



Выпуск
№ 10
(октябрь),
2018 г.

Софiа

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

ЕСТЬ В ОСЕНИ ПЕРВОНАЧАЛЬНОЙ...

Автор: Линейцева А.А., преподаватель колледжа

Осень – «унылая пора...», любимое время года поэтов, философов, романтиков и меланхоликов. Какие же плюсы есть у этого чудесного времени года?

✓ **Осенние пироги.** Осень - сезон урожая! И самое время особенных, осенних пирогов. Шарлотки уже завоевали все кухни, наполняя дома густым яблочно-коричным ароматом. И если вы никогда не пекли тыквенный пирог, самое время попробовать!



Рисунок Терпеловой А., ИЗО-11

✓ **Палитра природы.** Осень - это совсем новая цветовая гамма. Даже небо и вода осенью совсем других, непохожих на летние, оттенков. И можно только смотреть и впитывать это восторженное разноцветье, радуясь каждому новому листочку, обретшему праздничный цвет.

✓ **Ранние сумерки, поздние рассветы.** Солнце начинает появляться над горизонтом всё позже, а склоняться к нему всё раньше. Морозные утренние часы, когда светлеет полоска над горизонтом, готовая выпустить в прозрачное небо солнечный диск, насыщают светом и дарят вдохновение на весь день. А волшебное ощущение осенних сумерек, когда приоткрываешь окно и нос к носу сталкиваешься с неожиданно морозным воздухом и постепенно густеющей темнотой, наполняет дом неповторимым уютом.



Что произошло интересного?

Каждый месяц в Гуманитарном колледже насыщен событиями и новыми победами студентов. А чем запомнился октябрь...

Стр. №2



О кочанах капусты, правом угле и печке...

Рассказ студентки первого курса о посещении реконструкции русской избы в Православной гимназии.

Стр. №3

С ДНЕМ УЧИТЕЛЯ!



Наши студенты поздравили 5 октября своих любимых педагогов с Днём учителя. Тёплые слова, прекрасные песни, танцы, заводные конкурсы, трогательные стихи и цветы в подарок нашим самым добрым, самым мудрым, самым талантливым педагогам! Спасибо ребята, спасибо коллеги! В доброй семье Гуманитарного



колледжа так тепло и уютно вашими общими стараниями!



ТРЕТЬЕ МЕСТО В ГОРОДСКОМ ФЕСТИВАЛЕ ПО АЭРОБИКЕ

Сборная команда студентов Гуманитарного колледжа и Поволжского православного института заняла третье место городском фестивале по аэробике «МАФЕЗ - 2018г», который проходил 13 октября 2018 г. в Тольяттинском государственном университете.

В мероприятии принимали участие около 400 участников. Это школьники и студенты образовательных учреждений из школ, гимназий, лицеев, колледжей, институтов города.

Сборная команда колледжа и института под руководством преподавателя Королевой Елены Тимофеевны заняла 3 место и была награждена кубком и грамотой.



О кочанах капусты, правом угле и печке...

Автор: Азимова Лола, ДО-11

Многие из нас были в деревне. А даже если и нет, то хотя бы отдаленно могут представить себе деревенский дом. Печка, дерево, двери на засовах, валенки, сундуки — возможно представить что угодно. Сейчас дома модернизируют — многое, что ассоциируется с деревней постепенно исчезает. И мы можем забыть не только как выглядят дома в деревни, но и совсем не представлять, как выглядели избы на Руси.

11 сентября первокурсники Изобразительного искусства и Дошкольного образования посетили реконструкцию русской избы в Православной гимназии. Для нас это было небольшим сюрпризом — мы ожидали простую экскурсию по гимназии, а в итоге получили экскурсию в дом на Руси. Впрочем, обо всем по порядку.



«Хозяйкой» избы была Майя Николаевна. Нам рассказали не только о русской избе, но и о многих вещах, о которых мы и не знали.

— С 27 сентября на Руси рубили капусту, после Крестовоздвижения, — так интригуяще начала наши «посиделки» Майя Николаевна. — Когда византийский император Константин попросил мать поехать в Иерусалим и найти крест, на котором был распят Иисус Христос. И в честь этого праздника в церквях воздвигали кресты, а на Руси рубили капусту. Была поговорка: хлеб да капуста дурного не пропустят. Когда заканчивалась мука в ларе (большой деревянный ящик для хранения разных вещей, продуктов), но была картошка и капуста, жить можно было. На Руси любили капусту: и Иван Грозный, и графы Орловы, и Потемкин.



Капуста была первой едой — кислые щи, капуста с картошкой, пироги и пирожки. Капустные огороды были просто огромными.

Капуста стала известна у нас в России где-то в XI-XII века. Но ее родиной является

Рим. По легенде, Юпитер — Верховный Бог в Римском пантеоне — решая спор, так напрягся, что из глаз его потекли слезы. И слезы эти, достигнув земли, образовывали такие «веночки».



После капуста появилась в Греции, а потом дошла и до нас. Она полюбилась настолько сильно, что ее выращивали очень много, особенно князья. Места посадки капусты называли капустниками. С нею стали связать очень много поговорок: у доброго молодца капуста у крыльца, капуста не пуста, сама летит во уста, хорошая капуста в кочан завьется, а плохая — в листьях сгниет.

Капусту рубили в большом корыте в несколько тяпок. В каждом доме этим занимались по несколько человек. После рубки ее солили в специальных бочках, сложенных в несколько дощечек, окованных обручами. Помимо бочек ещё делали дубовые катки.

Окончание рубки справлялись вечерами с вкусными пирогами с тем же овощем. Чая тогда в заварочных пакетиках, конечно, не было, поэтому заваривали сушеную морковь или травы. И так продолжалось неделями.

Такими посиделками пользовались юноши и девушки. Но все было не так просто. Дивчина захочет уйти, а мать прикажет сесть за прялку — и пока работу не сделаешь, не уйдешь. Но девушки и тут находили выход — в чулане заранее где-нибудь нарядут, и показывают матери эту работу. Потому что женихов всем интересно посмотреть.

От капусты мы перешли к тому, что есть в русской избе.

— *Изба отражала образ жизни, — рассказывает Майя Николаевна. — И народную философию, и педагогику, и народное искусство, и фольклор. Где появилась сказка о Бабе-Яге? Да в русской избе! Ступа была в каждом доме. А место в котором сказки сказывались — печь и полати.*



Полати — большая «полка» или лежанка, которая тянулась от печки до стены и сооруженная под потолком. Полати могло быть больше одной — семьи ведь тоже были большие. Груднички спали в люльках, бабушки и дедушки — на печках, а все остальные размещались на полати. Спать так же можно было на лавках и на полу. Когда спали на лавке, под голову клали специальный «укладок» — небольшой плоский сундучок с наклонённой крышкой.

Большое значение в доме имел — и зачастую, имеет сейчас — правый угол. Даже при строительстве избы ориентировались на него — на восточный правый угол. Восточные, потому что христианская вера пришла из Византии — с востока. Правый угол считался священным местом в доме — в нем ставили иконы, под ним сидел за обедом глава избы. Под рождество девушки тоже гадали именно под этим углом. Но перед тем как гадать, они обходили с горящей свечкой левые углы — ни считались нечистыми, и чтобы при гадании избавиться от нечисти проводили такой обряд.



Печка так же являлась неотъемлемой частью русской хаты. Топить ее очень сложно — дым может заполнить всю комнату. Для предотвращения этого в стене и на потолке делали отверстия, через которые выходил дым.



В княжеском тереме задняя часть печки прислонялся к части терема, в которой жил

князь. Печка нагревалась, за ней нагревалась стена и светлица обогревалась.

Строение русской избы, да и быт Руси в старину, интересная и обширная тема. Говорить об этом можно очень долго. Именно деревенский домик ассоциируется с уютом — маленький домик, русская печка, пол деревянный, лавка и свечка. Вот самый настоящий покой!



Мы можем лишь поблагодарить Майю Николаевну за такое прекрасное путешествие в прошлое. И не просто прошлое, а то, чем когда-то жили наши предки! Мы будем надеяться, что когда-нибудь еще соберемся в «русской избе» и узнаем много нового.



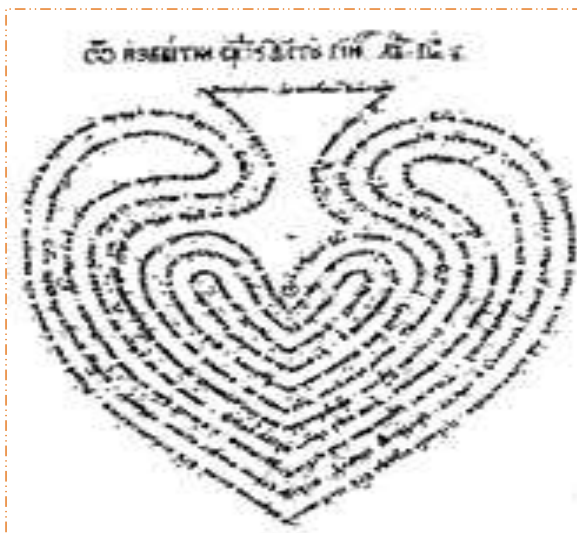
Фигурные стихи

Автор: Воронина А., П-11

Фигурный стих – стихотворение, строки которого визуально образуют какую-либо фигуру или предмет – звезду, конус, сердце, пирамиду, ромб. Изобретателем фигурных стихов принято считать Симмию Родосского – древнегреческого поэта, написавшего три стихотворения в форме яйца, секиры и крыльев.



В России первые фигурные стихи составляли в XVII веке. В XVIII веке в этом жанре было написано несколько образцов (в виде лабиринта, креста, сердца и восьмиугольной звезды) и одним из крупнейших стихотворцев того времени являлся Симеон Полоцкий. В XVIII-XIX вв. к фигурным стихам обращаются Державин, Сумароков, Ржевский, Рукавишников и другие поэты. В дальнейшем к фигурным стихам проявляют интерес символисты и авангардисты (Брюсов, Кирсанов, Вознесенский и др.).



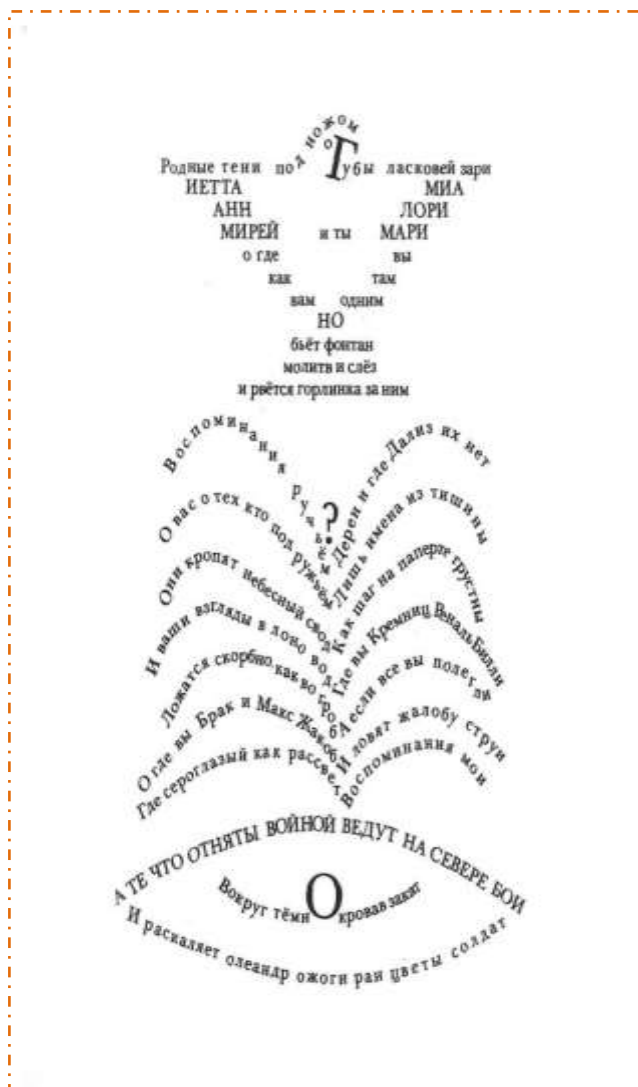
стихотворении рисунок настолько же важен, как и текст; без изображения не будет и фигурного стихотворения.

✓ Напишите стихотворение. Фигурное стихотворение не имеет строгих правил относительно ритма и рифмы. Вы создаете из текста рисунок, выбирайте слова, подходящие для темы и удобно вписывающиеся в рисунок.

✓ Начертите линию или простой рисунок, вдоль которых будут располагаться слова.

✓ Запишите текст стихотворения вдоль начерченной линии.

✓ Сотрите внешние очертания фигуры.



Как написать фигурный стих самостоятельно? Вот несколько простых шагов:

✓ Выберите тему стихотворения. В фигурном

ПУШКИН "ПУШИНУ"



Как справиться с усталостью

Автор: Азимова Л., П-11

Наступил октябрь. И многие чувствуют, как в них уже накопилась усталость, а раздраженность и напряжение просятся наружу. Нам все труднее вылезти из теплой уютной кровати, открыть слипающиеся глаза и включить свои мозги. Многие врачи, психологи и просто родители отмечают, что для морального состояния для студента наиболее неблагоприятны начало учебного года и его конец.



В конце года экзамены, а сейчас мы чувствуем, как погода заставляет нас одеваться теплее, как атмосферное и человеческое давление падают, как домашнее задание начинает становиться все больше и больше, и как наши уши начинают замерзать. Но самое главное – мы устаем.

Людям свойственно чувствовать усталость каждый день. Но такие мимолетные слабости мы можем скинуть благодаря сну или занятием любимым делом; усталость же накапливающуюся мы сначала не наблюдаем. Лишь когда мы заметим, что наш мозг отключается и наше тело становится похожим на мешок с землей, мы осознаем и начинаем чувствовать усталость

всем своим нутром. Что тогда делать?

✓ **Дышите.** Дыхание – не просто естественный процесс. Оно снабжает ваш мозг кислородом. Он выводит из организма токсины, способствует мышечному расслаблению. Из-за этого вам будет легче думать, а активная работа мозга приведет к высокой работе организма и ваша усталость исчезнет. Откройте окно на пару минут, пока вы умываетесь перед сном, и ваш мозг скажет вам спасибо!

✓ **Постарайтесь найти время для себя.** В выходные не заставляйте себя делать то, чего не хочется делать. Почитайте книгу, сходите в кино, погуляйте в лесу, можете даже просто полежать и подумать. Найдите то, что поможет вам разрядиться. Не только эмоционально, но и физически. Даже при отсутствии физического труда, наши мышцы начинают каменеть из-за напряжения. Сбросьте его с себя, дайте вашему телу и духу отдышаться.

✓ **Постарайтесь выспаться.** Возьмите себя в руки и выключите интернет, лягте пораньше. Если у вас есть дела – перенесите их на утро. А если все же ночью выспаться не судьба, найдите хотя бы часик днем. Дневной получасовой сон равняется нескольким ночным часам, и он сможет зарядить вас.

Кстати, небольшой совет. В театре, перед началом репетиции или выступления,

многие актеры проделывают следующее упражнение: ложатся на спину и начинают напрягать и расслаблять свое тело, переносить центр напряжения. Когда я занималась в театре, нам описывали это так: «Представьте, что вы мороженое, лежащее на солнце. Вы медленно из холодного и твердого превращаетесь в густое, липкое и жидкое. Сначала плавятся ваши ноги. Потом начинает плавиться живот, затем правая рука, потом левая. И вот вы уже чувствуете, как ваше лицо начинает таять. Вы теперь просто сироп... Но вам неожиданно холодно! Подули ветра и ваше тело начинает замерзать! Начните с ног». И мы следили своим внутренним взором за импульсами напряжения и расслабления в наших мыслях и костях.

Это упражнение занимает немного времени, не требует каких-то серьезных действий и доступно абсолютно каждому, а результат восхищает – тело собирается и чувствует себя очень бодрым, а эмоциональная усталость, возможно, и не исчезает, но определенно отходит на очень дальний план. К тому же, вы начинаете полностью контролировать свое тело после этого упражнения.



Парад памяти

Автор: Войтюк Арина, КП-11

7 ноября 1941 года по случаю 24-й годовщины Октябрьской революции в городе Куйбышеве был проведен военный парад. Тогда в стране прошли три военных парада – в Москве, Воронеже и Куйбышеве. Стране удалось продемонстрировать всему миру свою военную мощь и доказать: мы выстоим. Иностранных военных атташе и корреспондентов зрелище просто потрясло и заставило поверить, что СССР не сломлен.

Московский парад 1941 года продолжался 25 минут, а куйбышевский – полтора часа, да еще больше часа шла демонстрация трудящихся. В пешем, конном строю и с мехколонной прошло свыше 22 тысяч бойцов, в гражданской демонстрации приняли участие 178 тысяч трудящихся.

Из трех парадов только парад в Куйбышеве включал в себя не только прохождение войск и боевой техники, но также и воздушный парад, в котором участвовали десятки новых самолетов. Командовал парадом генерал М.А. Пуркаев, принимал - маршал К.Е. Ворошилов.



На торжестве присутствовали руководители партии и правительства во главе с М.И. Калининым. Гостями парада стали члены дипломатического корпуса, английская военная миссия во главе с генерал-лейтенантом Макферланом, военные атташе и иностранные корреспонденты.



Развернувшееся перед глазами иностранцев шествие поразило их: в течении полутора часов перед трибунами шли тысячи пехотинцев, кавалерийские отряды, десятки единиц военной техники, а в небе стройными рядами пролетали штурмовики, бомбардировщики и истребители. Более 22 тыс. человек было задействовано в тот день на площади им. Куйбышева.



600 самолетов над Куйбышевом

Украшением парада в Куйбышеве должна была стать его воздушная часть. Это был единственный воздушный парад за все годы войны, ставший

грандиозной демонстрацией советских ВВС иностранному дипломатическому корпусу. Поставили его настолько сильно и убедительно, что присутствовавшие на нем иностранные гости были поражены.

Парад принимал маршал Ворошилов

В день парада утро в Куйбышеве оказалось морозным и пасмурным. Верхом на коне на площади появился первый маршал Советского Союза Климент Ворошилов. Командующий парадом генерал-лейтенант Максим Пуркаев отдал рапорт. Вместе объехали войска и поздравили их с праздником. Затем Ворошилов поднялся на трибуну и произнес торжественную речь, по окончании которой раздалось сорок артиллерийских залпов. Орудия стояли в скверах на углах площади, поэтому их грохот просто оглушил дипломатов.

По разным оценкам, над Куйбышевом пролетело от 600 до 700 боевых самолетов преимущественно новых типов. Сейчас даже в самом крупном за всю современную историю воздушном параде над Красной площадью 9 мая 2010 года участвовало только 127 самолетов.

Прозвучали фанфары: «Слушайте все!» И по команде генерала Пуркаева начался торжественный марш участников легендарного военного парада.

Афиша города на осень

Автор: Абрамова Екатерина, КП-11

- ✓ **Хоккейный клуб «Лада»** приглашает жителей Тольятти поддержать игроков на домашних играх 2, 4, 6, 23, 25, 27, 29 ноября. Игры проходят в ледовом дворце «Лада арена» по адресу: ул. Ботаническая, 5. Стоимость билета и время игр можно узнать по телефону: +7 (8482) 94-04-94.



- ✓ **«Без монет нет конфет»** - спектакль, в сюжете которого рассказывается о двух подростках. Они очень разные: его встречают дома мороженым с горячим сиропом, от нее прячут банку с шоколадной пастой; его до оскомины опекает мама, она родителей практически не видит; он отличник, она плохо учится.



Между тем, у них оказывается много общего, поэтому они живут, спасаясь от взрослого мира, во вселенной «Звездных войн» и придуманных историй про бандитов. А все потому, что они одиноки.

Спектакль – это попытка разобраться не только со сложностями взросления, но и исследование взаимоотношений современных отцов и детей.

Посетить спектакль можно 29 ноября по адресу: Ул. Ленинградская, д. 31, драматический театр «Колесо» имени Глеба Дроздова.

- ✓ В Поволжском православном институте с 21 сентября по 17 ноября проходит персональная выставка тольяттинского дизайнера, художника-графика **Владислава Ивановича Пашко** - **«Радость творчества»**. Выставка носит интерактивный характер. В первую очередь приглашаются начинающие художники, которые только осваивают возможности различных материалов и техник. Адрес: ул. Юбилейная, д. 4а Вход: свободный



Председатель редакционного совета: И.А. Клименко
 Главный редактор: А.А. Линейцева
 Верстка: Арина Пуляхина
 Корректор: Елизавета Душина
 Набор: авторы текстов.

Адрес редакции: 445028, г. Тольятти, ул. Юбилейная, 59. Тел. 51-05-54
 Наш адрес в Интернете: : <http://gumcollege.ru>. Пишите нам по адресу: gk@pravtlt.ru