

№ 16, 2018-2019 учебный год



Саранское музыкальное училище им. Л.П. Кирюкова
«Наши сердца бьются в унисон!»

Электронная газета по естествознанию посвящена формированию и выражению экологической культуры личности студента музыкального училища – современного молодого человека.



Чугункин В.В. – идейный организатор проекта. E-mail Victor-webmail@mail.ru т. +7 937 518 8840

Жизнь без мяса

Вегетарианство - одно из моих любимых увлечений. Конечно, не каждый день, но довольно часто у меня есть возможность отказаться от пищи животного происхождения, делая вклад в улучшение экономики, экологии, развитие моей страны и мира.

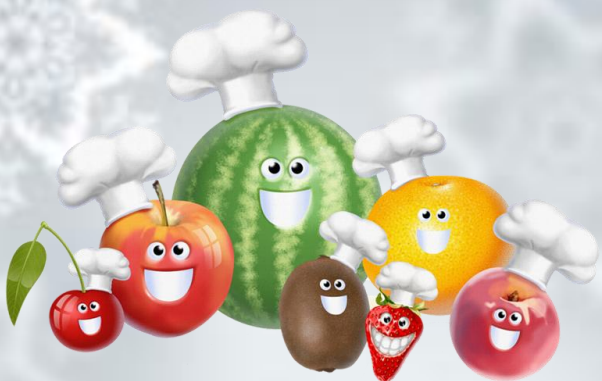
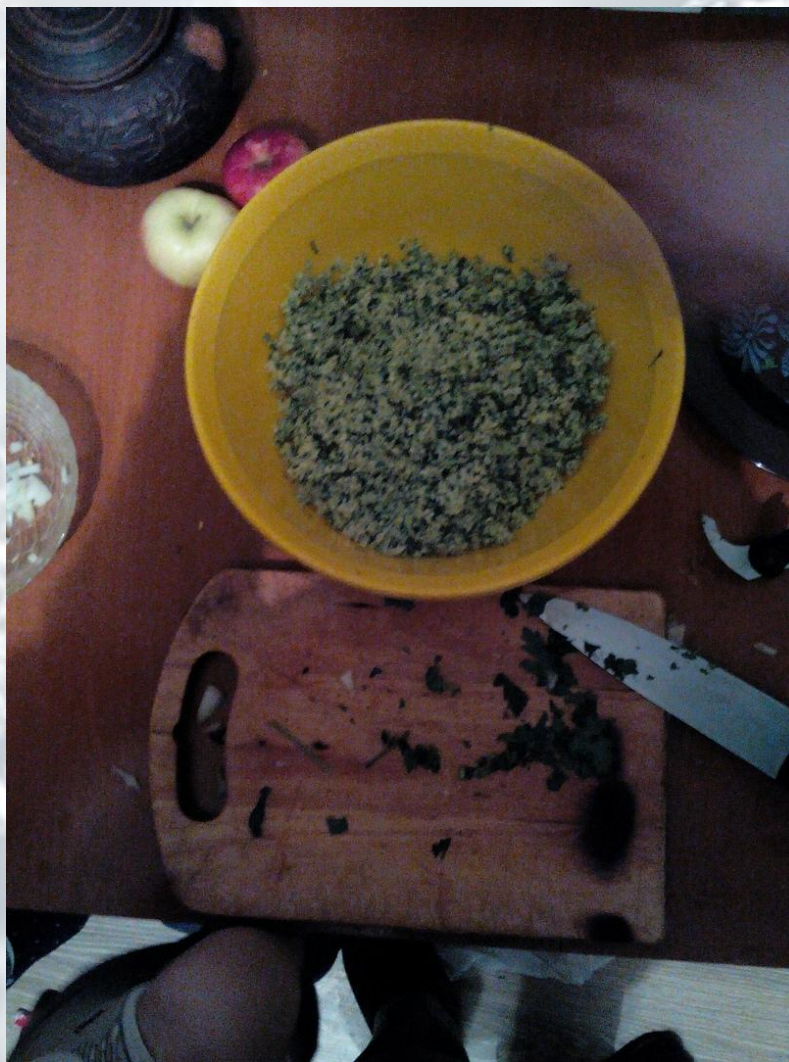
Вегетарианство имеет много плюсов. Это укрепление и поддержка здорового иммунитета, замечательное самочувствие, излечение от многих болезней, начиная от кожных заболеваний, до проблем с кишечником. Я считаю, что вегетарианство очень увлекательно, помогает лучше узнать самого себя и окружающий мир.

Мой папа активно поддерживает меня. Недавно мы с ним делали фалафель (это вегетарианская «шаурма»). Чтобы ее приготовить, мы использовали нут, специи, лук, огурцы, помидоры, миндаль и лаваш.

Летом, когда мы всей семьей выезжаем на дачу, я всегда стараюсь кушать больше фруктов, овощей, иногда, если есть возможность, мед.

Через вегетарианство я стараюсь повлиять на сохранение биологического разнообразия животного мира и улучшение здоровья людей! Берегите себя и окружающий вас мир! Он очень красивый!





Георгий Абдрашитов, 1 курс ФО

Пешком по стране

Меня зовут Влад. Мне 16 лет. Я учусь в музыкальном училище на отделении духовых инструментов. У меня в жизни две страсти: тяжёлая музыка и путешествия, которые я совершаю преимущественно пешком.

Страсть к путешествиям началась у меня еще в детстве. Я гулял обычно возле своего дома, так как дальше меня не просто не отпускали. И тут я стал думать: «а что же там, за домом?». Во дворе у нас растет дерево, которое стало для меня самой высокой доступной точкой, с которой я осматривал окрестности. В поле зрения попадали бескрайние поля, сельские домики, лес и речка - природа словно звала меня к себе. Однако моя мама справедливо считала, что ребенок в 6 лет должен сидеть дома под присмотром родителей. Единственное что мне оставалось сделать, это уговорить ее пойти со мной вместе. Свершилось чудо – она согласилась! Мы пошли в наше первое путешествие.

Я был поражен красотой нашей природы, все казалось необычным и новым. Постепенно во мне появилась тяга к путешествиям. Постепенно я начал ходить гулять один. Среди целей моего путешествия были озера, пастбища и аэропорт.

В 14 лет для остроты ощущений я стал пробовать ходить ночью. В это время суток природа другая, более загадочная. Во время похода обычно я слушаю разнообразную музыку (Nightwish , Skillet , Iron Maiden , Sonata Arctica).

Самый длинный мой поход был из п. Ялка до п. Лямбиль. Я вышел ранним утром и шел до позднего вечера. Вернулся домой уже на машине.

Путешествовать очень круто. Никогда не понимал людей, которые сидят дома. Вокруг такая красота! Нужно научиться ее ценить через активный отдых!

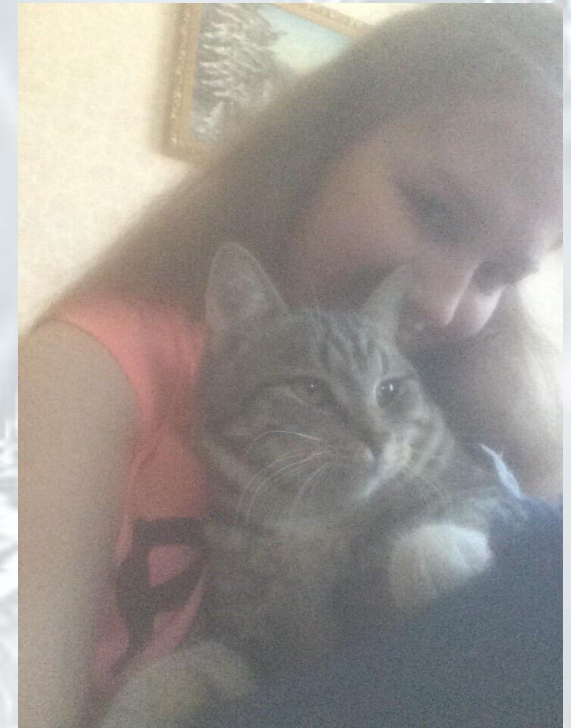
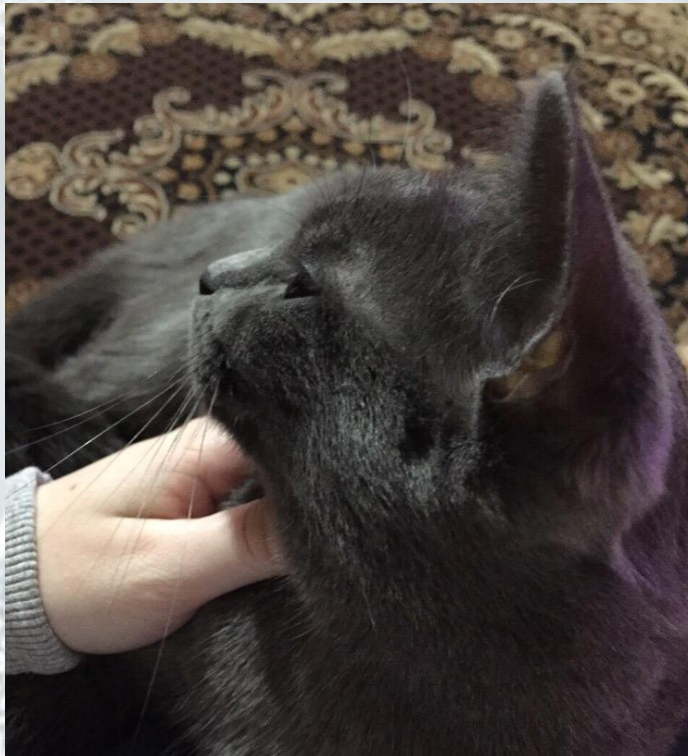


Влад Боронин, 1 курс ОДИ

«Любимые животные».

Как мало ценим тех, кто рядом!
Кто может просто сесть и поддержать,
Кто окружит теплом и нежным взглядом,
Кто просто сможет помолчать.

Как здорово, что в этих существах нетленно
Всё то, что в людях может и не быть.
И скажем им спасибо, непременно,
За верность ту, что будут к нам хранить!



Виктория Бутусова, 2 курс ТО

Уральские горы

Эта история о том, как горы стали не просто горы, а настоящие "ГООООООРЫ". 18 августа, и, как ни странно, 18-го года я - Кильдеева Эльвира Вячеславовна, осуществила свою детскую мечту - посетила двуглавую сопку национального парка "Таганай" (Уральские горы). Это был сложный однодневный подъем на высоту полутора тысяч метров над уровнем моря.

Выехали мы рано утром из Челябинска, дорога до места заняла у нас около трёх часов. Далее подъем. Примерно около пяти часов дня мы были на самой макушке, где открылся вид на Златоуст и каменную гору. Спустились мы ближе к ночи, когда на небе уже загорелись первые звезды.

Было сложно, серьезным препятствием для нас стали каменистые пологие склоны, усталость, аритмия (сердце предательски выскакивало из груди от нагрузки), но мы справились!

Меня очень вдохновила эта поездка, за свершение которой я благодарю свою сестру и её супруга. Это было незабываемо!





Эльвира Кильдеева, 3 курс ДХО

Никольская гора

Зелёный цвет у меня, прежде всего, ассоциируется с природой, а природа, в свою очередь, с моим родным краем Ульяновской областью, рабочим посёлком Сурское.

В моём посёлке есть особое место - Никольская гора, с которой открывается необычайная красота русской природы. Это по-настоящему волшебное место, от которого захватывает дух. Невозможно описать словами, какое я испытываю умиротворение, когда прихожу в эти места. Лёгкий ветер обдувает плечи, в голову приходят только чистые, светлые мысли, забываются все проблемы, которые больше не кажутся нерешаемыми. Все, кто хоть раз посещают Никольскую гору, снова и снова возвращаются к ней потому, что появляются силы двигаться дальше и не опускать руки перед сложными обстоятельствами, которые преподносит нам жизнь.

И я не знаю, что влияет на полёт души в этот момент. Красота природы в целом? Сама гора? А может спокойствие зелёного цвета? Ведь именно в период, когда лес покрыт зелёным покрывалом, это место кажется особенно красивым, если так можно сказать, лекарством для души человека.





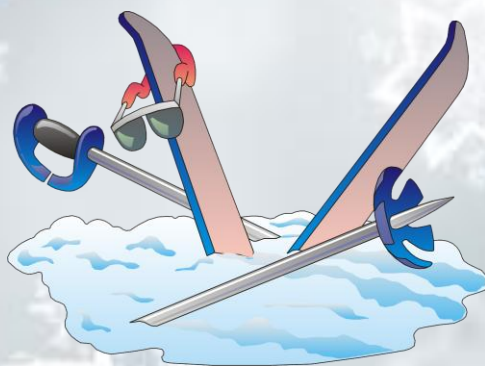
Любовь Кирдяшкина, 3 курс ВО

Все на лыжи!

Наступила зима. Стало холодно, морозно и снежно. Для многих это время скуки и грусти, но я считаю, что это неправильное и вредное настроение. В зимнее время я очень люблю кататься на спортивных лыжах. Для меня лыжный спорт - это хороший досуг в редкие выходные дни, когда можно полноценно отдохнуть от тяжёлой учёбы и частых усердных занятий музыкой. Приятно подняться на возвышенность, полюбоваться красотой природы, подышать свежим воздухом, а также просто получить немного удовольствия.

Впервые кататься на лыжах я начал в школе. Первое время я не особо обращал внимание на этот вид спорта, однако уже вскоре он стал вызывать у меня заметный интерес. Я стал много заниматься самостоятельно без посещения спортивных секций и соревнований. Лыжи, благодаря периодическим занятиям, постепенно стали для меня серьезным увлечением.

В настоящее время много времени уходит на учебу, музыка требует долгих периодических занятий, что очень похоже на спорт. Однако в ближайшие выходные я обязательно найду время для удовольствия от своего любимого зимнего занятия!

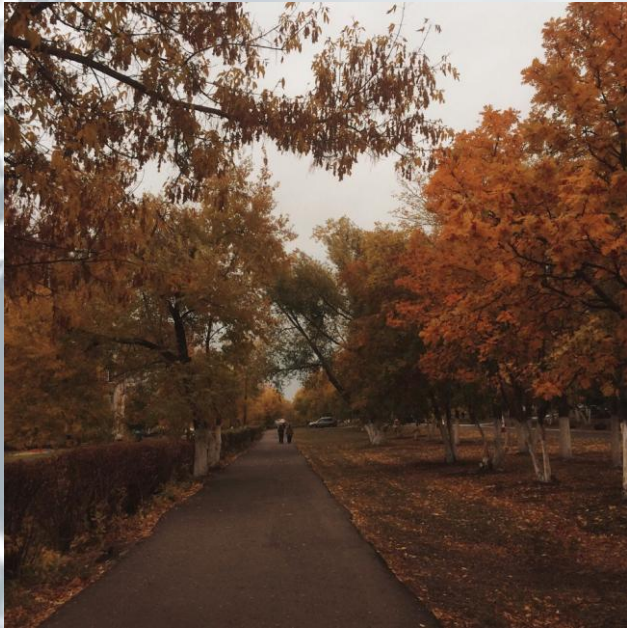


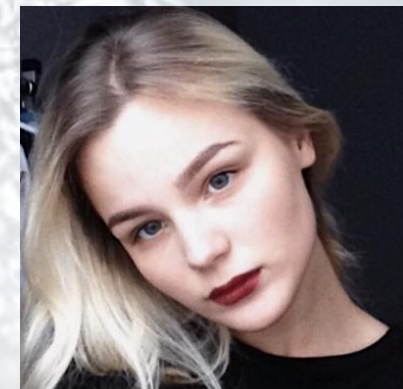
Вячеслав Килимов, 2 курс ФО

Планета Земля

Берегите эти земли, эти воды,
Даже малую былиночку любя.
Берегите всех зверей внутри природы,
Убивайте лишь зверей внутри себя...

Е. Евтушенко





Александра Пунигова, 3 курс ДХО



Нюша

Я думаю, у многих читателей этой газеты есть домашние питомцы. Наверное, каждый из домашних животных чем-то необычен и оригинален. Они все абсолютно разные по поведению и внешнему виду, но я думаю, их всех объединяет то, что они безумно любят хозяев. И, наверное, многие читатели тоже любят своих хранителей очага. И сегодня я хочу рассказать вам о своем питомце.

У меня дома живёт довольно необычная кошка. Ее зовут Нюша. По породе она вислоухая шотландка. У нее ужасный характер. Да, это звучит странно, но я считаю, что у кошек тоже есть свой характер. Она очень вредная и даже порой агрессивная, особенно с чужими людьми. Но со своими хозяевами она ведет себя по-другому. С членами моей семьи она довольно ласковая и послушная. Постоянно сидит рядом с кем-то, не любит находиться одна. У нее очень красивый окрас шерсти, полосатый хвост и немного прижаты уши. Это особенности ее породы. Еще меня очень удивляют ее глаза. Они ярко жёлтого цвета, а значки у нее могут расширяться до больших размеров и сужаться так, как будто в глазах у нее не зрачок, а острая иголка! У Нюши есть ещё одна особенность. Она даёт гладить себя только ранним утром. На протяжении всего дня ее нельзя погладить, она сразу начнет шипеть и показывать свое недовольство. Но, не смотря на ее характер, я все равно очень люблю свою кошку и очень рада, что она у меня есть!



Ирина Радаева, 2 курс ДХО

Путешествие

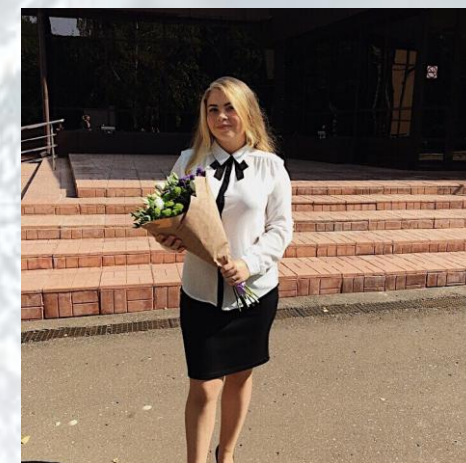
Путешествия - это неотъемлемая часть жизни многих людей. Мне кажется, это одни из самых запоминающихся моментов нашей жизни, ведь когда мы прогуливаемся по улицам незнакомого нам города или смотрим его достопримечательности, мы, безусловно, открываем для себя что-то новое и интересное. Такие моменты надолго откладываются в памяти...

Я тоже очень люблю путешествовать! Мне безумно нравится наслаждаться атмосферой тех мест, в которых я успела побывать, ведь у каждого из них свои особенности. Мне удалось увидеть своими глазами Казань, Нижний Новгород, Самару, Тарханы, Болдино, но больше всех мне запомнился мой отдых в Кабардинке.

Я помню тот момент, когда я первый раз в своей жизни увидела море. Это было незабываемо. Чувства радости и удивления переполняли меня... Для меня это воспоминание всегда будет иметь отдельное место в моей душе. А еще мне запомнились краски моря, оно было будто трех цветов: берег был зеленого оттенка, чуть дальше от суши виднелся голубой цвет, а после голубого виднелся синий оттенок. За этим было очень интересно наблюдать!

Во время отдыха я старалась много гулять по паркам, улочкам, купаясь и загорая. Я помню, как однажды во время катания на катамаране в метре от нас проплыл дельфин! Он резко выпрыгнул из воды и обратно опустился на дно. Это произошло за несколько секунд, но впечатлений осталось много.

Путешествия - это прекрасные моменты нашей жизни, они несут в себе столько положительных эмоций и впечатлений, сколько хватило бы на целый год, вплоть до следующего отдыха!



Ирина Радаева, 2 курс ДХО

Футбол

Я начала заниматься футболом, когда мне было десять лет. Возможно, для девочки это странное увлечение, но я ничего не могла с собой поделать. Мама долго уговаривала меня заняться танцами или музыкой, но мне всегда был интересен только футбол.

Когда мне в руки попадал мяч, я не могла устоять – «пинала» его, представляя перед собой ворота. "Гол", - кричали невидимые зрители в моей голове и громко аплодировали. Мне нравилось смотреть матчи вместе с папой. Не по телевизору, а «вживую», так, чтобы все было видно до мельчайших подробностей! Да и атмосферу, которая царит на настоящем поле, нельзя передать через телевизор. Всегда хочется встать и пойти играть вместе с остальными игроками!

С детства мне нравится бегать по полю, «пинать» мяч, вести его к воротам, обходить противника. Я люблю, когда слышишь ветер, а глаза в это время отмеряют расстояние для правильного удара. Конечно, у меня не всегда получалось забить мяч в ворота. Бывает, что мяч попадает в штангу, а иногда и вовсе пролетает мимо ворот. Но я всегда стремлюсь учиться и совершенствоваться. Мальчики во дворе редко брали меня играть с собой в футбол. Они думали, что девочка не может быть с ними на одном уровне в игре. Скажу откровенно, они сильно ошиблись на мой счет.

Я тренировалась каждый день по несколько часов. Чеканила мяч, отрабатывала приемы, учила правила игры. Раз в неделю систематически получала травму, но меня это не останавливало. Зимой играла на закрытых площадках, а летом выходила на настоящее футбольное поле. Я надеялась, что однажды смогу играть наравне с мальчиками. И однажды моя мечта сбылась.

Меня взяли в смешанную школьную сборную. Я была одной из немногих девушек, которые удостоились этой чести. Моей радости не было предела. Одно дело играть во дворе, а другое по-настоящему соревноваться с другой командой.

А знаете, что самое важное в футболе, кроме вратаря? Стратегия! Именно этим я и занялась, готовясь к матчу. Я разработала идеальную стратегию игры, за что меня в итоге сделали капитаном команды. Моя мечта исполнилась: мы обыграли соперника еще в первом тайме, а потом со спокойной душой сыграли второй. Это была моя первая настоящая победа. И явно не последняя! Я безумно рада, что никакие мальчишки в моем дворе больше не помешают мне делать то, что я искренно люблю - играть в футбол.



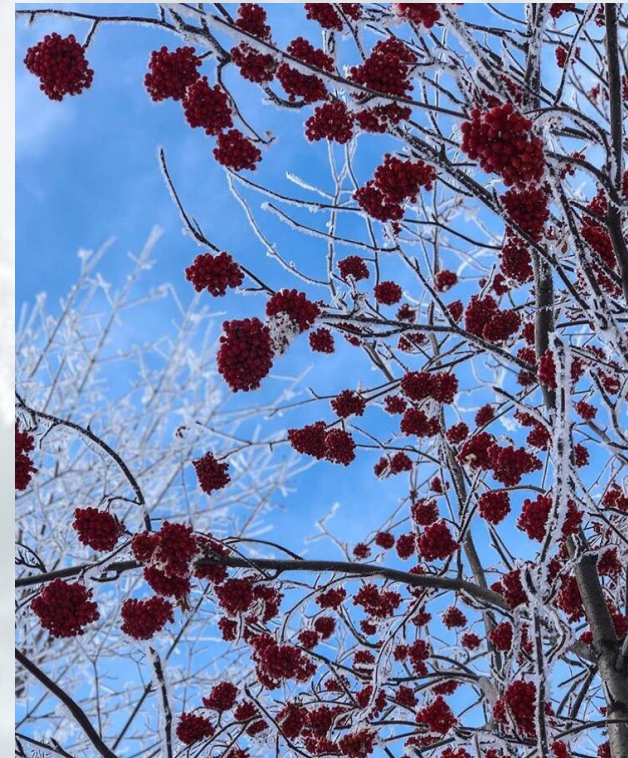


Наталья Сорокина, 1 курс ВО

Зима

Зима - невероятное волшебное время года. Зимой мы можем слышать приятный уху хруст снега, видеть плавное падение снежинок. Каждая снежинка имеет неповторимый узор. Только зимой мы можем играть во все любимые игры: снежки, катание с горки на ледянке, катание на снегоходе, катание на лыжах, коньках. Зимой мы можем лепить снежную бабу, а можем слепить целую семью снеговиков: маму, папу и маленьких снеговят.

Особенно прекрасной становится зимняя природа. Снежком припорошенные деревья и кусты являются невероятным украшением парка или леса. Особенно сказочными они выглядят после снегопада, когда снежинки прилипают к веткам и стволам, словно белая пушистая вата. На краснеющих ветках рябины сидят птицы, которые лакомятся её семенами. Более привлекательно смотрятся березы. Идешь по такому лесу и удивляешься, что кругом такая красота. А когда светит солнце, то иней на ветру начинает опадать вниз и сверкать.



Виктория Юшкина, 3 курс ОНИ

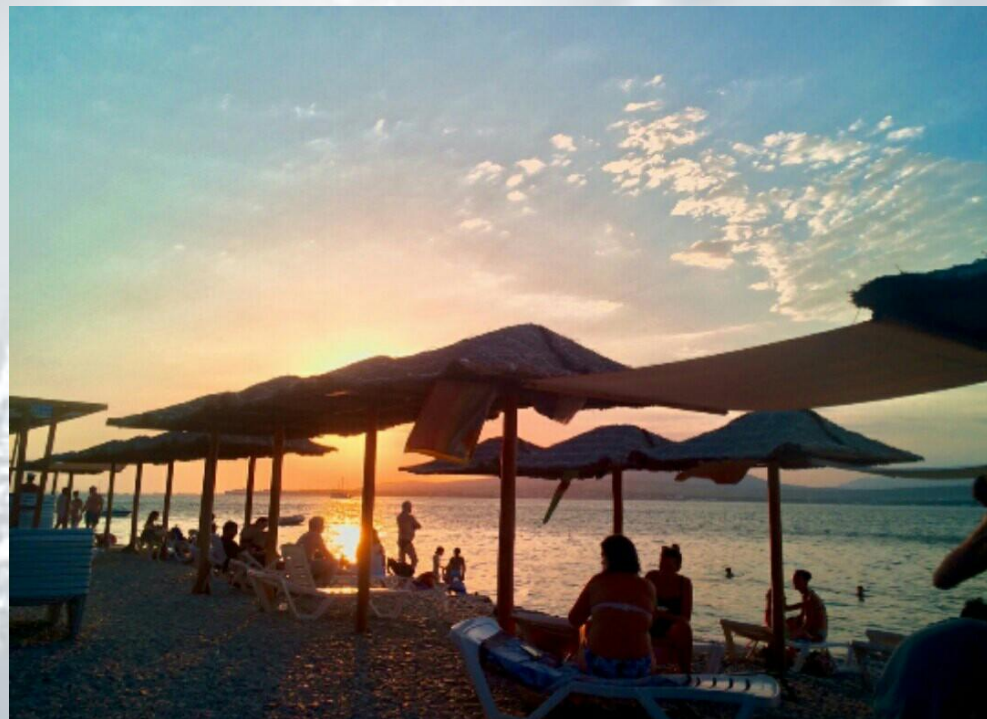
Геленджик

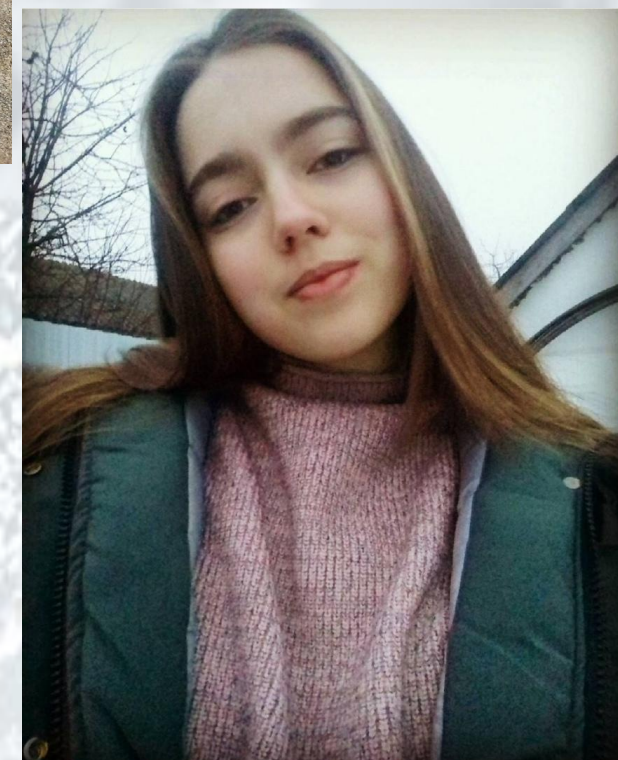
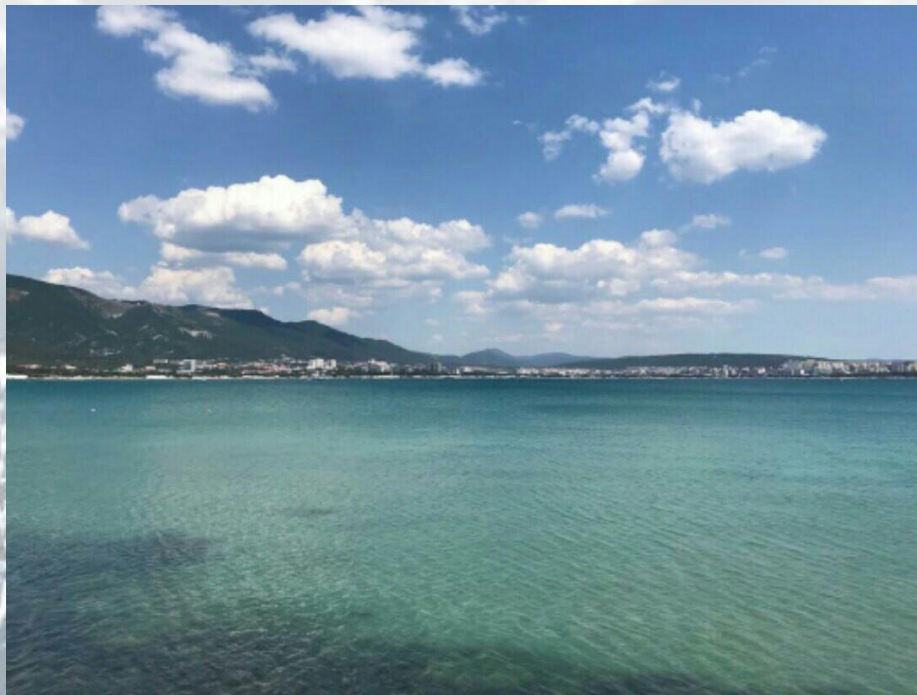
В августе 2018 года мы всей семьей отправились отдыхать на море - в Геленджик. Билеты на поезд мы купить не успели, поэтому пришлось добираться автобусным туром. В автобусе были все условия: кондиционер, телевизор, мягкие сидения. Мы ни чуть не пожалели, что отправились именно на таком транспорте.

Сам город очень красивый и чистый. В нем очень развита инфраструктура для отдыхающих и туристов. Заселившись в отель, я впервые увидела Владимира Винокура, который тоже был гостем отеля. В последний день отдыха в отель также заселился ТОДЕС - балет Аллы Духовой.

В городе очень много различных развлечений, которые подойдут для людей любого возраста. Пляжи, которые растянулись вдоль города очень чистые и обустроенные. На них есть возможность поиграть в пляжный волейбол и взять напрокат разный спортивный инвентарь.

Я очень рада, что мы покатались на теплоходе. Ведь именно там я увидела дельфинов, которые плавали в открытом море. Также мы посетили большое количество экскурсий, которые подарили мне очень хорошие впечатления. Отдых на море обладает множеством преимуществ: свежий морской воздух, морская вода и просто классная обстановка и энергетика природы.





Эльнара Ямбушева, 3 курс ОНИ

Моё хобби - волейбол.

Волейбол - это спортивная игра в мяч, перебрасываемый руками через сетку от одной команды к другой. Игра ведётся на прямоугольной площадке размером 18×9 метров, разделённой посередине сеткой. Во время игры на поле могут находиться 6 игроков. Цель - ударом добить мяч до пола. Игра начинается вводом мяча в игру при помощи подачи.

Я играю уже 4 года. Волейболом я начала заниматься по приглашению моих одноклассниц. В состав школьной команды входило 8 девочек. Мы принимали участие в различных соревнованиях, занимали призовые места. После поступления в училище, я первым делом записалась в волейбольную команду, в составе которой играю уже третий год. В нашей команде 9 девочек с разных курсов и отделений. На тренировках мы отрабатываем нападающий удар, технику подачи, работаем в парах. В этом году наша команда стала победителем Первенства училища по волейболу.

Волейбол развивает ловкость и силу рук, быстроту реакции и внимательность. У тех, кто много играет в волейбол, хорошо развита координация движений. Для меня важным аспектом является то, что игра в волейбол укрепляет мышцы спины, руки, ноги и развивает командное взаимодействие.

Занимайтесь спортом, ведь спорт помогает поддерживать здоровье и хорошее самочувствие.





Елена Адушкина, 3 курс ОНИ

Мельцаны

Моя деревня находится недалеко от Саранска: в Старошайговском районе, село Мельцаны. Летом мы с родными очень часто приезжаем в нее отдыхать. Каждый раз я удивляюсь красоте и живописности российской деревни. Приезжая в нее я буквально окунаюсь в атмосферу свободы и чистоты. Шикарные высокие деревья, пушистые ветви елей. Особенно завораживает запах скошенной травы во время сенокоса. Моя деревня очень большая и просторная. В некоторых домах уже не живут, они просто стоят как отшельники. То, что в этих домах когда-то жили люди, пелись песни и существовал семейный быт, придает уникальный неповторимый колорит деревенской жизни.

Во время прогулок, я часто сочиняю в уме собственные истории, представляю разные картины-пейзажи, которые можно было бы нарисовать, отобразить в своем вокальном исполнении.

Я очень люблю свою малую родину за ее живые краски и за парящую свободу.



Анастасия Андреева, 3 курс ВО



Зима, зимушка – зима!

Есть прекрасное время года-
Зима, зимушка - зима!
Снегом покрывает природа
Все леса и поля.
И деревья окутаны снегом,
Как будто красивый ковёр,
И для нас остается секретом,
Откуда на окнах шикарный узор.

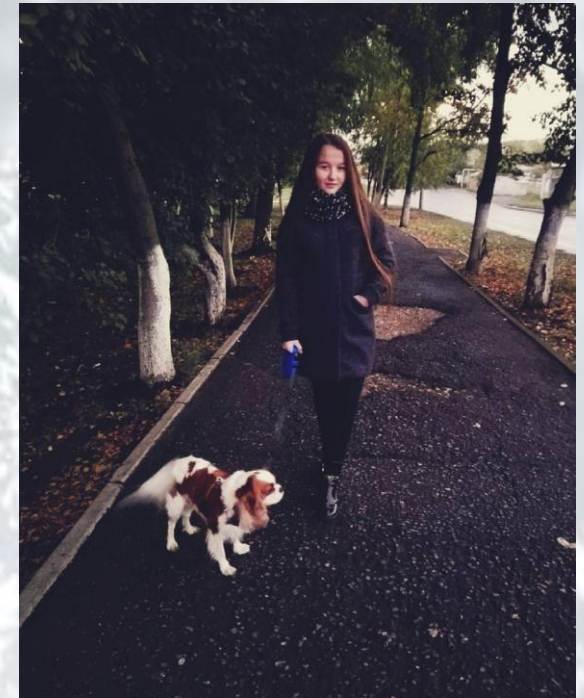
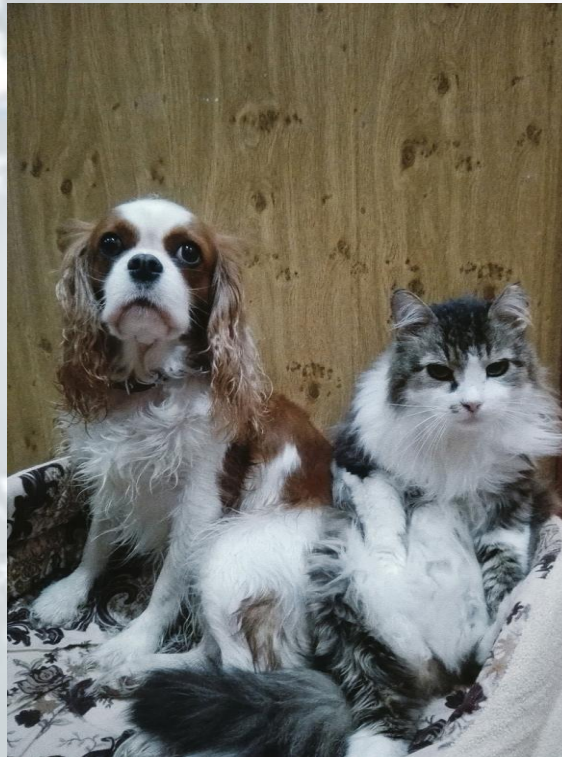


Алина Герасимова, 3 курс ДХО

Домашние питомцы

Многие люди любят животных. И я отношусь именно к таким людям! У меня дома поселились трое зверьков: это неугомонная собака, спокойнейший кот и милый хорёк. Собаку зовут Рейси, ей 4 года, она длинношёрстая, с невероятно притягивающими глазами и имеет игривый характер. Хорьку по имени Стёпа 7 лет, он обожает летние прогулки по зелёной траве и частенько засыпает у меня на руках. Самым любимым питомцем, как ни странно, стал мой кот. Ему уже 16 лет и мы неразлучны с моего рождения. Ещё недавно он убаюкивал меня своим мурчанием, был в роли малыша, которого я возила в игрушечной коляске, а сейчас он выслушивает все мои проблемы и радости вечером очередного дня.

Животные – это всегда ответственность и любовь. За каждым из них нужен определённый уход, включающий в себя: кормление, прогулки, соблюдение их чистоты, лечение при болезнях. Это помогает воспитывать дисциплину, которая необходима в жизни каждого студента. Так же животные порой могут заменить людей. Это те существа, которые всегда выслушают и поднимут настроение своим, порой неуклюжим, поведением. Животные - это классно! Уверенна, что каждому в этом мире найдётся зверёк по душе.



Валерия Головина, 1 курс ДХО



Курс – Черное море!

В августе месяце я и моя семья на машине отправились в путешествие.

Наша цель была доехать до города Туапсе, чтобы отдохнуть на Чёрном море.

В дороге мы были два дня, хотя могли приехать раньше. Но так сложились обстоятельства. Дорога стала для нас тяжелым испытанием.

Однако нет худа без добра. Я увидела много прекрасного по дороге: необъятное голубое небо, нашу богатую русскую природу, добрых людей и многое другое.

Чтобы добраться до Туапсе, нам нужно было проехать по Шаумянскому перевалу. Мы ехали практически по обрыву. Пока мы проходили этот серпантин, сердце бешено стучалось от страха, что мы машина может упасть с этого обрыва.

Но, на наше счастье, всё прошло хорошо.

На отдыхе мы провели 12 дней. Но эти 12 дней оставили неизгладимое впечатление о Чёрном море.

Для меня самое главное это то, что я всё время провожу с семьей. Это самое важное в нашей жизни. Самый лучший отдых – это отдых со своей семьей.





Софья Гурьянова, 2 курс ФО

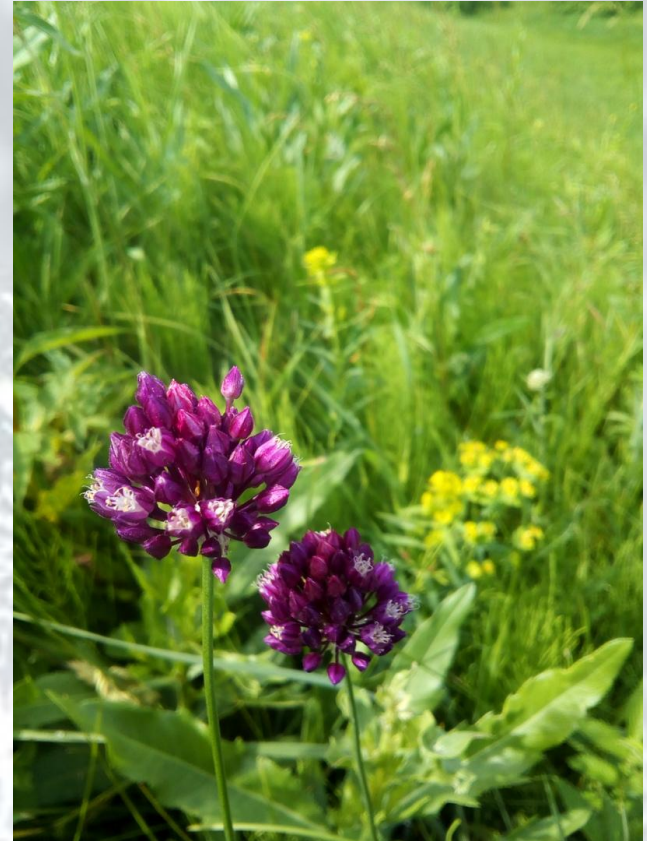
Краски лета

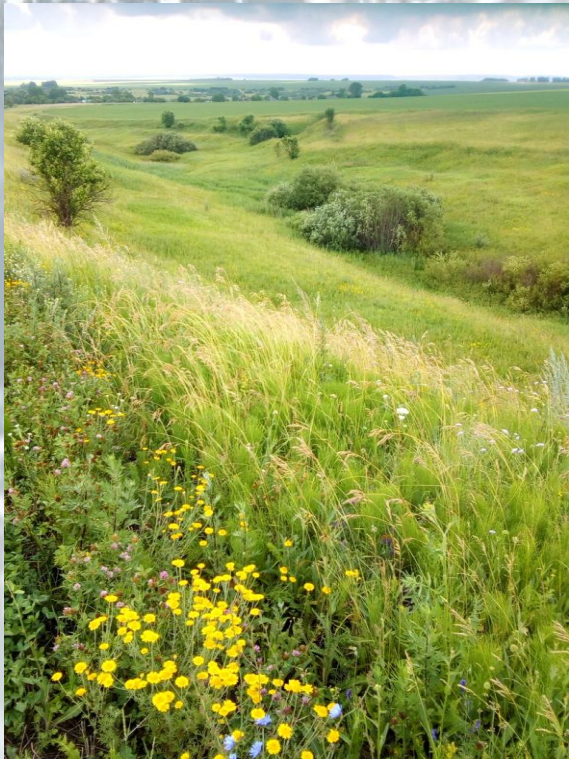
Туманным росистым утром, когда первые лучи солнца еще не выглянули из-за опушки леса, оживает от сна природа. Каждая травинка, листочек и кустик предвкушают восход солнца, находясь в удивительно чистом природном дыме, растилающемся по лугам и полям. Своим мягким движением туман придает неподвижным росинкам легкое колыхание и свежесть утреннего пробуждения! Как зеркальные зайчики появляются первые солнечные лучи, придающие утреннему пейзажу особый чарующий вкус.

Природа пробуждается. Утренняя прохлада еще не уступает место дневной жаре. Царствует спокойствие и умиротворенность. В эти минуты особенно приятно насладиться красотой природы, прогуляться по утренней росе, побывать во владениях утренних туманов, и просто полежать на чистом, как кристальная вода родника лугу. С восходом солнца оживают цветы, ягоды, деревья... все это живое, чистое, соединенное воедино с природой. Сквозь густую зелень луга можно разглядеть пестреющие красные пятнышки - сочные ягодки, показавшие свои яркие глазки свету, окунувшись в поток солнечных лучей, они так и манят к себе, привлекая своей красотой и изящностью. Как же прекрасно и легко дышится в кругу ягодных красновато пестреющих слезинок! Хочется любоваться ими вечно и не трогать! Не мешать им «пылать» в пучине утреннего солнечного света! Еще свежо, но сила небесного светила набирает ход и утренняя прохлада уступает знойному дню...

В эти моменты хочется спрятаться за густую тень лесных деревьев и продолжить путешествие там, в лесной стихии! Природа прекрасна в любое время и в любом месте!







Софья Гурьянова, 2 курс ФО

Весна

Не хвалюсь, не завираюсь,
Что случилось - не понять.
Я едва земли касаюсь -
Так мне хочется летать!

То взмываю над толпой,
Над привычной суетой -
Значит встречу я с тобою,
Значит будешь ты со мной!

Нипочем мне передряги,
Нипочем мне трудный быт,
В дебрях старые коряги -
Всё плохое прочь летит!

Ты меня сегодня любишь!
Я тебе сегодня мил!
Не предашь и не осудишь,
А добавишь новых сил!



Андрей Жирнов, 2 курс ОНИ

Край родной

Пурдошки — село, центр сельской администрации в Темниковском районе. Как думаете, где можно лучше всего провести время? Конечно же, в моих любимых Пурдошках!

Я очень люблю свое село.

Самое лучшее место в Пурдошках - река Мокша. Именно здесь можно отдохнуть, позагорать и искупаться. На реке у нас есть тарзанка, с которой ребята очень любят с разбегу прыгать в воду. А рыбачить здесь, одно удовольствие!

На песчаном берегу можно наслаждаться живописностью реки, которая как волшебное зеркало, скрывает в себе очень много загадок.

Особенно красиво в моем селе летним вечером, когда заходит солнце. Солнышко медленно опускается, и небо насыщается неповторимым светом, после которого потихоньку начинают загораться звезды. Возле реки появляется туман, он неторопливо начинает застилать все вокруг.

В городе из-за обилия искусственного света мы разучились видеть природу в ее великолепии и величии. Поэтому я приглашаю всех к себе в гости для того, чтобы насладиться подлинными красками природы и, возможно, найти ответы на сложные вопросы. Смотрите на природу собственными глазами и будьте счастливы!







Юлия Ирешева, 3 курс ВО

Зимняя рыбалка

Совсем недавно я ходила с моим папой и друзьями на рыбалку. Ловили мы рыбу в Старошайговском районе на реке Ожга. Это было раннее морозное утро. Мы пришли на озеро, разложились, прорубили лед и сели рыбачить. Я поняла, что это не простое занятие, требующее огромное терпение!

Мой папа поймал большую щуку, а мой улов ограничился маленьким окунём. Потом мы сидели, пили горячий чай и долго-долго разговаривали. Я думаю, что для музыканта опыт рыбалки состоит в том, что именно здесь лучше всего учиться терпению. Не опускайте руки до тех пор, пока не достигните своей цели!





Юлия Курмаева, 2 курс ДХО

Август. Звездопад.

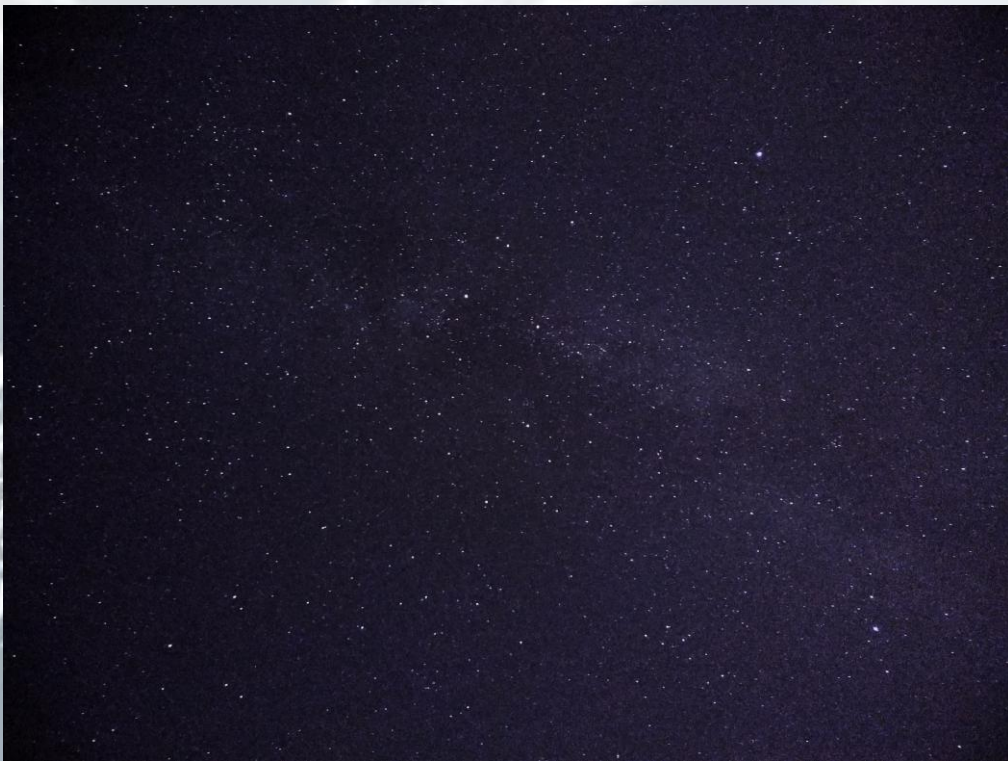
Наверное, что у каждого человека есть знаменательная дата, которую он с упованием ждёт. Для кого-то это день рождения, новый год, может, дебют на сцене. А для меня - это Август.

Летом 2015 года я открыла для себя ночное небо. Однажды посмотрела вверх и более не смогла отвести взгляд. Настолько это меня заворожило, что решила усердно изучать астрономию. Звезды, планеты, созвездия, метеорные потоки... Читая о метеорных потоках, узнала, что в августе проходит наиболее яркий и интенсивный звездопад Персеиды. Кстати, то, что называют звездопадом в народе, на самом деле является метеорным потоком, так как именно метеоры, входя в атмосферу Земли, создают вспышку (сгорая в плотной газовой атмосфере), а не звезды (представьте, если бы к нашей Земле приблизилась настоящая звезда как, например, Солнце).

После этой информации, я стала все чаще по ночам выходить на улицу, запоминать созвездия, читать интересные факты... И вдруг увидела первую падающую звезду. Мой восторг было не описать словами! После этого каждый день сидела в плеле с кружкой чая и не отводила взгляда от ночного неба, стараясь не пропустить ни единого метеора.

Наконец, долгожданная дата - ночь с 12 на 13 августа. Основательно подготовившись, вышла на улицу даже раньше, чем нужно. С каждой новой вспышкой моя улыбка становилась все шире и шире. Общее впечатление оставило неизгладимый след в моей душе. Именно поэтому август стал для меня знаменательной датой, датой знакомства с миром космоса. Теперь каждый год я жду этот месяц с такой же по-своему детской радостью, и каждый раз поражаюсь этой "внеземной" красоте.





Мария Кочеткова, 2 курс ФО

Волонтер – это звучит гордо!

В свободное от учебы и музыки время я занимаюсь благотворительностью. В чем это проявляется? Я подкармливаю и передерживаю бездомных животных. Примеров волонтерской деятельности множество, и это замечательно потому, что любой может быть к ней причастен, не затрачивая каких-то особых усилий.

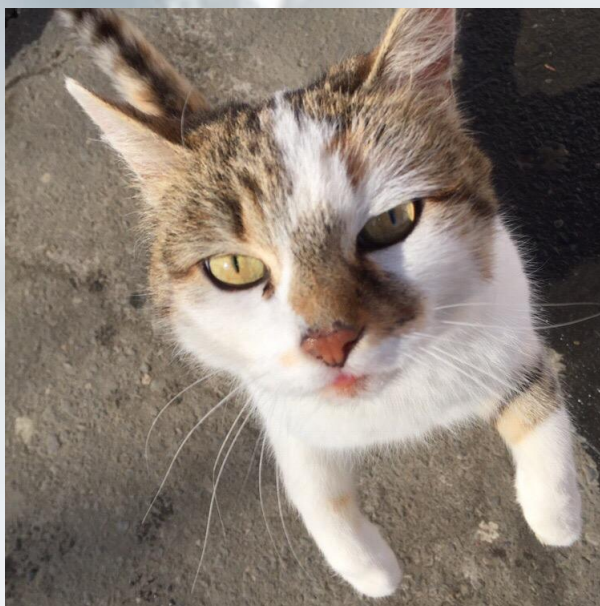
Для передержки мне пишут люди с сайтов, групп и сообществ волонтерской помощи. Как я начала заниматься этим?

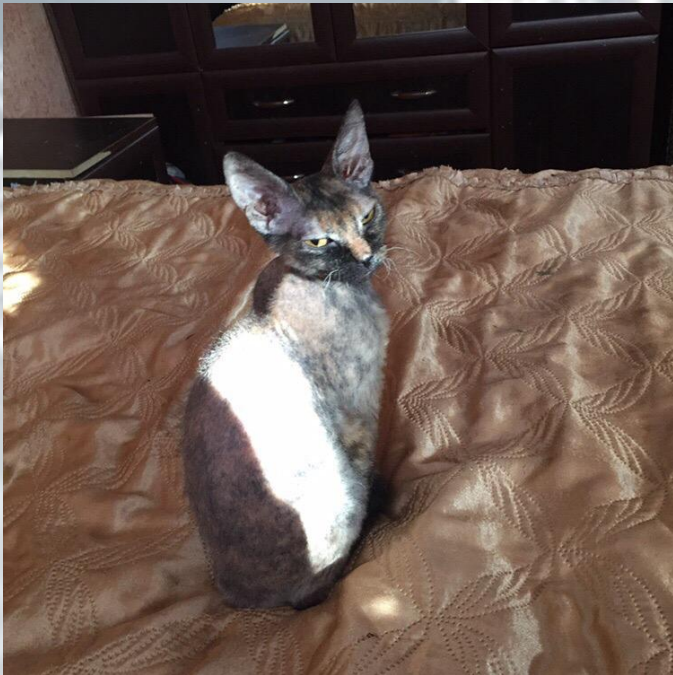
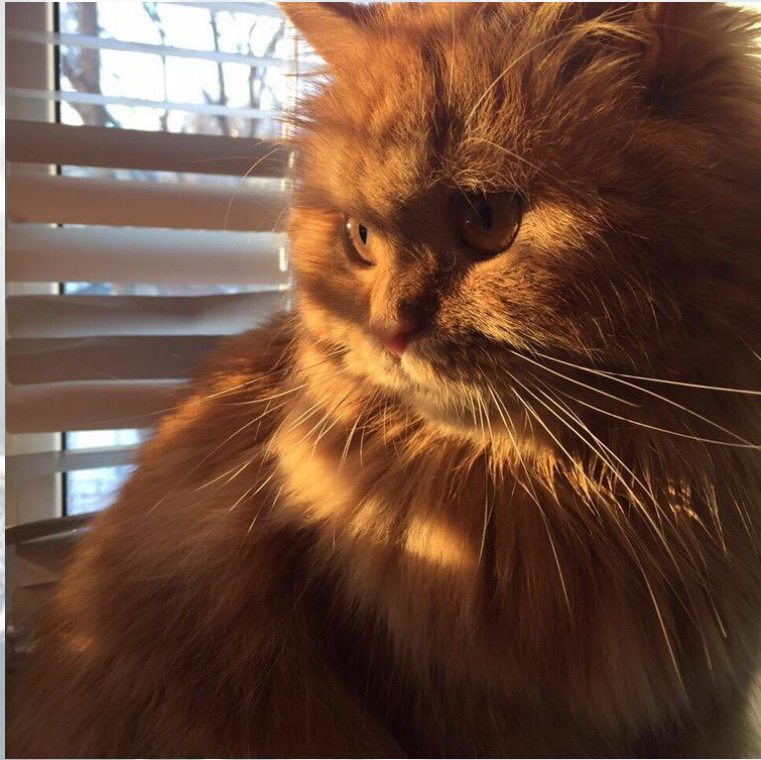
Однажды, теплым весенним утром, я отправлялась в школу и перед моими глазами предстала интересная ситуация: рядом с входной дверью в подъезд лежала мама-кошка и маленький котёнок. Умиление и расстройство смешались у меня в одно сложное чувство – как же это так, что они голодные сидят и ждут помощи от людей! Не вернуться к ним я просто не смогла. Не смотря на то, что уже опаздывала на учебу, я вернулась домой и вынесла им покушать.

Отношение моих родителей к моему увлечению положительное. Они помогают мне как материальными средствами, так и эмоционально.

Я считаю, что каждый достоин любви. Ведь в том, что животное осталось на улице в полном одиночестве, виноват только человек! Только человек превращает маленького беззащитного питомца в безжалостного монстра. И все это благодаря безразличию и бесчувствию каждого из нас.

Как сказал классик Антуан де Сент-Экзюпери: «Мы в ответе за тех, кого приручили».





Елизавета Ошкина, 1 курс ССО

Зима

У каждого человека есть своё любимое время года. Кто-то любит лето из-за обильности зелени и яркого палящего солнца, кого-то завораживают яркие краски осени, но моим фаворитом ещё с самого раннего детства остаётся зима. Когда я была маленькой, я очень ждала зиму, чтобы вновь покататься на санках, поваляться в сугробах и просто весело провести время, смотря на изящные формы снежинок, парящих в воздухе. Ещё я очень люблю зиму, потому что в это время наступает мой любимый праздник - новый год! С приходом зимы мне хочется верить в чудеса и сказки, а в моем сердце поселяется тепло и уют!



Юлия Панина, 2 курс ОНИ

Здоровый образ жизни для музыкантов.

Здоровый образ жизни подразумевает комфортабельное сосуществование со своим организмом. Я бы хотела рассказать о том, насколько важно вести здоровый образ жизни музыканту.

Сон. Во сне мозг готовится к следующему дню, приводит себя в порядок, перерабатывает полученную за день информацию. Профессия музыканта требует постоянной энергии, хорошего настроения, отличной памяти и организованности. Если вы будете высыпаться, то эти навыки вам обеспечены. Я стараюсь спать 7-8 часов и ложиться до полуночи. В течение следующего дня я всегда чувствую себя выспавшейся и нахожусь в отличном расположении духа.

Спорт. Известно, что занятия спортом благотворно влияют не только на физическое, но и на духовное состояние человека. Многие музыканты частенько сравнивают музыку со спортом. Оба требуют полной отдачи, воспитывают волю и дисциплину. Это тяжелый труд, который формирует характер. Чтобы быть в спортивной форме я выбрала для себя заниматься танцами. Это помогает мне раскрепоститься, обрести физическую свободу, что очень важно в профессии музыканта. И конечно, как и любой другой спорт, занятия танцами помогают всегда быть красивыми, здоровыми и подтянутыми.

Также, каждое утро я делаю свою любимую зарядку и хочу поделиться некоторыми упражнениями с вами:

Тянемся во все стороны. Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки вдоль тела. Сначала поднимаем руки вверх, и тянемся к потолку. Затем, левую руку ставим на пояс, а правую тянем влево с поворотом корпуса. После чего меняем руки и уже левой тянемся вправо.

Глубокие приседания с переходом на выпады. Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе. Приседаем до пола, пятки не отрываем, руки вытягиваем вперед. Поднимаемся, руки возвращаем на пояс и делаем выпад вперед правой ногой. Затем снова полное приседание и выпад левой ногой.

Исходное положение: ноги на ширине плеч, руки выпрямлены параллельно полу. Поворачиваем корпус вправо и влево. 2-5 повторов в каждую сторону.

Исходное положение: ноги вместе, руки на поясе. Махи ногами вперед, назад и в сторону. Совершить по 2-5 повторов на каждую ногу.

Эта несложная зарядка занимает всего 15 минут моей утренней рутины, но помогает оставаться бодрой и энергичной на протяжении всего дня.

Если вы будете выполнять все эти правила, то всегда будете хорошо себя чувствовать и отлично выглядеть, что очень важно для музыканта. Будьте здоровы!





Степочкина Яна, 3 курс ДХО

Танцы!

Каждый человек имеет свое хобби, которым ему нравится заниматься в свободное время, чтобы отвлечься от каких-то посторонних мыслей и просто отдохнуть. Я тоже нашла свое хобби - это танцы!

В это году два месяца назад я начала ходить на танцы - Lady's Dance. Это такое направление танцев, где сочетаются самые современные женские танцевальные стили.

Lady's Dance - это разнообразие стилей. Этот стиль также называют женской пластикой, потому что он развивает тело, учит быть мягкой, нежной и танцевальной девушкой.

Перед тем, как мы начинаем танцевать, наш хореограф делает большой акцент на разминку, где задействованы все части тела. После долгой и упорной тренировки мы наконец-таки приступаем к танцам.

Мы повторяем сначала уже выученные движения, потом начинаем учить новые. Постепенно у нас получается красивая и интересная связка, которую мы записываем на видео и выкладываем в свою танцевальную группу в социальной сети. Публикация видео с нашими танцами позволяет оценить наши возможности и пригласить людей на занятия.

Наша танцевальная группа очень веселая и подвижная, нам никогда не бывает скучно. Часто мы собираемся в нашем танцевальном клубе и хорошо проводим время за посиделками.

Для себя я поняла одно - за эти два месяца я многому научилась (могу уже сама придумать движения подходящие под ритм и бит музыки). Я не хочу останавливаться на достигнутом, буду развиваться в этом направлении танцев еще больше и больше.





Валерия Столбнякова, 2 курс ОНИ

Сонечка

У меня дома живет кошечка британской породы. Ее зовут Соня и ей 7 лет.

Когда ее принесли домой, она была еще котенком. Я думала, что она какой-то миниатюрной породы. Однако в течение несколько лет, она быстро росла, постепенно набирая в весе. Почему я назвала ее Соней, спросите вы? Потому что она все время спит. Соня любит, когда я играю на фортепиано и пою. Иногда она, нежно мурлыча, подпевает мне.

Я люблю своего питомца. Когда я прихожу с учебы, она меня встречает с неподдельной радостью. Вот такая у меня любимица!



Екатерина Табакова, 1 курс ДХО

Краски зимы

Зима - это время, когда наступает сессия для студентов нашего училища. Лично для меня, сессия является огромным стрессом. Поэтому после тяжелого дня, я стараюсь ходить на прогулку. Мое любимое место - парковая зона на окраине района Юго-запада города Саранска. Когда заходишь в него, то сразу же меняется настроение, становится легче дышать.

Я люблю лес за то, что это хорошая возможность побыть вдали от суеты, наслаждаясь тишиной леса, погрузиться в свои мысли. Такие чувства помогают восстановиться, наполнить свои мысли свежими идеями и яркими красками. Любите природу, берегите её! Она нас лечит, восстанавливает и даёт силы для занятия музыкой.





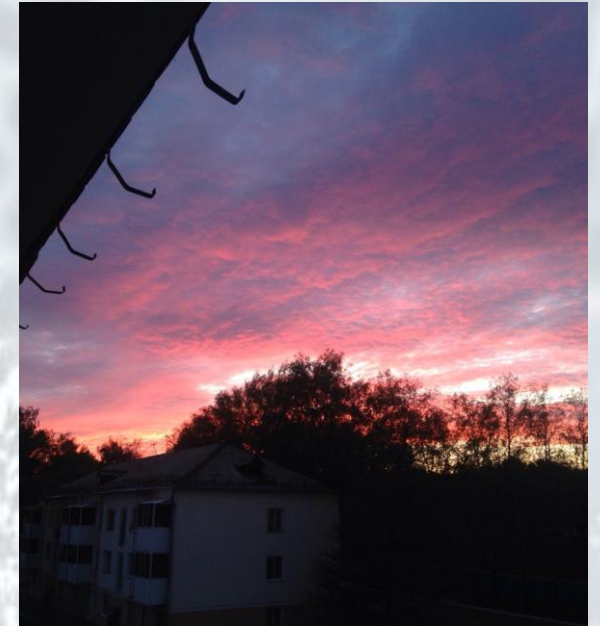
Шулубина Екатерина, 3 курс ССО

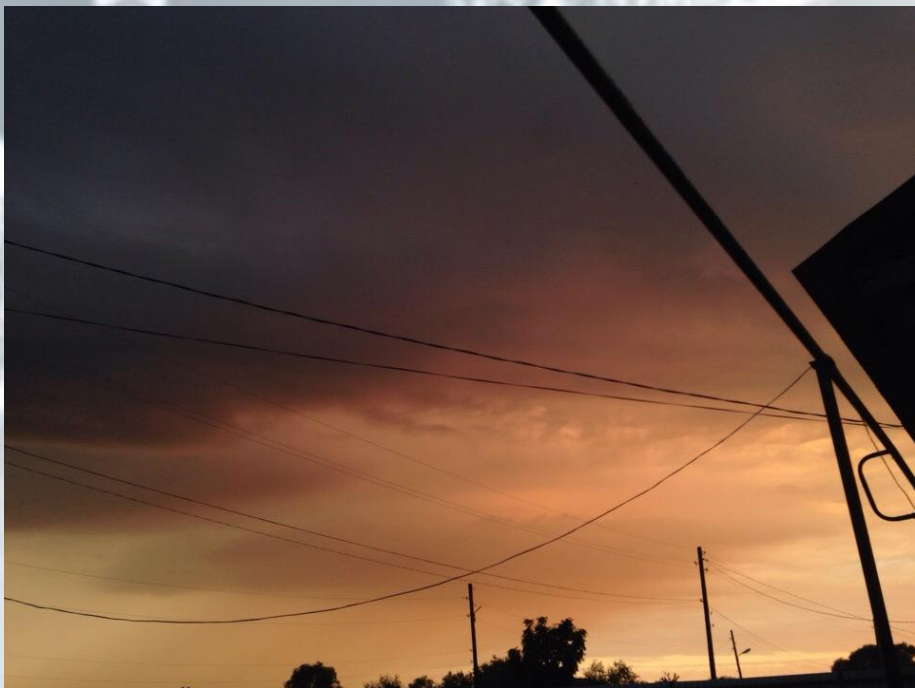
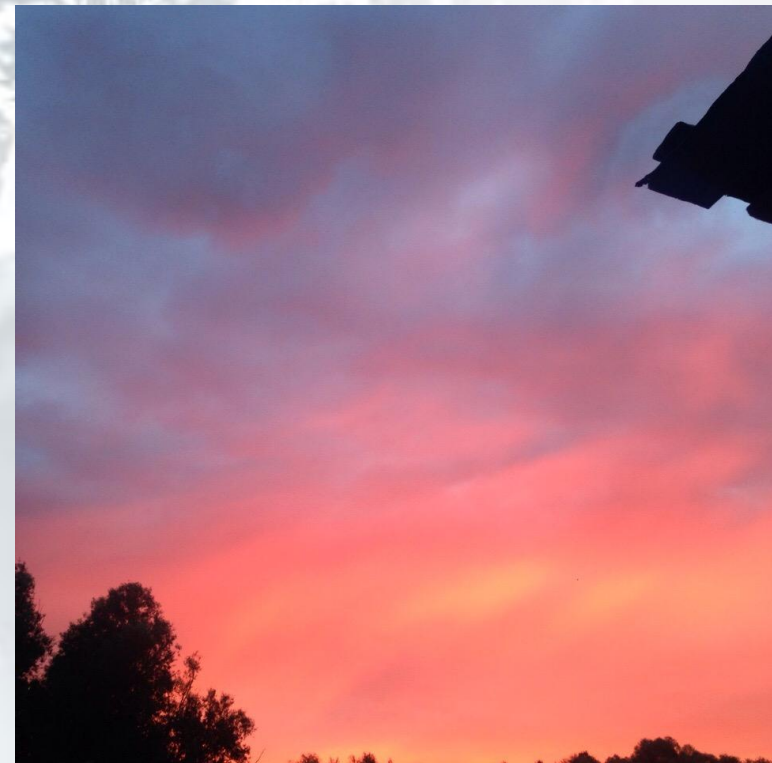
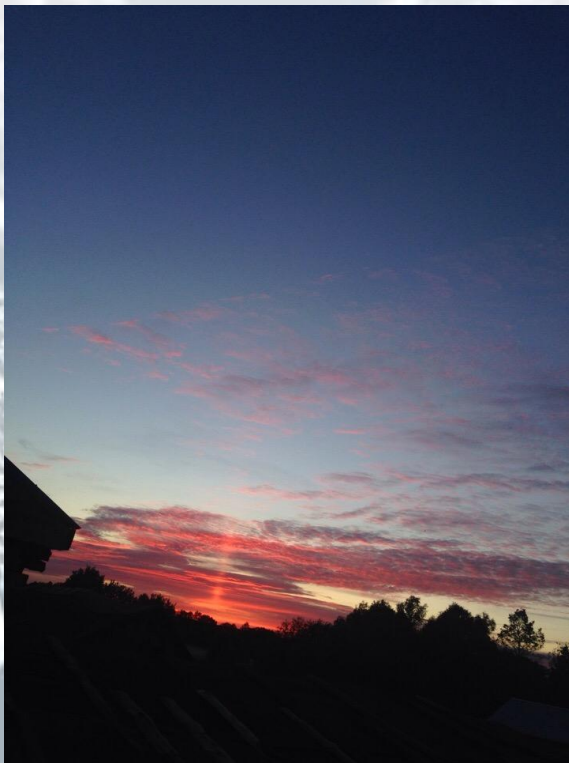
Небо

Я бы хотела поделиться с вами тем, что вдохновляет меня помимо музыки - это небо.

Мне всегда нравилось наблюдать за тем, как оно меняется. Как оно красиво меняет свои краски. Но больше всего меня привлекают закаты и рассветы, они всегда прекрасны в независимости от того смотрят на них или нет.

Небеса – это бесконечность, это тайна, это то место, где определяются человеческие судьбы. Часто ли вы поднимаете голову, чтобы посмотреть в небо, полюбоваться солнцем, найти загадочные силуэты в пролетающих мимо облаках? Задержите себя хотя бы на одно мгновение, позвольте себе полюбоваться красотой небес, ведь такой красотой можно любоваться вечно!





Дарья Юшкина, 1 курс ФО

Снежная радость

Есть прекрасное время года -
Зима, зимушка - зима!
Снегом покрывает природа
Все леса и поля.
И деревья окутаны снегом,
Как будто красивый ковёр,
И для нас остается секретом,
Откуда на окнах шикарный узор.



Алина Герасимова, 3 курс ДХО

Пушистое чудо

Осень - чудесное время. Вы со мной согласны? Даже если нет, я знаю, кто в этом точно убеждён - наша гостья, которая осенью приобрела всё, о чём только могла мечтать. Она случайно попала к нам в дом и задержалась в нём на небольшой срок. А, вернее - навсегда.

Совсем крошка и такая милая, но родители почему-то были против, когда я привела её к нам домой. Вернее не привела, а принесла за полой куртки. Сначала мои родственники требовали пристроить гостью в другую семью, мол, есть у нас уже такое чудо, не нужно ещё одного. Но ни знакомые, ни соседи, ни online-друзья, которым пишу только дважды в год (когда они поздравляют меня с днём рождения, и когда их поздравляю я) – никто не смог взять к себе котёнка. Так и осталось у нас это пушистое чудо. К слову, чудо оказалось очаровательной девочкой, которая поразила нас необычайно пушистой шёрсткой с меняющимся, как это происходит у всех маленьких зверят, окрасом.

Изначально неблагоприятное отношение родителей постепенно изменилось. Правильно говорится: «стерпится-слюбится». Родители сначала просто смирились с тем, что отныне в доме будут жить две кошки. А потом и сами не заметили, как влюбились в нашу гостью, влюбились так же горячо и искренне, как и я. Её невозможно не любить, уж поверьте на слово!

Следующим важным шагом после обоснования в доме стал подбор имени. Выбор стоял между «Белка» и «Дымка». Но гостья не откликалась на них – не нравились. А вот случайно брошенное мамой «Масяня» заставило кошку моментально повернуть голову на звук. Так и повелось: «Масяня».

Вы ведь не станете спорить, что в каждой «леди», глубоко в её душе, живет озорная «пацанка»? И наша кошечка - самый яркий пример, подтверждающий это. Она бессовестно ворует со стола, спит на кроватях и даже взбирается на обитателей нашего дома, которые выше метра в высоту (вторая кошка, которая, разумеется ниже заданной высоты, видимо, слишком низка, чтобы быть тронем, с которого удобно взирать на свои владения). Тем не менее, даже таким разбойницам приходится усваивать некоторые жизненно важные правила: где лоток и почему можно «ходить» только в него, кто первым получает еду (большая кошка, которая может и лапой по лбу так дать, что рыбки и звездочки плавать будут перед глазами ещё долго); а самый главный урок: «тыгдык-тыгдык» с утра пораньше карается тапком, летящим в тебя.

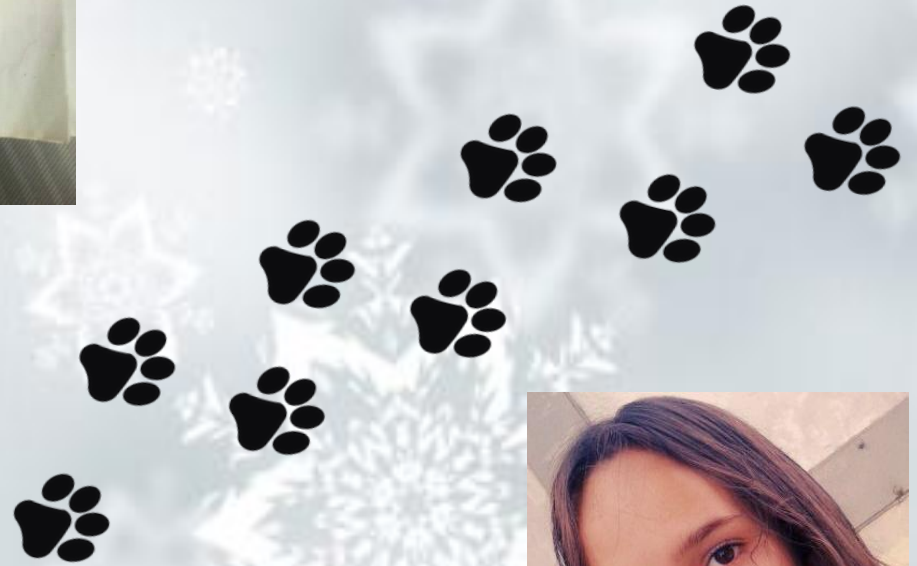
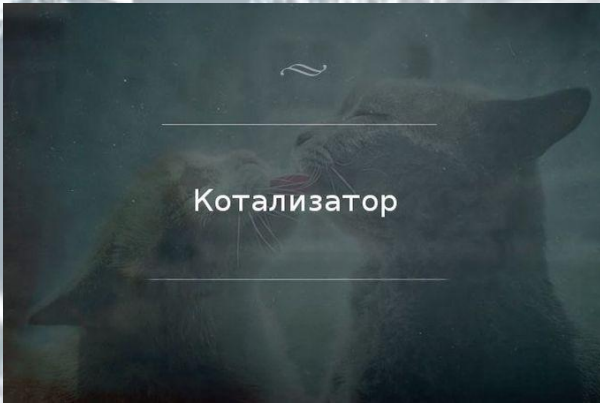
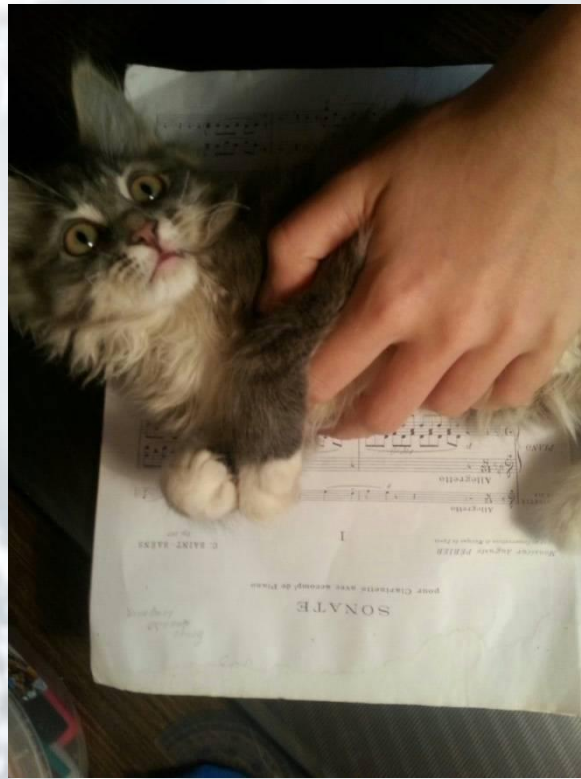
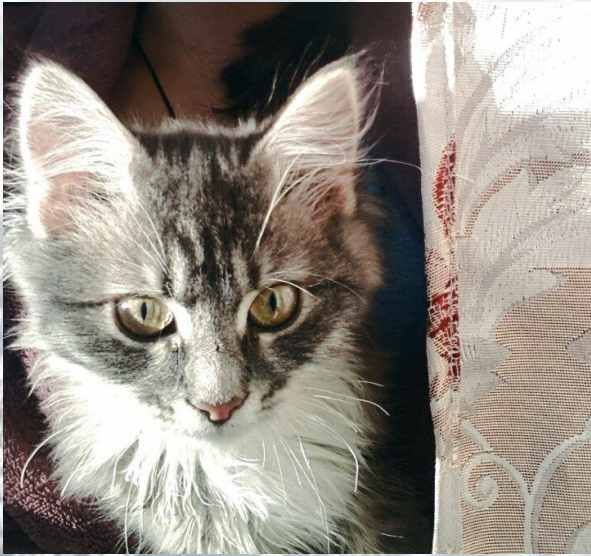
Но самое удивительное – это то, что с момента появления в доме котенка жизнь его обитателей преобразилась совершенно. Старая «мадам» лет десяти отроду, благородно носящая черепаховую окраску идвигающаяся под стать этой рептилии вдруг ни с того ни с сего стала играть вместе с юной кошечкой; родители и я начали чаще улыбаться и замечать на себе следы покусываний – весьма специфических проявлений кошачьей любви. Мы узнали, что, оказывается, кошка – панацея от всех болезней и неприятных состояний; к всеобщему удивлению, Масяня любит купаться; кошка похожа на ребён-

ка – лезет на ручки, когда ей не хватает внимания; но самое замечательное заключается в том, что шерсть нашей гостьи так отросла к зиме, что ее обладательница стала похожа на пушистого мурчащего ёжика.

Невозможно спорить с теми, кто говорит, что животные в доме – своеобразное зеркало всех его обитателей. Увидев себя со стороны, мы все во многом изменились к лучшему.

Спасибо тебе, моя Машенья, моё пушистое чудо!





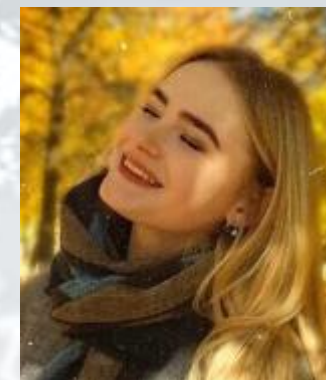
Мария Гунина, 3 курс ФО

Извержение вулкана



Карина Сотова, 3 курс ТО

Берегите лес от пожара



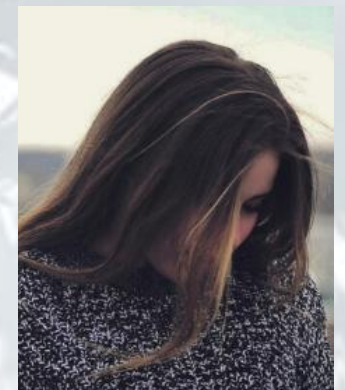
Юлия Панина, 2 курс ОНИ

Семейство кошачьих



Полина Кудрявцева, 2 курс ФО

Олени в лесу



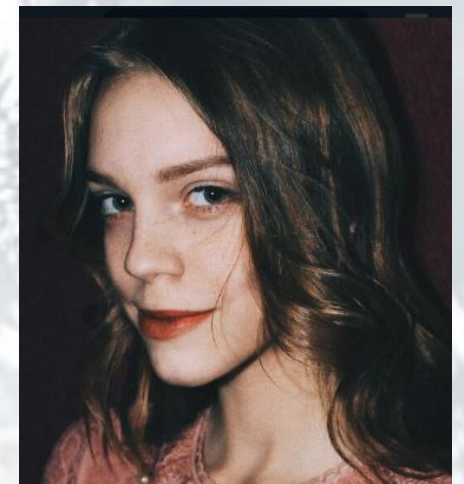
Виктория Прошина, 1 курс ВО

Выбор за тобой!



Александра Новгородова, 2 курс ДХО

Берегите природу!



Анастасия Новикова, 2 курс ОНИ

Берегите лес от пожара



Валерия Столбнякова, 2 курс ОНИ

Над выпуском работали:



Чугункин В.В. – автор идеи, верстка газеты, преподаватель естествознания



Авторы статей: Абдрашитов Г., Боронин В., Бутусова В., Кильдеева Э., Кирдяшкина Л., Климов В., Пунигова А., Радаева И., Сорокина Н., Юшкина В., Ямбушева Э., Адушкина Е., Андреева А., Герасимова А., Головина В., Гурьянова С., Жирнов А., Ирешева Ю., Курмаева Ю., Кочеткова М.(2 курс ФО), Ошкина Е., Панина Ю., Степочкина Я., Столбнякова В., Табакова Е., Шулубина Е., Юшкина Д., Гунина М., Сотова К., Кудрявцева П., Прошина В., Новгородова А., Новикова А.

Спасибо преподавателю Голубчиковой М.В. за проявленный интерес к повышению качества текстов!



Адрес учебного заведения: 430027, Республика Мордовия, г. Саранск, ул. Гагарина, 108/2

E-mail muzuch@moris.ru

Официальный сайт: www.kiryukov-smu.ru

Директор: Симкина Оксана Евгеньевна

Телефон: (8342) 33-30-40

