



ПЕРМСКИЙ
СТРОИТЕЛЬНЫЙ
КОЛЛЕДЖ

Гост

Газета о Студентах
март, 2017
Выпуск №5 (70)

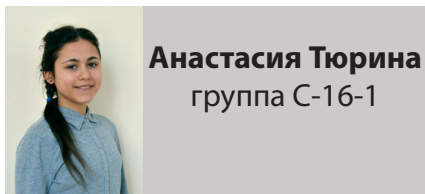
О здании на обложке читайте на
стр.3

Содержание:

	2
Слово редакции	3
Обложка месяца	4-5
Интервью с Полиной Алексеевной	6-7
Спорт ПСК	8-9
Календарь	10-11
Чат с выпускником	12-13
Рассказы студентов	14-15
Творчество ПСК	16
Ребус	



Красота и эстетика в каждой детали, в каждом вздохе и каждом слове. Умение видеть красоту, запечатлеть момент, эмоцию в словах, фотографиях, во всем – великий дар, который открывается людям, стремящимся его познать. В мартовском выпуске ГоСТа вы познакомитесь со студентами и выпускниками ПСК, которые наблюдают красоту сквозь объектив, узнаете их первые встречи с фотоаппаратом, а так же узнаете о главных качествах йоге и многое другое.



Анастасия Тюрина
группа С-16-1

Калифорнийская академия наук Сан-Франциско



Калифорнийская академия наук является принципиально важной для штата научной организацией. Основная роль музея заключается в исследованиях, выставках и просвещении. Ежегодно музей посещают более 1 млн. человек.

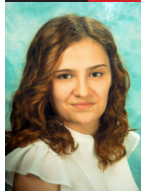
Впервые организация появилась в 1853 году, а с последующим вхождением Калифорнии в состав США, стала первым заведением такого рода на западе страны. В качестве музея академия открылась в 1874 году. В 1906 году произошло крупнейшее в истории города землетрясение, разрушившее многие строения Сан-Франциско, в том числе, и здание музея с его кол

лекционным собранием. Сохранились лишь некоторые типовые экземпляры, а также часть книг и отчетов. Очередной урон был нанесен в 1989 году во время нового землетрясения. Часть здания академии была разрушена, и было решено построить кардинально новое сооружение. Нынешнее крупное здание было открыто в парке Золотые ворота в сентябре 2008 года. Здание было возведено по проекту итальянского архитектора Ренцо Пьяно. На строительство ушло 500 млн. долларов и 10 лет. Сегодня здесь располагаются не только выставочные залы, но и: научно-административные офисы, лекционные залы, библио-

тека, четыре тропических леса, 3-D кинотеатр, магазины, планетарий, аквариум (здесь можно понаблюдать за 8000 представителей водных жителей: от фауны водоемов, которые заполняются водой во время приливов, до обитателей океанских глубин. Отделение «Жизнь во времени» посвящено рассказу об истории эволюции. Здесь имеются модели велоцератора и длинношею птерозавра (крупнейшее из летающих созданий в истории) в натуральную величину, а также настоящий скелет тираннозавра Рекса.

Представлено свыше 1000 примеров драгоценных камней и минералов, в том числе 612 килограмм кристаллического кварца, привезенного из Арканзаса (штат на юге США). Особая экспозиция расскажет о том, как драгоценные камни превращаются в украшения.





Соловьева Юлия
группа СЦ-16-1

«Все сама. Надеяться нужно только на себя!»

Полина Алексеевна, или Поляночка Алексеевна, как называют ее студенты – преподаватель математики со стажем больше 50-ти лет. Ее завораживающие истории знает каждый, у кого она ведет пары. Каждая пара – это новая история, которую ребята слушают



-Здравствуйте, Полина Алексеевна. Я слышала, что вы долго работали в школе, почему Вы решили работать в ПСК?

Здравствуйте, после работы в школе я вышла на пенсию. В колледже была затруднительная ситуация, два преподавателя ушли, и математиков не осталось. Ирина Захаровна Прохорова знакома с методистом из школы, в которой я работала, они мне позвонили и пригласили поработать. Я сказала, что собиралась отдохнуть и побыть с внуками, но они меня уговорили. Вот так я и оказалась в колледже.

-Как давно Вы работаете в колледже?

6-ой год.

-Помните ли Вы свой первый день преподавания? Был ли страх или волнение?

Нет, страха не было, не было и волнения. Я была уверена в себе. Единственно, когда я начинала работать в школе, у нас был завуч, которого я боялась. Вот придет она ко мне на урок, и все не так, все из рук валиться. Было не комфортно.

-Вы сказали, что уверены в себе, а какой Вы дали бы совет тем кто не обладает уверенностью?

Я бы помогла такому человеку. Главное поддержка. Даже если у него ничего не получается, что-то упущено, нужно подбодрить, не стоит ругать.

-Вы всегда хотели стать преподавателем?

Да. Я училась в сельской школе и смотрела на учительниц, какие они красивые и нарядные, и мне хотелось быть на них похоже. А математика, потому что преподаватель по математике в моей школе на выпускном сказал мне: «Поступай на физмат, ты же математику хорошо решаешь». После этих слов я пошла учиться на математика. Но, по сути, мне нравилась литература.

-Какие сложности в Вашей работе?

Найти подход ко всем ребятам, чтобы они полюбили мой предмет.

-Не могли бы Вы вспомнить свою студенческую жизнь, какая она была у Вас?

Она была веселой, но очень бедной. Тогда деньги были другими, стипендия 21 рубль и отец мне присылал 10 рублей, их категорически не хватало. В комнате общежития со мной жили совсем разные пять девочек, жили «коммуной», держались крепко друг за друга. Если не было денег, ходили в столовую, а там хлеб большой горкой в тарелке, бесплатный. Покупали чай, и с хлебушком пили чай. Поговорим, посмеемся, хлеб положим в сумку и несем домой. Помню, часто заходила в магазин,

обувной, там стояли красивые туфли-лодочки, хотелось в них походить, но из-за проблем с деньгами мне оставалось на них только смотреть. Но, несмотря на все проблемы, было радостно.

-По Вашему мнению, какой Вы человек?

Не вредный, еще считаю себя оптимистом.

-А есть ли у Вас девиз, с которым Вы идете по жизни?

Вперед, не ныть и ни на кого не надеяться, кроме себя.

-Считаете ли Вы себя успешным человеком? Если да, в чем заключается Ваш успех?

Считаю. Мой успех в том, что я никогда не жила за счет кого-то. Все сама. Я сама зарабатывала себе на жизнь, не от кого не зависела, даже от мужа. Я ничего не прошу у других. Я знаю, что меня не смогут упрекнуть ни в чем.

-Какая часть работы приносит Вам удовольствие?

Когда я вижу у ребят хорошие результаты. Это означает, я не зря трудилась.

-Идеальный студент для Вас?

Все студенты разные. Девочки больше приспособлены к обучению, а мальчики, с ними всегда сложнее, они с характером, их еще надо «приворожить» к себе, ласковое слово сказать, схитрить.

-Какие качества в людях Вас притягивают, а какие отталкивают?

Я не терплю обман, ложь, лентяев не люблю. А нравится то, когда человек идет с тобой на общение, понимает тебя. Приветствую таких людей, которые ничего не боятся и идут к намеченной цели.

-Как Вы проводите свободное время?

Помню, когда уезжала из села в город, мечтала, что буду посещать театры, буду в курсе всех новостей культуры, но не получилось. Появилась семья, я занималась воспитанием детей. Сейчас у меня много времени, но настроения, ни на что нет.

-Счастье для Вас?

Мое счастье в моих детях, внуках и правнуках. Хочу, чтобы у них все складывалось хорошо.





Анна Васильева
классный руководи-
тель группы А-16-2

В гармонии с собой



Одно из самых значимых полезных свойств йоги – это ее способность восстанавливать связь между телом и разумом. Сегодня разновидностей йоги придумано множество и у нас в колледже занятия составляет Елена Анатольевна. Она сочетает в занятиях оздоровительные эффекты от разных техник и воздействует на тело и эмоциональное состояние. Еще один большой плюс занятий – это возможность начать тренировки «с нуля», поскольку позы и упражнения адаптированы для нас, ведущих преимущественно сидячий образ жизни.

Йога помогает предотвратить многие недуги и облегчить или даже полностью устранить уже существующие отклонения здоровья.

1. Мы научимся контролировать себя, свое эмоциональное состояние. Тренируем выносливость – как физическую, так и моральную, поскольку удержание многих поз длится от полуминуты и более. Так, понемногу, в процессе занятия, мы

учимся контролировать себя и сохранять спокойствие и невозмутимость при любой ситуации

2. Йога нормализует давление, пищеварение, улучшает лимфоток. Польза многих упражнений из йоги заключается в их универсальности – используя ту или иную позу, можно добиться разного эффекта. Есть позы для повышения и понижения кровяного давления, улучшения пищеварения и нормализации аппетита.

3. Улучшение состояния кожи. Йога приводит в тонус

мышцы, улучшает кровообращение и снабжение органов и тканей кислородом и питательными веществами. Все это благоприятно сказывается и на состоянии кожи – она становится более гладкой и подтянутой. Силовые асаны отлично укрепляют мышцы, что уменьшает проявления целлюлита. Физические упражнения вообще являются неким «внутренним» массажем для мышц, кожи и жировой прослойки.

4. Укрепление и улучшение «женского здоровья». Под женским здоровьем принято понимать нашу способность быть матерью и хорошей любовницей, не страдать от ПМС и прочих неприятных чисто женских недугов. Польза йоги в данном случае выражается в улучшении кровообращения в малом тазу, укреплении мышц промежности, пресса и поясницы. Это помогает наладить правильную работу внутренних органов, а также предотвратить заболевания, связанные с застоем крови. Йога также уменьшает воспалительные процессы.





5. Устранение последствий «сидячего» образа жизни. Офисные работники весь день проводят либо за компьютером, либо в бегах на высоких каблуках, как следствие – нарушение осанки, варикозное расширение вен, остеохондроз, боли в спине и шее, снижение функции зрения, а также общая усталость и разбитость. Йога помогает избавиться от мышечных «зажимов», уменьшит боли в спине и шейном отделе позвоночника. Есть упражнения, снимающие отек и улучшающие крово- и лимфоток, это очень полезно для вен и лимфатической системы. Кроме, того, устранение отеков снижает нагрузку на почки.

6. Йога нормализует вес. Польза йоги, как и других физических упражнений, заключается еще и в повышенном расходе калорий. Йога улучшает и ускоряет метаболизм, устраняет неполадки с пищеварением, в результате чего мы начинаем кушать меньше, а калории расходуются быстрее.

7. Йога делает нас красивыми! Занятия йогой помогают женщине раскрыть свой природный потенциал, избавиться

от лишнего веса, сделать кожу гладкой и ровной. «Перевернутые» асаны улучшают приток крови к коже лица и волосам.

Это далеко не полный список всех положительных сторон занятий йогой, попробуйте – и сами убедитесь в этом. Ощутить на себе пользу йоги в полном объеме помогут правильное питание, питьевой режим, посещение бани или сауны, водные процедуры. Занятия физическими упражнениями подразумевают и отказ (пусть даже постепенный) от вредных привычек, что также пойдет только на пользу здоровью и внешности!

Занятия по йоге проходят каждый понедельник и четверг в 16:30 в зеркальном зале.
Тренер: Елена Анатольевна

Май

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг
1	2	3	
8	9	10	
15	16	17	
22	23	24	
29	30	31	

Планы на Май:

2017

	Пятница	Суббота	Воскресенье
4	5	6	7
11	12	13	14
18	19	20	21
25	26	27	28

Март, 2017



Кристина Окулова
группа ДА-16-1

Архитекторы отправляются в красную книгу

Павел Мамаев – выпускник Пермского строительного колледжа 2016 года по специальности Архитектура.



Как ты описываешь ситуацию пермского рынка архитектурных услуг?

Еще на практике я узнал, что архитекторов в Перми можно в красную книгу заносить. Денег у людей нет, значит, и заказов нет. Крупные компании и небольшие частные бюро уже не берут на работу, без десятилетнего опыта, даже на низкие должности.

Первая мысль после окончания колледжа?

Учитывая всю сложность трудоустройства после выпуска радости не было. Я подумал: «И что дальше?» Ну, и стал ходить на собеседования. Безуспешно, конечно же.

Продолжаешь ли свою дорогу в качестве архитектора?

Сейчас начинаю возвращаться к своему первому занятию - фотография, а архитектура откладывается до лучших времен.





Ох, Норвегия!

Студент нашего колледжа, Светлана Печенкина группы СЦ-16-1, побывав в Норвегии, решила поделиться своими эмоциями и впечатлениями с читателями «ГоСт». И вот

Поездка в Норвегию заняла примерно 8 часов автобусным маршрутом из Мурманска, делая две остановки: Титовка (Россия) и, собственно, Киркинес (Норвегия). Поездка была запланирована русско-норвежским проектом, целью которого был обмен культурой, практика языка и дружба между двумя границами.

В этом году, приехав к норвежцам, они встретили нас прямо в гостинице и сказали, что очень скучают. Они дали нам время на обед и отдых, около час-полтора ребята ждали нас в холле, а после мы пошли гулять, привели нас в помещение типа гаража и устроили там концерт. Инструменты им выдала коммуна и сказала «играйте», что они и сделали. Меня повергло в шок то, что там можно спокойно прийти в зал, поиграть в футбол, бадминтон, попрыгать на батуте. Все это совершенно бесплатно и свобод-



но. Отношения между людьми тёплые, граждане мило приветствовали нас, а когда видели, что мы говорим на русском, пытались сказать «привет».

Школы. Это что-то отдельное. Никакой формы, все дети спокойно ходят в пижамах и домашних тапочках, никаких криков, оценки выставляют с восьмого класса и все конфиденциально,

т.е. оценки говорят лично. Директора просто хочется обнять, он такой уютный, домашний, в тапочках, в милом свитере! Если у ученика проблемы с учебой, то с ним могу заниматься отдельно, предварительно поговорив с ним, в чем причина? Дети с особенностями учатся в классе вместе с ребятами наравне. У ребят с задержкой в развитии специальная программа, но учатся в той же школе и общаются с ребятами из других классов.

Великолепная страна, которая притягивает холодом и покрывает дикостью. Там чувствуется какая-то свобода, она по праву захватывает дух.



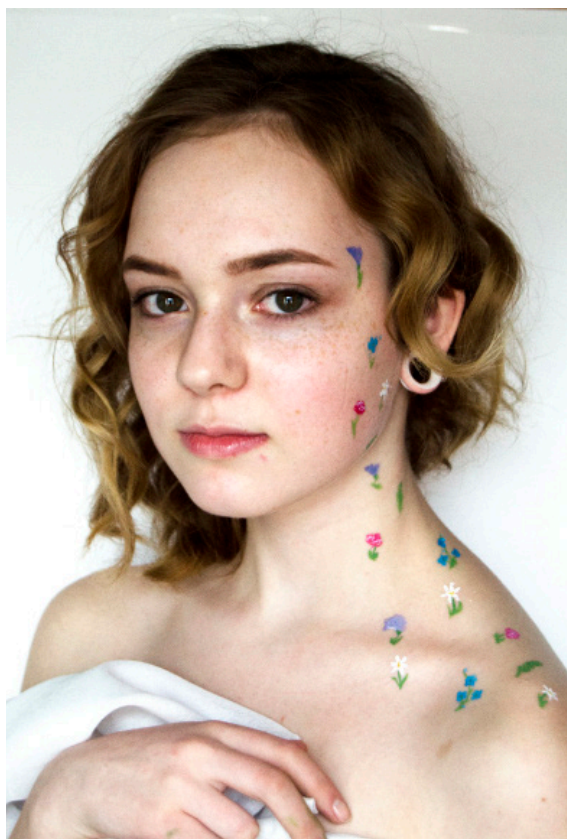


Если Вам есть что рассказать и показать, то отправляйте свои истории и фотографии в сообщении группы газеты «ГоСТ»:
https://vk.com/gost_newspaper_psk



Маринова Алена (ДА-16-1)

Сначала все это воспринималось как очередное мимолетное увлечение. Но постепенно это увлечение стало укрепляться и превратилось в единственное дело, которое остается при мне, несмотря на то, куда и к чему приведет меня жизнь. В какой бы я компании не была, всегда найдется работа для меня в качестве фотографа. И если меня спросят, что приносит мне счастье и радость, я бы ответила «Фотография и моменты».



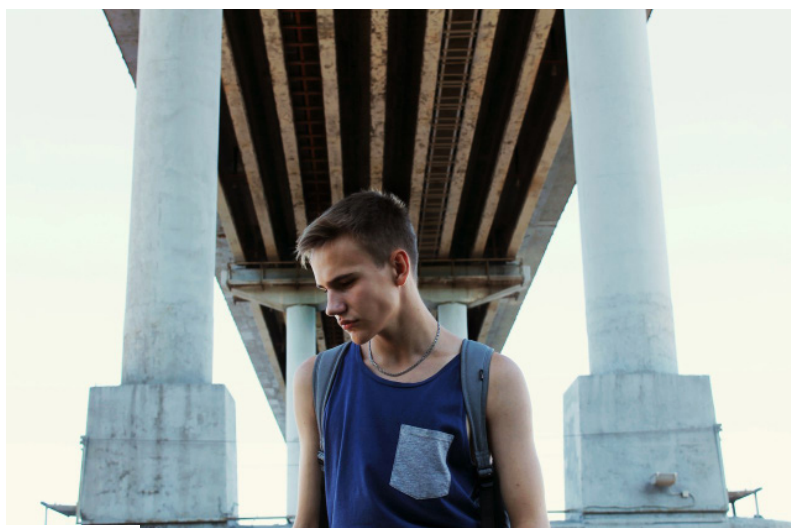
Больше работ вы можете увидеть по ссылке на группу «В Контакте»:
<https://vk.com/lilacrabbit>



Дарья Подвинцева (А-15-2)



Любовь к фотографии мне привил мой папа ещё в детстве, когда учил меня фотографировать на плёночный «Зенит». Лет в 13 я пошла с подругой прогуляться по лесу и захватила фотоаппарат. Так и началась моя творческая деятельность в сфере фотографии. Частичка моей души есть в каждой фотографии. Это мой взгляд на мир, взгляд на, казалось бы, простые вещи. Но ведь в самом простом заключается самое важное. В портретах я стараюсь уловить самое лучшее в человеке. Те черты, которые привлекли именно меня.



Больше работ вы можете увидеть по ссылке на группу «В Контакте»:
https://vk.com/imagery_for_daria

Задача

Никите предстояла задача заделать прямоугольную дыру в деревянном полу. Дыра была 12 сантиметров в длину и 2 сантиметра в ширину. У Никиты в наличии был только один лист деревянной плиты размером 8 на 3 сантиметра. Никита сумел распилить этот лист плиты на две части и заделать дыру. Как ему это удалось?



Главный редактор: Окулова Кристина

Над выпуском работали: Маринова Алена, Тюрина Анастасия, Безматерных Любовь, Соловьева Юлия, Печенкина Светлана, Валильева Анна Юрьевна.

Газета «ГоСТ»

Тираж 350 экз.

Учредитель и издатель: Пермский Строительный Колледж

Адрес редакции: г. Пермь, Комсомольский проспект, 59

Контактная информация: <http://psk.perm.ru/>

Газета выходит в печать с 2007 года