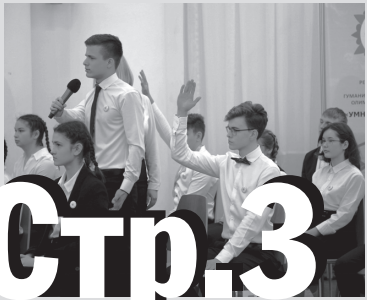


По стопам Ломоносова



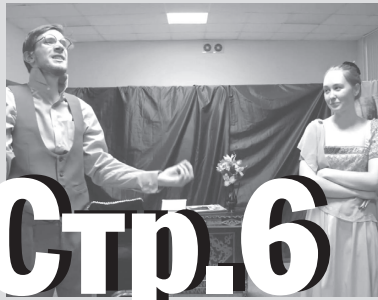
Стр. 3

«Интересно, сложно,
масштабно...»



Стр. 5

Насломленная Айседора



Стр. 6

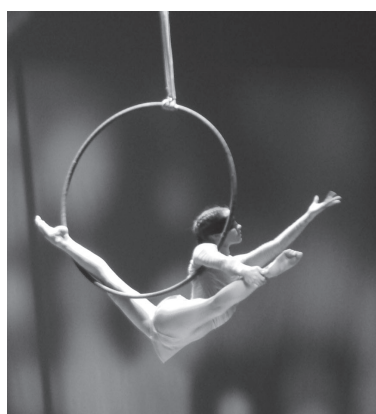


12+

молодёжная газета г.Северодвинска №3(264) апрель 2021



Электронная версия газеты – на сайте «Молодёжь Северодвинска», официальная группа – на сайте «ВКонтакте»



СЧИТАЕМ

ДО ДЕСЯТИ



Фото Евгения СУВОРОВА

НАСТРОЕНИЕ НОМЕРА

Даёшь
молодёжь!



Апрель – середина весны, на улице уже тепло. Сидишь в школе или за уроками, и так хочется гулять! Да и было где разгуляться северодвинской молодёжи, ведь Молодёжный центр нашего города целую неделю отмечал свой десятилетний юбилей и принимал поздравления от всех и вся. Конечно же, и мы всей редакцией «Воробья» поздравляем коллектив центра и шлём свои наилучшие пожелания. Пусть воплощаются все ваши идеи и получаются самые крутые проекты! А мы всегда будем только рады о них написать!

Вот и в этом выпуске мы расскажем о некоторых мероприятиях юбилейной недели и побеседуем с главным человеком МЦ – Татьяной Николаевной Ключник. В общем, даёшь молодёжь! (Кстати, интервью с актёром одноимённого скетчкома ждёт вас на пятой полосе).

Но 12 апреля был не только юбилей Молодёжного центра, но и юбилейный День космонавтики. Прошло ровно 60 лет с того дня, когда с космодрома «Байконур» в космос впервые стартовал корабль «Восток-1» с Юрием Гагариным на борту. Этому знаменательному событию мы тоже посвящаем несколько газетных рубрик.

А ещё вас ждёт много интересного и полезного: о новшествах Тотального диктанта, о съёмках телепрограммы «Наследники Ломоносова», а также советы психолога по снятию стресса в преддверии разных экзаменов и многое другое.

Полина ПОСПЕЛОВА



О юбилее Молодёжного центра читай на стр.2



(СТО)ЛИЦА**Сложно, но можно**

12 апреля 1961 года Юрий Гагарин совершил первый полёт в космос. Тогда он стал примером для подражания. А как сейчас, спустя 60 лет, школьники относятся к профессии космонавта?

**Фёдор Михайловский, 16 лет:**

– Сегодня эта профессия ещё более востребована, чем в прошлом. Тема космоса набирает популярность в интернете благодаря научно-популярным каналам. Одни из самых богатых людей мира Илон Маск и Джефф Безос инвестируют огромные средства в аэрокосмическую отрасль. Однако у нынешнего поколения в приоритете другие профессии.

**Кирилл Виноградов, 16 лет:**

– Эта профессия не только очень интересная и захватывающая, но важная и престижная как для страны, так и для самого человека. Сегодня стать космонавтом невероятно сложно: прогресс не стоит на месте и, возможно, когда-нибудь мы будем ездить отдыхать на выходные в космос, на Луну.

**Мария Устинова, 14 лет:**

– В каком-то смысле, быть космонавтом сейчас – не такая огромная заслуга, как прежде, когда один взлёт был огромной опасностью для человека внутри ракеты, в космосе и при приземлении. Совсем скоро каждый из нас сможет летать в космос, и тогда космонавты станут космическими исследователями, как в "Star wars", "Star Trek" и других космических фильмах.

**Лев Попов, 16 лет:**

– К профессии Юрия Гагарина отношусь с уважением. Для полёта в космос необходимо не только иметь хорошую физическую форму, но и немало храбрости и мужества. А людей, готовых подвергать свою жизнь такой опасности, крайне мало. Поэтому необходимо ценить наших космонавтов.

Даня БАРМИН**ЮБИЛЕЙ!****Считаем до десяти**

Кто это отмечает день рождения? И не просто день рождения, а целый юбилей! Раз, два, три, ... пять, ... восемь, ... десять! лет своего существования максимально ярко и интересно отпраздновал Молодёжный центр Северодвинска. Целую неделю с 5 по 12 апреля один день праздника сменялся другим, принося что-то новое: встречи, мастер-классы, онлайн-квесты, концерты и шоу.

Задолго до самого праздника МЦ начал принимать видеопоздравления от разных людей и организаций – друзья «молодёжки» просто завалили ими страницу центра на сайте «ВКонтакте»! За те 10 лет, что существует МЦ, вокруг него собралось много талантливой, интересной молодёжи, пожелавшей творить и учиться чему-то новому в дружной компании. Его двери всегда открыты для инициативных и креативных ребят.

Казалось бы, 10 лет не такой долгий срок, но сколько за это время было сделано. Сколько талантов открыл и развил Молодёжный центр! Сколько проектов реализовал! И, конечно, его вклад в развитие молодёжи города не остался незамеченным. На концерте в драмтеатре в финале праздничной недели представители городской администрации чествовали команду специалистов МЦ подарками и поздравлениями, но главным сюрпризом стала выделенная администрацией сумма на обновление фасада здания.

Юбилейный концерт 12 апреля получился космически ярким. На сцену выходили разные творческие коллективы, с душой исполняя свои номера. Кто-то поражал зрителей сложными элементами воздушной акробатики, а кто-то



смешил кавээновскими анекдотами. Растрогали аудиторию участники проекта «Говорить сердцем», исполнившие песню на жестовом языке. Периодически появлялась группа «Лайф», «зажигая» зрителей энергичной музыкой и вокалом. Одна из песен, кстати, была посвящена космосу и нашей планете Земля. Это очень символично, ведь Молодёжный центр «запустили» 10

лет назад так же в День космонавтики, и в этом году он тоже юбилейный. Кроме этого, один из последних номеров был посвящён приближающемуся Дню Победы. Юбилей Молодёжного центра отметили ярко и точно не скучно. Пожелаем его коллективам и специалистам море активности и новых идей и свершений!

Евгений СУВОРОВ
Фото автора**ВПЕЧАТЛИСЬ!****Текст, фильм, атмосфера**

Итак, сегодня 10 апреля. А значит, сегодня Тотальный диктант. Акция, зародившаяся в Новосибирске, проходит уже в 18-й раз! Ещё в 2004-м это было мероприятие для студентов Новосибирского государственного университета, а сейчас оно вышло на международный уровень.

В этом году автором текста стал писатель Дмитрий Глуховский. Он известен своей трилогией «Метро», романом «Текст» и его одноимённой экранизацией. Для диктанта он написал текст «Обещания». В нём повествуется о девушке, чья бабушка рассказывает историю своей жизни, трогательную, искреннюю. Как говорит сам автор, он хотел создать «человеческую, понятную историю». Идеей для текста послужил реальный случай из жизни семьи Дмитрия Алексеевича. Рассказ «Обещания» состоит из пяти частей, четыре из них пишутся на площадках по всему миру. А пятая, где происходит развязка истории, – в онлайн-формате. В Северодвинске мы пишем третью



часть истории под заголовком «Очередь».

Тотальный диктант в Северодвинске проходит на трёх площадках: это две аудитории Севмашвузга и закрытая площадка родильного дома для желающих мамочек! Как только заходишь в аудиторию, сразу чувствуешь дружественную атмосферу; выбираешь место, готовишься к диктанту. Самое неожиданное обновление в организации проекта – это просмотр фильма по тексту! Дмитрий Глуховский вместе с режиссёром Ланой Влади и коман-

дой актёров сняли короткометражный фильм. Это киноистория о смысле нашего существования, поэтому задевает за живое. «Неужели жизнью не может называться нечто большее?» – цитата, над которой задумаются многие.

Видеообращение организаторов к пишущим – и диктант начинается. Преподаватель русского языка и литературы Техникума судостроения и машиностроения Татьяна Николаевна Халина – «диктатор» в нашей аудитории – читает текст, помогая с возникающими вопросами. В общем-то,

текст мне не кажется сложным, хотя над некоторыми знаками препинания приходится думать. Иногда удивляешься объёму предложений – то они занимают целый абзац, то состоят всего из одного слова! После написания проверяем текст и сдаём на проверку. Результаты будем смотреть через несколько дней на сайте totaldict.ru в личных кабинетах. А до конца дня можно ещё успеть написать оставшуюся часть текста в режиме онлайн.

Тотальный диктант – акция, в которой может участвовать каждый. Её цель – показать людям, что быть грамотным – круто, убедить некоторых, что русский язык – сложный, но увлекательный. Диктант объединяет разных людей, здесь человек становится сильнее. Этот проект – возможность узнать новое и вспомнить старое. Хоть раз в жизни нужно прийти на такое мероприятие. А побывав на нём однажды, ты будешь стараться не пропускать его никогда!

Анна ШАРУХИНА
Фото автора**ДО И ПОСЛЕ****История не забывает!**

В доме по адресу ул. Индустриальная, 36/19 в 1940–1941 годах жил будущий писатель Валентин Пикуль. Он родился 13 июля 1928 года в Ленинграде. Савва Михайлович, отец писателя, военный инженер-корабельщик на судостроительном заводе, в 1939 году был направлен на работу на новую судоверфь в городе Молотовске (ныне Северодвинск). Спустя год Валентин с матерью переехали из Ленинграда в Молотовск к своему отцу.

Весной 1941 года Валентин Пикуль прошёл экзамен за пятый класс и уехал на каникулы к бабушке в Ленинград. Из-за разразившейся войны вернуться до осени не удалось. Вместе с мамой им пришлось пережить первую блокадную зиму в Ленинграде.

Сейчас «Дом Пикуля», как на-

зывают его горожане, многократно был признан аварийным, а затем и вовсе был расселён. Капитальный ремонт здесь не проводился, за всю его историю был проведён только незначительный технический ремонт. Дом Пикуля вошёл в областную программу «Переселение граждан из аварийного жилищного фонда», по которой должен был быть снесён, но осенью 2016-го активные северодвинцы добились проведения культурно-исторической экспертизы, и в марте 2017 года дом Пикуля был включен в перечень выявленных объектов культурного наследия, расположенных на территории Архангельской области.

Дмитрий НЕРОНОВ
Фото автора и из архива городского музея

ТЕХНОЛОГИИ

Молодые профессионалы

В апреле 2012 года Россия вошла в состав международного движения WorldSkills International. Движение стремится к повышению престижа рабочих профессий и развитию профессионального образования. В феврале в нашей области проходил уже пятый региональный чемпионат WorldSkills «Молодые профессионалы». О том, как это было, мне рассказали его участники Лев Ступин и Артур Рудаков, ученики Морской кадетской школы.

Чемпионат – это несколько дней с заданиями, которые нацелены на выявление способностей и компетенций, а также определение лучших по направлениям.

В этом году в нём приняли участие 220 конкурсантов, из них 32 юниора в возрасте от 14 до 16 лет. Работу участников оценивали 260 экспертов. Всего было пять компетенций, среди них «Инженерный дизайн CAD», «Малярные и декоративные работы» и «Электромонтажные работы».

Девятиклассники Лев Ступин и Артур Рудаков – участники проекта «Профшкола. За нами будущее». Он создан профсоюзной организацией «Центра судоремонта “Звёздочка”» с целью профориентации школьников. Лев участвовал в компетенции «Инженерный дизайн CAD» в Северном Кванториуме. Его задача

заключалась в том, чтобы, глядя на 2D-чертеж в компьютере, нарисовать его в 3D-формате и раскрасить. Позже 2D-рисунок выводился в электронном виде и создавали спецификацию. Спецификация – это лист с обозначением деталей, где указаны их названия, марки, материалы и количество. В компетенции Льва участвовало семь человек. Он занял второе место. «Было довольно сложно, задания рассчитаны на то, чтобы с ними не все справились. Я чувствовал волнение, небольшой страх, но при этом интерес к самим заданиям», – поделился впечатлениями Лев.

Артур Рудаков для участия в своей компетенции «Электромонтажные работы» ездил в Котлас. Там было пять команд по два человека. Три команды – северодвинцы, и две команды были из Котласа. Артур собирал принципиальную схему по рисунку, которую им выдали организаторы. Для выполнения задания давалось три дня. Сложность была в том, что схема очень большая, а её надо было ещё запрограммировать и запустить. «Очень жаль, что мы немного не успели выполнить задание. Участие в чемпионате мне дало новые эмоции и опыт, а я вышел на новый уровень», – обобщил Артур.

Маша ФЕДОРОВСКАЯ
Фото из группы «Профшкола За нами будущее» в ВК



МЫ САМИ

Лицеисты захватили власть!



Переворота не было, всё закономерно: ровно на неделю власть над учебным процессом сосредоточилась в руках лицеистов во главе с Советом старшекласников. С 5 по 9 апреля в лицее проходила целая «Неделя самоуправления».

Традиционное для лицея событие прошло гораздо масштабнее: раньше особенным был всего один день, а сейчас все пять. Также впервые роль учителя примерили на себя и младшие ученики – ребята из 6Г и 7В. Ещё одно новшество – игры на переменах. Ира Куликова, дублёр заместителя директора по воспитательной работе, уточнила: «Эти игры мы сделали, чтобы сплотить старшие и младшие классы. Сейчас мы редко пересекаемся». Всего в рамках «Недели самоуправления» прошло 35 уроков. Огромное и число дублеров – 91 человек. Заменяли не только учителей, но и представителей администрации.

Своим мнением о том, как прошло мероприятие, поделился временный директор Илья Шубин: «Всё прошло «на ура»! В некоторых местах конечно не всё получилось, так, например, перемены планировались более насыщенными... Но всем всё понравилось, а это главное».

Мария Брагина, медиацентр МАОУ «Лицей №17»
Фото Т. Копытовой

ЛИЧНЫЙ ОПЫТ

По стопам Ломоносова: труден ли путь к победе?

Телевидение уже давно стало частью жизни каждого человека. Мы ежедневно смотрим различные передачи, почти не задумываясь, как создаётся телепрограмма и что происходит за кадром. И вот 11–12 марта мне удалось «заглянуть за рамки» телевизора, ведь я приняла участие в съёмках телеолимпиады «Наследники Ломоносова». Расскажу, как это было.

Что такое «Наследники Ломоносова»?

«Наследники Ломоносова» – региональный этап известной гуманитарной телеолимпиады «Умницы и умники». Первые состязания, на которых ребята писали эссе, прошли ещё в конце декабря. По их итогам были отобраны около тридцати лучших десятиклассников, получивших шанс сразиться лицом к лицу на очном туре олимпиады – полуфинальных играх. Дальше всех ожидали два месяца упорной подготовки, более 50 источников для прочтения, а также знакомство с правилами игры.

Игра состоит из трёх частей: пролога, основной части и эпилога. В соревновании принимают участие три игрока на дорожках, а также теоретики, которые сидят в зале, но могут зарабатывать ордена и медали за правильные ответы. В прологе традиционно два конкурса – русского языка и красноречия. По их итогам игроки поочередно выбирают одну из

трёх дорожек: красную – самую короткую, но не допускающую ошибок, жёлтую – чуть длиннее, допускающую совершение одной ошибки, зелёную – долгую, но безопасную, ведь на ней можно ошибиться два раза. Побеждает тот, кто пройдёт всю дорожку и ответит правильно на её последнем вопросе. В эпилоге участвуют только теоретики, которые отвечают на три вопроса.

Первые эмоции и съёмочный процесс

И вот 11 марта начались съёмки. Я помню, как волновалась накануне. А когда мы вошли в студию, к волнению добавились удивление и растерянность. Первое, что бросилось в глаза, – камеры, провода и различное оборудование, а также множество суетящихся людей. Да... такой облик студии сильно отличается от идеальной картинке, которую мы видим по телевизору!

Но не успели мы опомниться, как нас посадили на инструктаж. Оказалось, что кроме большого количества информации, полученной во время подготовки, нам придётся держать в голове множество «нужно» и «нельзя». Как правильно сидеть, в каком положении должны находиться руки и ноги, как вести себя теоретикам, которых спрашивают, с чего им начинать свой ответ и как получать ордена и медали, когда нужно аплодировать – эти, на первый взгляд мелочи, имели очень боль-

шое значение для съёмочного процесса.

Бесчисленные правила и ограничения психологически воздействовали на участников. Некоторые от волнения терялись, забывали, что говорить на конкурсе красноречия; многие факты, которые человек знал наизусть, вылетали из головы в самый неподходящий момент. В этом отличительная черта телевизионной олимпиады – нужно думать не только о заданиях, но и о своём поведении и внешнем облике, что порой отвлекает и мешает сконцентрироваться.

Признаюсь, мои переживания рассеялись только после первой отснятой игры. Во-первых, я сосредоточилась на испытаниях, проснулся спортивный азарт, добавил элемент конкуренции и соревновательности. Во-вторых, когда начались съёмки, я поняла, что в телепередаче не всё так идеально подготовлено, как это выглядит на экране. Были и паузы, и заминки, периодически ошибался ведущий, какие-то моменты переснимали. Мне кажется, съёмки телепрограммы – лучшая иллюстрация того, что в ошибках нет ничего крамольного.

Что осталось за кадром

Безусловно, съёмки – дело увлекательное, но всё-таки немного утомительное. За два дня с нами отсняли девять игр, и каждый раз нам приходилось слушать одно и то же: представительные судейской коллегии и веду-



щего, объявление темы, объяснение правил игры. Мне кажется, эти фразы ведущего за два дня все выучили наизусть. Ещё один трудный момент – интервью у председателей жюри, которое традиционно снимается после соревновательной части. Хотя гости наших игр были интересными людьми, но, не в обиду им будь сказано, после долгих съёмок то, что они рассказывали, многими уже не воспринималось. И ещё один секрет: сцена аплодисментов, где все участники радостно улыбаются, снимается отдельно в конце каждой игры, когда на самом деле так хочется встать и отдохнуть. Действительно, не зря перед играми нас предупреждали, что съёмки – это настоящий рабочий день!

Смотрите нас по ТВ

Без сомнений, участие в такой игре оставило только положительные эмоции, ведь «Наследники Ломоносова» – это новые знакомства, проба себя в чём-то необычном, саморазвитие, а также стимул работать дальше и совершенствоваться. 14 мая всех участников ждёт финал, уже вовсю идёт подготовка. А вам я предлагаю посмотреть выпуски полуфинальных игр на канале «Россия 24» в промежутке с 13.00 до 14.00 каждое воскресенье или на сайте ГТРК «Поморье». Быть может, многие из вас тоже захотят стать наследниками Ломоносова!

Анна БУЛДАКОВА
Фото с сайта «Образование Архангельской области»

СТРОЧКА МНЕНИЯ

«На дворе апрель месяц!»

Софья ВАКАРИНА,
3 курс Школы-студии
журналистики «Контакт»,
МАОУДО ДЮЦ:



– «На дворе апрель месяц, а табеля успеваемости ещё не поданы. Если по окончании месяца не отчитаться о работе, то вместо премий мы получим выговора». Если вы где-либо услышите подобную речь или увидите похожий текст, знайте, что так говорят и пишут неграмотные люди (в приведённом тексте допущено восемь различных ошибок).

Сегодня многие подростки и молодые люди стремятся учить иностранные языки, чтобы было больше шансов найти высокооплачиваемую работу или переехать за границу. Чаще всего языком изучения становятся английский, немецкий, французский и китайский; реже – испанский, итальянский, арабский и норвежский. Но далеко не многие задумываются о важности изучения родного русского языка. Неплохо владея иностранным языком, или даже двумя-тремя, можешь и не замечать, насколько скучна и корява твоя русская речь. Безусловно, знать иностранные языки – это важно. Но при этом странно оставлять без внимания язык, на котором мы все сказали свои первые в жизни слова. Иногда становится стыдно за сверстников, которые в разговоре двух слов связать не могут или пишут в соцсетях настолько безграмотные послания, что смысла не разобрать.

Русский язык неспроста считается одним из самых сложных для изучения. В нём выделяют много видов ошибок: лексические, грамматические, логические, орфографические, пунктуационные, стилистические, фактические и другие. А в видах есть ещё и подвиды. Наиболее «ошибкоопасными» «местами» являются безударные гласные, склонения существительных и числительных, ударения, производные предлоги, приставки *не-* и *ни-*, паронимы, вводные слова и так далее.

Проще говоря, разговаривать и писать по-русски абсолютно безошибочно нелегко даже человеку с филологическим образованием. Поэтому, чтобы быть грамотным человеком, с которым будет приятно, интересно общаться, нужно постоянно учиться и совершенствоваться.

ЕСТЬ ПРОБЛЕМА!

О школьной дружбе

В классах сейчас много учащихся, у нас, например, их 28. И все девочки и мальчики разные, с разными характерами, привычками. Конечно, мы не первый год знаем друг друга, у большинства из нас есть школьные подруги и друзья, с которыми легко и интересно общаться. Но ведь кроме них надо поддерживать отношения и с остальными ребятами, а это часто непросто. А бывает, что ты хочешь с кем-то дружить, но не получаешь, не идешь тебе навстречу. От этого становится обидно, портится настроение, даже не хочется идти в школу.

Что же делать в такой ситуации? Я думала об этом, и не потому, что у меня такая проблема есть, а для того, чтобы помочь

одноклассникам. Я считаю так: отношения между одноклассниками напрямую зависят от того, как ты сам к ним относишься или относились раньше. Если ты хочешь, чтобы с тобой больше общались, то изначально надо знать, что интересно другим ребятам, что им нравится, какой у них характер, что они любят. Ещё очень ценно, на мой взгляд, умение помочь в трудную минуту, поддержать словом и делом, например, объяснить трудные темы по предметам. Не стоит сразу после уроков бежать домой, можно вместе погулять, поговорить обо всём.

Нам ещё долго учиться вместе, и я очень хочу, чтобы наш класс был всегда дружным!

Диана ПОДБОЛОЦКАЯ,
медиацентр МАОУ «СОШ №20»
Фото из архива школы



ПСИ-ФАКТОР

«Переживания – это нормально»

Современная жизнь любого человека наполнена стрессовыми ситуациями. Для учащихся 11 класса, в том числе и для меня, самой главной такой ситуацией являются экзамены, которые уже наступят совсем скоро. Как бы ни хотелось отсрочить этот момент, он всё ближе и ближе. Наступает паника, начинаются бессонные ночи за учебниками, ты делаешь попытки «затолкать» в голову все 11 лет обучения. Знакомо? Мне – да, поэтому я решил обратиться к нашему школьному психологу Галине Сергеевне Головиной, чтобы разобраться с главными причинами предэкзаменационного стресса и узнать эффективные методы его преодоления.

Первой причиной стрессового состояния будущих выпускников является полная загруженность, которую они сами себе создают в порывах выучить весь материал за несколько месяцев до экзамена. Часто ученики, интенсивно готовясь к ЕГЭ, забывают делать перерыв на еду или сидят до поздней ночи за учёбой, тем самым перегружая своё тело и мозг, что в дальнейшем приводит к серьёзным проблемам со здоровьем. Это неправильно! Нельзя губить своё здоровье ради экзаменов. Экзамены сдают для лучшей дальнейшей жизни, а без здоровья вы её не получите. Тогда зачем всё это? Нужно правильно организовать своё время, чтобы успевать продуктивно готовиться к экзаменам и делать перерыв на отдых.

Вторая причина – страх перед

неизвестной обстановкой, где будут проходить экзамены. Он обусловлен тем, что в незнакомом месте чувствуешь себя «не в своей тарелке». Чтобы успокоить себя, важно понимать и «проигрывать» процесс экзамена у себя в голове. Также с помощью пробников, которые проводит практически каждая школа, мы узнаём о процедуре проведения ЕГЭ. Уверенность в том, что ты знаешь все правила и порядок этой процедуры, уменьшит психологическую нагрузку, ведь несмотря на смену обстановки, процесс будет тот же.

И третья причина стресса – это страх не сдать сам экзамен. В нашем воображении несдача экзаменов равна полному краху, разочарованию родителей, бедности и чуть ли не жизни на улице. Поэтому важно помнить, что на экзаменах жизнь не заканчивается. Может случиться любая ситуация, которая поспособствует плохой сдаче экзаменов. Нужно сразу продумать несколько вариантов событий, чтобы при неблагоприятном исходе можно было

быстро сориентироваться и продолжить свою жизнь. Самое главное – спокойствие и объективная оценка своих знаний. Нужно верить в свои силы и не сомневаться, что сам экзамен ты в любом случае сдашь, ведь ты не просто так сидел 11 лет за партой. С пустым листом с экзамена ты точно не уйдёшь. До ЕГЭ есть ещё время и можно успеть закрыть явные пробелы в своих знаниях. Не стоит тратить время на панику, ведь она не поможет всё удачно сдать и поступить в учебное заведение, в которое ты стремишься.

Самое важное, что я понял для себя из беседы с Галиной Сергеевной, это то, что нужно разделять границы паники и волнения. Панику мы останавливаем, а волнение принимаем, потому что нет ничего страшного, если ты переживаешь из-за экзамена или другого события. Не нужно себя за это винить или корить. «Переживания – это нормально!» – сказала психолог и дала мне советы, которые помогут уменьшить стресс. Смотрите их далее, и ни пуха ни пера!



Снимаем стресс!

Итак, вот советы для снижения психологической нагрузки во время подготовки и сдачи экзаменов от психолога школы №12 Г.С. Головиной.

1. Важно правильное дыхание, так как это способствует более чёткому мышлению, ясности ума. Одно из упражнений для этого – «дыхание по квадрату». Представь квадрат: на одной из сторон квадрата ты делаешь глубокий вдох и задерживаешь дыхание на 4 секунды, а после перемещаешься по часовой стрелке на другую сторону квадрата, делая выдох. Так нужно «пробежать» по квадрату несколько раз. Это упражнение помогает не только успокоиться, но способствует отвлечению от рутинной работы на пару минут и даёт мозгу отдохнуть.

2. Создай собственный дневник стресса, в котором ты будешь отслеживать причины стрессовой ситуации и пути решения. Нужно начертить в тетради таблицу из трёх столбиков. В первом надо писать дату и время, во втором – причину, то есть то, что способствовало созданию стрессового состояния, а в третьем столбце – решение этой ситуации, а именно что помогло тебе успокоиться и снова продолжить работу. Такой дневник нужно вести месяц, а после проанализировать его и найти главную причину стресса и самый эффективный выход из него. Для помощи с анализом можно обратиться к родителям

или школьному психологу, если у самого не получается. Если прописывать проблемы, то становится легче на душе, и появляется опыт решения проблем.

3. Ни в коем случае нельзя винить себя за перерывы на отдых при подготовке к экзаменам. Нужно, наоборот, давать себе отдохнуть, хотя бы на выходных. С помощью разговора «со своей совестью» нужно понять и убедить себя в том, что всю неделю шла подготовка и что ты заслуживаешь отдыха.

4. Нужно поощрять себя за достижения или упорную работу, которую ты честно выполняешь всю неделю. Так, например, можно сходить в кино или кафе с друзьями, купить новую вещь, совершить недолгую поездку. Очень помогает отдохнуть смена деятельности на то, чем ты любишь заниматься. Если хобби у тебя нет, то самое время найти! Можно послушать музыку, аудиокнигу. Да и просто прогулка на свежем воздухе поможет тебе подумать о жизни, разгрузиться от лишних мыслей. Кстати, «залипание» в социальных сетях отдыхом не является, так как мозг перегружается ненужной, поверхностной информацией, которая мешает запоминать в дальнейшем важный и нужный материал.

Для снятия предэкзаменационного стресса можно использовать также следующие методы, которые я узнал 5 апреля в Мо-

лодёжном центре на тренинге Елены Егоровой «Как справиться со стрессом и тревогой».

5. Одним из таких методов является упражнение «ЗАТО». Оно способствует нахождению положительного даже в нервных ситуациях, которые кажутся неразрешимыми. Для успешного выполнения тебе понадобится листок бумаги, разделённый на две части. Слева нужно написать свои стрессовые ситуации, а справа – положительные черты этого действия. Например, ты проспал первый урок, но ЗАТО выспался и с новыми силами направляешься на другие.

6. Эффективный метод под названием «Жаба». Тебе понадобится напарник или выполняй это упражнение, стоя перед зеркалом. Начиная говорить шёпотом слово «Жаба», ты постепенно увеличиваешь тембр своего голоса и доходишь до крика. Тем самым ты выпускаешь «пар», который накопился за определённый период времени.

Самое главное, что должен помнить каждый человек, находящийся в стрессовом состоянии, – это то, что всё решаемо. Как бы сначала ситуация ни казалась безвыходной, всегда есть то, за что можно ухватиться и выйти из неё. Человек способен на многое, а что не может сделать, то всегда способен переделать под себя.

Владислав ЗАКРОЙЩИК
Фото из Интернета

ВАЖНАЯ ПТИЦА

«Интересно, сложно, масштабно и захватывает!»

Как и где молодёжь нашего города самореализуется? Какие изменения произошли с Молодёжным центром за 10 лет? Об этом, а также о своём становлении и активностях в жизни рассказывает Татьяна Николаевна Ключник, директор Молодёжного центра.

– Татьяна Николаевна, как и где проходила ваша юность, были ли вы активисткой, чем занимались кроме учёбы?

– Я северодвинка. Всегда была активной участницей всех мероприятий в школе, входила в состав студенческого совета, с удовольствием пробовала себя в разных направлениях: лыжный спорт, художественная гимнастика, лёгкая атлетика, танцы, макраме, рисование, вокал и даже агитбригада. Было желание попробовать всё, времени не хватало.

– Какое у вас образование, где получали, пригодилось ли оно вам в этой должности?

– Основных образований два: педагогическое и юридическое. Также огромное количество различных курсов. Конечно, всё пригодилось в работе.

– Как и когда вы стали директором Молодёжного центра?

– Даже в Молодёжный центр я попала благодаря образованию. Надо было «прокачать» навыки в работе юриста. Подкупило то, что искали специалиста со знанием трудового законодательства. Так попала в молодёжную биржу труда, где проработала полтора года. Потом предложили работу заме-

стителя директора по основной работе, а через год и директора (так сложились обстоятельства). На должность решила не сразу, но не пожалела, хоть работа непростая, требует много времени, знаний и полной отдачи.

– Когда вы только вышли на эту работу, какие у вас были планы и мечты, и что из этого воплотилось в реальность?

– Когда только вышла, надо было разобраться, вникнуть, подхватить то, что уже было сделано до меня. Про планы не думалось. Хорошо, что рядом всегда был и поддерживал Алексей Николаевич Соколов, который ранее возглавлял Молодёжный центр. Он помогает и сейчас. Да и члены нашей команда специалистов всегда полны идей, позитива и желания творить.

– Что сейчас представляет собой Молодёжный центр?

– Сегодня Молодёжный центр – площадка, на которой развиваются и сотрудничают с нами многие коллективы: это «Змей Радуга», «СКИФ», «Средневековье», «Северная Двина», «Спортивный меч», волонтерский отряд «Высота», «Молодёжка ОНФ» и многие другие (всего около сорока). Это и множество проектов, реализуемых Молодёжным центром и активными ребятами. Среди них: «Говорить сердцем», «Медиа-центр», «Семейное кафе» и множество фестивалей и городских праздников. Несмотря на то, что многие из мероприятий были переведены в онлайн-режим, они не

стали менее интересными и менее масштабными. В своё новое десятилетие Молодёжный центр входит с новыми идеями и проектами, такими как «Стажировка в Молодёжном центре» и проект по обмену опытом между волонтерами «Мосты», подготовка летнего танцевального лагеря «Горизонт» и новые форматы проведения мероприятий: «Шоу историй», «Конференция провалов», «Вечеринка идей» и многое другое.

– Представьте, что вы сейчас

снова школьница или студентка. Сами бы вы пришли в Молодёжный центр и какое бы направление выбрали для себя?

– Если бы я сегодня пришла в Молодёжный центр как студентка, то, наверное, попробовала бы себя в качестве организатора форума. Это интересно, сложно, масштабно и захватывает. Или же попробовала бы себя в качестве репортёра в «Медиацентре».

– Проанонсируйте, пожалуйста, самые интересные молодёж-

ные мероприятия, события, которые ждут нас весной и летом.

– О событиях, планируемых на лето, говорить рано, так как мы не знаем, будут ли сняты ограничения. С ребятами готовим на конкурс много новых проектов в разных сферах деятельности. Но экологические акции, Весенняя неделя добра, «Чистые игры» и «КВН» точно состоятся.

Софья ВАКАРИНА

Фото из архива Т.Н. Ключник



ДЕЛО ЖИЗНИ

Кто может назвать себя журналистом?

На седьмом Медиафоруме «Артек» проходило множество мастер-классов и необычных встреч с интересными людьми. Один из них – Михаил Баранников, главный редактор газеты «Пионерская правда». Михаил Николаевич тоже артековец, ещё ребёнком он приезжал в детский лагерь «Лесной», а теперь с радостью приезжает сюда снова, чтобы вспомнить детство.

Сначала редактор прогулялся по лагерю вместе с ведущими шоу «Арт-ток», которые расспрашивали его о первой поездке в «Артек». Оказалось, что спустя много лет артековцы из отряда Михаила Николаевича продолжают общаться. Затем в Зале Дружбы состоялась встреча с ребятами.

Первые вопросы, конечно же, касались дня рождения газеты (6 марта «Пионерской правде» исполнилось 96 лет) и будущего 100-летнего юбилея. Михаил Николаевич отметил, что полноценному празднованию всё время «мешает» Международный женский день: «Мы не можем не поздравить с праздником наших девочек, но и о дне рождения газеты не можем не сказать». А по поводу 100-летия сказал, что до него ещё нужно дожить, но, конечно, будет праздник большого масштаба, юбилейный выпуск, и он надеется, что «100-летие будет очень достойное».



– Можно ли сравнивать газету 96 лет назад и газету сейчас?

– Эта газета всегда жила в ногу со временем. Газета меняется так же, как и читатели. Благодаря технологиям она стала цветной, появились новые рубрики. Содержание газеты определяют читатели: что им нравится, то и публикуется.

– В 1925 году газета уже меняла своё название, задумывались ли вновь его изменить?

– Действительно, тогда она называлась «Школьная правда». Над сменой мы задумывались и в

1991 году, когда распался Советский Союз. Мы предлагали ребятам придумать что-то новое, обращались к читателям. Тогда пришло три мешка писем, в них читатели просили не менять название, так как в то время появлялось большое количество газет, с новым названием «Пионерская правда» просто бы потерялась. И наверняка нашёлся бы такой человек, который зарегистрировал бы свою газету под нашим названием, и все читатели ушли бы туда.

– Есть ли какой-то ваш любимый проект в газете?

– Я очень горжусь проектом, который мы уже запустили, – «Страна добрых дел». Он реализуется с использованием Фонда президентских грантов. Мы пытаемся вернуть волонтерское движение в среду подростков, я считаю, это очень важно, ведь доброты становится всё меньше и меньше.

– Как вы получаете деньги с газеты, ведь в ней нет рекламы?

– Рекламы нет по нескольким причинам. Во-первых, это связано с детской аудиторией, это очень тонкий юридический вопрос. Законы о рекламе запрещают побуждать детей просить купить что-то. Подросток сам не может этого сделать, и он вынужден просить у родителей. Во-вторых, «Пионерская правда» – не-

коммерческая организация, и мы не ставим себе цель заработать. А деньги получаем с подписки на газету.

– Как вы думаете, почему люди стали меньше читать газеты?

– Люди стали меньше читать в целом. До момента появления интернета, у человека был единственный источник информации – книга. Раньше у нас была рубрика «Спроси писателя», для того чтобы подростки могли разобраться со сложными жизненными вопросами, мы задавали их писателям. Сейчас всё гораздо легче: в социальных сетях можно найти ответ на любой вопрос и приобрести жизненный опыт от своих сверстников.

Встреча закончилась блиц-опросом для Михаила Николаевича:

– Назовите три важнейших качества для журналиста.

– Правда, компетентность и знания.

– В чём залог успешной статьи?

– Событие, которое произошло, и красиво написанный текст.

– Назовите имя лучшего ав-

тора в вашей газете.

– Все авторы, даже если у кого-то всего одна публикация.

– «Артек» способен воспитать лучших из лучших?

– Здесь этим и занимаются, здесь зажигаются звёзды. Пройдёт время, и в нашей стране появятся лучшие спортсмены, журналисты, математики, физики – кто угодно! «Артек» – кузница звёзд нашей страны.

– Какая самая лучшая газета, на ваш взгляд, в наше время?

– Я патриот своей газеты, я сам на ней вырос, любое издание с которым вы сотрудничаете – лучшее.

– Когда человек может смело назвать себя журналистом?

– Когда у него будет достаточное количество публикаций. Настанет такой момент, когда он достигнет свой первый материал и подумает: «Какую ерунду я написал!». Когда ты можешь сквозь время оценить свои работы, ты – журналист!

Надя БЕЗГОДОВА

Фото К. Смирновой

Прямые телетрансляции
из Детско-юношеского центра –
каждые понедельник и четверг с 17.00 до
20.00. Смотри в группе ДЮЦа на сайте
«ВКонтакте»: https://vk.com/maoudo_duc

БЕГОМ В КИНО!

Собрать осколки Сердца

4 марта на экраны кинотеатров вышел очередной диснеевский мультфильм «Райя и последний дракон» [6+]. Чистая волшебная сказка с хорошим концом, которая заставляет задуматься о порядке вещей и, возможно, пересмотреть свои взгляды на жизнь и взаимоотношения людей.

Действие мультфильма происходит в государстве под названием Кумандра, в котором пять кланов (Коготь, Клык, Хвост, Хребет и Сердце) образуют землю драконов. Однако магические создания давно исчезли, и Кумандру заполнили тёмные силы – друины, превращающие всё в камень. Райя – одинокая воительница, которая должна найти легендарного дракона Сису и спасти свой народ от гибели.

В этой анимации очень хорошо передаются чувства героев. Озвучка помогает нам почувствовать каждый момент полностью, нет лишнего шума, который мог бы отвлекать от просмотра фильма. Кроме того, что мультфильм очень красочный и яркий, он ещё представлен в формате 3D, что позволяет зрителю почувствовать себя в роли героя, понять его эмоции и настроение, владеющее персонажем в тот или иной момент. Этот мультфильм учит людей быть добрее и сплочённые, ведь, чтобы Райя спасла свой народ, нужно договориться с другими странами. Думаю, сюжет направлен в том числе и на осмысление происходящего в современном мире, так как в нём описывается международный конфликт, что близко людям нашего времени. Именно поэтому его будет полезно посмотреть не только детям, но и взрослым.

Сказка прекрасно подходит для семейного просмотра или похода в кино с друзьями.

Полина ПОСПЕЛОВА. Фото из Интернета



ПРООРИЕНТИРУЙСЯ

«Все хотят кушать»

В преддверии юбилея в Молодёжном центре состоялся мастер-класс тренера-диетолога, нутрициолога Дарьи Оливко. Необычное название профессии меня крайне заинтересовало, и я решила узнать о ней больше.

– Дарья, кто такой нутрициолог?

– Нутрициолог – это специалист по питанию, который изучает пищевые вещества и составляющие продуктов. Также человек этой профессии учит людей правильно сочетать продукты, составляет дневной рацион питания с учётом образа жизни человека.

– Где можно учиться, чтобы стать нутрициологом?

– В любой специализированной организации по здоровому питанию. Их очень много в больших городах, таких как Москва, Санкт-Петербург, Екатеринбург и других.

– Где работают нутрициологи?

– Можно работать при спортклубах, в организациях, связанных с правильным питанием,

здоровьем. Человек этой профессии может давать рекомендации по питанию на разных мероприятиях, посвящённых здоровому образу жизни.

– С кем вы работаете?

– В основном я работаю с людьми, имеющими избыточный вес, со спортсменами, которые корректируют своё питание, а также с подростками, у которых есть проблемы с лишним весом и пониманием того, что такое правильное питание.



– Чем интересна эта профессия?

– Лично для меня эта профессия очень важна. Ведь я могу помочь людям решить проблемы с ожирением, научить их сбалансированно питаться и с помощью этого решать ещё многие проблемы со здоровьем и принятием себя. Наша задача как специалистов – научить людей анализировать и выбирать продукты питания с максимальной пользой для организма.

– Люди какого возраста чаще всего приходят к вам на консультацию?

– Возрастная категория, с которой я работаю, – от 25 до 55 лет. Разброс в цифрах довольно большой, ведь все хотят кушать, но при этом быть подтянутыми. И, для того чтобы решить этот вопрос, я учу людей, как можно питаться вкусно и полезно, при этом оставаясь в стройном теле и хорошей физической форме.

Рая ШИБАНОВА

Фото из архива Д. Оливко

ТЕАТР+Я

Несломленная Айседора

Арт-объединение «Ключ» из Северодвинской гимназии №14 каждый год радует зрителей новыми спектаклями, и этот год не исключение. На 27-м городском фестивале «Мы выбираем театр» этот творческий коллектив представил спектакль «Исповедь Айседоры» по мотивам пьесы Зиновиа Сагалова «Три жизни Айседоры Дункан» и книги самой Айседоры «Моя исповедь». 145-летие со дня рождения знаменитой танцовщицы начала XX века будет отмечаться в следующем году, в честь этого и была задумана постановка.

Айседора Дункан – женщина с непростой судьбой. Она была новатором, революционером в мире танца, но в то же время её вдохновляла Античность. Всю жизнь она посвятила воплощению своих творческих идеалов.

Под музыку Шопена выходят ведущие (Лада Шергина и Марк Мардер) и сама Айседора (Алёна Шевчук). Они немного рассказывают про танцовщицу, чтобы зритель имел представление, о ком будет спектакль. Всё повествование ведётся от лица Айседоры: она пишет свои мемуары и вспоминает яркие моменты жизни. Она делится своими воспоминаниями – о детстве, о любви, ярких спорах об искусстве, о радостях и трагедиях. В жизни Айседоры Дункан было несколько мужчин, они были талантливы, но считали себя выше неё, хотели поставить танцовщицу на место, сделать домохозяйкой. Но даже гибель собственных детей не смогла сломить характер Айседоры.

Режиссёр спектакля Марина Ильинична Венгерович рассказала мне, что идея спектакля зародилась около двух лет назад, но воплотилась только сейчас. Нужна была актриса с хорошей пластикой. На эту роль как раз подошла Алёна Шевчук – она много лет занималась танцами. Роль Айседоры – первая главная роль девочки, вот что она говорит об

этом: «Не могу сказать, что мне было трудно. У нас было много репетиций, и мы могли хорошо проработать все сцены. Чтобы вжиться в роль, мы смотрели балет «Айседора» Майи Плисецкой, потому что оригинальных видео с танцами Дункан очень мало. Мне понравилось то, что это история женщины, про её сильный характер. Её мужчины пытались уговорить оставить своё искусство, но у них ничего не получалось, потому что танец Айседоре был необходим как воздух».

Жанр спектакля – монодрама. Но играет не один актёр, а четверо. Только у Айседоры одна несменяемая роль, другие актёры играли разнохарактерных персонажей. Например, Марк Мардер из ведущего превратился в отца Айседоры, а затем в Крэга и Зингера. И при этом каждая роль была преподнесена по-разному. Переволнения актёров происходили плавно, не возникало диссонанса. Ещё одна особенность спектакля в том, что главные роли исполняют две сестры: Алёна и Ульяна Шевчук. Если Алёна играет роль взрослой Айседоры, то Ульяна – танцовщицу в детстве, а потом ещё роль последовательницы Дункан, сохранившей дух свободного танца.

Декораций на сцене немного, я думаю, что больше и не нужно. Это

стиль, покрытые тканью, стул и стол с фотографиями и книгой, в которую Айседора записывала свои воспоминания. Возможно, кому-то покажется, что нужно больше декораций, но я так не считаю. Для меня гораздо важнее актёрская игра. На ширмах также прикреплены рисунки Гордона Грэга. У него тоже свой новый взгляд на искусство.

На протяжении спектакля играли мелодии Шопена, Глюка, Равеля. Музыка помогает лучше понять состояние героев. Одна из ярких частей постановки – танец «Марсельеза». Его Айседора посвящает новой, послереволюционной России и танцует его с красным палантином.

В спектакле не рассказывается про Сергея Есенина – мужа Дункан. Она не успела написать главу про особую часть своей жизни – поездку в Советский Союз и встречу с поэтом. Что побудило её выйти за него замуж? Воспоминаний самой героини об этом нет, да и это уже совсем другая история...

Мне кажется, этот спектакль будет интересен и школьникам, и взрослым. Это история нового свободного танца через историю человека с сильным, самобытным характером.

Мила КАРПОВА

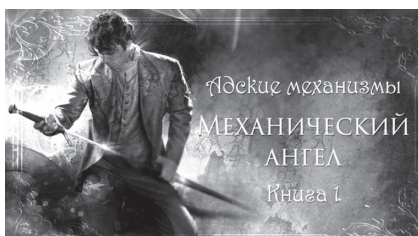
Фото из Интернета



КНИЖКА НА ПОЛКУ

Мы – прах и тень

Он думал о себе и о звёздах,
О том, кой чёрт зажжёт
в какой-то день их,
О людях,
О великих городах,
О войнах, о больших
землетрясениях...
(Лорд Байрон «Дон Жуан»)



Книга «Механический Ангел» [16+] Кассандры Клэр полна подобных стихотворных отрывков. Строки великих авторов есть в начале каждой главы. Они сопровождают читателя на протяжении всей книги. Неудивительно, ведь главная героиня Тереза Грэй – заядлый книголюб, знаток высокой литературы. Книги для неё – лекарство от любой боли.

Действия романа разворачиваются в 19 веке. Молодая американка не так давно потеряла своего близкого человека – тётю Генриетту и, не выдержав одиночества, тягот и невзгод жизни, Тереза, или Тесс, как её называет автор, отправляется в Лондон к последнему родному человеку – своему брату Натаниэлю. Однако вместо него в порту она встречает двух дам – Мисс Дарк и Мисс Блэк или Тёмных сестёр, которых якобы послал её брат. Попавшись на эту детскую уловку, она потом несколько месяцев проведёт взаперти в жутком поместье Тёмных сестёр и только мерное тиканье маленького механического ангела на её груди будет греть душу.

Какое-то время спустя, после нескольких месяцев странных поручений от Тёмных сестёр, которые приказывали ей превращаться в разных людей, обычная девушка обнаруживает в себе необычную способность: если Тесс брала в руки личную вещь чело-

века, то при желании была способна не только стать этим человеком физически, но и почувствовать его эмоции, увидеть его мысли. Спустя ещё несколько дней таких превращений Тёмные сестры заявили, что она готова и время пришло. От прислуги девушка узнаёт, что за ней в скором времени должен приехать некий Магистр, чтобы на ней жениться!

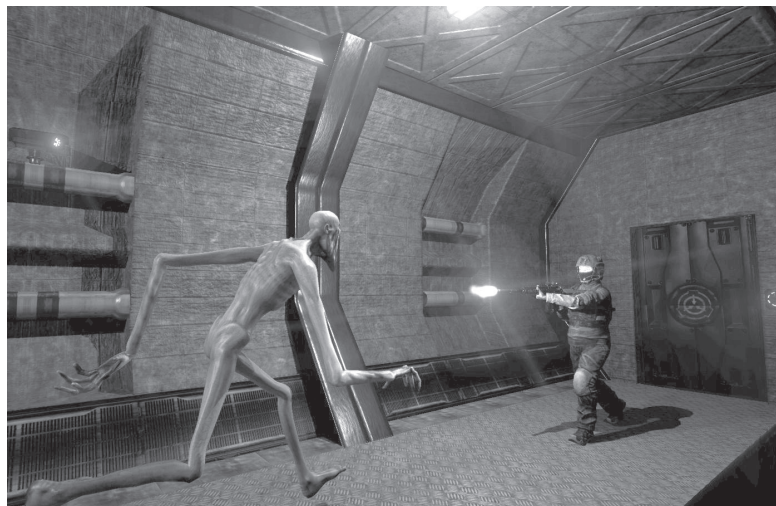
Будущая перспектива стать женой неизвестного и, вероятно, быть постоянно окружённой подобной чертовщиной не радовала Тесс. Спасение пришло буквально с неба. Подобно сказочному принцу из плена Тёмных сестёр её спас... молодой нефелин! Тот, в чьих жилах течёт кровь ангелов напополам с человеческой. И вскоре измученная Тесс всё равно оказывается в мире магии и сказочной нечисти. Уильям Херондэйл отводит пострадавшую при побеге Тесс в Академию – дом для других нефелинов, где девушка снова оказывается втянутой в сказочную авантюру. Однако, среди всего этого безумия главной целью Терезы Грэй остаётся найти брата и выяснить, каким образом Натаниэль оказался влутанным в эту фантастическую историю.

Заинтересовало? Тогда запомни: «Механический ангел», Кассандра Клэр. Если ты любишь фантастику с нотками детектива, эта книга для тебя!

Евгений СУВОРОВ. Фото из Интернета

В СЕТИ

Новости секретной Лаборатории



В прошлом году было много релизов ожидаемых игр и ни пунктом меньше анонсов на этот и следующие годы. Но это относится к большим компаниям. А что насчёт других?

Компания "North Wood", известная по игре "SCP: Secret Laboratory" в начале этого года анонсировала новое крупное обновление для своей игры. В списке обновлений есть «оружие», «инвентарь», «отряды MTF» (опергруппа) и "Chaos Insurgency" (повстанцы Хаоса). Давайте остановимся подробнее на каждом пункте.

Стало известно, что в игре будут заменены прицелы на ору-

жии. В одном из роликов разработчики показали их механику. Также некоторые виды оружия будут заменены или удалены из игры. Например, винтовка Epsilon-11AR, возможно, будет заменена на современную штурмовую винтовку АК-12, а Project 90 (P90) будет удалён и заменён на другой аналог ПП. Изменения затронут и пистолеты. Также будет изменена механика стрельбы.

Следующий пункт – это «тесла-ворота». Их механику чуть изменили, и теперь при входе в коридор с воротами сверху будет гореть лампа красного цвета, а ворота будут издавать гу-

дящий звук. Если подойти ближе, то ворота произведут сильный разряд по всей площади и на короткий промежуток времени отключатся.

Далее у нас идёт «инвентарь». В игру добавили функцию сортировки предметов в нём и возможность «выкидывать» предметы посредством перетаскивания их из круга слотов.

В Chaos Insurgency, как и в MTF, добавят подклассы с разным типом вооружения. Для MTF, Security Guard (охрана комплекса) и Chaos Insurgency будут добавлены бронжилеты различных типов, которые будут защищать человека по-разному. Их можно будет снять с персонажа посредством «выкидывания» их из его инвентаря. Также их могут надеть представители других классов – «научные сотрудники» и «сотрудники класса D». Каждый вид брони будет защищать человека от различного огнестрельного и взрывного оружия.

Ко всему вышеперечисленному, в списке изменений есть большой перечень изменений игровых нюансов и механик.

Влад АНТУФЬЕВ
Фото – скрин с сайта
store.steampowered.com

НАПРАВЛЕНИЯ

«Пламя» и «одуванчики»

6 апреля в Молодёжном центре было организовано «Патриотическое пространство». В этот день желающие могли пострелять в электронном лазерном тире вместе с «ЮНАРМИЕЙ», попробовать работать на улице с металлоискателями вместе с объединением поисковых отрядов «ЗА РОДИНУ», узнать, как попасть в ряды дружинников и полицейских, а также познакомиться со стрелковым вооружением и парашютно-десантным снаряжением военных сил РФ вместе с Союзом десантников Северодвинска. На последнем мероприятии я и побывала.

Представители Союза десантников показали школьникам и педагогам новейшее оружие страны, к примеру, гранатомет АГС-17 («Пламя»), а также такие легенды, как АК-47 (Автомат Калашникова), РПГ-7 – советский гранатомет, что предназначен был для борьбы с танками, и парашют Д-6, что в народе ласково называют «одуванчиком». Присутствующим на мероприятии рассказали, где, в каких условиях и как применяется или применялось то или иное оружие, после чего разрешили рассмотреть его и даже «примерить».

Посетители МЦ в этот день ушли полными впечатлений, новых знаний и с красивыми фотографиями. И теперь, увидев всю силу отечественной обороны, можно смело сказать: «Страна может спать спокойно».

Алеся ХАРИТОНОВА. Фото автора



ЕСТЬ ВОПРОСЫ

«Знаменитость – бесплатное приложение к профессии актёра»

Актёр, сценарист, режиссёр, монтажёр, музыкант, поэт и продюсер – все эти профессии сочетаются в одном человеке. Егор Сальников – участник таких телепроектов, как «Даёшь молодёжь» и «Друзья друзей». Из них мы можем узнать о жизни простых студентов. К его режиссёрским работам относится фильм «Смотри как я». Он рассказывает о девушке Оле из детского дома и слепом парне Максиме, решившим уехать на море. В один из дней Международного фестиваля журналистики и экранного творчества «Волга-Юнпресс» в г. Тольятти я решила поговорить с Егором о его творческой профессии.

– Егор, известно, что вы работали в театрах Станиславского, Булгакова, в Политеатре и в Самом Доброем Театре. Чем вы занимаетесь сейчас?

– На данный момент у меня есть спектакли в нескольких театрах. Например, в театре Булгакова идёт спектакль «Будь здоров, школяр», который мы с друзьями играем уже 15 лет, там же – «Алиса в стране чудес», «Дьяволиада» по Булгакову. Есть ещё один проект-долгожитель – «Легенда о драконах», он идёт в творческой лаборатории «Куклаб». И вот сейчас я выпускаю спектакль, который надо смотреть с закрытыми глазами, называется «Мой папа». Его суть заключается в том, что мы приглашаем всех как будто на день рождения папы. Зри-



тели в фойе надевают колпачки, пьют газировку, потом всем надевают маски на глаза и паровозиком, по три человека в вагончике, ведут в зрительный зал. Маски снимать нельзя. Спектакль идёт в полутьме. Его можно вообразить, понюхать, покусать, услышать и даже потрогать, но не увидеть. Мы с коллегами ещё десять лет назад придумали этот проект – спектакль для интернатов, где слабовидящие и слепые дети учатся. После этого выпустили уже постановок 5–6 такого плана, вот мой седьмой.

– А как вы выбрали профессию актёра?

– Изначально я хотел стать водителем белаза, но с семи лет

профессионально работал актёром в театре. За это время я видел много старых талантливых и неталантливых артистов и понимал их тяжёлую судьбу. Помню, был такой замечательный человек – Павел Шальнов. Он приносил из дома яйца и кушал их в перерывах, то есть, отыграв главную роль, он садился и безмятежно потихоньку отделявал скорлупку, посыпая яйцо солью. Это было очень трогательно и давало представление об актёрской профессии.

– Какая самая неприятная сторона вашей профессии?

– Самое неприятное – поиск работы. Как говорит актёр Сергей Бурунов, «ты иногда действительно ходишь вокруг телефона и смотришь на него с мыслями: ну позвони, позвони уже, ну предложи мне работу». Трудно ждать, когда ты нетерпеливый. Но я работаю в театре, поэтому у меня всегда есть какая-то актёрская работа. Когда её мало, то появляются другие проекты, где я, например, сценарист или режиссёр.

А ещё, если ты актёр, сложно воспринимать критику. Но надо через всё это проходить, в любом случае. Это больно, иногда невыносимо, но всё равно стараешься ради результата. Потом очень круто выходить на сцену. Этот «наркотик» перекрывает все неприятности и неудачи.

– С какими трудностями вы сталкиваетесь ежедневно?

– Каждый день актёра прохо-

дит по-разному. Могу рассказать про работу актёра в студенческом фильме. Это значит, что ты едешь на своей собственной машине и везёшь ещё половину съёмочной группы. Потом тебя заставляют с камерой в руках бегать по мокрому лесу. Ты проваливаешься по колено в снег, но при этом бежишь и играешь. Потом тебе дают чай в прохладившемся термосе, поэтому он давно уже остыл... Сложными для меня, например, были съёмки в фильме «Ялта-45». В этой кинокартине я играл солдата срок пятого года. Я приехал в Крым, был конец зимы. Меня привезли на съёмочную площадку, дали одежду, которую долго «фактурили» и грязнили. Я был настолько неотделим от своего героя, когда входил в кадр, что даже не помню, сколько длились съёмки – может, три часа, может, пять минут. Там вокруг всё взрывалось, падали вышки и что-то горело.

А работа театрального актёра проходит так: ты приходишь вовремя, но все коллеги твои опаздывают. Наконец-то заходит режиссёр с большим количеством идей, причём многое из того, что он говорил вчера, он уже забыл или поменял. Через 15 минут начинается репетиция, но никто не знает текст. Уже вечером у тебя спектакль. Мы проходим бой на шпагах, так как он есть в сценарии, и репетируем танец. И вот за полчаса до постановки я переодеваюсь. Выхожу в помещение, где актёры отдыхают, там я пытаюсь представить своего персонажа (так было раньше, а сейчас я прихожу туда посмеяться и рассказать анекдоты, как делают и остальные). Вот и время выступать. Поначалу всё идёт хорошо, а в конце уже выходишь на сцену как выжатый лимон, вспотевший и потерявший там килограмма два. Но зрители обычно награждают тебя бурными аплодисментами за твои муки и страдания.

– Как вы считаете, популярность – это плюс или минус?

– Популярность – это, конечно, плюс. Я думаю, в моём случае это придаёт уверенности в себе, потому что актёру очень легко растерять веру в свои силы. Чаще всего это заканчивается тем, что человек уходит из профессии. Среди тридцати выпускников вуза в театральное искусство идут человек пять, иногда ни одного. Ты как актёр самолюбив, тебе нужно постоянно подпитывать свою самоуверенность, и популярность тебе в этом помогает. Например, у тебя тяжёлый день, ничего не получается на сцене, ты выходишь на улицу, а к тебе подходят фанаты и просят сфотографироваться. От таких случаев ты чувствуешь себя получше. Зацикливаться на популярности тоже нельзя. Надо максимально работать. Знаменитость – это небольшое бесплатное приложение к профессии актёра.

Валерия ЦАРЬКОВА
Фото автора

ПОЛЁТ ФАНТАЗИИ

Ближе к звёздам

Людей во все времена интересовал вопрос, а существует ли вообще жизнь на других планетах. Как-то видел один отрывок из «человеческого» фильма: «Есть ли жизнь на Марсе, нет ли жизни на Марсе – это науке пока не известно. Наука пока не в курсе дела... И пока они там, на своей маленькой Земле, сидят и размышляют над этим вопросом, я могу с уверенностью сказать. Есть! Но кто же им сказал, что она обязательно на Марсе?»

Моё имя – Герман Алонсо, я родился и вырос на прекрасной звезде Альтаир, которая за последние годы круто поменялась. Раньше это был главный военный центр Галактики. Море заводов, повсюду солдаты, из кружков в школах – только патриотические. Дисциплина, дисциплина и ещё раз дисциплина. Ты либо выживаешь в условиях постоянных тренировок, либо оказываешься жертвой травли местных ребятшек, которые, избивая тебя ногами по почкам, кричат, что место таким, как ты, – неженкам и нюням – на Солнце. А взрослые, узнав твоё стремление попасть в столицу, тяжело вздыхают и отправляют садиться обратно за уроки. Ведь это лучше, чем мечтать о несбыточном.

Жертвой всеобщей травли я не был никогда, главным хулиганом тоже, в принципе, как и тем, кто тщето надеялся с родины уехать куда-то подальше. Это ведь действительно было невозможно, в наших реалиях фраза «Где родился, там и пригодился» не просто обретала смысл, а становилась заповедью. Попасть жить на другую звезду было чем-то из разряда фантастики. И неважно, куда ты там хочешь – на Солнце или на Сириус. Без шансов. Правительство Галактики предприняло абсолютно всё, чтобы мы, её жители, не стекались куда-то в

центр как ужаленные, а пахали как положено – на родной звезде. Поэтому каждая из «стран» у нас имеет свой язык, и знают его только её жители, ну и такие, как я, – капитаны звездолётов. Тут мне повезло.

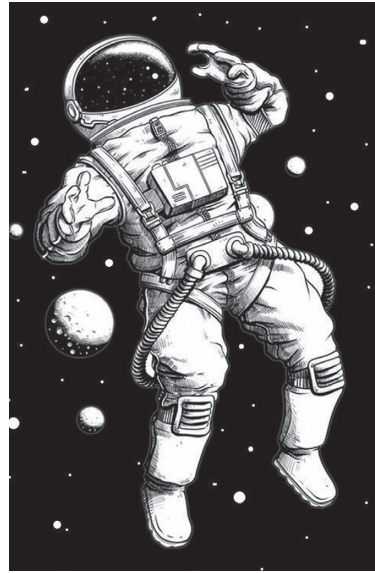
Меня всегда интересовала жизнь других людей, поэтому с детства я определился с профессией и упорно шёл к своей мечте. Жить на других звёздах у меня, конечно бы, не вышло, но частые командировки, военные вылеты так или иначе спасали от постоянного наблюдения за ужасом, что творился на родине. Власти всячески пытались замаять это, и ни на одной звезде никто не знал о том, что на Альтаире идёт гражданская война. Правительство из «центра» периодически поставляло помощь тем, кто был на «правильной» стороне – той, что защищала власть. А обычных гражданских, что всячески боролись с такой несправедливостью и пытались добиться права жить там, где хочется, и быть теми, кем хочется, а не обязательно военными или работягами на оружейном заводе, только потому, что родились на такой звезде, Солнце всячески пыталось устранить. И дабы даже не сталкиваться с этим ужасом, я, как только учёба на капитана закончилась, отправился на службу, даже не оглядываясь в сторону своих соратников, чтобы не знать, кто из них пошёл на защиту родных, а кто вступил в армию правительства, в стремлении получить большее жалованье.

Так я и начал своё путешествие по звёздам. Новое место, новый язык, новые исписанные страницы в блокноте для нужных по службе записей. Конечно, книги с языком каждой звезды хранились в специальных библиотеках, под строгим запретом, читать их можно было лишь профессорам,

что составляли учебники для ребятшек в школе. Такие же блокноты, как у меня, вести было совершенно запрещено, но нас, капитанов и остальных военных, что так или иначе сталкивались с общением с людьми других звёзд, это мало останавливало. Кое-как мы пытались отобразить нужные выражения, не зная даже алфавита страны и записывая всё сочетанием букв, что были нам знакомы. Да и так как я просто поставил на корабле с командой оружие, там не было чего-то сверхъестественного. Только рабочие фразы по типу «Ту коробку разгрузите», «Да, всё это – патроны», «Нет, ими лучше не пользоваться сейчас» и «Ну я же говорил, что лучше не пользоваться». И так на языках почти каждой звезды, на которой я имел честь побывать.

И вы спросите, в чём интерес моей работы, ведь каждый день одно и то же. Скорый завтрак в каюте, душ, зарядка – и за руль управления. Вперёд, к новым звёздам. И всё это даже не с целью попутешествовать. Сплошная рутина. Но так может думать только тот, кто космосе никогда не был. Кто не бороздил бесконечные просторы на огромном корабле и не смеялся, утешая первогодок, что все сжимались при посадке на звезду, ведь, «Как это мы не стоим? Тут же сплошное пламя!». Мало кто, даже из живущих в нашей Галактике знает, что высокие температуры и всё вот это создано было, чтобы отпугнуть людей, что живут на Земле. Те, как варвары, разрушали всё вокруг.

Я видел их. Видел этих людей. Это было очень давно, ещё в раннем детстве, когда нас повели в музей, посвящённый космонавтике. На стенах висели портреты первых правителей звёзд и карта Галактики, на которой была отмечена каждая звезда, а если её



коснуться в том или ином месте, умная система, что была встроена в карту, сразу оглашала название звезды и то, чем она знаменита. К примеру, Регул – звезда, на которой жили и работали учёные. На Касторе было развито сельское хозяйство. Сириус – звезда культурного назначения, сплошные театры, библиотеки. И неудивительно. Там рождались и жили наши известные поэты и писатели. Только об одной звезде нам было известно лишь название. Загадочный Мицар. Из редких и тихих ночных разговоров родителей, таких, чтобы не услышали соседи и не доложили «куда надо», я в своё время узнал, что там однажды, как сейчас на моей родине, вспыхнуло восстание. Да такое, что за ним потянулись все «страны», и правительство пошло в атаку. За один день всё живое было стёрто с лица звезды, а от неё самой осталось только название и тысячи сказок и догадок, что же там было такого, что глава Галактики пошёл на такой шаг.

И среди всех этих картин, среди полок, на которых лежали образцы поверхностей разнообразных открытых нами планет, кра-

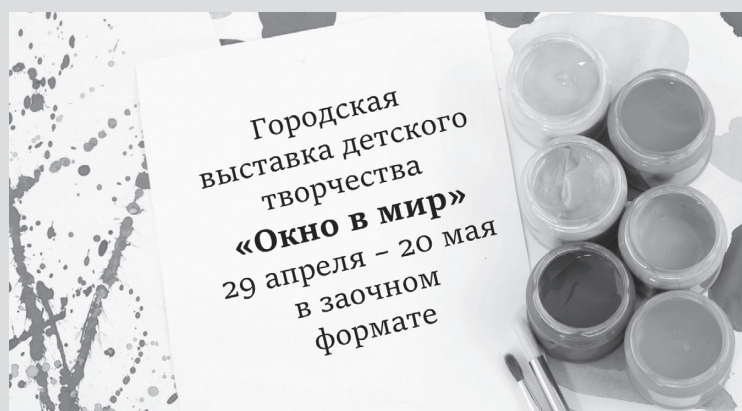
совался снимок мужчины с яркой подписью «ПЕРВЫЙ ЧЕЛОВЕК В КОСМОСЕ». Улыбка во все 32, добродушные глаза... Он ничем не отличался от нас, жителей звёзд. Вот только он, как, видимо, и все люди, входил в число «особо опасных». Тех, с кем нам явно лучше не контактировать. Нам говорили, что люди глупы, ведь, в то время как наш народ успел сделать столько открытий, они ещё находятся на той же стадии развития, что и мы тысячи лет тому назад. Нам говорили, что они жадны и тщеславны, а поэтому особо опасны... Но... Тут вдруг острая мысль пронзила меня. Я подумал о том, о чём никогда бы раньше... да-да, о союзе землян с жителями Солнца. Они ведь уверены, что на других звёздах народ вообще не имеет собственного языка, культуры и права на голос. Ведь кто они – властители Галактики, а кто мы – обычные рабочие, что снабжают их оружием, продовольствием и прочими благами жизни. Да и в мире нет более развитой цивилизации, что живёт на их звезде да ещё на Сириусе. Почему я раньше не думал об этом?

Нет... не хочу сомневаться. Всё-таки люди намного опаснее. Мы же – народ мирный, и нам легче было закрыться от всех неприступным куполом, нежели потом думать, что делать с этими враждующими букашками...

Несмотря на всё это – на все войны, ссоры и конфликты, я люблю космос и всегда любил его. И нет для меня ничего роднее и лучше, чем звук запускающегося двигателя, этого шутливого «Поехали!» второго капитана и рёва мотора, когда мы рывком преодолеваем тысячи километров и оказываемся в открытом бесконечном пространстве...

Алеся ХАРИТОНОВА
Рисунок из Интернета

НАША РЕКЛАМА



Городская выставка детского творчества «Окно в мир» 29 апреля – 20 мая в заочном формате

На выставку принимаются работы изобразительного, декоративно-прикладного творчества на темы «Планета друзей», «Мир увлечений». Возраст участников: 7–18 лет.

Завоз экспонатов: 23.04 с 11.00 до 18.00, 26.04 с 12.00 до 18.00.

Открытие выставки: 29.04 в 16.00, закрытие: 20.05 в 16.00.

Адрес: пр. Труда, д. 54, ДЮЦ, выставочный зал.

Виртуальная фотогалерея творческих работ будет представлена на официальном сайте МАОУДО ДЮЦ: <http://sevskduc.ru> и в социальной сети «ВКонтакте»: https://vk.com/maoudo_duc.

Подведение итогов состоится 20 мая 2021 года на официальном сайте МАОУДО ДЮЦ.

Справки по телефону 8(8184) 54-31-30.

АРТ-ПОХОД

Из старого кимоно

Кинусайга – лоскутная аппликация, появившаяся в Японии. Там она создаётся из ткани старых кимоно. Японцы настолько мастерски соединяют разнородные лоскуты, что получается реалистичная картина. Чаще всего изображают пейзажи, части домов и цветы. Такая техника рукоделия сильно завораживает, и желающих научиться создавать японское панно всегда много.

Екатерина Сергеевна Багрецова – педагог дополнительного образования Емецкой средней школы. Она занимается с учениками декоративно-прикладным творчеством и рисованием. На областную выставку «Творенье рук – души творенье» в ДЮЦе мастерица прислала свои работы, выполненные в технике кинусайги, где я их и увидела. Одна из её картин называется «Аджамбо» (на фото).

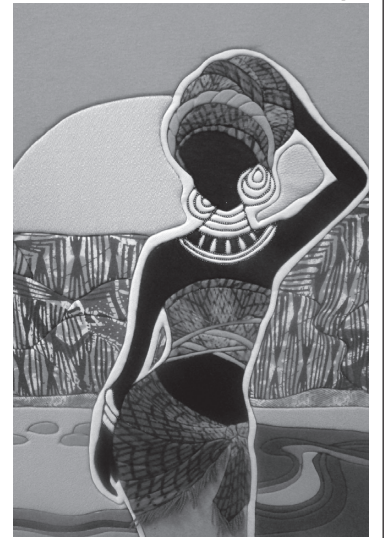
Екатерина Сергеевна расска-

зала, как создать такую лоскутную аппликацию. Для основы нужно взять пеноплекс нужного размера, карандашом нанести рисунок, сделать разметку для рамки картины. Прорезать канцелярским ножом по контуру рисунок и рамку, углубляясь на 2–3 мм. Для рамки разметку делают и с изнаночной стороны работы. После начинают оформлять рисунок тканью: накладывают на фрагмент рисунка лоскутный материал и при помощи металлической пилочки для ногтей аккуратно по периметру заправляют его в прорези. Лишнюю ткань срезают ножницами, оставляя 2–3 мм, затем заправляют её при помощи пилочки по контуру. И так закрываются лоскутами все части картины, в конце работы аналогично оформляется рамка.

Самое сложное в создании японского панно – это подобрать нужную ткань подходящего оттенка, особенно когда в сюжете используют большое количество цветных

деталей. Часто используют не однотонную материю, а с рисунком – это делает картины более интересными и привлекательными.

Екатерина ТОНКОВСКАЯ
Фото автора



Издание зарегистрировано в Реестре школьной прессы России. RSPR: 90-02907-Г-01 С «ВОРОБЕЙ» ВОЗИЛИСЬ: юнкоры школы-студии журналистики «Контакт» МАОУДО ДЮЦ. Ответственный за выпуск – Полина ПОСПЕЛОВА. Вёрстка Леры ЦАРЬКОВОЙ. Главный редактор Л.Н. МАСЛЕННИКОВА. Руководитель студии А.И. МАЛЮТИН. Газета распространяется бесплатно по школам города, а также в розницу по свободной цене.



Газета издаётся с 29 ноября 1994 года. Зарегистрирована Комитетом РФ по печати 17.10.96 г. Регистрационный № 015266. Перерегистрирована Беломорским управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия 18.04.05 г. Регистрационный № ПИ ФС 3-0071. Учредитель – Администрация Северодвинска. Адрес редакции, издателя: 164500, Архангельская обл., г.Северодвинск, пр.Труда, д. 54, ДЮЦ, каб.314. Тел. 89115615243. E-mail: lara_m_11@mail.ru.