спортом, танцами, йогой.
- Медитируйте
- Проводите время с настоящими друзьями, не тратьте его на случайные связи
- Имейте намерение повысить осознанность
- Говорите правду
- Найдите смысл своей жизни и живите им
- Осознанно контролируйте принимаемые решения
- Всегда будьте открыты ко всему новому
- Развивайте свои умственные способности
- Относитесь к себе с уважением, принимайте и любите себя таким, каким Вы являетесь на данный момент

- Прощайте себя и других
- Окружите себя единомышленниками
- Действуйте в соответствии с Вашими желаниями
- Возьмите полный контроль над своей жизнью в свои руки
- Выбирайте вдохновляющие идеи
- Избегайте конфликтов
- Контролируйте свои эмоции
- Думайте позитивно, действуйте позитивно, живите позитивно
- Используйте жизнеутверждающие аффирмации
- Задавайтесь вопросами о своей жизни
- Поймите, что вы не одиноки на своем пути
- Соблюдайте чистоту тела как снаружи, так и изнутри
- Принимайте и цените все, что происходит вокруг поскольку каждый индивид стремится жить в соответствии с высокими моральными стандартами.

В заключение, хочется сказать словами из романа (ч. 2, гл. 3) «Как закалялась сталь» (1932—1934) советского писателя Николая Алексеевича Островского (1904—1936): «Самое дорогое у человека — это жизнь. Она дается ему один раз, и прожить ее надо так, чтобы не было мучительно стыдно за бесцельно прожитые годы, чтобы не жег позор за подленькое и мелочное прошлое... И надо спешить жить. Ведь нелепая болезнь или какая-либо трагическая случайность могут прервать ее».



Подписывайтесь на наши группы в ВК и будьте в курсе новостей

Редакция газеты предлагает заявить о себе, рассказав о своём хобби, ведь каждый из Вас занимается не только учёбой или работой, но и как-то проводит свой досуг. Речь идёт не только о спорте или ручной работе, есть люди, которые пишут стихи или рассказы, каждое занятие отображает вас как личность. Редакция газеты с удовольствием опубликует ваши труды и расскажет о вас.
(обращаться в ТО Воспитательный отдел к Васюковой А.В.)

Наш адрес: г.Магнитогорск, пр.Карла Маркса, 158, <https://magpk.ru>

Над газетой работали: редактор Васюкова А.В., Медиациентр «МедиаПолитех»