



Сервис&Ко

МАЙ-ИЮНЬ 2013



**Поздравляем семьи наших
сотрудников и студентов с
Международным днём семьи!**

СОДЕРЖАНИЕ:

Канун Дня победы .Отчёт о концерте для ветеранов	2 стр.
15 мая – Международный день семьи -	3 стр.
К 1150-летию славянской письменности - 3 стр.	
Мы-профи -	4 стр.
Советы психолога студентам, сдающим экзамены	5-6стр.



*Пусть в семье будет ладно,
А в душе всегда отраднo.
Пусть сопутствуют всегда
Любовь, улыбка, доброта.
Пусть небо будет чистое над вами,
Пусть будет жизнь по-доброму светла.
Живите, окруженные друзьями,
И всех вам благ, здоровья и тепла.*



<http://www.liveinternet.ru/users/3585265/>

Давно закончилась самая страшная война 20 века. Выросли новые поколения, которые знают о ней лишь по фильмам, книгам и рассказам очевидцев.

7 мая 2013 года обучающиеся техникума, ансамбль «Россиянка» и школа № 42 подарили ветеранам Великой Отечественной войны и труженикам тыла концерт, посвященный празднику Победы - « Не стареют душой ветераны».



Опять война,
Опять блокада...
А может, нам о них забыть?

Я слышу иногда:
«Не надо,
Не надо раны беречь».
Ведь это правда, что устали
Мы от рассказов о войне
И о блокаде пролистали
Стихов достаточно вполне.

И может показаться:
Правы
И убедительны слова.
Но даже если это правда,
Такая правда —
Не права!

Чтоб снова
На земной планете
Не повторилось той зимы,
Нам нужно,
Чтобы наши дети
Об этом помнили,
Как мы!

Я не напрасно беспокоюсь,
Чтоб не забылась та война:
Ведь эта память — наша совесть.
Она,
Как сила, нам нужна...

(Ю. Воронов)





15 мая – Международный день семьи

С 1993 года Генеральная Ассамблея ООН учредила Международный день семьи, который все мы будем праздновать 15 мая. Этот праздник является празднованием важности семьи и семейной жизни для людей и всего общества.

Семейное счастье не всегда получается рассмотреть за быстро текущими буднями. Всемирный день семьи дарит нам возможность действительно увидеть его, помочь ему стать глубже и ярче.
С праздником все ваши семьи! Воплощения безграничного семейного счастья!



В связи с 1150 летием славянской письменности и культуры, 25 мая администрация г.Кургана с ассоциацией библиотекарей г.Кургана организовали в Городском саду праздник «Славянская слобода» На Центральной эстраде парка девушки нашего техникума из танцевального ансамбля «Зауралье» исполнили танец «Материнство». В дефиле литературных героев приняла

участие Безбородова Виктория, обучающаяся 112 гр, в роли Василисы-Премудрой. Миша Грачев из 281 гр. стал участником чата на заборе «Самое важное слово» и прочел стихотворение неизвестного автора «Об отце» и

стихотворение Есенина «Любимой женщине». Народные гуляния по аллеям парка с баянистом Вадимом Босак из 111 группы создавали веселое настроение для всех участников праздника.





2 мая 2013 года, на территории торгового центра «Гипер – Сити», мясокомбинат «Велес» совместно с банкет-холлом «Сокол» провели межрегиональный конкурс профессионального мастерства по профессии «Повар».

«Кулинарный ринг» - это одновременно увлекательное шоу и реальная возможность для будущих поваров проявить свои таланты и полученные за время учебы знания. Однако, главные задачи – возрождение традиции проведения профессионального мастерства, создание положительного имиджа рабочих профессий и представление участникам возможности получить предложение о трудоустройстве в одном из крупных ресторанов города Кургана.

В конкурсе приняли участие 5 команд: «КТСиТ», «ШПИ», команда зрителей, «КГК», Каменск-Уральский технологический колледж.

Конкурс состоял из 4 этапов: приготовление холодного блюда - салат, теоретические знания, приготовление холодного блюда – мясная нарезка, приготовление блюда на свободную тему.

Все участники получили дипломы, сертификаты на трудоустройство.

1 место завоевала команда «КТСиТ».



Поздравляем!

С 16.05.2013 в г. Новосибирске проходили двенадцатые молодёжные Дельфийские игры



России, в которых приняли участие 35 молодых людей в возрасте от 18 до 24 лет. Под лозунгом «Будь в искусстве!», обучающийся техникума Иван Ходунаев представил в столице Сибири своё кулинарное искусство и был награждён специальным дипломом «За лучший дизайн блюд».



В номинации «Парикмахерское искусство» на Двенадцатых молодежных дельфийских играх Семёнова Софья (группа 341) получила диплом 4 степени.



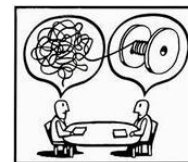
Софья была лучшей по качеству, чистоте исполнения, актуальности образа причёски. Она привлекала внимание всех зрителей и заслужила приз «Зрительских симпатий». Сама Софья проявила такие качества как высокий профессионализм, организованность, волю к победе.



Советы студентам перед сдачей экзаменов

Подготовка к экзамену.

- Подготовьте место для занятий: уберите со стола лишние вещи, удобно расположите нужные учебники, пособия, тетради, бумагу, карандаши и т.п.
- Введите в интерьер комнаты желтый и фиолетовый цвета (они повышают интеллектуальную активность). Для этого достаточно картинки в этих тонах.



- Составьте план занятий. Для начала определите: кто вы – «сова» или «жаворонок», и в зависимости от этого максимально используйте утренние или вечерние часы.
- Начните с самого трудного раздела, с того материала, который знаете хуже всего.
- Чередуйте занятия и отдых: 40 мин. занятий, 10 мин. – перерыв. Во время перерыва можно помыть посуду, полить цветы, сделать зарядку, принять душ.
- Оставьте 1 день перед экзаменом на то, чтобы еще раз повторить самые трудные вопросы.

Накануне экзамена.

- Многие считают: для того, чтобы полностью подготовиться к экзамену, не хватает всего одной, последней перед ним ночи. Это неправильно. Вы устали, и не надо себя переутомлять, напротив, вечером совершите прогулку, перед сном примите душ.

- На экзамен вы должны явиться, не опаздывая, лучше за 15-20 мин. до начала экзамена.

Советы выпускникам:

Во время тестирования.

- Пробежите глазами весь тест, чтобы увидеть, какого типа задания в нем содержатся.
- Внимательно прочитайте вопрос до конца, чтобы правильно понять его смысл.
- Если не знаете ответ на вопрос или не уверены, пропустите его, чтобы потом к нему вернуться. Начните с легкого! Отвечайте на те вопросы в задании, в которых Вы не сомневаетесь, не останавливаясь на те, которые могут вызвать долгие раздумья.
- Научитесь пропускать трудные и непонятные задания. Помните: в тексте всегда найдутся вопросы, с которыми Вы обязательно справитесь.
- Думайте только о текущем задании! Когда Вы делаете новое задание, забудьте все, что было в предыдущем.
- Многие задания можно быстрее решить, если не искать сразу правильный вариант ответа, а последовательно исключать те, которые явно не подходят.
- Оставьте время для проверки своей работы, чтобы успеть пробежать глазами и заметить явные ошибки.
- Если не уверены в выборе ответа, доверьтесь интуиции.

Общие рекомендации выпускникам

Экзамен - ситуация, которая у большинства людей связана с сильным физическим и эмоциональным напряжением. Другими словами - это просто стресс. Как легче преодолеть экзаменационное испытание?

Специалисты советуют:

1. Развивайте уверенность в себе. У вас все получится, в любых ситуациях, вы найдете выход, сможете найти знания для ответа даже на тот вопрос, который не успели повторить.
2. Планируйте свое будущее независимо от результатов сданного экзамена. Плохо сданный экзамен - это не конец света, это также позитивный опыт, возможность проанализировать свои неэффективные действия и избежать их в будущем.
3. В последние дни перед экзаменом старайтесь чрезмерно не переутомляться. За день до экзаменов работайте не больше чем 8 часов, иначе на сдачу экзаменов энергии у вас не останется. Научитесь расслабляться, делайте паузы в работе, слушайте спокойную музыку.
4. Обратите внимание на приметы чрезмерного стресса, который может вызвать неадекватную реакцию организма на поведение в сложной ситуации. Это - потеря аппетита или переизбыток, бессонница и постоянное чувство утомления, головная боль, плаксивость без всякой

причины во время подготовки к экзаменам. В связи с этим необходимо принять меры по преодолению стресса. Напряжение хорошо снимается творческими занятиями в свободное время - рисованием (даже если вы рисуете плохо), можно сходить на выставку. Хорошо помогают занятия спортом, бассейн, массаж.

5. Впечатлительным, тревожным ребятам желательно потренироваться сдавать экзамен заранее, лучше всего с малознакомым человеком, или представить в деталях все событие, и при этом не заикливаться на каком-то одном моменте.

6. Накануне экзамена. За ночь до экзаменов постарайтесь хорошо выспаться. По дороге на экзамен, не думайте про него.

7. На экзамен старайтесь одеться в удобную, аккуратную одежду.

Старайтесь, чтобы она не была новой, потому что неизвестно, как вы в ней будете себя чувствовать.

И ещё – перед экзаменом нужно обязательно хорошо выспаться!

Педагог-психолог А.В. Даниленко (материалы Интернета)



Готовимся к торжественному вручению дипломов
28 июня – на отделении технологий
29 июня – на отделении сферы обслуживания

