

ФЕРАМАТА

Декабрь 2016



- Как сдать сессию и не облажаться (с.2-3)
- Новые руководящие органы студенческого совета (с. 4-5)
- «А теперь о вкусном» (с.6)
- Гороскоп на декабрь (с.6)
- Дни Рождения (с.6)

КАЖЕТСЯ, СЕССИЯ
СОБИРАЕТСЯ



Как сдать сессию и не облажаться?

1. Удалите с телефона приложения социальных сетей, закройте вкладки с ними на компьютере. В режиме цайтнота, когда вы не знаете, за что хвататься, часто случается, что пока два важных дела бьются за внимание вашего мозга, вступает третье, неважное – и вот вы залипли на час на странице Вконтакте, ничего не сделав и потеряв кучу времени. Слышали про прокрастинацию? То-то.



2. Учите не дома (в общежитии). Возьмите только нужные книжки и пойдите в читальный зал библиотеки . Там вас меньше будут отвлекать домашние и холодильник.

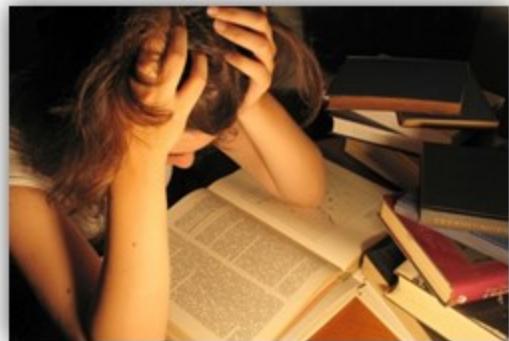
3. Не забывайте питаться и перекусывать. Можно позволить себе избыток шоколада и сладкого. Но контролируйте себя.

4. А вот кофе злоупотреблять не стоит. Наступит момент, когда дополнительной свежести он приносить не будут, и время будет лишь зря потраченным. 5 чашек кофе в день – ваша норма.



5. Делайте перерывы.

Посидели полчаса – встаньте, пройдитесь и сделайте разминку. Что? У нас нет разминки для студента? Есть разминка для офисного работника. Сейчас вы – именно он.



6. Не сидите ночами. Лучше половину поучить/пописать вечером, а половину – рано утром. Гораздо эффективнее. Тем более что ночью мозг работает: – запоминает.

7. На самом деле, это – совет номер ноль, но постарайтесь им воспользоваться хотя бы с начала следующего семестра: учиться нужно начинать с начала года. Тогда в период сессии ГОРАЗДО легче.

СОВЕТЫ ОТ ЭКСПЕРТОВ:

Совет от Гулак С.М.:

- 1) умный студент получает «автомат»;
- 2) не нужно раздражать учителя;
- 3) перефразируем фразу «дедушки» Ленина: «Учи, учи и учи!»

Совет от Нижаловой Е.В.: Занимайтесь больше и прикупите хороший ремень. «Были бы мои дети, убила бы уже»



ЭТО ВАЖНО!

Прочитайте внимательно этот текст!

Знакомимся!



Председатель студенческого совета –

Богачёва Елизавета

(студентка IIА курса)

- Лиза, насколько мы знаем ты неместная, откуда приехала?

Л.: Из Вытегорского района, п. Депо

- Как давно ты занимаешься музыкой?

Л.: я занимаюсь 7 лет, по своему желанию.

- У тебя есть другие увлечения?

Л.: Да, помимо музыки меня интересует спорт, например, гимнастика, фигурное катание, велосипед!

- Чем ты планируешь заниматься после окончания колледжа?

Л.: Я собираюсь продолжить свое музыкальное образование.

- Ты рассчитывала стать Председателем студсовета?

Л.: Нет, для меня это было неожиданно, но я очень рада этому

- Как у тебя отношения с учёбой?

Л.: Очень нравится.

- А может быть есть предмет(ы), которые вызывают затруднения?

Л.: Гармония (улыбается)

- Благодарю за предоставленное мне время.



Заместитель Председателя студенческого совета –

Тетерина Александра (студентка ИТ курса)



- Расскажи откуда ты приехала?

С.: Почти Великий Устюг (смеётся)

- Что такое студсовет?

С.: Сообщество безбашенных людей.

- Ты предполагала, что займешь такую должность?

С.: нет, но я очень рада, что меня выбрали.

- Ты только в этом году пришла в студсовет?

С.: Да, я на 1 курсе делала много творческих заданий и мне понравилось, поэтому теперь я здесь.

- Сколько ты спишь и когда все успеваешь?

С.: нуу, сплю я по 4-6 часов, иногда вообще не сплю.

- Скоро сессия, какие у тебя есть пожелания для первокурсников?

С.: Терпите, крепитесь...

Журналисты:

Кайнарова
Владислава

Назарова
Анастасия

-Девчонки, откуда вы приехали?

Н. из с.Устье-Кубинское

В. Я местная, из Вологды.

-Давно занимаетесь музыкой?

Н.: 9-й год

В.: 8-й год

-Почему вы решили вступить в студсовет?

Н.: Светлана Михайловна позвала=)

В.: Настя позвала.

- Как дела с учёбой, может есть какие-то проблемы?

Н. и В.: Всё хорошо, кроме фортепиано и сольфеджио

- Какие ваши планы на будущее?

Н.и В.: Продолжить образование и работать по специальности. Ближайшее – сохранить стипендию.

- Что посоветуете I курсу в связи с приближающейся сессией?

Н.и В.: Не пропускайте пары, не пытайтесь сделать семинар по ВОВ за 1 ночь!!! И ИБ, не опаздывайте на оркестр!

А теперь о самом вкусном!



	МАКСИ	МАГНИТ	БУФЕТ
СОК 0,2	22	15	23
КОФЕ 3 в 1	10	10	14
КИТ-КАТ	33	29	35
M&M's	45,30	33	38
МАРС	27,90	33	35
ВОДА 0,5	15,70	12	25
ЛЕПЕШКА С ЯЙЦОМ	25,20	—	20



У **Овнов** творческих профессий ни будет даже минуты, чтобы передохнуть. В преддверье праздников будет масса заказов.

Тельцы, расслабляться в декабре нельзя – старайтесь сохранять контроль над ситуацией, будьте начеку даже тогда, когда кажется, что все идет как надо.

Близнецы, не сдавайтесь, если что-то идет не так

Раки, не сидите сложа руки, все время чем-то увлекайтесь, одна хорошая идея приходит на смену другой.

Львы, сейчас не время капризничать, действовать на авось, ждать подарков от судьбы и делать рискованные шаги в надежде, что все обойдется.

Весь декабрь 2016 **Дева** может разрываться между семейными делами и рабочими обязанностями. И там и здесь без вас – ну просто никуда!

Весы, Вы обаятельны, убедительны, схватываете все на лету и справляетесь с самыми сложными задачами.

Словом, рост вашего авторитета практически гарантирован.

Скорпионы, будьте готовы к переменам!

Стрельцы, это время ярких идей, необычных озарений, но ошибкой будет пытатьсяся немедленно воплотить в жизнь все, что приходит вам в голову.

Козероги, постарайтесь здраво оценить свои силы и возможности.

Водолеи, декабрь связан с получением полезного опыта; многие Водолеи за этот месяц научатся большему, чем за весь уходящий год.

Рыбы, осталось еще совсем чуть-чуть отмучиться и вуаля! Заслуженный отдых! Вам воздастся за все Ваши прошлые беды и невзгоды! Можете уже начинать радоваться



Гладышева Зоя – 01.01

Зеленев Павел – 02.01

Преображенский Ярослав – 05.01

Ординарцев Даниил – 06.01

Корчагина Наталия – 06.01

Лаврова Любовь – 10.01

Орлов Кирилл – 11.01

Молодкина Дарья – 14.01

Кулиева Хумар – 14.01

Лазарева Снежана – 15.01

Кондрашов Сергей – 16.01

Онофрей Андрей – 24.01

Шмуляев Дмитрий – 25.01

Агабалова Лидия – 28.01

Леншина Карина – 30.01

Кустова Юлия – 31.01

Бадалова Е.А. – 03.01

Кузнецова П.И. – 04.01

Мыльнико О.Ф. – 09.01

Жукова Н.В. – 10.01

Корбут Н.В. – 10.01

Черненко Е.М. – 12.01

Олехова А.А. – 13.01

Авдеева И.Я. – 14.01

Наумова В.Ю. – 14.01

Балашова О.Ю. – 27.01