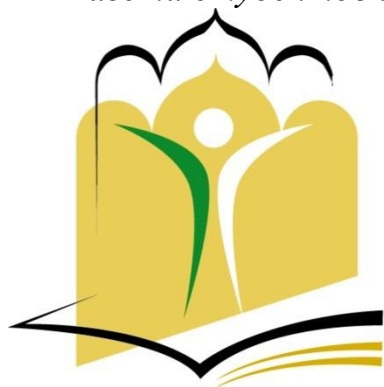




Соф'іа

«Светит свет ваш пред людьми, чтобы они видели ваши добрые дела» (Евангелие от Матфея 5,16)

ВЕЛИКИЙ ПОСТ

Великий пост - особенное время в жизни человека: время более длительной молитвы, ограничении себя во всех сферах жизни, время внимательного отношения к своему духовному состоянию. Чтобы провести Великий пост правильно, а не превратить его в полтора месяца тяжелой и бессмысленной диеты, рекомендуем придерживаться нескольких важных правил.

Непрестанно молитесь!

Нет, конечно, всем нам не надо становиться за пост исихастами, но попытаться стать на полшага ближе к идеалу можно.

Молитве стоит уделить чуть больше времени, чем получается обычно. Больше внимания на службах — иногда стоит взять с собой книгу с текстами богослужения. Тщательнее исполнять молитвенное правило - выйти из-за компьютера на полчаса раньше и прочитать вечерние молитвы. Прибавить молитву преподобного Ефрема Сирина.

Храмовая молитва

Домашние заботы, дорога в час пик, шум, учебные заботы - даже если мы смогли организовать свою жизнь так, чтобы есть только разрешенную пищу, читать молитвенное правило целиком и даже молиться в течение дня, от всей этой суеты мы страшно устаем. И здесь нам на помощь приходит храм. В монастырях и во многих приходских храмах Великим постом богослужения совершаются каждый день утром и вечером. Стоит зайти хотя бы на часть службы -

это настраивает на совершенно отличный от окружающей действительности лад.

Есть богослужения, которые нужно посетить обязательно. Таковы Великий канон Андрея Критского в первые четыре дня Великого поста, Мариино Стояние вечером в среду пятой седмицы, акафист Божией Матери вечером в пятницу, службы Страстной седмицы...

Хотя бы один раз в течение поста хорошо посетить Литургию Преждеосвященных Даров, между прочим, в некоторых храмах ее иногда совершают по вечерам.

«Покаяния отверзи ми двери, Жизнодавче!»

Общеизвестно: пост нужен не Богу, а нам. Великий пост состоит из двух частей: Четыредесятницы и Страстной седмицы. Первая — время покаяния, вторая — время очищения, подготовки к Пасхе.

Не зря Церковь дважды за Четыредесятницу предлагает нам чтение канона Андрея Критского. Не зря каждую великопостную субботу за Всенощным бдением мы слышим песнопение «Покаяния отверзи ми двери, Жизнодавче». Не зря за три недели до поста Церковь призывает к покаянию: притчей о мытаре и фарисее, притчей о блудном сыне, напоминанием о Страшном суде и изгнании Адама из рая.

Именно для покаяния нам и нужно время Четыредесятницы. Если не собираешься каяться, не стоит начинать и поститься - напрасная трата здоровья.

(Окончание на 5-6 стр.).

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА

Готовясь к своей первой практике в школе, я очень переживала. Зря! Она началась и прошла благополучно. Но обо всем по порядку.

Во время пребывания в 3 «Е» классе, куда меня определили, я убедилась в верности той теории, что нам давали на занятиях. И начала сама воплощать знания в действия.



Также мои аплодисменты педагогу 3 «Е» класса, Елене Николаевне.

В решении многих педагогических вопросов я буду стараться походить на нее. Хочется заметить, что у нее с классом демократические отношения. Я редко слышала повышенный голос, потому что в любых ситуациях она приводила весомые аргументы, следовательно, она достаточно разносторонний человек.

Дети в классе разносторонне развитые, я бы сказала, «продвинутые» и сообразительные. Не все ко мне привыкли сразу, зато в конце практики мы с некоторыми ребятами очень хорошо сдружились. Очень радостно, когда девочки и мальчики со светящимися глазами, с улыбкой на лице кричат: «Здравствуйте, Александра Сергеевна!». И ты тоже невольно «расплываешься» в улыбке и на душе становится так радостно. На практике были и хорошие, и плохие ситуации связанные детьми, но я могу сказать точно, что эти ребята для меня самые лучшие.

Во время практики я чему-то научилась, некоторые умения закрепила, а также, что немаловажно, я поняла, над чем мне надо работать, чтобы в будущем стать достойным педагогом.

Манник Александра, КП - 31

«Чтобы быть хорошим преподавателем, нужно любить то, что преподаешь, и любить тех, кому преподаешь»

В. Ключевский

С 16 ноября и по 28 декабря для меня была самая серьезная и ответственная практика. Она подарила мне огромный и бесценный опыт. Я научилась работать с документами классного руководителя, проводить мероприятия, в том числе совместные с родителями, составлять аналитические справки.

Работая с детьми, я очень привязалась к ним, поэтому каждый день с радостью шла в школу. У меня были гиперактивные ребята, за ними нужно было следить постоянно. Но так же они умненькие, веселые и отзывчивые ученики. На этой практике я почувствовала ответственность за каждого учащегося 2 «В» класса, которая лежит на классном руководителе.

Все вместе мы проводили КТД, а также посещали новогоднюю елку. Искренние глаза радости, ожидание чуда, веселый смех, детская наивность - присутствовали у ребят в эти моменты.

Конечно, я очень благодарна своему учителю, Воробьевой Татьяне Геннадьевне, за то, что она рассказывала и наставляла меня о работе с родителями, с



детьми группы «риска», советовала, как нужно поступить в сложной ситуации.

В конце практики была сложная защита, но она прошла успешно. И я понимаю, что с этой практики я многое внесла в свою профессиональную копилку, которая мне поможет в моей будущей работе!

Алещенко Алина, КП - 31

Экскурсия и мастер-класс на ЛАДА-МЕДИА

Недавно студенты Гуманитарного колледжа, Поволжского Православного института и ученики Православной гимназии побывали на первом телевидении Тольятти – ВАЗ ТВ. Для нас провели экскурсию по телецентру, рассказали, как устроена система работы в нем, показали ее структуру. Учащиеся увидели, как монтируют видео, побывали в студии записи, где нам показали разнообразные площадки, на которых снимаются определенные программы. Удалось также посмотреть процесс записи двух выпусков «Духовные ценности». На их примере нам рассказывали, какие могут быть ошибки, какое положение на кресле необходимо занять и насколько это важно.



Во время этой экскурсии нас попросили помочь студентке - журналистке провести первое интервью.

Одной из студенток колледжа удалось во время мастер-класса, попробовать себя в роли журналиста. Она задавала вопросы **Юлии Ефимовне Банновой**, которая является руководителем проектов редакции телевидения и ведущей программ "Это жизнь", "Разговор с мэром", "Суть дела". Она умеет найти самую острую тему и развернуть в студии целую дискуссию. Юлия Ефимовна показала и рассказала о некоторых особенностях тележурналистики. Также она отвечала на вопросы учащихся.

Юлия Ефимовна показала, какие вопросы можно задавать в интервью на примере студентки института.

Уходя, мы поблагодарили Юлию Ефимовну и поздравили ее с прошедшим днем рождения, спев ей молитву «Многая лета». Для нас это была очень интересная, а главное - познавательная экскурсия.

Алещенко А., Манник А., КП-31

Наше творчество

Зачем я писала диплом

Я расскажу всем студентам о том,
Зачем я писала диплом.
И вот я уже репетирую выход,
Когда же начну защищать.
Мне, все, говорят: "Чуть помедленней, тише!
Не нужно так громко кричать!
Спокойней. Ну вот,
А теперь вас не слышно.
Не надо с листа все читать!"
А я все стою - мысли в голову лезут:
"Зачем я писала диплом?
Зачем я так много читала об этом?"
И всем меня слышно кругом.
Тут, вдруг, каждый третий себя здесь узнал,

И вспомнил, как он защищал.
Мы все, очень часто, одно забываем
Понять: для чего и зачем.
И вот, мы уже от него устаем.
Да, бедный, несчастный,
Стандартный диплом!
И тема не та нам,
Учитель не тот.
Но это однажды пройдет,
Когда лень и скука уйдет.
Я все рассказала о нем.
Пусть, каждый найдет свой диплом...

Елена Мащенко, ДО-41

НАШИ ВЫПУСКНИКИ

Мы поговорили с выпускницей специальности «Преподавание в начальных классах» 2014 года Еленой Землянцевой.

-Елена, расскажи, нужны ли в Самарской области педагоги, быстро ли можно устроиться?

-Да, профессия нужная, и вакансии открыты во многих школах.

-Как тебе помог, какие знания дал наш Гуманитарный колледж?

-Колледж дал хорошее образование, все предметы оказались нужными.

-Вспоминаешь ли ты дни в колледже?

-Да. Достаточно часто в последнее время

-А что именно вспоминается?



-Учебные дни, друзья, приобретённые благодаря колледжу, отзывчивые преподаватели. В колледже больше всего запомнилась дружеская, уютная и я бы даже сказала семейная обстановка, умнейшие педагоги, знатоки своего дела, поддерживали на каждом шагу, радовались нашим успехам и переживали вместе с нами наши не удачи..., учили добру, тому как именно должен вести себя учитель, как он должен относиться к детям, показывая это на собственном примере.

-Не пожалела никогда о том, что когда-то выбрала именно наш колледж?

-Нет

-А ты работаешь преподавателем?

-В школу работать было идти страшно, хоть и имея за плечами практику, теоретические знания. Было, наверное, страшно, потому что я осознавала, что на меня ложиться ответственность за первичные знания детей, их воспитание, любовь к школе. Был страх в налаживание контакта с родителями, ведь на момент, когда я начала работать мне было всего 19, и они могли не воспринимать меня всерьёз. Первый год пролетел незаметно, очень быстро, но тяжело. Сейчас я уже работаю 3-й год, страх, волнение ушли, появилась уверенность в себе, из-за того, что я вижу результат трудов. Я как педагог, поучаствовала в 2-х конкурсах и заняла там первые места, мои дети, участвуя в научно-практической конференции, олимпиадах-не остаются в стороне и тоже привозят победы.



-А в какой школе?

-В селе Ягодное.

-И как, нравится работать?

-Очень

-Ну и, конечно, пожелания нашим студентам!

-Желаю вам что бы ваш выбор профессии был осознанным! Успехов в учебе, терпения, трудолюбия!

Правила Великого поста

(Начало на 1 стр.)

Следи за здоровьем!

Кстати, здоровье. Если во время поста возникают проблемы с самочувствием, степень воздержания следует немедленно оговорить с духовником.

Ни о каком самочинном посте по уставу или даже близко к уставу не может идти и речи, если имеются болезни, связанные с желудком или обменом веществ. В современных условиях даже монастыри в редких случаях постятся с сухоядением — не осудит Господь и работающего человека, не блещущего здоровьем.

Смотри к себе в тарелку!

«Пощусь — тщеславлюсь, и не пощусь — тщеславлюсь», — скорбит преподобный Иоанн Лествичник в своей «Лествице».

«Тщеславие пощением» опасно своей очевидностью и рука об руку идут с осуждением. Брат вкушает рыбу на первой седмице Великого поста, тогда как ты сидишь на хлебе и воде? Не твое дело. Пьет молоко, а ты даже сахар в чай не кладешь? Ты не знаешь особенностей работы его организма (кстати, в семинариях часто студентам дают молочные продукты). Съел сосиску и на следующий день пошел причащаться, тогда как ты начал евхаристический пост еще до Всенощного бдения? Это дело его и допустившего его к таинству священника.

«Тщеславие непощением» — более тонкая страсть. В наше время существует такой персонаж, как мытарь, гордящийся тем, что он не фарисей. И тут уже возникает другая тенденция: он не ест растительного масла — а зато я дома кладу сто земных поклонов перед сном! Он не употребляет никакого алкоголя — а зато я каюсь каждые выходные!

Поэтому хочется повторить призыв воспитателей в детском саду: «Смотри к себе в тарелку!»

Не хлебом единым жив человек

И вообще, меньше рассуждай о еде. Как бы ни набила оскомину эта простейшая истина, Великий пост только в наименьшей степени — изменение режима питания. Вегетарианцы никогда животной пищи не едят — к Богу их это ни при

ближает, ни удаляет, в точности в соответствии со словами апостола. За Великий пост принято прочитывать целиком Евангелие. Также в этот период в храмах ежедневно читается Ветхий завет. Небесполезно будет почитать Святых Отцов — «Лествицу», Избранное Добротолюбие, толкования на Евангелие...

Спешите делать добро

Хорошо бы сочетать уменьшение интереса к содержимому чужих тарелок с увеличением внимания к ближним в целом. Сосредоточение на собственном духовном состоянии не должно превращаться в равнодушие к окружающим. Пост должен идти на пользу воспитанию в себе обеих добродетелей: любовь к Богу и любовь к ближним. Совсем не обязательно во время поста прерывать общение с людьми, которым оно может пригодиться, — беременной подругой, болеющей соседкой, одиноким родственником. Беседа с ними за чашкой чая — это не развлечение, а помощь ближнему.

Человеколюбие без человекоугодия

Доброе отношение к ближним иногда оборачивается к нам самой неприятной стороной: человекоугодием. На самом деле, никакого доброго отношения здесь, как правило, нет — есть собственная слабыхарактерность и зависимость от чужого мнения. Именно Великим постом эта страсть обостряется. «Давай встретимся в пятницу после работы в кафе!» — предлагает подруга, и вот ты уже вместе с ней заказываешь пирожное — нельзя же обижать! «Приходи в гости в субботу вечером!» — зовут соседи, и ты пропускаешь службу, вместо того чтобы извиниться и перенести встречу на более позднее время или воскресенье. «Съешь кусочек курицы, а то я обижусь!» — откровенно капризничает родственница, и тут можно даже почтением к старшим прикрыться, только это будет лукавство: нежелание идти на конфликт далеко не всегда связано с любовью к ближнему. Чаще всего люди понимают вежливые объяснения и входят в положение. А еще чаще оказывается, что наши мудреные толкования — надуманы. Подругу в кофейне совсем не смущает наша пустая чашечка эспresso, соседи будут рады встрече и после

службы, а родственница с удовольствием угостит постящегося гостя картошкой с грибами.

Идти за Христом

Наконец, самое главное правило Великого поста — помнить, ради чего существует этот период. Великий пост — время сосредоточенного ожидания Светлого Христова Воскресения. Ожидания деятельного: вместе с Господом мы попытаемся пройти сорок дней поста, вместе с Господом подойдем к гробнице Лазаря, вместе с

Господом войдем во Иерусалим, будем слушать Его в Храме, причастимся вместе с Апостолами на Его Тайной Вечере, пройдем за Ним Крестным путем, с Божией Матерью и любимым Христовым апостолом Иоанном будем скорбеть на Голгофе... Наконец, вместе с мироточивыми мы придем к открытому Гробу и вновь, и вновь переживем радость: Его здесь нет. Христос Воскресе!

НАШИ ТРАДИЦИИ

«Танец — это тайный язык души»



22 февраля в Гуманитарном колледже прошел великолепный Масленичный бал! Невероятные эмоции были у каждого, кто посетил его. Подготовка к балу была усердной, за это хочется поблагодарить наших организаторов и в первую очередь хореографа Ольгу Борисовну! Атмосфера XVI-XVIII веков царила все это

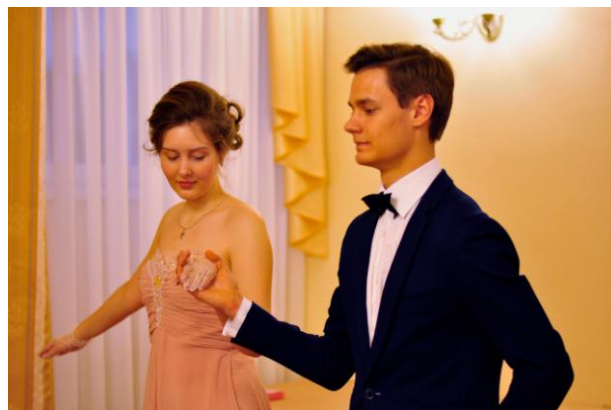
время! Старинные танцы, галантные кавалеры, замечательные дамы! Участники бала кружились в вихре танцев один за другим. Ведущие бала помогли лучше узнать и понять историю танцев.

Помимо танцев, были разнообразные котильоны, а так же подарки от участников бала, это и танцы, и исполнение арий.

В конце бала каждый прочитал или сказал свое пожелание, передавая свечу по кругу, это подарило таинственность и сокровенность нашему балу! Перед тем, как расстаться, были сделаны памятные фотографии.

Появилась приятная усталость и восторг от понимания того, что сегодня было ощущение, как будто ты побывал на старинном балу.

Мы приглашаем посетить в следующем году бал все курсы! Это невероятная возможность, побыть графиней или сударыней, графом или дворянином, кружиться в приятной суете подготовки и получить приятные эмоции от общения и танцев! *Алещенко Алина, КП - 31*



17 марта 16.00

ПОВОЛОЖСКИЙ ПРАВОСЛАВНЫЙ ИНСТИТУТ
УЧЕБНО-НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ЦЕНТР СВЯТЫХ АДЕЛОНА МОСКОВСКОГО

при участии
ООО «Соцкультбыт-АВТОВАЗ»

50 АВТОВАЗ

ФИЛАРМОНИЯ
Поволожского православного института

Из цикла
«Детская филармония»

100-летию
отречения государя
посвящается

ВЕЧЕР С ЦАРСКОЙ СЕМЬЕЙ

Литературно-музыкальная композиция
лауреата всероссийских и международных конкурсов
Музыкального театра Православной классической гимназии
Сценарий и постановка Ольги Тихомировой

При участии Женского клиросного хора Архиерейского подворья
Храма Всех Русских Святых под руководством Ольги Тихомировой
Ансамбля юношей "Алконост" Православной классической гимназии
под руководством Ивана Махеева

Мы ждем взрослых и юных поклонников искусства по адресу:
г. ТОЛЬЯТТИ, ЮЖНОЕ ШОССЕ, 121
Концертный зал Учебного центра ООО «Соцкультбыт-АВТОВАЗ»

ВХОД СВОБОДНЫЙ ТЕЛЕФОНЫ ДЛЯ СПРАВОК: 35-10-13, 62-01-72
Проект партитуры: автор: 28, 14, 36, 72, 76; транскрипция: 9, 18, 14; музыкальные тексты: 115, 385, 148 до истоков «Учебный центр»

Приглашаем студентов принять участие во Всероссийском конкурсе «Пишу о театре»

До 15 марта Театроведческий факультет Российского государственного института сценических искусств (Санкт-Петербург) принимает работы от учащихся 9-11 классов и профессиональных учебных организаций (колледжей, техникумов и т.д.). Требования к работе: не меньше 5 тыс. знаков - konkurs.teatroved@gmail.com

Внимание! Ученики старших классов!
Театроведческий факультет
РГИСИ объявляет

**КОНКУРС
НА ЛУЧШУЮ
РЕЦЕНЗИЮ!**

Напиши о любом спектакле и отправь
на konkurs.teatroved@gmail.com
Телефон для справок: 273 08 12

В нашем городе в театре юного зрителя «Диллижанс» состоится два интересных спектакля:

ПРИКЛЮЧЕНИЯ ГЕРКУЛЕСА В.Жарков сказка по античной мифологии



Театр Юного зрителя «Диллижанс»
играем по-взрослому

34-53-72, 34-09-80
teatrdiligence.ru
Степана Разина, 93

Спектакль «Приключения Геракла» - 11 февраля и 5 марта в 11:00, стоимость билета 150 руб. Геркулес, из-за несогласия вынужден сойти с солнца, не пользуются козни бога зверями, встречи с Чем закончится этот для Геркулеса, и успе-

Спектакль «Герои нашего времени» - 30 марта, 150 до 200 рублей. летию М.Ю. Лермонтовская постановка русской сцены. Все мы

ГЕРОЙ НАШЕГО ВРЕМЕНИ М.Лермонтов



Театр Юного зрителя «Диллижанс»
играем по-взрослому

34-53-72, 34-09-80
teatrdiligence.ru
Степана Разина, 93

Спектакль «Герои нашего времени» - 30 марта, 150 до 200 рублей. летию М.Ю. Лермонтовская постановка русской сцены. Все мы

Спектакль «Герои нашего времени» - 30 марта, 150 до 200 рублей. летию М.Ю. Лермонтовская постановка русской сцены. Все мы

Председатель редакционного совета: И.А. Клименко

Руководитель проекта: Н.П. Маштакова

Главный редактор: Алина Алещенко

Верстка: Анастасия Мягченкова

Корректор: Н.П. Маштакова

Набор: авторы текстов.

Адрес редакции: 445028, г. Тольятти, ул. Юбилейная, 59, тел. 51-05-54. Наш адрес в Интернете и электронная версия на сайте: college.volga.ru. Пишите нам по адресу: gk@pravtlt.ru