



ЯНВАРЬ 2018

Профессии

Ландшафтный дизайнер

Если у вас есть дача, то, конечно же, вы задумывались о том, в каком месте участка можно посадить дерево, построить дом или теплицу. Ландшафтный дизайн намного сложнее. Ведь помимо небольших участков часто планируются целые городские кварталы и поселения.

На каких специальностях учиться

Для того чтобы стать квалифицированным и дипломированным специалистом в сфере ландшафтного дизайна, следует выбирать такие специальности:

Эскиз участка.

Архитектура.

Дизайн архитектурной среды.

Дизайн.

Ландшафтный дизайн.

Садово-парковое и ландшафтное строительство.

Где учиться

Для получения образования можно выбрать практически любой вуз, в котором вы найдете одну из необходимых специальностей. Самыми престижными считаются:

Московский социально-педагогический институт.

Московский государственный университет леса.

РГУ им. А.Н. Косыгина

Московская сельскохозяйственная академия им. К.А. Тимирязева.

Колледж ландшафтного дизайна №18 (Москва).

Востребованность

Профессия ландшафтного дизайнера востребована в наши дни. Она стремительно развивается, а спрос на такие услуги только растет. Ведь модные тенденции диктуют жизнь в загородном доме, а какой же особняк без красивой территории вокруг.

Заработная плата

Свыше 50000 руб.



В январе в России отмечается 89 праздников из них 13 международных и 12 профессиональных. Список праздников января подскажет о знаменательных событиях месяца, памятных датах, профессиональных днях представителей различных сфер деятельности.

В январе в России отмечается 89 праздников из них 13 международных и 12 профессиональных. Список праздников января подскажет о знаменательных событиях месяца, памятных датах, профессиональных днях представителей различных сфер деятельности.

Наиболее важные даты января:

Рождественский Сочельник - 6 января, Рождество Христово -7 января,

В христианской церкви во II-IV веках Рождество отмечалось 6 января. Праздник назывался Богоявлением и был связан с Крещением Господним. В IV веке празднование Рождества было перенесено на 25 декабря. После перехода в 1918 году с юлианского на григорианский календарь православная церковь начала отмечать его 7 января.



День студента - 25 января

Дата подписания документа об открытии Московского университета самой императрицей Елизаветой припала именно на 25 января, так как это был день имени матери Шувалова (он то и подал прошение об открытии университета). Позже святую Татиану стали считать покровительницей всего российского студенчества.



Творчество гимназии – Аничкина Александра Владимировна.



**Каркасная кукла из полимерной глины
высотой 50 см.**



Как вести здоровый образ жизни?

Соблюдая эти простые принципы Вы будете здоровы во всех смыслах этого слова

1. Всегда хорошо высыпайтесь.

Здоровый и своевременный сон — это прекрасное настроение и заряд на целый день!

— обычный взрослый человек должен спать около 7 часов в сутки;

— наиболее благоприятное время для сна - до полуночи;

— всегда перед сном проветривайте свою комнату;

— там, где Вы спите, не должно быть ни слишком твердо, но и не очень мягко;

— нельзя есть перед сном: это очень плохо влияет на пищеварение, что в последствии приведет к избыточному весу и ряду заболеваний ;

— никогда не повредит перед сном теплая расслабляющая ванна;

2. Зарядка!

Здоровый образ жизни невозможен без утренней разминки или зарядки, которая подготовит наш организм к работоспособному состоянию, снимет сонливость и вялость, приподнимет настроение. Упражнения для утренней зарядки нужно подобрать с упором на гибкость, подвижность и правильное дыхание. Делайте зарядку плавно, никуда не спеша.

3. Режим питания!

Если Вы решились вести правильный образ жизни то Вы должны соблюдать режим питания.

— количество приемов еды в течение дня не должно превышать 3-4 раза, с промежутками около 4 часов;

— кушайте каждый день в одно время и не забывайте о последнем приеме пищи за 2 часа до сна;

4. Избавьтесь от лишнего веса.

Лишние килограммы и *здоровый образ жизни вещи* несовместимые. Лишний вес приведет Вас к тяжелым заболеваниям

сердца , легких, кровеносной системы, желудочно-кишечного тракта и позвоночника.

Лишний вес попадает не только под кожу, но и на внутренние органы. Не занимайтесь самодеятельностью и не сидите по неделе на разных диетах, гораздо эффективней и безопасней для вашего здоровья будет сходить к диетологу, который и сделает для Вас правильную диету.

5. Откажитесь от вредных привычек.

От вредных привычек отказаться всегда очень тяжело, но, к сожалению, здоровый жизни и

вредные привычки просто не совместимы. Курение, алкоголь и наркотики приводят к мучительной смерти, создавая иллюзию счастья. Это очень большая проблема в наше время, поэтому очень важно отстраниться от этого вируса 21 века и показать хороший пример для подрастающего поколения!

6. Умейте управлять своими эмоциями и бороться со стрессом.

Необходимо брать жизнь в свои руки, а не поддаваться обстоятельствам и плыть по течению. Необходимо понять, что события, которые с нами происходят, - следствие наших мыслей и действий. Вы не должны расстраиваться из-за плохого финансового положения, предательства друга или увольнения с работы — посмотрите на вещи с другой стороны, сделайте выводы и идите вперед к новым победам. Отрицательные эмоции не только ухудшают уверенность в себе, но и ведут к болезням, постоянным стрессам.

ВЫСТАВКА «СТАВКИ НА ГЛАСНОСТЬ. АУКЦИОН “СОТБИС” В МОСКВЕ, 1988» В МУЗЕЕ СОВРЕМЕННОГО ИСКУССТВА «ГАРАЖ»

23.01.2018 – 28.02.2018

7 июля 1988 года в Москве, в «Совинцентре» (Центре международной торговли), прошел аукцион «Сотбис», ставший самым неоднозначным событием в художественной жизни позднего СССР. По инициативе талантливого аукциониста Sotheby's Симона де Пюри на продажу было выставлено более сотни произведений русского авангарда и работ признанных и неофициальных советских художников. Аукцион привлек коллекционеров из разных стран и стал предметом обсуждения среди интеллигенции и скептически настроенных художников, чьи работы не были выставлены на торги.

На выставке представлены видеозапись торгов; выдержки из интервью с организаторами и художниками-участниками аукциона; VR-инсталляция, которая позволит посетителям стать свидетелями торгов; архивные материалы, демонстрирующие противоречивое отношение к аукциону, сохраняющееся по сей день.

Аукцион Sotheby's ознаменовал изменение советского политического ландшафта и стал последней международной культурной инициативой эпохи перестройки, которая потребовала одобрения советского правительства. Он также оказался одним из самых успешных торговых обменов в советской культуре, изменившим позицию Союза художников и других официальных институтов, подведомственных Министерству культуры, которые быстро осознали выгоды, которые сулит интерес Запада к неофициальному искусству — интерес,

способный стать одним из источников притока иностранной валюты.

Однако рекордные цены, установленные на аукционе и заставшие советский и западный арт-мир врасплох, не выдержали распада Советского Союза и рухнули вместе с ним. Вместе с тем «Русский “Сотбис”» привнес в искусство дух конкуренции и вызвал новую волну эмиграции среди художников, стремившихся воспользоваться активным международным вниманием, которое было порождено аукционом. Со временем торги обрели мифический ореол, о котором писатель Эндрю Солонмон сказал: «...об этом событии так много говорили, что в последующие годы критики, кураторы, коллекционеры и художники чего только не ставили аукционному дому в заслугу: он-де открыл одно направление, изобрел другое, положил конец третьему».

ФОТОВЫСТАВКА «ПЕРВОЗДА ДОМЕ ХУ

ЦЕНТРАЛЬНОМ

.02.2018

V Общероссийский фестиваль природы «Первозданная Россия» будет проходить в Москве в Центральном доме художника с 26 января по 25 февраля 2018 года.


«Первозданная Россия» — один из самых масштабных и интересных фестивалей, посвященный природе России. Ставшее уже традиционным мероприятие собирает всех ценителей красоты родной природы.

В 2017 Общероссийский фестиваль природы «Первозданная Россия» в четвертый раз получил грант Президента Российской Федерации.

Этот яркий выставочный проект стал также авторитетной площадкой для обмена опытом у экспертов в сферах фотоискусства, охраны природы, экотуризма.

В этом году экспозиция фестиваля отечественной природной фотографии. Среди работ признанных мастеров разместятся 30 лучших кадров, сделанных юными участниками Всероссийского конкурса юных фотографов «Первозданная Россия», который проводился Российским движением школьников.

Кинопрограмма фестиваля представляет лучшие российские документальные и анимационные фильмы о природе. Известные российские путешественники, ученые, режиссеры документального кино, отечественные и зарубежные фотохудожники расскажут о своей работе, творчестве, проведут мастер-классы.



**ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АКАДЕМИЧЕСКИЙ ТЕАТР ИМЕНИ ЕВГЕН
ВАХТАНГОВА «БЕГ»**

02

Пьеса «Бег» – знаковое для творчества М.А. Булгакова произведение. Е.С. Булгакова вспоминала: «Это была любимая пьеса Михаила Афанасьевича. Он любил эту пьесу, любит ребенка».

Сценическая история пьесы «Бег» была непростой. После запрета в 1928 году ее репертуару МХАТе, вопрос о постановке «Бега» четырежды рассматривался на заседаниях Политбюро. Второго, после «Дней Турбиных», появления белого офицерства на сцене не допустили. При жизни автора пьеса не была поставлена, что «было для М. Булгакова почти катастрофой». Премьера «Бега» состоялась только в 1957 году в Сталинграде.

Продолжительность спектакля: 3 ч. 50 мин.

Подготовка к ЕГЭ

Каждый год процедура проведения единого госэкзамена совершенствуется, и главная проблема на сегодняшний день, считают в Рособрнадзоре, — излишне нервное отношение к ЕГЭ родителей 11-классников, которые, сами того не желая, «накручивают» детей. Когда мы смотрим, какие ошибки ученики совершили на ЕГЭ, мы видим, что среди прочих есть ошибки несуразные, глупые. Не по незнанию или неумению, а ошибки, которых можно было бы избежать. За эти ошибки отвечает как раз психологическая готовность к экзамену.

Какие рекомендации можно дать родителям 11-классников на финишной прямой подготовки к ЕГЭ?

1. Спокойная атмосфера дома и деловое сотрудничество с ребенком

задача родителя в период подготовки к экзаменам — быть носителем здравого смысла. Какие действия могут совершить родители, чтобы помочь ребенку в подготовке к ЕГЭ и одновременно уменьшить тревожность?

1. *Выяснить какие ошибки допускает ребенок в заданиях ЕГЭ по тому или иному*

предмету. Определить области пробелов в знаниях.

2. Помочь ребенку выбрать те блоки учебного материала, на которых нужно сконцентрироваться.
3. Учитывая имеющееся в распоряжении время (4 месяца, или год, или 4 недели), помочь ребенку поставить конкретные, достижимые цели.
4. Помочь ребенку научиться пользоваться своими познавательными ресурсами в условиях стресса и сжатых сроков.

Некоторые полезные приемы для подготовки ученикам

- Перед началом работы нужно сосредоточиться, расслабиться и успокоиться. Расслабленная сосредоточенность гораздо эффективнее, чем напряженное, скованное внимание.
- Заблаговременное ознакомление с правилами и процедурой экзамена снимет эффект неожиданности на экзамене. Тренировка в решении заданий поможет ориентироваться в разных типах заданий, рассчитывать время. С правилами заполнения бланков тоже можно ознакомиться заранее.
- Подготовка к экзамену требует достаточно много времени, но она не должна занимать абсолютно все время. Внимание и концентрация ослабевают, если долго заниматься однообразной работой. Меняйте умственную деятельность на двигательную. Не бойтесь отвлекаться от подготовки на прогулки и любимое хобби, чтобы избежать переутомления, но и не затягивайте перемену! Оптимально делать 10-15 минутные перерывы после 40-50 минут занятий.
- Для активной работы мозга требуется много жидкости, поэтому полезно больше пить простую или минеральную воду, зеленый чай. А о полноценном питании можно прочитать в разделе "Советы родителям" (см. ниже).
- Соблюдайте режим сна и отдыха. При усиленных умственных нагрузках стоит увеличить время сна на час.

Подготовка к экзамену:

Сначала подготовь место для занятий: убери со стола лишние вещи, удобно расположи нужные учебники, пособия, тетради, бумагу, карандаши и т.п.

- Можно ввести в интерьер комнаты желтый и фиолетовый цвета, поскольку они повышают интеллектуальную активность. Для этого бывает достаточно какой-либо картинки в этих тонах или эстампа.
- Составь план занятий. Для начала определи: кто ты - "сова" или "жаворонок", и в зависимости от этого максимально используй утренние или вечерние часы. Составляя

план на каждый день подготовки, необходимо четко определить, что именно сегодня будет изучаться. Не вообще: "немного позанимаюсь", а какие именно разделы и темы.

- Начни с самого трудного, с того раздела, который знаешь хуже всего. Но если тебе трудно "раскачаться", можно начать с того материала, который тебе больше всего интересен и приятен. Возможно, постепенно войдешь в рабочий ритм, и дело пойдет.
- Чередуй занятия и отдых, скажем, 40 минут занятий, затем 10 минут - перерыв. Можно в это время помыть посуду, полить цветы, сделать зарядку, принять душ.
- Не надо стремиться к тому, чтобы прочитать и запомнить наизусть весь учебник. Полезно структурировать материал за счет составления планов, схем, причем желательно на бумаге. Планы полезны и потому, что их легко использовать при кратком повторении материала.
- Выполняй как можно больше различных опубликованных тестов по этому предмету. Эти тренировки ознакомят тебя с конструкциями тестовых заданий.
- Тренируйся с секундомером в руках, засекай время выполнения тестов (на заданиях в части А в среднем уходит по 2 минуты на задание).
- Готовясь к экзаменам, никогда не думай о том, что не справишься с заданием, а напротив, мысленно рисуй себе картину триумфа.
- Оставь один день перед экзаменом на то, чтобы вновь повторить все планы ответов, еще раз остановиться на самых трудных вопросах.

Над выпуском работали:

Кирилл Красильников - Художественный редактор

Руева Мария - Технический редактор

Вовченко Валерия - Собственный корреспондент

Буланова Мария - Выпускающий редактор

Неверова Варвара — Интервьюер

Измайлов Ильяс — Пейджмейкер

Новикова Вероника — Обозреватель

Семчукова Анастасия — Репортер

Багаутдинова София — Журналист

Чистякова Елизавета — Журналист

Матвеева Полина — Корреспондент

Конбекова Л.Т. - Креативный директор