



МЕЖШКОЛЬНЫЙ
УЧЕБНЫЙ КОМБИНАТ



Проведите
с пользой начало
летних каникул
В ТРУДОВОМ ОТРЯДЕ
Межшкольного учебного
комбината

Старт 1 июня

СПРАВКИ по телефону 221-40



МЕЖШКОЛЬНЫЙ
УЧЕБНЫЙ КОМБИНАТ

Сектор технического обслуживания
и информационного обеспечения

оказывает услуги по обслуживанию
вычислительной и оргтехники:

- Ремонт, настройка компьютеров и ноутбуков;
- Компьютерная помощь на дому и в офисе;
- Удаление вирусов;
- Установка и настройка дополнительных программ;
- Сборка компьютера на заказ;
- Модернизация компьютера или ноутбука;
- Подключение и настройка компьютера сети ноутбука;
- Настройка WiFi роутера.

СПРАВКИ по телефону 211-31

Разгадай кроссворд и получи 200, 100 и 50 рублей на телефон!

ПРАВИЛА КОНКУРСА «КРОССВОРД»

В каждом номере «Реальная газета» вы найдете новый кроссворд!

Ответы на кроссворд вы сможете найти на страницах нашей газеты. Будьте внимательны.

Вы его разгадываете, угадав кодовое слово

Отправляете кодовое слово на почту: konkurs-muk@yandex.ru

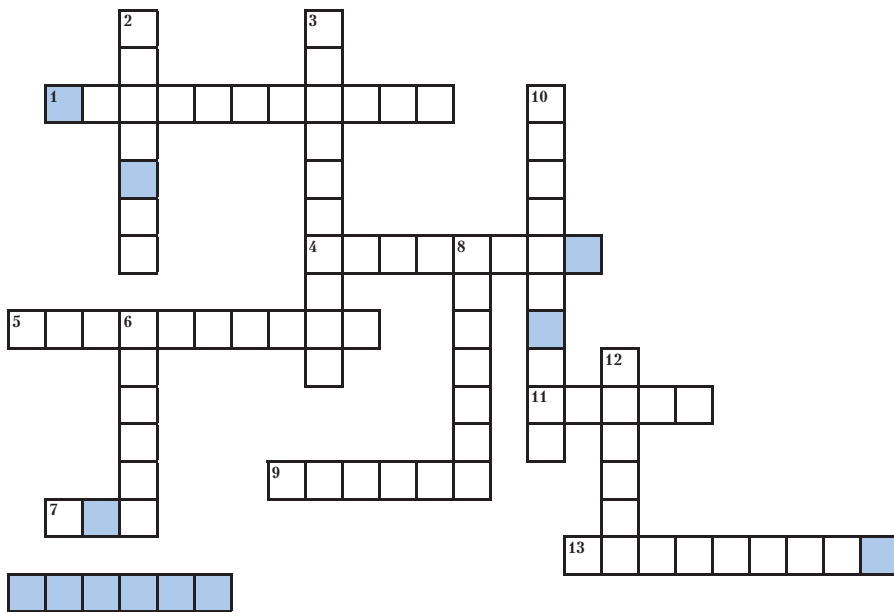
Победителями станут 1-й, 10-й и 20-й человек, правильно отгадавший кодовое слово.

Призовые места

- 1 место — 200 рублей
- 2 место — 100 рублей
- 3 место — 50 рублей

По горизонтали:

1. Всероссийская акция «... полк». Впишите недостающее слово. 4. Название Центра военно-патриотического воспитания. 5. Что нужно прочитать внимательно в начале экзамена? 7. Упражнение, которое гармонизирует работу левого и правого полушарий называ-



ется «Перекрестный ...». 9. Какого цвета должна быть капиллярная ручка на экзамене? 11. Назовите одно из упражнений на снятие мышечного напряжения. 13. Один из способов снятия напряжения.

По вертикали:

2. Что нужно заранее подготовить и не забыть взять на экзамен? 3. Что

нужно взять с собой на построение 9 мая? 6. Продукт, стимулирующий работу головного мозга. 8. Какую ручку нужно брать с собой на экзамен? 10. Назовите один из ложных способов поддержки ребенка. 12. Чем необходимо управлять ученику, чтобы снизить тревожность на экзамене?

№2 (26) ■ Апрель 2015

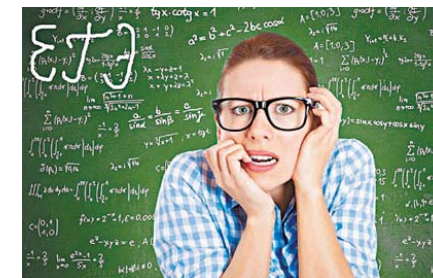
реальная ГАЗЕТА

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Межшкольный учебный комбинат»

С Днем Великой Победы, киришане!



Бессмертный полк в Киришах **стр. 2**



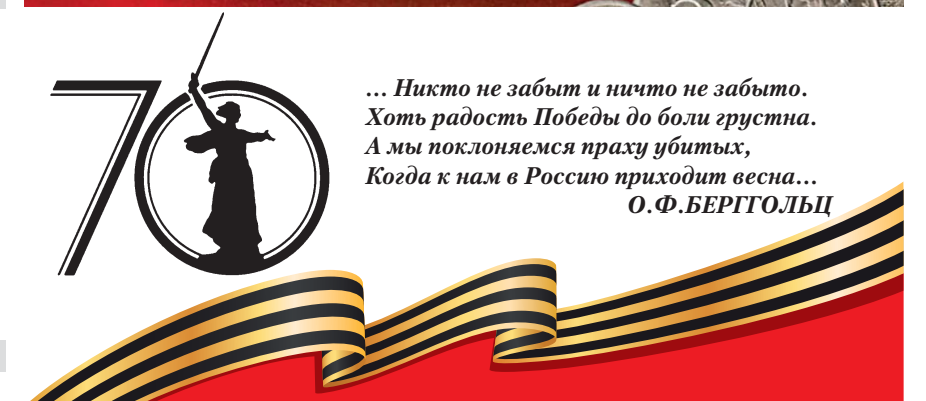
ЕГЭ (ОГЭ) для учащихся **стр. 4**



ЕГЭ (ОГЭ) для родителей **стр. 5**



Это интересно... **стр. 6**



... Никто не забыт и ничто не забыто.
Хоть радость Победы до боли грустна.
А мы поклоняемся праху убитых,
Когда к нам в Россию приходит весна...
О.Ф.БЕРГГОЛЬЦ



Шаг в будущую профессию **стр. 7**



Услуги МАУДО «МУК» **стр. 8**

Адрес редакции:
187110, г. Кириши, пл. 60-летия Октября, д. 1
☎ 8(81368)211-31, факс: 8(81368)215-16
✉ cit@kir.lokos.net
<http://muk.kiredu.ru/>

реальная
ГАЗЕТА
Издатель: Пресс-центр МАУДО «МУК»
РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ БЕСПЛАТНО.

Редактор: Е.Н.Ржаникова.
Выпускающий редактор: Д.С.Лавров

Верстка и печать:
МП «ИДК», з.541. т. 999.

2 Они должны пройти победным строем, вновь...



Вот уже второй год на территории Киришского района пройдет Всероссийская акция «Бессмертный полк»

С каждым годом ветеранов Великой Отечественной войны становится все меньше. Солдаты уходят навсегда. Пройдет десяток лет, и кого увидят наши дети на параде Победы? И смогут ли они рассказать уже своим детям, листая семейный альбом, кто этот паренек в пилотке со звездочкой на желтевшей от времени фотографии? И что за подвиг он когда-то совершил?

Есть долг. Чести и памяти. В наших силах его отдать. Надо сделать так, что бы ушедшие навсегда солдаты вернулись 9 Мая к нам. Вернулись наши деды и прадеды.

В каждый дом, в каждую семью. К нам и нашим детям. И это возможно.

Наши солдаты живы, пока мы, потомки, помним об их воинском прошлом и гордимся их подвигом. Устраивает ли нас быть зрителями на празднике Победы или мы хотим участвовать в чествовании наших героев?!

Мы приглашаем всех, кому дорога память о фронтовиках-победителях, сформировать наш «Бессмертный полк». Возьмите фотографию своего солдата и приходите 9 мая на построение «Бессмертного полка».



Шаг в будущую профессию: медицинский работник

*Медицина поистине есть самое
благородное из всех искусств.*
ГИППОКРАТ

Какие бывают медицинские профессии?

Для того чтобы выбрать подходящее направление обучения, целесообразно ознакомиться с тем, какие области медицины существуют, и в чем заключается специфика каждой из них.

Вот уже второй год, в рамках договора о сотрудничестве с Государственным бюджетным учреждением здравоохранения Ленинградской области «Киришская межрайонная больница» и Центром профориентационной работы МАУДО «МУК» в рамках элективного курса «Шаг в будущую профессию», который проходит на базе учреждения для девятих классов, проводятся экскурсионные выходы учащихся 9–11 классов в медицинское учреждение.

Цель данного мероприятия проста: более подробно осветить медицинские профессии, в связи с выбором своей дальнейшей специальности в этой отрасли.

На экскурсиях учащиеся могут познакомиться с профессиями, посетить отделения межрайонной больницы. В процессе пребывания в медицинском учреждении работники подробно рассказывают о методах диагностики, работе клинической и биохимической лабораторий и кабинета компьютерной диагностики (КТ). Немаловажным для экскурсий является встреча с главным врачом больницы С.В.Серафимовым и с главной медсестрой Н.Ю.Кузнецовой, где обсуждаются вопросы выбора профессии связанных с медициной. На встречах с главным врачом учащиеся часто задают вопрос о целевом направлении в медицинские

учебные заведения, т.к. это является преимуществом при поступлении. После проведенных встреч учащиеся проявляют заинтересованность в данном профессиональном направлении. От ребят можно было услышать положительные отзывы о данном виде профориентационных занятий.

Для привлечения обучающихся в медицинские профессии планируется проведение практических занятий, с целью приобретения и усвоения простейших медицинских навыков.

Хочется отметить, что данный метод «профориентационной пробы» является более наглядным и практичным для самих учащихся. Он позволяет ребятам рассмотреть профессии медицинских специальностей как будущую свою профессию, утвердиться в своем выборе и сделать шаг в правильном направлении.

Очень надеемся, что наше сотрудничество с Государственным бюджетным учреждением здравоохранения Ленинградской области «Киришская межрайонная больница» будет долгим и продуктивным, и благодаря нашей совместной работе увеличится количество учащихся желающих приобрести медицинскую специальность.

О.В.ПАУРАГЕНЕ,
педагог-психолог
МАУДО «МУК».



УВАЖАЕМЫЕ АБИТУРИЕНТЫ!

Если Вы решили связать вашу профессиональную жизнь с медициной, мы предлагаем вам рассмотреть некоторые учебные учреждения для получения медицинской профессии.

✓ **Киришский филиал ГОУ СПО ЛО «Медицинский колледж» в г. Тихвине**
г.Кириши, пл.60-летия Октября, д.1, тел.: 595-80, 581-80

✓ **Новгородский государственный университет им.Ярослава Мудрого**
г.Великий Новгород, ул.Б.Санкт-Петербургская, д.41, ауд. 1101, 1103, тел.: (8162) 77-34-58, 66-99-09, e-mail: pk@novsu.ru.

Прием документов осуществляется в спортивном зале №1 (ул.Б.Санкт-Петербургская, д.41, 1 корпус) **с 20 июня.**
Режим работы приемной комиссии: пн-пт: с 10.00 до 17.00, перерыв с 13.00 до 14.00, сб, вс — выходные дни.

✓ **Северный Государственный Медицинский Университет**
163000 г.Архангельск, пр.Троицкий, 51
Тел: (8182)28-57-91; факс/8182/28-65-95
Режим работы: пн-пт с 8.30 до 16.45, перерыв с 13.00 до 14.00, сб, вс — выходные дни, e-mail: info@nsmu.ru, www.nsmu.ru

✓ **Рязанский государственный медицинский университет имени академика И.П.Павлова**
390026, г. Рязань, ул.Высоковольная, д.7 корп. 1, этаж 2, каб. 203, тел.: (4912) 46-08-48, rgzmu@rgzmu.ru, www.rgzmu.ru
Телефоны горячей линии приемной комиссии: (4912) 76-70-07, (4912) 76-06-07
Время работы приемной комиссии: пн-пт с 9.00 до 17.00, сб с 9.00 до 15.00, вс — выходной.

✓ **Северо-Западный государственный медицинский университет им.И.И. Мечникова**
Прием документов: 195067, Санкт-Петербург, Пискаревский пр., д.47, павильон 9. Телефон: 8 (812) 303-50-53, http://szgmu.ru/rus/ Режим работы: пн-пт с 10.00 до 17.00, сб-вс — выходные дни.



График публикации результатов ЕГЭ-2015

Сроки обработки экзаменационных работ участников ЕГЭ в 2015 году на региональном уровне и выдачи результатов экзаменов в субъекты Российской Федерации

ОСНОВНОЙ ЭТАП

Дата экзамена	Экзамен	Срок завершения обработки на региональном уровне	Срок выдачи результатов
25.05.2015	география, литература	29.05.2015	03.06.2015
28.05.2015	русский язык	03.06.2015	08.06.2015
01.06.2015	математика базового уровня	04.06.2015	09.06.2015
04.06.2015	математика профильного уровня	08.06.2015	13.06.2015
08.06.2015	обществознание, химия	12.06.2015	17.06.2015
11.06.2015	иностраные языки (английский, немецкий, французский) (кроме раздела говорение), физика	15.06.2015	20.06.2015
15.06.2015	информатика и ИКТ, биология, история	19.06.2015	24.06.2015
17.06.2015	иностраные языки (английский, немецкий) (раздел говорение)	21.06.2015	26.06.2015
18.06.2015	иностраные языки (английский, немецкий) (раздел говорение)	22.06.2015	27.06.2015
22.06.2015	резерв: русский язык	25.06.2015	30.06.2015
23.06.2015	резерв: математика базового уровня, математика профильного уровня	26.06.2015	01.07.2015
24.06.2015	резерв: география, химия, литература, обществознание, физика	27.06.2015	02.07.2015
25.06.2015	резерв: иностранные языки (английский, немецкий) (кроме раздела говорение), история, биология, информатика и ИКТ	28.06.2015	03.07.2015
26.06.2015	резерв: иностранные языки (английский, немецкий) (раздел говорение)	29.06.2015	04.07.2015



Материалы с сайта: <http://4ege.ru/novosti-ege/6462-grafik-publikacii-rezultatov-ege-2015.html>



Минимальные баллы для вуза и аттестата

Распоряжение Рособрнадзора об установлении минимальных порогов ЕГЭ для поступления в вузы и получения аттестата

Минимальное количество баллов, необходимое для поступления на обучение по программам бакалавриата и специалитета (изменений по сравнению с прошлым годом нет):

- ▶ русский язык — 36 баллов;
- ▶ математика профильного уровня — 27 баллов;
- ▶ физика — 36 баллов;
- ▶ химия — 36 баллов;
- ▶ информатика — 40 баллов;
- ▶ биология — 36 баллов;
- ▶ история — 32 балла;
- ▶ география — 37 баллов;
- ▶ обществознание — 42 балла;
- ▶ литература — 32 балла;
- ▶ иностранные языки (английский, французский, немецкий, испанский) — 22 балла.

Минимальные баллы, подтверждающие освоение образовательных программ среднего общего образования:

- ▶ русский язык — 24 балла;
- ▶ математика профильного уровня — 27 баллов.

Минимальное количество баллов по пятибалльной шкале, подтверждающее освоение образовательных программ среднего общего образования:

- ▶ математика базового уровня — 3 балла (не заданий).

Количество заданий на тройку не уточняется. Вполне вероятно, что эту цифру мы узнаем после проведения экзаменов. В одном интервью, Иван Яценко говорил о семи заданиях на тройку.

Чтим память героев нашего Отечества



2015 год в Российской Федерации проходит под знаком 70-летия Победы в Великой Отечественной войне. 9 мая — великий праздник! В этот день мы вспоминаем павших и живых, воинов и мирных жителей — всех, благодаря кому была завоевана победа.



Чем дальше уходит в историю победный 1945-й год, тем сильнее мы осознаем величие беспримерного подвига нашего народа-победителя, проявившего негибаемое мужество и стойкость в борьбе с фашистской Германией. События военного времени не забыты — они живы в воспоминаниях ветеранов, запечатлены на страницах книг. Чтобы почтить память погибших, проявить уважение к историческому прошлому нашей Родины, подвигу солдат на полях сражений, к ветеранам войны, труженикам тыла, вдовам, детям войны на базе Центра военно-патриотического воспитания «Авангард» МАУДО «Межшкольный учебный комбинат» реализуется проект «Чтим память». Участие в проекте позволяет детям, подросткам, молодежи проявить свою гражданскую позицию, стать патриотом своего Отечества.

Это проект, в котором каждый находит то, что ищет: от общения с новыми людьми и до нахождения своего пути в жизни.

Можно бесконечно говорить о патриотизме, но если слова не подкрепляются конкретными делами, то все это просто сотрясение воздуха.

Проект «Чтим память» ценен своей практической направленностью, реализуется через деятельность Роты почетного караула. Ее деятельность — пропаганда военной службы, лучших традиций Вооруженных Сил; проведение торжественных мероприятий и воинских ритуалов; сохранение традиций увековечивания памяти и отдания воинских почестей павшим в борьбе за независимость нашей Родины.

Личный состав роты Почетного караула ежегодно участвует в мероприятиях патриотического

характера, таких как День Победы — 9 мая, День освобождения города Кириши от немецко-фашистских захватчиков — 4 октября и т.д.

Рота почетного караула воспринимается киришанами и гостями города как свидетельство уважительного отношения к воинской истории страны, города Кириши и Киришского района. Для участников Роты почетного караула Центра военно-патриотического воспитания «Авангард» большая честь и ответственность 9 мая 2015 года выступать на торжественном мероприятии, посвященном 70-летию Победы.

Сегодня для многих учащихся образовательных учреждений Киришского района участие в проекте «Чтим память» через деятельность Роты почетного караула стало важным и нужным. В практической деятельности формируются патриотические чувства и патриотическое самосознание. Молодое поколение киришан, своей деятельностью показывают, что свято чтят память о солдатах, не вернувшихся с полей сражений, о пропавших без вести, благодарят за проявленное мужество и стойкость ныне живущих ветеранов войны. В год 70-летия со дня Победы в Великой Отечественной войне проект особенно актуален, он дает возможность учащимся проявить себя, а ветеранам и жителям Киришского района возможность увидеть, как нынешнее поколение достойно продолжает славные традиции — чтить память героев нашего Отечества.

С.Н.МИХАЙЛОВА,
методист МАУДО «МУК».



Уже совсем скоро начинается ответственный момент для всех: для выпускников, для родителей, для педагогов. Наступает пора «Единого Государственного Экзамена» и «Основного Государственного Экзамена»

Как вести себя во время экзамена

Многие считают, для того чтобы полностью подготовиться к экзамену, не хватает всего одной, последней ночи перед ним. Это неправильно. Ты уже устал, и не надо себя переутомлять. Вечером накануне экзамена необходимо отдохнуть. Расслабиться, встретиться с друзьями, а главное, как следует выспаться.

► Приготовь заранее перед экзаменом паспорт и ручку гелевую или капиллярную с черными чернилами (а лучше две).

► В пункт сдачи экзамена ты должен явиться не опаздывая, лучше за полчаса до начала тестирования.

► Смело входи в класс с уверенностью, что все получится!

► Сядь удобно, выпрями спину. Подумай о том, что ты совсем справишься, у тебя все получится. Сосредоточься на словах «Я спокоен, я совершенно спокоен». Повтори их не спеша несколько раз.

► В начале экзамена внимательно прочитай инструкцию, которая предшествует каждой части КИМ.

► Слушай внимательно все то, что тебе говорят организаторы, чтобы не отвлекаться в дальнейшем и не задавать лишних вопросов об оформлении бланков. Тебе все объяснят: как заполнить бланк, какими буквами писать, как кодировать номер школы и т.д.

► Постарайся сразу сосредоточиться после того, как ты получил текст заданий. Не отвлекайся на посторонние раздражители.

► Сначала просмотри все вопросы и начни с тех, в ответах на которые ты не сомневаешься. Тогда ты успокоишься и войдешь в рабочий ритм. В любом тесте есть вопросы, ответы на которые ты прекрасно знаешь.

► Не спеши сразу вписывать правильный ответ, необходимо прочитать до конца и понять его смысл.

► Когда приступаешь к новому заданию, забудь все, что было в предыдущем, задания в тестах не связаны друг с другом.

► Действуй методом исключения! Последовательно исключай те ответы, которые явно не подходят.

► Если не смог ответить на вопрос, есть смысл положиться на интуицию и указать наиболее вероятный вариант.

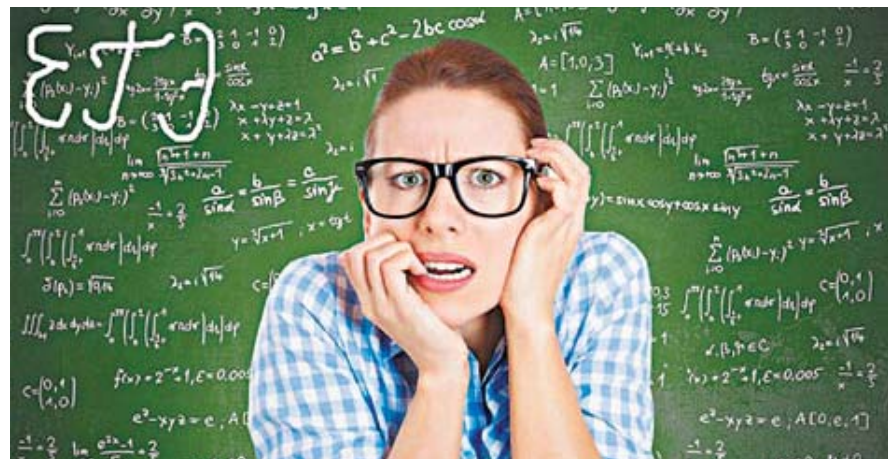
► Обязательно рассчитай время на выполнение каждого задания, оставив достаточно времени на проверку всех заданий.

Как помочь себе в стрессовой ситуации

► Перед экзаменом используй формулы самовнушения: «Я уверенно сдам ЕГЭ (ОГЭ); «Я уверенно и спокойно справлюсь с заданиями»; «Я с хорошим результатом пройду все испытания».

► Во время стресса происходит сильное обезвоживание организма. Поэтому перед экзаменом или во время него выпей несколько глотков воды. Лучше всего подходит минеральная вода.

► В ситуации стресса поможет дыхательная гимнастика! В случае сильного напряжения перед началом экзамена, в течение нескольких минут, применять технику успокаивающего дыхания — выдох в два раза длиннее вдоха.



Как подготовиться к экзаменам

Мы часто стараемся выучить весь объем материала сразу, причем заучиваем его дословно, не пытаясь понять. Это неправильно! Чтобы материал запоминался лучше, воспользуйтесь некоторыми советами.

Информация легче запоминается, если: она интересна, спорна или неожиданна, эмоционально окрашена, наложена на уже имеющиеся знания.

При заучивании текста не спешите посмотреть забытое слово, попытайтесь вспомнить его. Запоминайте по возможности большие фрагменты текста.

Чтобы запомнить информацию можно обратиться к приемам зрительной памяти. Мысленно представьте предмет, который хотите запомнить. Раскрасьте его в своем воображении необычным цветом или представьте его огромного размера, поверните и рассмотрите предмет с разных сторон.

Для запоминания коротких чисел вполне достаточно создать их зрительный образ. Представьте себе, что число написано крупным красным шрифтом на белой стене или горит неоновыми цифрами на фоне черного неба. Заставьте эту надпись мигать не менее 15 секунд в вашем воображении.

Т.О. РОДЫГИНА,
педагог-психолог
МАУДО «МУК».

Как помочь детям подготовиться к экзаменам

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ ВЫПУСКНИКОВ ШКОЛ!

Ваши дети и Вы вместе с ними вступили в ответственный период жизни – подготовка к сдаче Основного Государственного Экзамена (ОГЭ) и Единого Государственного Экзамена (ЕГЭ). Экзамены – это испытание для личности в любом возрасте, особенно в подростковом. Экзамены – это настоящий стресс. Как научиться психологически готовить себя к ответственному событию? Предлагаем Вам, уважаемые родители, некоторые рекомендации, которые позволят успешно справиться с задачей, стоящей перед Вами и Вашими детьми.



Психологическая подготовка и поддержка ребенка со стороны семьи – важнейшая составляющая его успеха на экзаменах. Поддерживать ребенка – значит верить в него. Чтобы показать веру в ребенка, родитель должен иметь мужество и желание сделать следующее:

► ЗАБЫТЬ о прошлых неудачах ребенка;

► ПОМОЧЬ ребенку обрести уверенность в том, что он справится с данной задачей;

► ПОМНИТЬ о прошлых успехах и возвращаться к ним, а не к ошибкам.

Существуют ложные способы, так называемые «ловушки поддержки». Так, типичными для родителей способами поддержки ребенка является гиперопека, создание зависимости подростка от взрослого, стимулирование соперничества со сверстниками. Подлинная поддержка должна основываться на подчеркивании способностей, возможностей – положительных сторон ребенка.

Поддерживать можно посредством прикосновений, совместных действий, выражения лица.

Итак, как же помочь детям подготовиться к экзаменам?

Не тревожьтесь о количестве баллов, которые ребенок получит на экзамене, и не критикуйте ребенка после экзамена.

Помните, что ЕГЭ, ОГЭ сдает Ваш ребенок, поэтому оградите его от своих переживаний. Ребенку всегда передается волнение родителей, и если взрослые в ответственный момент могут справиться со своими эмоциями, то ребенок в силу возрастных особенностей может эмоционально «сорваться».

Старайтесь оставаться в спокойной и взвешенной позиции взрослого, который видит, в чем ребенку трудно сейчас и ненавязчиво предлагает свою помощь.

Подбадривайте ребенка, хвалите его за то, что он делает хорошо.

Позаботьтесь о том, чтобы ре-

бенок придерживался разумного распорядка дня при подготовке к ЕГЭ, ОГЭ. Несмотря на важность учебных занятий, у него должно оставаться достаточное время для отдыха, сна, встреч с друзьями и т.д.

Помогите Вашему ребенку распределить материал подготовки к экзаменам по дням.

Обеспечьте дома удобное место для занятий, проследите, чтобы никто из домашних не мешал ребенку в подготовке.

Обратите внимание на питание ребенка: во время интеллектуального умственного напряжения ему необходима питательная и разнообразная пища и сбалансированный комплекс витаминов. Такие продукты как рыба, творог, орехи, курага и т.д., стимулируют работу головного мозга.

Наблюдайте за самочувствием ребенка, никто кроме Вас, не сможет вовремя заметить и предотвратить ухудшение состояния ребенка, связанное с переутомлением.

Накануне экзамена обеспечьте ребенку полноценный отдых, он должен отдохнуть и как следует выспаться.

И помните: самое главное – это снизить напряжение и тревожность ребенка и обеспечить подходящие условия для занятий.

Желаем успехов!

Е.А. БОЛЬШАКОВА,
педагог-психолог

Снять напряжение при подготовке к экзамену смогут следующие действия:

- ✓ Спортивные занятия;
- ✓ Контрастный душ;
- ✓ Мытье посуды;
- ✓ Танцы под музыку, громкое пение своей любимой песни;
- ✓ Прогулка в тихом месте на природе;
- ✓ Рисование.