



МОЛОДОЕ ПОКОЛЕНИЕ

Орган районного Совета детских
общественных организаций Александровского района
Газета основана в декабре 2001 года

Январь 2022 года
Распространяется бесплатно

Не только взрослые, но и дети за будущее в ответе!

Читайте в номере:

Как организовать своё время

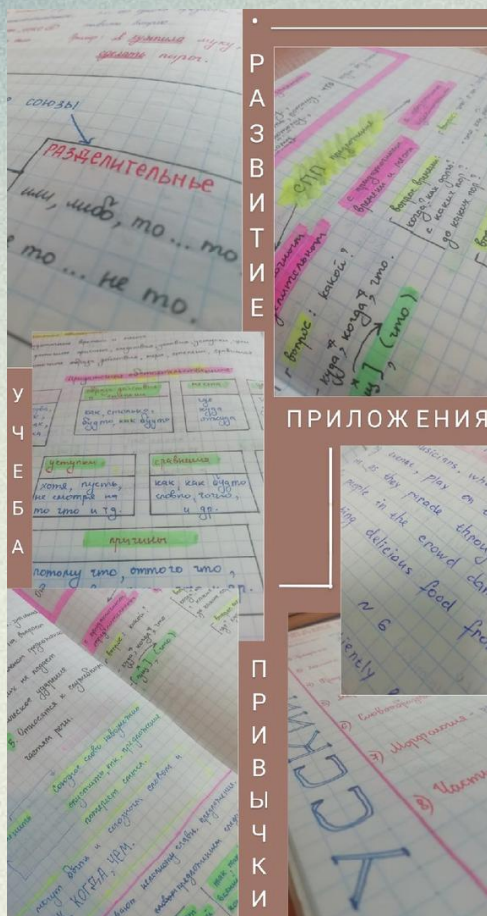
Как заработать

Где научиться снимать кино

Как выстроить отношения с учителями и противостоять буллингу

Как хорошо выглядеть

С ЧИСТОГО ЛИСТА



Настал 2022 год! Пользуясь случаем, хочу поздравить вас с наступившим Новым годом! Этот год - новая страница нашей жизни. Новая история, которую каждый хочет провести насыщенно, ярко и продуктивно.

Прошли зимние каникулы. Началась учеба. Значит, снова мы влетаем в бешеный ритм будней. Тренировки. Мероприятия. Учеба. Подготовка к экзаменам. Как все успеть и оставаться в ресурсе и не «утонуть» в рутине? А ведь хочется развиваться и учиться чему-то новому, кроме школьной программы. Жаль, что нет волшебной палочки-выручалочки, которая делала бы за тебя все домашние дела и помогала в жизни. Или может все-таки есть?

Барабанная дробь...

Та-даам! Эта статья будет шпаргалкой в дни «нон-стоп». В этой статье, дорогой читатель, ты прочитаешь несколько блоков о полезных приложениях, мотивации, полезных привычках и саморазвитии. Поехали!

Я обожаю планирование в учебе, не люблю «бардак» в голове. И в этом мне помогают приложения для учебы:

1. ColorNot - удобное приложение, в котором можно создавать заметки.
2. eReader Prestigio: читалка – крутое приложение для чтения

книг

3. Memrise - полезное приложение для изучения как языков, так и различных предметов.
4. Timetable - мне оно очень нравится. Приложение позволяет легко и наглядно вести расписание занятий, записывать домашние задания, намечать даты контрольных, сдачи работ или экзаменов.
5. Duolingo - английский желательно знать всем, а это приложение позволяет изучить иностранный язык в игровой форме. Это очень интересно и легко. А какие приложения для учебы используешь ты?

Многие задаются вопросом: «как же не потерять мотивацию?»

В таких случаях я даю себе отдохнуть. ОТДЫХ важен каждому, ведь ты не хочешь выгорания? А еще очень сильно на нас влияет ОКРУЖЕНИЕ. На своем опыте скажу, что находиться в окружении людей, которые не хотят развиваться, очень сложно. Окружи себя мотивирующими людьми!

И еще один блок будет о советах и привычках, которые мы уже знаем, но часто забываем:

1. Сон 8 часов.
2. Ранний подъем, ну а если ранние подъемы даются трудно, то просыпайся для начала в одно и то же время.
3. Ешь здоровую пищу. «Мы то, что мы едим».
4. Выпивай норму воды в день.
5. Контроль над негативными мыслями.
6. Всегда находи время, чтобы позаботиться о себе.
7. Не откладывай важные дела «на завтра».

Ну, вот и все, надеюсь, тебе понравилась эта шпаргалка в дни «нон-стоп». Обязательно делись в школе своими впечатлениями о статьях на такие важные для подростков темы.

Материал подготовила активная и энергичная Оксана АГИШЕВА.

Как заработать школьнику

или что такое фриланс?

В наше время молодое поколение не стоит на месте. Ребята активно принимают участие в разных сферах деятельности. И, конечно же, хотят стать материально независимыми. Тогда встает вопрос, как заработать деньги обычному школьнику?

В нашем районе можно поработать ребятам во время летних каникул, но как же быть в школьное время? Тогда “выплывает” вариант: работа онлайн (фриланс, блогинг, разработка сайтов и т.д.). Увы, не каждый знает об этом, и в этом тебе, дорогой читатель, поможет ученица 8А класса Александровской школы Азнаева Валерия, которая уже зарабатывает себе сама. Я задала Лере несколько вопросов, и она с удовольствием на них ответила.

- Что такое фриланс? Что ты делаешь, чем заключается твоя обязанность?

- Фриланс — это удаленная работа, то есть, вы можете зарабатывать из любого уголка мира, даже лёжа на диване. Фриланс чаще всего является подработкой, а не постоянной работой. Я работаю и нахожу клиентов через соцсети: инстаграмм и телеграмм. Моя работа заключается в создании визуала, продаже проектов и составлении сторис.

- Я знаю, что ты достаточно долгий период времени занимаешься этим, т. е. ты сама зарабатываешь деньги, и тебе не нужно просить карманные деньги у родителей. Тебе хватает этих заработанных денег?

- Я хотела попробовать себя в чём-то новом, и как-то раз, на просторах инстаграмма я наткнулась на этот заработок, решила попробовать. Весь доход напрямую зависит от вас, от вашей вовлечённости и желания работать!



- Было ли страшно начать заниматься фрилансом? Не было ли страха перед тем, что ты не знаешь эту сферу?

- Сначала я думала, что это бред, были мысли “у меня ничего не получится”, но ведь лучше попробовать, чем потом сожалеть. Я вдохновилась результатами своих новых друзей и начала стараться что-то делать.

- Почему выбрала именно эту сферу деятельности, ведь сейчас популярны, кроме фриланса, таргет, SMM-менеджмент, разработка сайтов и т.д.?

- Я выбрала эту деятельность, т.к. она очень удобна и, как по мне, не очень трудна, подходит для моего возраста.

- Как отреагировали родители, что ты начала работать и зарабатывать?

- Родители отреагировали положительно, поддержали меня, а это очень важно - поддержка близких!

- Многие подростки хотят тоже заниматься фрилансом, но не знают с чего начать. Что нужно для удалённой работы?

- Если вы хотите попробовать себя в этой деятельности, вам необходимо иметь:

- банковскую карту, небольшие начальные денежные вложения
- выход в интернет
- возраст с 14 лет

Если вам нужна помощь, пишите мне в Instagram, ник: @lerba00. Интервью взяла Оксана АГИШЕВА



«Алга» – для тех, кто хочет в кино

Недавно я побывала на смене «Алга», которая проходила на базе лагеря «Дуслык» в городе Казань. На смене два направления: кино и актерское мастерство (для детей от 7 до 12 лет) и кино и телевидение (13- 18 лет).

На второй день после приезда всех участников от 13 до 18 лет разделили на 9 команд, каждая команда должна была снять социальный ролик. На выполнение задания ушло несколько часов, но мне было очень интересно поучаствовать в съемках.

Наша команда решила уделить внимание существованию множества соблазнов и тому, что им не стоит поддаваться. Мы сняли ролик со слоганом «Не ходи по скользкой дорожке».

Вечером следующего дня был просмотр работ, я увидела много классных роликов у других команд.

Все следующие дни проходили «вертушки» - увлекательные занятия продолжительностью по 45 минут, на которых нам рассказывали о различных сферах, связанных с кино и телевидением. Также к нам на смену были приглашены «звездные» гости: Алмаз Хакимов -

редактор и ведущий новостей на канале «Россия. Татарстан» и Денис Бузин - актер театра и кино. Они нам рассказали о своей жизни и карьере, дали советы на будущее.

За несколько дней до закрытия смены нас снова разделили на команды. На этот раз задание было сложнее - снять короткометражный фильм. Работа кипела все отведенные для съемки дни. Придумать сюжет, написать сценарий, сделать раскадровки, снять сам фильм, а потом его еще и смонтировать - работа не простая. Но все справились. И в последний вечер перед отъездом весь лагерь смотрел увлекательные истории, созданные сверстниками.

Неделя, проведенная в «Алге», запомнится мне надолго. Я узнала много нового и познакомилась с интересными людьми из разных городов России. Смена мне очень понравилась, я уверена, что обязательно поеду туда еще раз.

Александра ЕВСТАФЬЕВА,
Александровская школа



Денис Бузин



Алмаз Хакимов

Повезло ли тебе с учителями? А им с тобой?

Взаимоотношения между учителем и учеником являются одним из самых сильных факторов, влияющих на успеваемость обучающихся. Отношения с учителем занимают важное место в жизни учеников, и если они не складываются, то могут начаться конфликты, недопонимания.

Когда вы находите общий язык, обучение проходит спокойно и интересно. Главную роль в таких отношениях играет учитель, ведь он старше и опытнее. Он делится знаниями, мудростью. Если относиться безответственно, то у ученика не будет энтузиазма к учебе. Также нужен особый подход учителя к своему предмету. Он должен осмысленно готовиться к уроку и осознавать, поймут ли его дети. Педагогу необходимо вызвать интерес к своему уроку. Мотивация - это важный элемент в учебе.

В интернете я нашла стили общения и решила посмотреть, действительно ли учителя так общаются с учениками, я понаблюдала на уроках и увидела, что это правда. Я пришла к выводу, что нужно обучать учителей не только для преподавания школьных предметов, но и как правильно общаться и относиться к детям. Существует несколько стилей общения учителя и учеников:

1. Неконтактный. То есть учитель не имеет связи с детьми, не заинтересован в их успехах, а дети равнодушны к педагогу.
2. Диктаторский. Этот стиль очень схож с первым. Учитель мало интересуется учениками, и с таким учителем сложно найти общий язык. Последствия такого стиля общения - незаинтересованность, отсутствие активности детей.
3. Стиль негибкого реагирования. Учитель строго



следует своим задачам. Поставил цели урока, рассказывает свои слова, но не обращает внимания на реакцию детей.

4. Стиль активного взаимодействия. Учитель всегда поддерживает своих учеников, помогает им, учи-

тывает их мнение. Но все также передаёт знания. В таком стиле общения учитель - авторитет для детей, и в это же время чувствуется дружеская атмосфера.

Из всего сказанного я могу сделать вывод, что для лучшей учебы очень важна мотивация не только от родителей, друзей, но и от учителей. Но что же все таки делать ученикам, если учитель недостаточно активно с вами взаимодействует?

- Во-первых, не нужно агрессивно реагировать на учителя, ругаться с ним, это не приведёт ни к чему хорошему.

- Во-вторых, на уроках всё внимание должно отдаваться учителю и его информации. Тогда учитель поймёт, что вас это заинтересовало и начнёт лучше взаимодействовать с вами.

- В-третьих, будьте всегда вежливы, неважно какой учитель, ведь всегда важны уважение и дисциплина.

- В-четвёртых, расставьте приоритеты: если вам важно иметь хорошие знания, то вы их сможете получить, независимо от того, повезло ли вам с учителем. Возьмите на себя ответственность за свою учёбу, старайтесь усвоить материал и не растрачивайте энергию попусту.

Злата ДАНИЛОВА, Александровская школа

Хочешь быть красивой? Будь!

Проблемы с кожей? Тогда это статья именно для тебя!

В подростковом возрасте в организме происходят огромные изменения, связанные с гормональной перестройкой. Изменения затрагивают кожные покровы ребенка, волосы, ногти. Думаю, миф о том, что ухаживать за кожей может быть “рано”, уже канал в лету. Однако важно понимать разницу между уходом в 13 лет и уходом в 30.

В 13 лет тоже надо ухаживать за кожей и обеспечивать её потребности на этом этапе. Потребности кожи в подростковом возрасте - это качественное очищение, регулярное отшелушивание по состоянию кожи и закрывающий этап, предотвращающий обезвоживание кожи.

Итак: Какой уход должен быть за подростковой кожей? Что использовать для идеальной кожи? Уход нужно строить по трем пунктам:

1. Очищение.
2. Тонизирование (тонер, минеральная вода).
3. Защита (летом - крем с SPF; зимой - защитный или увлажняющий крем).

Очищение - это первый и основной пункт ухода за кожей в любом возрасте. Пенка или гель для умывания тщательно и бережно будут очищать вашу кожу от загрязнений и излишков кожного жира (себума). Выбирать средство

нужно в соответствии с вашим типом кожи и ее состоянием на данный момент.

Наведем порядок, и оставим самое нужное, что пригодится для ухода за кожей. Выбрасываем:

- масло для лица
 - скраб для лица
 - ночной крем
 - розовую водичку
 - просроченные средства
 - щёточки для умывания
 - детский крем (для лица убираем, оставляем детям)
 - мыло (для лица убираем, оставляем для рук).
- Оставляем, а если нет - покупаем/подбираем:
- умывалку

- патчи
- средство для демакияжа (мицеллярку/двухфазное средство)
- бальзам для губ
- гигиеническую помаду
- пилинг для губ
- маску для губ
- тканевые маски, салфетки SOS
- крем для рук
- крем для шеи
- крем для тела

А вот вам небольшой лайфхак: какого бы типа ни была кожа, у подростка должно быть свое полотенце для лица, которое регулярно обновляется! Ну, и наволочку на подушке тоже желательно менять почаще.

Мы надеемся, что это статья вам как-то поможет, только следует отметить самое главное: подростковая косметика должна быть удобной в использовании, качественной, безопасной и, желательно, не очень дорогой. Средств представлено много, они могут быть эффективными, а

могут, наоборот, ухудшить ситуацию. Большинство средств можно купить в обычных магазинах, главное — обращать внимание на состав и ни в коем случае не использовать с истекшим сроком годности.

Экскурс в косметологию провела

Аделина АДИГАМОВА,
фото

Кристины ЗВЕРЕВОЙ



- тоник
 - крем для век
 - крем для лица
 - маску (может быть несколько)
 - пилинг
 - шампунь
 - кондиционер для волос
 - гель для душа
- Это было обязательно, далее - желательно и по необходимости:
- сыворотку для лица

Курица или лебедь?

“Хахах, доска”, “Фу, ну ты и страшная(ый)”, “Серая мышь”, “Слабак” - так сейчас иногда в школе обзываются друг на друга одноклассники, да и друзья в окружении такие слова говорят. Из-за издевательств у некоторых происходят психологические травмы. Они не могут понять, что с ними не так и замыкаются в себе, теряют аппетит, могут отказаться от любимых дел. Они выгорают.

Как же избавиться от оскорблений? Многие думают, что “Вот сейчас исправлю то, что им во мне не нравится, и станет лучше жить”. Нет! Мы живём не для кого-то! Мы должны жить для себя!

Советую вам:

- Не спорить. Поверьте, кто хочет обидеть, делает это намеренно, и чем больше говорите вы, тем больше обидных слов он скажет вам.
- Не отвечать тем же. Если вы делаете то же, что и ваш обидчик, то чем вы лучше?
- Не угрожайте рассказать всё взрослым, даже если собираетесь это сделать. Зачем давать лишний повод для пранка.
- Делайте вид, что не слышите, поверьте, если не реагировать, им обязательно надоест вас доставать.
- Не нужно плакать и бросаться в драку, лучше пожмите плечами “Может и так”, улыбнитесь: “Я так рад, что вам весело”, переведите внимание на обидчика: “Да, я знаю, что тебе нравится так говорить”, задать встречный вопрос: “Тебе хочется так думать?” или согласиться: “Да, у меня полно недостатков, ты точно заметил”.
- Круто будет, если вы начнёте изучать психологию разного типа.



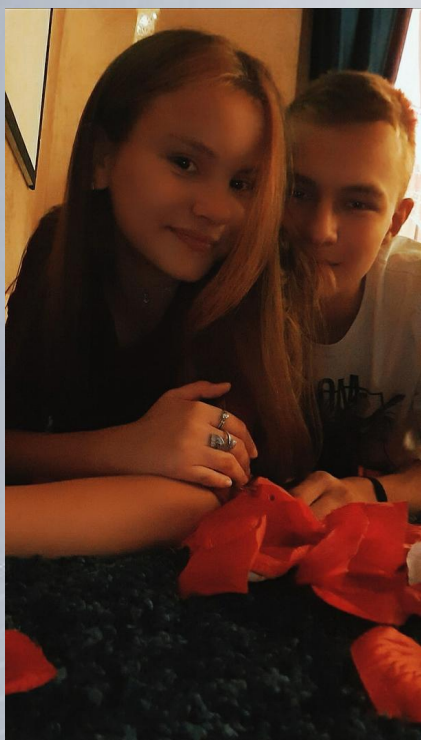
Так вы можете научиться определять характер людей и их настрой на хорошее общение или плохое. И можно понять обидчиков. Может, они вешают на других ярлыки, чтобы избавиться от своих ярлыков. Возможно, что у них что-то не задалось в жизни, и им приходится компенсировать свои неудачи, самоутверждаясь за чужой счёт. Попробуйте выбрать момент, когда ваш главный обидчик настроен миролюбиво, останьтесь наедине и поговорите с ним. Возможно, окажется, что у обидчика были к вам какие-то претензии, о которых стоит поговорить и решить проблему мирно.

Уверена, вы справитесь и избавитесь от ярлыков и полюбите себя. Всё будет хорошо! Каждый человек уникален, нужно просто верить в себя, удачи всем в новом году!!!!

P.S. А вообще, давайте вспомним с вами сказку о гадком утёнке. Это не он, не утёнок, в итоге оказался несчастным, с ним всё стало хорошо в конце, ведь он оказался лебедем и нашёл своих сородичей. А вот тупые злобные куры и утки, которые его травили, смеялись и издевались над ним, так и остались тупыми злобными курами... Если в вашем окружении травят кого-то, подумайте, хотите ли вы в этом участвовать? Быть такой же тупой злобой курицей? Даже если вы не участвуете в травле, а просто смотрите со стороны, вы ничем не лучше. Помогите тому, кому плохо. Просто будьте с ним. Просто говорите с ним о пустяках. Просто сядьте с ним рядом. Просто подайте руку... И станьте лебедем.

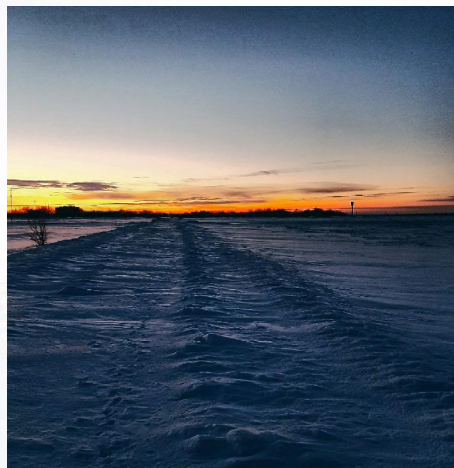
Стать увереннее в себе вам помогала Ульяна БРАУН, постановочное фото автора.

Проба пера



Я обожаю твои глаза,
Твою улыбку,
Твою мимику лица
И лишь тебе могу я рассказать,
О чём молчит моя душа.
Твои глаза подобны морю,
Я в них гляжу с надеждою большою,
В них вся моя душа хранится,
И лишь во сне могу я насладиться
Прекрасным взглядом, полным чувств.
А взгляни в мои глаза,
И что увидишь ты тогда?
Как мелькают в них огни,
В моменты радости и счастья
От встреч, желанных под луной.
И пусть сердца не будут биться вечно,
Ты - мой, а я - твоя.
И это будет длиться вечно.

Зима, зимушка, зима.
Ты так прекрасна и бела.
Порой до жути холодна.
Бываешь столь морозна и грозна.
Озябли птички у окна,
А вьюга выужит все сильнее,
Тройка борзая бежит
Под эти вихри снежные.
Хрустит снежок под ступнями,
Снежинки крутят хоровод,
И звезды светят ярко,
Указывая путь.



Своим творчеством поделилась Кристина ЗВЕРЕВА, Ждановская школа

Редакция газеты «МОЛОДОЕ ПОКОЛЕНИЕ»:

Главный редактор: Татьяна Жулина

Верстка: Татьяна Жулина

Корреспонденты: Аделина Адигамова, Оксана Агишева,

Александра Евстафьева, Ульяна Браун

Обложка: Кристина Зверева

Фото: Кристина Зверева, Ульяна Браун, Александра

Евстафьева, Злата Данилова

Январь 2022

Тираж 20 экз.

Соучредители:

Александровский РОО, отдел
молодёжи администрации района

Наш адрес: 461830, МАУДО «Центр развития»

Оренбургская обл., Александровский район

с.Александровка ул. Мичурина,37

Тел. 2-12-61, E-mail: alex_cvr@mail.ru

Верстка и печать произведена

в Центре развития Александровского района,

«ИИЦ «Вектор+»