

*№ 8, 2016-2017 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.



**2017**  
**ГОД ЭКОЛОГИИ**  
**В РОССИИ**

**Чугункин В.В.** – идейный организатор проекта. E-mail [Victor-webmail@mail.ru](mailto:Victor-webmail@mail.ru) т. +7 937 518 8840



## Земля - это наш дом!

Природа и человек находятся в тесной взаимосвязи. Без воздуха, без воды, без солнца человек не смог бы жить, значит, он всё-таки больше зависим от природы, чем она от него. Но, к сожалению, часто так получается, что люди считают себя хозяевами природы, нарушают ее законы и наносят непоправимый вред экологии.

На Земле остается не так уж много экологически чистых районов, рек и морей, в которых можно купаться без вреда для здоровья. Экологическая ситуация в отношении чистоты очень зависит от человека, ведь это люди губят природу, загрязняют реки и озера, строят промышленные предприятия, которые постоянно отравляют воздух. Ухудшение экологических условий негативно отражается и на популяциях многих животных. Меньше стало рыбы, особенно пригодной для пищи, исчезли некоторые виды животных.

Считая себя хозяином природы, человек забывает заботиться о сохранении природных ресурсов, о том, чтобы будущие поколения смогли дышать чистым воздухом и наслаждаться изобилием даров природы. Всё чаще стали случаться природные аномалии, катаклизмы, как будто сама природа восстает против такого к ней отношения. Я считаю, что для того, чтобы жить в гармонии с природой, нужно относиться к ней с любовью и заботой, стараясь улучшить экологическую обстановку на планете. Земля - это наш дом, и мы должны заботиться о том, чтобы он был ухоженным, чистым и прекрасным!

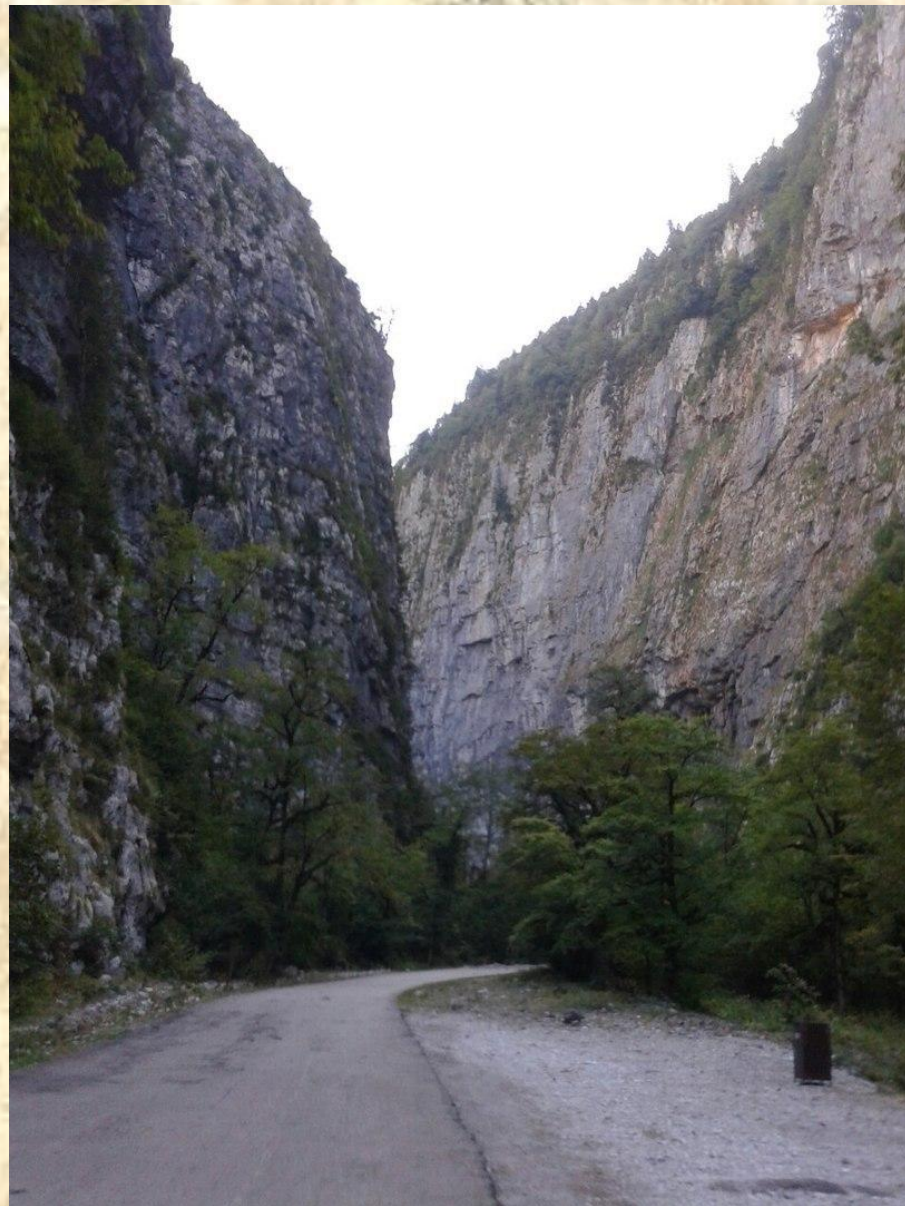
Экологическая ситуация на планете может улучшиться, если человек сможет изменить свое отношение к природе. Очень часто, отдыхая на природе, люди оставляют после себя кучи мусора. Если каждый из нас начнет с малого - начнет с себя и станет более внимательно и осознанно относиться к природе, - то ситуация уже начнет меняться в лучшую сторону.

Человек должен понимать, что на своей планете, как и в собственном доме, необходимо поддерживать чистоту, а для этого нужно постоянно делать уборку, не мусорить.

Роль человека в экологии очень важна, и люди должны понимать это, предпринимая все возможное для того, чтобы сделать этот мир лучше!







**Анна Смолякова, студентка 1 курса ТО**

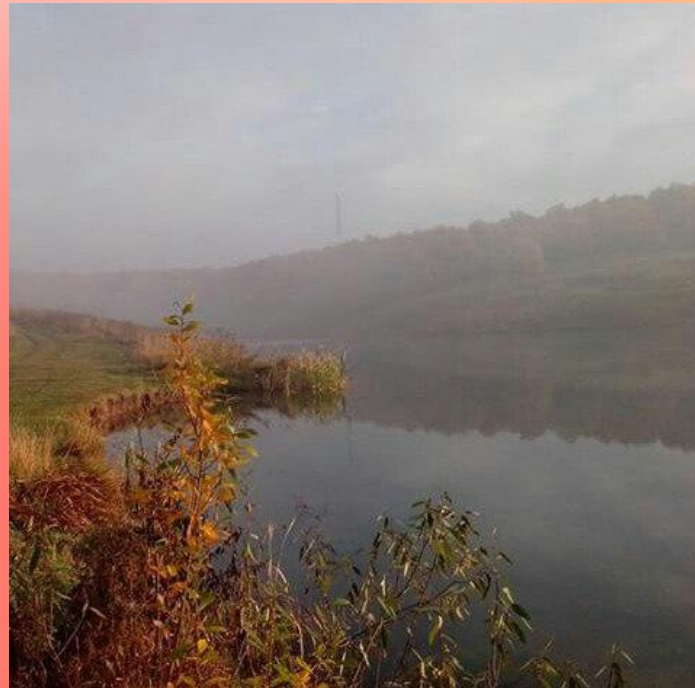


## Пруд у дома

Природа занимает очень важное место в жизни человека, однако из-за нашей хозяйственной деятельности в ней происходят очень сложные негативные процессы, в результате которых природа может изменить свое «доброе» к нам отношение.

Не составит большого труда для всех, если каждый элементарно будет выбрасывать мусор специально приспособленные для этого места! Казалось бы, простая идея – убери за собой!

Я живу в маленьком поселке, рядом с моим домом простирается шикарный лес и маленький прудик. Летом около этого пруда любят отдохнуть жители не только наших улиц, но приезжие. И оказывается, после своего «активного» отдыха так мало находятся в силах сделать элементарно-элементарнейшее действие - убраться за собой! В последние годы, особенно весной, после таяния снега выявляются небольшие горки мусора, как на территории пруда, так и в воде. В течение 4-х лет моя семья и соседи дружно идем убирать наш маленький пруд. Кому как не нам о нем заботиться! Ведь если его не приводить в порядок, он совсем зарастет мусором и в итоге от него ничего не останется. Не остается без нашей заботы и лес. Летом и осенью мы с друзьями часто ходим прибираться в лесу: убираем бутылки, брошенные пластмассовые изделия... Прогулка и уборка леса – полезно для нас и для леса. Пожалуйста, не засоряйте место, где живете и где гуляете!



**Анна Зверьева, студентка 4 курса ВО**

## Немного о цветах



Быть занятым – значит быть счастливым. Т. Грэй, английский поэт.

У каждого человека есть свободное от учебы или работы время, которым он может распоряжаться по своему желанию. В свободное время я люблю слушать разные песни – в зависимости от настроения :)

Другим моим увлечением является цветоводство. Больше всего я люблю комнатные растения. Они все такие разные. Каждый цветок индивидуален, как и человек, и требует к себе особого подхода и внимания. Как любитель-цветовод могу с уверенностью утверждать: чтобы растения радовали своей красотой и цветением, нужно не только предоставить им все необходимое для роста и развития. Цветы нужно любить и постоянно ухаживать за ними.

Любимые мои цветы – это фиалки. Фиалка очень красивое растение. Цветки у нее голубого, темно-фиолетового, синего и желтого цвета. Цветочки красивые и нежные. Фиалка очень проста в уходе.

Древние галлы считали фиалку символом скромности, невинности. Французы считали фиалку эмблемой постоянства и вечной верности. Во Франции фиалки любили почти все: монархи, простолюдины и особенно актрисы. Мои растения расставлены не только на подоконниках. Хорошо они смотрятся на специальных полочках на стене возле окон.

Мои увлечения всегда мне приносят радость и удовольствие. Я могу своим любимым занятиям посвятить много времени. Но всегда стараюсь рационально все распределить. Не зря же говорят, что всему свое время.



**Полина Кондалова, студентка 1 курса ВО**





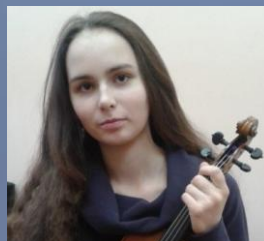


## Ближе к природе!

Мы знаем, что природа нам помогает во всем! Когда мы устаём, мы идем гулять на природу. Когда нам плохо мы, опять же, идём на природу. Она помогает восстановить каждому человеку свои жизненные силы, даёт нам вдохновение для творчества и многое другое.

Я очень люблю отдыхать на природе. Недавно мы с подружкой и знакомыми ездили на Волгу. Там мы только купались. А рядом с Волгой мы ходили и наслаждались запахом соснового леса. Ммммм, это не передать словами!!! Внутри этого леса находятся 3 или 4 озера. Вот на одном нам удалось покататься на лодках. Мне очень хотелось научиться грести. У меня даже немножко получилось, правда, руки быстро устали. Но зато столько эмоций, столько радости было у всех нас!!!!

Это была незабываемая прогулка. Поэтому нам нужно беречь природу. Бережно относиться к обитателям леса и вообще ко всем братьям нашим меньшим.



Мария Нурутдинова, студентка 4 курса ССО





## Самый верный друг.



Для чего людям нужны домашние животные? Они действительно требуют и финансовых, и эмоциональных, и физических затрат. Но, тем не менее, в одной семье может жить даже несколько питомцев. У животных есть одно очень важное качество, так необходимое человеку – их любовь безусловна. Они рады хозяину просто за то, что он есть, рады его приходу и печалются, когда он уходит – животные дают ощущение нужности, важности и значимости, тех самых чувств, которых иногда очень не хватает в человеческом мире. С животным можно разговаривать. Да-да, опытные собачники, например, расскажут вам о том, как различают в собачьем лае разные интонации, заядлые кошатники расскажут о тонкостях кошачьего мяуканья, по которому могут определять настроение своего любимца. Так животное становится идеальным другом и компаньоном. А некоторые животные могут молчать – но присутствовать в жизни человека, создавая определенную атмосферу, даря ощущение того, что где-то есть другая, спокойная и размеренная жизнь, свободная от забот и проблем. Это также очень важно в современном мире - отвлекаться от насущных проблем, созерцая, например, жизнь аквариумных рыбок или греющихся в лучах лампы черепах. Но важно помнить: нельзя заводить домашнее животное вместо присутствия в жизни другого человека: вместо ребенка, вместо партнера – всегда имеет смысл задуматься о том, какое место будет занимать питомец, если ваша жизнь изменится – и найдется ли ему там место вообще. Взаимодействуя с другими существами, мы учимся пониманию, принятию незнакомого, учимся договариваться без слов, учимся ответственности за тех, кто от нас зависит. А это именно те качества, которые очень важны в построении гармоничной полноценной жизни.



**Александра Пунигова, студентка 1 курса ВО**



## «Цветы – остатки рая на земле»

Как говорил И. Крондштадский: «Цветы – остатки рая на земле». В мире существует многообразие флоры: розы, лилии, хризантемы, тюльпаны, полевые ромашки. Цветы справедливо называют символом жизни, поскольку они олицетворяют собой красоту природы и ее щедрость. Невозможно ими не восхищаться, например, поэты посвящают им стихи. Их любят дарить дамам, чтобы выразить свое восхищение и поклонение. Кто из нас не восхищался прекрасными бутонами, источающими дивный аромат? Цветы у большинства людей вызывают приятные впечатления, дарят положительные эмоции. В заключение хочется сказать, чтобы все старались беречь цветы и всю природу, ведь она имеет огромное значение для всей земли. **БЕРЕГИТЕ ПРИРОДУ!**



**Юлия Суркова, студентка 1 курса ОНИ**





## Снегири

На протяжении конца марта - начала апреля, я начала всё чаще и чаще замечать у окон нашего училища небольших птичек с красным брюшком – снегирей. Меня заинтересовала тема, и в этой статье я постараюсь осветить самые интересные факты об этих птицах.

Снегири — птицы, возвращение которых по весне считается признаком приближения холодов, по крайней мере, именно так гласит народная примета. Эти птички сразу бросаются в глаза благодаря своим красочным перьям, и именно они, вполне возможно, будят вас по утрам своим чириканьем, весьма напоминающем пение воробьёв.

1. Окраска птенцов снегиря практически идентична окрасу взрослых птиц, за исключением «чёрной шапочки» на голове — в этом месте новые, более тёмные перья у птенцов отрастают позднее.

2. Снегири не живут там, где нет деревьев.

3. Снегири довольно легко поддаются приручению и живут с человеком.

4. У снегирей великолепно развита способность к подражанию разным звукам. Некоторые из этих птичек могут запомнить и насвистывать по несколько весьма сложных мелодий. Всё, что нужно — это терпение, чтобы обучить птицу.

5. Самцы снегирей никогда не принимают участия в строительстве гнезда — это прерогатива самок.

6. Главная опасность, подстерегающая снегиря при жизни в неволе — риск ожирения. Эти птицы совершенно не знают меры в еде.

7. Гнёзда снегири предпочитают вить подальше от человеческого жилья, но место они выбирают обычно невысокое — в среднем не выше человеческого роста.

8. Птенцы снегирей обретают самостоятельность уже на третьей неделе жизни.

9. Не все снегири на зиму улетают в тепло. Полностью меняют место жительства на зимнее время только те из них, что обитают на самом севере таёжных лесов — зимы в тех краях по-настоящему суровы.

10. Запоминающимся красным цветом грудки могут похвастать только самцы снегирей, у самок грудь коричневого цвета.

11. В неволе снегири живут меньше, чем на природе.

12. Во время периода размножения самцы снегирей задабривают самок подношениями еды.

13. В случае угрозы гнезду маленькие снегири радикально преобразуются, превращаясь в настоящих крылатых бестий. В отличие от многих других птиц, они не бросят гнездо на произвол судьбы, спасаясь сами, а вступят в бой, и сражаться будут до последнего.

Вот такими интересными существами могут оказаться маленькие птички. Стоит только разобраться.







**Кристина Чичерова, студентка 1 курса ФО**



## Московский зоопарк

Я очень люблю Москву и часто езжу в этот город. На зимних каникулах я ходила по разным галереям, выставкам, музеям, но особенно мне запомнился поход в зоопарк, который я посещаю каждый год. И мне хочется приходить туда снова.

В один из зимних дней, мы решили сестрой на выходных посетить зоопарк. Подходя к входу в зоопарк, мы увидели огромные очереди в билетные кассы, все хотели полюбоваться на животных. Первое, что бросилось в глаза, огромный вольер с волками. Некоторые из них ходили по клетке и скалили свои острые клыки, другие спали.

Одни из самых популярных животных зоопарка - обезьяны и гориллы. У клеток с ними всегда огромное количество посетителей. Приматы очень смешные и забавные. Они издают громкие крики, корчат смешные рожицы.

Выйди на улицу, мы увидели огромные клетки с птицами. Каждая из них, имела свой окрас. Одни были яркие, большие, другие серые, неприметные. Также есть хищные птицы с мощным клювом и большими когтями. Самые яркие, розовые фламинго, которых условно облили гуашью.

В зоопарке можно покупать корм для животных. Мы решили его приобрести, чтобы покормить верблюда, осликов, лошадей и ламу.

Ещё мне запомнились удивительные жирафы с причудливыми рожками с высоты кранов. Рядом находился вольер с добродушными слонами, они благородно качали головами.

Мои самые-самые любимые животные - это семейство кошачьих. Именно к ним, я со стремлением рвусь. Живые пантеры, тигры, львы гепарды, леопарды, рыси. Именно эти животные, напоминают мне мое детство.

Наступал вечер, все вольеры потихоньку начали закрываться, нам пришлось покинуть зоопарк. Мне очень понравилась зоопарке, так как я узнаю больше о животных, смотрю на их поведение.

Когда я посещаю зоопарк, я всегда задаюсь над одним вопросом: «А хорошо ли животным в клетках?». Для нас - людей - клетки - это "тюрьма", это "несвобода". Но животные - не люди. В природе как таковой нет "свободы", область обитания животных ограничена территорией, и при попытке пересечь границу на вас просто нападут и возможно, убьют. И если человек все же решил, что зоопарку - быть, он должен создать животным все условия для их нормального существования. В хорошем зоопарке - хорошо всем.







**ZOO**



**Екатерина Шулубина,  
студентка 1 курса ССО**





## Музыканты без остеохондроза!

Остеохондроз - это заболевание межпозвоночных дисков, сопровождающееся болями в спине и шее. Остеохондроз шейного отдела на сегодняшний день очень распространен, это связано с тем, что человек мог получить физические повреждения в этой части тела либо ведет малоподвижный образ жизни. А нам, музыкантам, тем более нужно следить за своим здоровьем и суставами. Ведь ежедневные многочасовые занятия когда-нибудь да дадут о себе знать. Тем более, нам, скрипачам, идет очень большая нагрузка на спину. Остеохондроз может появиться в любом возрасте. Главное – это лечение, а оно обязательно должно быть всесторонним, включать в себя применение лекарственных препаратов и прохождение физиопроцедур. Однако не стоит забывать и о лечебной гимнастике, которая является чуть ли не самым важным. Не рекомендуется приступать к гимнастике при сильном обострении заболевания, которое может сопровождаться болевым синдромом или даже повышением температуры. Самое основное в лечебной физкультуре – правильное выполнение. Упражнения следует делать регулярно, лучше несколько раз в день. Кроме того, важно держать правильную осанку не только тогда, когда вы сидите за столом, но и когда ходите. Для примера рассмотрим одно упражнение : в начале нужно встать ровно или сесть на обычный стул с ровной спинкой. Голова должна располагаться ровно. Подбородок нужно опускать к самой груди на выдохе и поднимать его вверх на вдохе. Ни в коем случае не следует запрокидывать голову назад. Повторять такие движения рекомендуется не меньше 10 раз за один подход. Это же не требует большого времени и сил! Ведь здоровье-это самое главное, что есть у человека! А музыкантам надо еще больше здоровья чтобы выступать, заниматься и сил ,чтобы выйти на сцену с прямой красивой осанкой!



**Екатерина Бабурова,  
студентка 2 курса ССО**





## Осторожно, музыка!

А знали ли вы, что у музыкантов есть профессиональные заболевания?

Лица музыкальных профессий получают профессиональные заболевания довольно часто. Заболевания, связанные с родом деятельности, имеются у девяноста процентов всех профессиональных музыкантов. Заболевания рук, в частности, возникали у Скрябина, Нейгауза, Танеева, Тосканини, Рахманинова и многих других. Роберт Шуман ужасно страдал также от профессиональной болезни, это заставило его перейти на сочинение музыки, прекратив играть на рояле.

У пианистов заболевания рук в конце девятнадцатого века настолько участились, что основы методики преподавания стали пересматриваться. И сегодня на сайте Clinicadvisor клиники часто ищут музыканты, которые страдают от собственной профессии. Существует даже специальный Институт здравоохранения музыкантов в Берлине, который специализируется на профилактике и лечении заболеваний музыкантов. Легаментиты, периартриты, тендовагиниты, ганглии, эпикондилиты, бурситы, миозиты – все эти заболевания возникают от функционального перенапряжения рук во время игры. Они могут ограничить трудоспособность музыканта, а не только вызывать серьезные болевые ощущения. Немало музыкантов вынуждены были переqualificироваться из-за них.

Проявления профессиональных заболеваний у музыкантов часто являются аномалиями двигательной системы, в результате которых возникают боли невралгического характера и судороги (непроизвольные сокращения мышц). Вызываются они «перенапряжением» мускулатуры. Невралгии плечевого сплетения считаются для музыкантов типичными.

Профессиональная дискиния, графоспазм, птичий спазм, писчая судорога, профессиональный или координаторный невроз – все это названия дискензии, которая часто возникает у дирижеров, барабанщиков, трубачей, скрипачей и пианистов. Характеризуется эта болезнь тем, что при выполнении работы, требующей высокой координации движений и быстроты, человек просто не может правильно контролировать свои движения. Координаторный невроз губ нередко возникает у людей, постоянно играющих на духовых инструментах.

Этой статьей я хотела бы сказать, что заниматься надо так, чтобы все это предостеречь. Нужно внимательно слушать педагога, когда он говорит, как надо заниматься. И это никак нельзя пропускать мимо ушей, потому что это очень важно для нас, начинающих музыкантов.

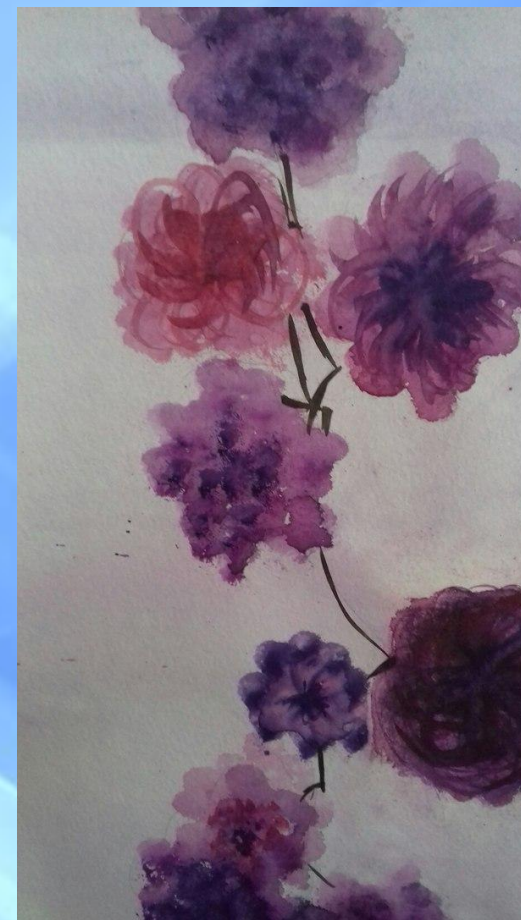
**Будьте  
здоровы!**



Карина Сотова, студентка 1 курса ТО



## Рисуем цветы



**Юлия Милешина, студентка 4 курса ФО**



Весна в фотообъективе



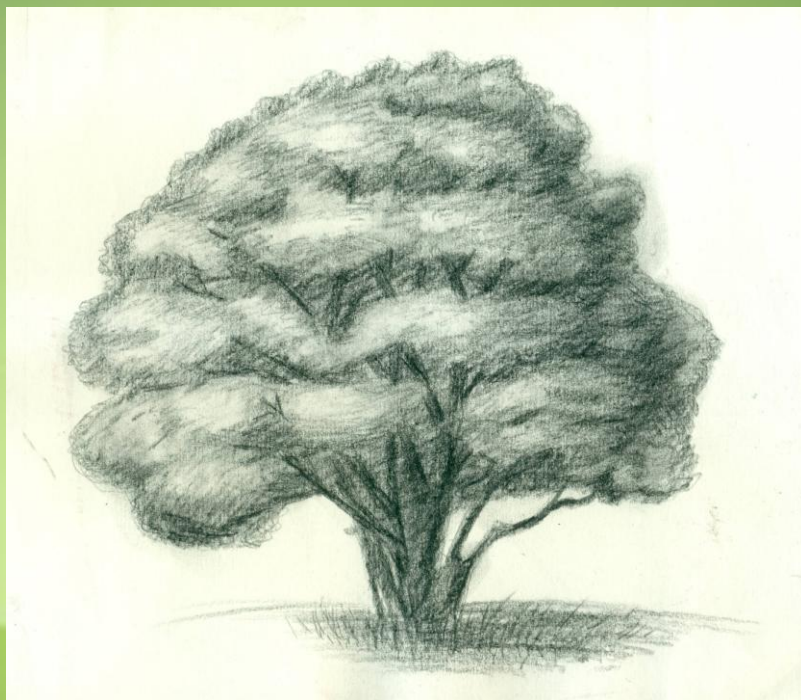




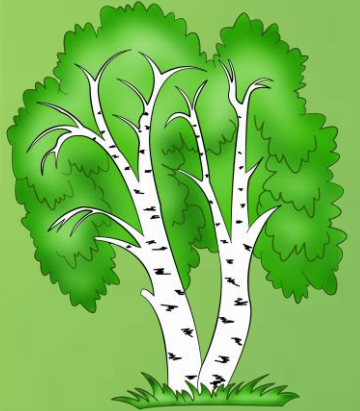
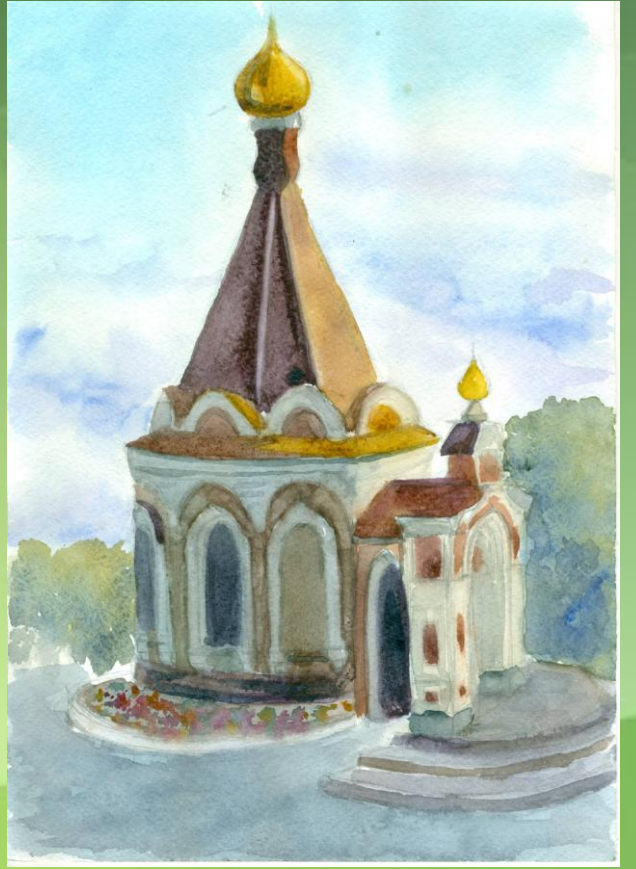
**Анастасия Шаталина, студентка 2 курса ДХО**



Рисуем красоту











**Анна Арсентьева, студентка 2 курса ОНИ**



# К выставке рукоприкладия:



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



**Авторы статей:** Смолякова А., Зверьева А., Кондалова П., Нурутдинова М., Пунигова А., Суркова Ю., Чичерова К., Шулубина Е., Бабурова Е., Сотова К., Милешина Ю., Шаталина А., Арсентьева А.



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

**E-mail** [muzuch@moris.ru](mailto:muzuch@moris.ru)

**Официальный сайт:** [www.kiryukov-smi.ru](http://www.kiryukov-smi.ru)

**Директор:** Симкина Оксана Евгеньевна.

**Телефон:** (8342) 33-30-40

