Государственное автономное образовательное учреждение
Мурманской области среднего профессионального образования
«Полярнозоринский энергетический колледж»

ПЭК

Прочти – Это Круто!

№11
02.12.2013 (понедельник)
издаётся с 27.12.2012
mypek.ru

ПОЗДРАВЛЯЕМ С ПОБЕДОЙ!

20 ноября впервые в рамках II международной деловой недели при поддержке «регионального Союза промышленников и предпринимателей» Мурманской области на базе ГАОУ МО СПО «Мурманский индустриальный колледж» состоялся праздник профессионального мастерства «День молодого рабочего-2013».

В празднике приняли участие 111 конкурсантов из 15 учебных заведений и 5 предприятий области. Соревнования проводились по 8 рабочим профессиям. От нашего колледжа выступала команда гр.НП-23: Сенина Яна, Медведева Екатерина, Романова Нина, Шатаева Ю.С. - зам. директора по УПР, Ушамова З.А. - мастер п/о.

По результатам выполнения конкурсных испытаний по профессии "Контролер банка" I место заняла Сенина Яна, студентка нашего ГАОУ МО СПО «Полярнозоринского энергетического колледжа».

ПОЗДРАВЛЯЕМ!!!

спец.кор. Фёдор Рылов

На ф. команда ПЭК: Ушамова З.А., Сенина Яна, Медведева Екатерина, Романова Нина, Шатаева Ю.С.

Приказом Министерства образования и науки РФ №1075 от 19.09.2013.г. «О назначении стипендии Президента» награждается - Мишухин Даниил (НП-32), а также приказом №1193 от 28.10.2013 г. назначается стипендия Правительства - Горбунову Михаилу (НП-32) и Орловой Анастасии (СП-22) и стипендия Администрации г. Полярные Зори вручается Мазурову Анатолию (НП-32).

Желаем, чтобы в следующем году стипендиантов было больше!!!

День Толерантности

ПРИЗНАНИЕ+ПРИНЯТИЕ+ПОНИМАНИЕ=ТОЛЕРАНТНОСТЬ

Международный день, посвящённый терпимости ежегодно отмечается 16 ноября с 1995 года. К понятию «толерантность» также можно отнести уважение, принятие и правильное понимание богатого многообразия культур нашего мира, наших форм самовыражения и способов проявлений человеческой индивидуальности. Также толерантность является одним из редчайших человеческим качеством, не все люди бывают столь терпеливы и проявляют уважение не только к себе, но и к другим людям.

Основные черты толерантности: дружелюбие, терпеливость, честность, милосердие, понимание, уважение.

Толерантность — терпимость к чужому образу жизни, поведению, обычаям, чувствам, мнениям, идеям, верованиям.

Поцелую тебя на прощанье, на ресницах застынет слеза.
Мы не будем давать обещаний, лишь посмотрим друг другу в глаза.
Сбросит листья октябрь дождливый. Вспоминать тебя буду таким:
Самым ласковым, самым красивым, самым нежным и самым родным.
Буду долго стоять на перроне и поймаю влюблённый твой взгляд.
Ты откроешь окошко в вагоне, я скажу: "До свиданья, солдат!"
Поезд тронется неторопливо, вслед за ним я не буду бежать.
Ты все дальше. А я молчаливо буду взглядом тебя провожать.
Будут годы тянуться, как вечность, и меня ты забудешь – как знать...
Только я каждый день, каждый вечер буду помнить, надеяться, ждать.

спец.кор. Морозова Галина

День Народного Единства

Линейка, посвященная «Дню народного единства», состоялась у нас в колледже 1 ноября. Среди молодежи этот праздник известен мало, поэтому с особым любопытством ребята собрались на нее. Наши активисты: Юля Медникова, Виталий Колесов, подготовили интересный материал про события, связанные с этим праздником. Презентацию, для более подробного восприятия учащихся, подготовил наш радиоведущий Фёдор Рылов. В общем, линейка прошла на ура! Но, а мне хотелось бы, чтобы читатели более подробно углубились в историю этого праздника.

На ф.: Фёдор Рылов (СП-21), Влад Кулаков и Александр Павленко (СП-12).

День народного единства до 2005 года праздновался как День казанской иконы Божьей Матери этот праздник установлен в честь важного события в истории России - освобождения Москвы от польских интервентов в 1612 году. 16 декабря 2004 года Госдума РФ приняла одновременно в трех чтениях поправки в Федеральный закон «О днях воинской славы (Победных днях России)». Одной из правок было введение нового праздника — Дня народного единства — и фактическое перенесение государственного выходного дня с 7 ноября (День согласия и примирения) на 4 ноября. Основной причиной переноса, по мнению многих аналитиков, стало желание полностью снять ассоциации с годовщиной Октябрьской социалистической революции (7 ноября 1917 года). В настоящее время 7 ноября отмечается День воинской славы России — День проведения военного парада на Красной площади в городе Москве в ознаменование двадцать четвертой годовщины Великой Октябрьской Социалистической революции (1917). В пояснительной записке к проекту закона отмечалось: «4 ноября 1612 года воины народного ополчения под предводительством Кузьмы Минина и Дмитрия Пожарского штурмом взяли Китай-город, освободив Москву от польских интервентов и продемонстрировав образец героизма и сплоченности всего народа вне зависимости от происхождения, вероисповедания и положения в обществе». Мало кто знает, что еще в 1649 году указом царя Алексея Михайловича день Казанской иконы Божьей Матери (22 октября по старому стилю) был объявлен государственным праздником. Кроме того, в начале 20 века 8 мая по старому стилю вспоминали Кузьму Минина, которого еще Петр I назвал «спасителем Отечества». Позже, из-за революции 1917 года и последующих за ней событий, традиция отмечать освобождение Москвы от польско-литовских интервентов и день кончины Кузьмы Минина прервалась. Таким образом, можно сказать, что День народного единства не новый праздник, а возвращение к старой традиции.

На ф.: ведущие Медникова Юлия (НП-23) и Колесов Виталий (СП-21), педагог-организатор Сипилина М.А. и Фёдор Рылов (СП-21).

Если забыть о ничтожных обидах,
О разности взглядов на веру и жизнь,
Всем вместе сплотиться враги будут биты!
От мощи единства земля задрожит.

спец.кор. Медникова Юлия

КУРЧАТОВСКИЕ ЧТЕНИЯ

2 ноября — в городском дворце культуры проходили "Курчатовские чтения". Команда от нашего колледжа называлась "Юные энергетики". В команду в входили обучающиеся группы СП-12: Виталий Алексеев, Юлия Вальтер, Никита Пащенко, Константин Поляков, Иван Темергалиев. В конкурсе было 3 тура по 10 вопросов из различных областей науки. Участники получили благодарность за активное участие.

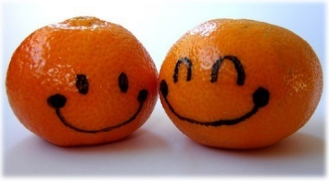
Конкурс был посвящён 40 летию пуска первого энергоблока Кольской АЭС. Это мероприятие было областным. Ребята выступили достойно!!!

спец.кор. Кайрис Екатерина

На ф.: Виталий Алексеев, Юлия Вальтер, Никита Пащенко, Константин Поляков, Иван Темергалиев (СП-12).

ДЕНЬ ОРАНЖЕВОГО НАСТРОЕНИЯ!!!

Оранжевое — солнце в облаках,
Оранжевое — небо на руках,
Оранжевые — песни над землей,
Оранжевое — счастье нам с тобой!



Традиционно, в нашем колледже, осенними, серыми деньками мы устраиваем себе Оранжевое настроение!!! Вот и 25 ноября такой День наступил!!! Преподаватели и студенты пришли в ярких одеждах, угощались мандаринами. От яркости красок поднимается настроение, и все вокруг кажется таким позитивным и ярким!!!

Орлова А. и Корни

Поколение.ru – ЗА полезные привычки!

В нашем колледже проходят профилактические мероприятия по борьбе с вредными привычками.

Вредная привычка – это многократно повторяющееся действие (на уровне автоматизма). Свойствами вредной привычки являются автоматизм и «не полезность» (или нецелесообразность). К числу полезных привычек можно отнести выполнение физических упражнений по утрам, мытье рук перед едой, уборку вещей на места, ежедневную чистку зубов и тому подобные действия. К вредным же привычкам относятся наркомания, алкоголизм, курение, токсикомания. Вредная привычка представляет собой своего рода патологическую зависимость или болезнь.

Для того чтобы покончить с вредной привычкой и вернуться к здоровому образу жизни, необходимо предпринять целый ряд последовательных усилий, направленных на преодоление вредной тяги. Подобного рода действия невозможны без силы воли.

Привыкает человек к вредному незаметно для себя, постепенно, когда раз за разом на протяжении длительного периода времени совершается ряд уступок себе или окружающим. Так и формируется тяга к уже ставшему привычным необдуманному действию. Пристрастие возникает по причине того, что у человека отсутствует психологическая защита от вредного влияния. Сначала человек считает пагубную привычку самым обычным действием, вследствие чего в последующем зачастую формируется ее ««привлекательность». Находящийся во власти привычки человек считает свои действия само собой разумеющимися, вживается в порочный образ жизни, порой не представляя, что есть множество людей, которые свободны оттого, что поработило его.

Кто-то может ссылаться на то, что его действия продиктованы кармой, но у человека есть право выбора, и только от него зависит, изменит ли он свою жизнь к лучшему.

спец.кор. Фёдор Рылов

КУРЕНИЕ или ЗДОРОВЬЕ?

«Табак – забава для дураков»
Гёте.

«Табак приносит вред телу, разрушает разум, отупляет целые нации»
Бальзак.

Табакокурение – одна из основных проблем России, курят три миллиона подростков. Поэтому государство всячески пытается оградить детей от табачного дыма, ведь организм очень быстро привыкает к вредному сигаретному никотину.

Ежегодно от болезней, вызванных курением, умирают свыше 700 тысяч человек, из них в России – до 100 тысяч человек.

Из каждых 20 умерших от рака легких, 19 были курильщиками.

По статистике, курящие люди сокращают себе жизнь на 7-8 лет.

«Пассивное» курение вызывает у некурящих людей приступы астмы, аллергию, болезни сердца.

Заболевания – гастрит, язва желудка чаще встречаются у курильщиков, чем у некурящих.

ПАМЯТКА БРОСАЮЩЕМУ КУРИТЬ

1. **Сократи количество выкуриваемых в течение дня сигарет.**
2. **Перед тем, как закурить, сделай три глубоких вдоха и выдоха, постарайся отложить курение на некоторое время.**
3. **Попробуй обходиться без сигарет сутки, затем двое, потом трое.**
4. **Если очень захочется курить, бери леденцы, жевательную резинку.**
5. **Занятия спортом отвлекают от курения.**

Бросить курить никогда не поздно!!!

спорт.кор. Луковицкий Влад

ПОЗДРАВЛЯЕМ С ДНЁМ РОЖДЕНИЯ !!!

С днем рождения поздравляем,
И в подарок Вам отправляем:
Счастье, радость, удачу, везение,
Море благ и волну восхищения!

Именинники ноября:

01.11. Шолохова Наталья Викторовна
02.11. Шумель Ирина Ивановна
02.11. Пудова Виолетта НП-12
03.11. Власова Оля СП-13
03.11. Зарывахин Виктор НП-12
03.11. Тюлюкин Никита НП-31
04.11. Кузина Валентина Андреевна
04.11. Орлов Олег НП-21
05.11. Андрюхина Вика НП-42
07.11. Рылов Федор СП-21
09.11. Копылова Ксения НП-42
10.11. Лимонов Никита НП-13
12.11. Романова Нина НП-23
14.11. Баронов Владимир Валерьевич
14.11. Зайцева Светлана Александровна
14.11. Сычкин Николай НП-12
15.11. Фаткулина Света НП-23
15.11. Алексеева Капитолина НП-42
16.11. Бондаренко Никита НП-11
17.11. Подымников Геннадий НП-12
19.11. Бурлова Елена Анатольевна
19.11. Власуков Иван НП-22
19.11. Додов Даниил НП-22
20.11. Кулаков Даниил СП 11
21.11. Сметанин Григорий СП-12
21.11. Плинто Дарья СП-13
22.11. Хазова Екатерина Степановна
22.11. Цыпин Сергей СП-12
22.11. Хмурова Люба НП-34
22.11. Череповецкий Антон СП-13
23.11. Баранова Мария Владимировна
24.11. Дунина Яна Павловна
24.11. Юдаева Саша СП-22
25.11. Ипатов Артем НП-22
26.11. Платонов Андрей НП-31
27. 11. Багаева Татьяна Алексеевна
27.11. Медникова Юлия НП-23
30.11. Горшков Сергей ПП-24
30.11. Николаенко Максим НП-22
30.11. Удальцов Саша НП-22

Спортивные Новости

16 ноября на базе нашего колледжа прошли зональные игры по волейболу.

20 ноября состоялись городские соревнования по стрит болу среди 10-11 классов. Наши обучающиеся заняли I место:

Епочинцев Максим (НП-11),
Тимонин Евгений (НП-11),
Лукин Давид (СП-21),
Блохин Евгений (НП-13).

ПОЗДРАВЛЯЕМ!!!

7 декабря в 12:00, в субботу, в нашем колледже пройдут зональные игры по баскетболу. Приглашаем всех желающих играть и болельщиков!

Обращаться к преподавателю физ.воспитания Сергиной Галине Владимировне.

АНОНС:

Готовимся к Новому Году!

Подведение учебных итогов.

Следите за новостями и участвуйте во всех делах, событиях, мероприятиях.