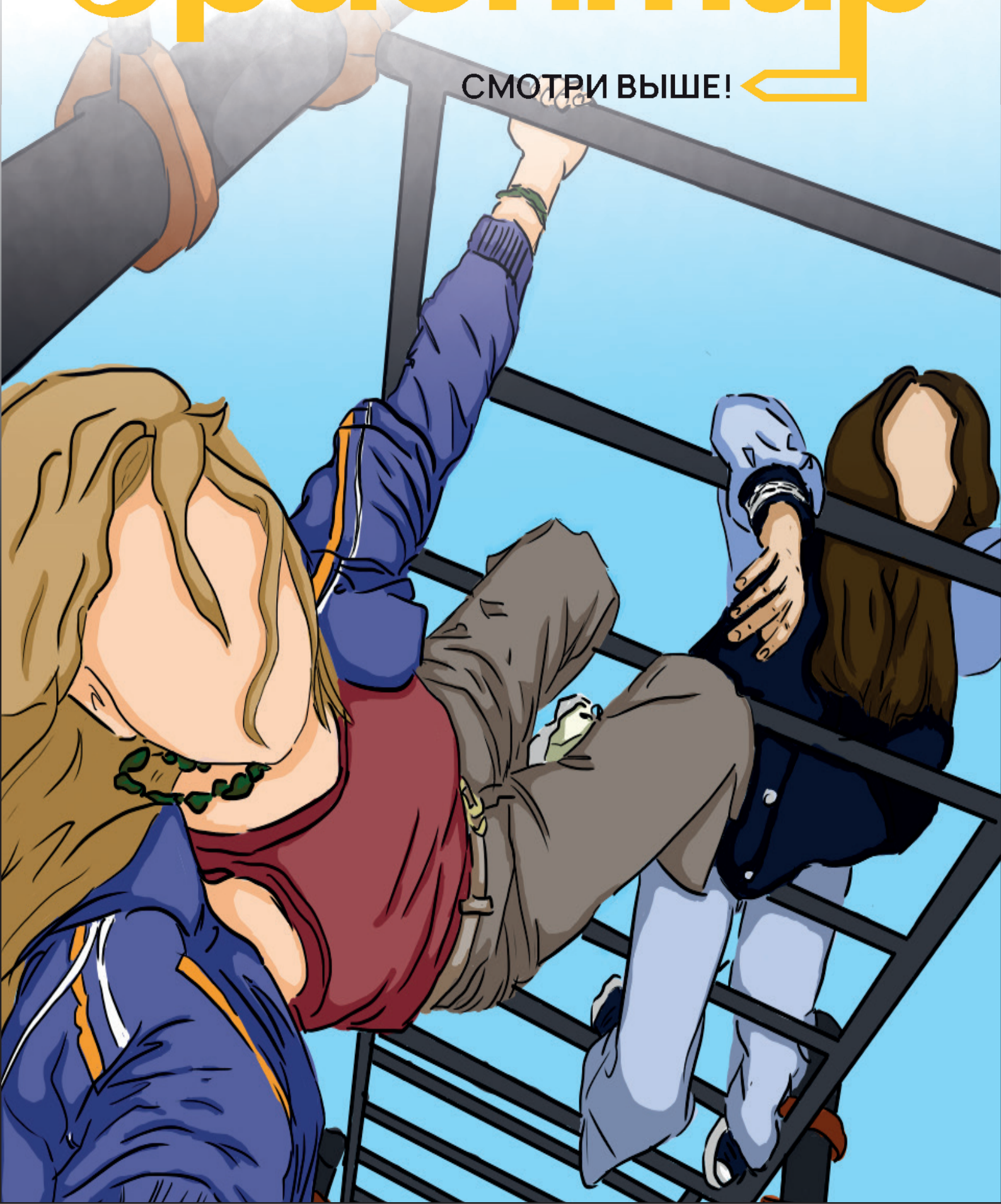


ВЫПУСК 58, ОСЕНЬ 2023

ориентир

СМОТРИ ВЫШЕ!





#вешает вася гречишкина
самая вежливая

ВсМ, пж и снс

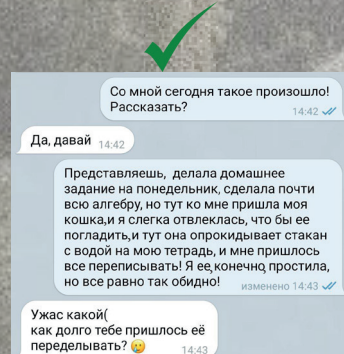
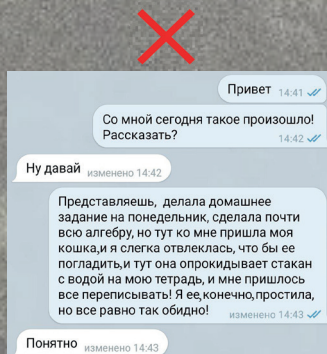
Цифровой этикет... а это какой?

Всем привет, сегодня мы поговорим о цифровом этикете.

Цифровой этикет - это правила общения и поведения в интернете. Правила формируются на наших глазах, поэтому в какие-то моменты мы не понимаем как вести себя в разных ситуациях.

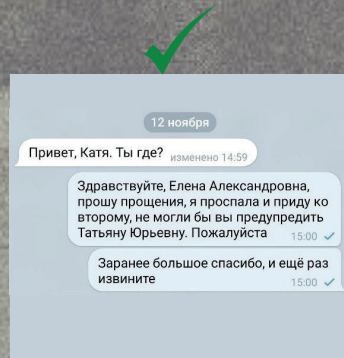
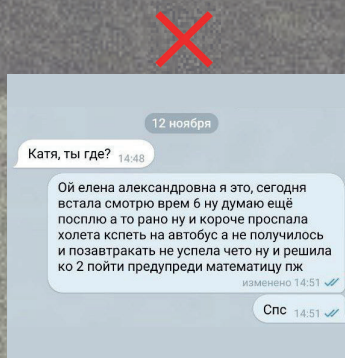
Обратное внимание

При разговоре с собеседником, мы должны поддерживать диалог уточнениями и вопросами, а не просто отвечать словами «ясно» и «понятно». А также нужно использовать смайлы, чтобы можно было понять интонацию сообщения.



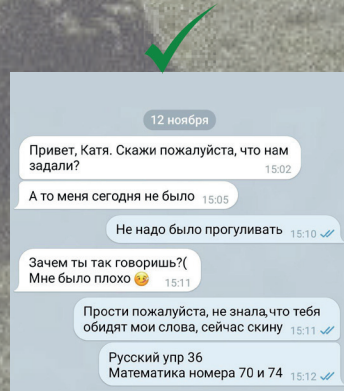
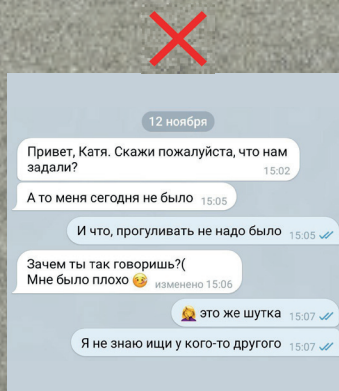
«Вы» и «Ты»

С каждым человеком мы общаемся по-разному, с учителями на «Вы», а с друзьями на «ты». Но в любом случае в переписке нужно соблюдать правила этикета. То есть при написании сообщения мы проверяем все на ошибки, не пишем много «воды», и формулируем слова правильно.



Думайте, о чем пишете

Еще в разговоре мы не должны оскорблять и унижать человека по ту сторону экрана. Если вы хотели пошутить и написали возможно обидную фразу, нужно сказать собеседнику, что это шутка. Если сатира задела человека, то нужно извиниться и понять, что именно задело его.



Буллинг и травля

Часто в разных соцсетях можно увидеть цифровой буллинг. А именно оскорбления, угрозы, неприятные шутки, и публикацию личной информации в сторону одного человека. Он может получить от этого психологическую травму и закрыться в себе. Для того чтобы такого не было, нужно понимать, что каждый человек - личность. Поставьте себя на его место. Даже если вы его ненавидите, то не имеете права буллить, как и никто другой.



#вещает марта репина
поможет вам с выбором

кем быть???

Какую профессию выбрать?

Вопросы о будущей профессии и споры с родителями на эту тему постоянно мучают школьников. Как понять кем нужно работать, чтобы потом не жалеть о своем выборе? Интервью со школьным психологом Мариной Юрьевной возможно приблизит вас к этому нелегкому выбору.

С чего начать выбор профессии?

Профессия должна приносить удовольствие, поэтому ее выбор нужно начать с поиска собственных интересов.



С кем можно посоветоваться?

При выборе профессии в первую очередь важно советоваться с родителями. Именно родители знают нас лучше, чем кто-либо. Важно прислушаться к людям в своем окружении: какие ваши качества и сильные стороны они отмечают. Также полезным будет консультация или диагностика профориентационных интересов у специалиста профориентолога. В наше время существует огромное количество диагностических методик, которые максимально точно помогут определиться с будущей профессией.



Кто помог Вам выбрать профессию?

Мне в выборе профессии помогли люди, которые меня окружали, в первую очередь - мои друзья.



Можно ли верить тестам на профориентацию?

Тестам по профориентации верить можно, если подойти к диагностике ответственно и отвечать честно.



Надеюсь, это интервью хоть немного помогло вам прояснить ситуацию с вашей будущей профессией, если вы с ней еще не определились. Но если у вас еще остались, или появились новые вопросы, то можете задать их Марине Юрьевне лично, или же психологу вашей школы, если вы не учитесь в 518, думаю они вам с радостью ответят.



#вещает лена жукова
главный ценитель кофе



кофе как вино

Про утреннюю энергию



Как часто вы пьете кофе? Знаете ли вы, как этот бодрящий напиток распространился на территории России, Европы и Запада? В этой статье вы узнаете о распространении кофе по миру и истории его употребления.



По приданию, кофе обнаружил пастух, который заметил: козы, съедая красные ягоды, становятся активными и весёлыми. Он попробовал плоды сам и пришел в храм, чтобы рассказать о своем открытии. Монахи решили, что это проделки сатаны и бросили ягоды в огонь. От зёрен стал распространяться чудесный аромат и они попытались спасти их в воде - так был изобретен кофе.



Однако это лишь легенда. Люди, знавшие о кофейных зернах, мололи их, делали батончики, слепляя их мёдом. Позже стали обжаривать и заваривать. Скорее всего впервые его свойства использовались в Африке.

Само слово «кофе» произошло от арабского вида вина, так его называли из-за схожести некоторых эффектов этих напитков.



В исламских культурах кофе стал играть огромную роль. Так как у мусульман запрещён алкоголь, кофе стал его заменой. Он способствовал развитию светской жизни.

Кофейни стали местом сбора горожан, которые свободно обсуждали политику. Для властей кофейни являлись центрами опасных веяний. Предпринимались попытки запретить кофе, но люди быстро восставали и возвращали себе напиток, аргументируя это тем, что от кофеина яснее ум и мысли.

В Европу его привезли торговцы, закупавшиеся в арабских портах.



Долгое время арабы единственные в мире продавали кофе, это приносило большие доходы, но голландским торговцам удалось тайно вывезти кофейные деревья, и монополия прекратилась.

В России кофе впервые упоминается при Петре Первом, а позже и при Алексее Михайловиче. Напиток считался средством от многих болезней.

Одним из моих любимых видов напитка стал кофе по-вьетнамски. Для его приготовления в чашку наливается сгущённое молоко, и через фильтр процеживается средне-молотый кофе. Это сочетание даёт шоколадно-сливочный вкус. Его можно попробовать во вьетнамских кафе и сетях быстрого питания.



#вещает арина сорокина
предана «острову»

Что?

Что для тебя остров?

В этом году «Острову» исполнилось целых 30 лет! Он полюбился многим, для кого-то стал местом, где можно отстраниться от реальности, для кого-то возможностью пообщаться с приятными людьми, а для некоторых даже стал частью жизни. Кто-то в «Острове» уже 30 лет, а кто-то только начал свой путь. За эти года через организацию прошло немало поколений, благодаря которым она продолжает существовать.

Старые поколения помогают новым, а в будущем новое подготовит следующее и так, надеюсь, будет всегда. И в этой статье мы решили узнать, чем является остров для самых молодых ребят и уже опытных островитян.

- Филипп Новиков
- Шестиклассник
- Участник мероприятий
- Юный островитянин



- Мне «Остров» очень помогает развивать себя в разных областях. От умения делать подарки на новый год до хорошего воображения. Это место, в котором можно «уплыть» от реальности и погрузиться в особую добрую, дружескую Островскую атмосферу.

- «Остров» для меня - это то место, где я могу отвлечься от рутины, проблем и серого мира. Это отдельный «Островок», где можно классно провести время. Когда я ходила на сборы участником, я не понимала, зачем старшеклассники и выпускники тратят столько сил и времени на «Остров». Но когда я прочитала одну книжку про лагерь, в которой вожатый сказал, что ездит в лагерь, чтобы погрузиться в дество. И до меня дошло, что «Остров» это и есть то, что создаёт счастливое и радостное детство. И комиссары занимаются «Островом», чтобы снова вернуться в него и продлить это беззаботное время.



- Арина Сорокина
- Девятиклассница
- Организатор
- Средне-опытный островитянин

- Карина Киракосян
- Выпускница
- Комиссар
- Опытный островитянин



- Для меня «Остров» - это, в первую очередь, что-то личное и сокровенное. То место, в которое каждый раз хочется возвращаться. Те эмоции, и ту энергию, которую я получаю в «Острове», я не получаю нигде. Это семья. Самая близкая, самая любимая и безумно невероятная. Это больше, чем организация, это маленькая радуга среди скучных и серых дней. Вот что для меня «Остров».



#вещает арина сорокина
главный овощ редакции

ЧЕЛОВЕК-ОВОЩ

Про веганов и вегетарианцев

Наверняка вы слышали о таком популярном у молодёжи стиле жизни как вегетарианство. Но думали ли вы о том, правда ли это полезно? Чем различаются веганы и вегетарианцы? И зачем вообще люди так питаются? Попробуем разобраться в этих и других часто задаваемых вопросах про вегетарианство.

Кто такие вегетарианцы?

Вегетарианство — это вид питания, образ жизни, при котором происходит полный или частичный отказ от мяса, рыбы и птицы. Наверняка вы не раз видели в кафе пометку «Vegan». Существует большое количество разновидностей вегетарианской диеты, которые различаются по строгости отказа и рациону. А веганы — это вид вегетарианцев, которые полностью отказываются от всех продуктов животного происхождения: мяса, молочных и кисломолочных продуктов, яиц.

Почему люди решают стать вегетарианцами?

Люди отказываются от мяса по разным причинам. Одна из самых популярных - людям просто не нравится вкус. Также из-за религии, например люди соблюдают пост и по своей вере не могут есть мясо. С целью улучшения здоровья, так как мясо очень жирное и в чрезмерном количестве может привести к серьёзным болезням. И из-за озабоченности по поводу благосостояния животных, такие люди обычно отказываются от одежды из кожи, меха и тд. Но также есть еще другие причины, например: использование антибиотиков гормонов у животных или истощение природных ресурсов.

Какие есть плюсы и минусы вегетарианства?

Плюсы:

Снижение веса. Если вы давно хотели похудеть, то стать вегетарианцем отличный вариант! Учёные в ходе экспериментов выяснили, что даже если есть большое количество вегетарианской еды, то лишний вес сбрасывается.

Снижается уровень холестерина и риск болезней сердца и сосудов. Если у вас есть предрасположенность к подобным болезням, то задумайтесь о вегетарианстве.

Чаще всего растительную пищу готовят с меньшим количеством соли, что снижает нагрузку на почки, минимизирует риск появления отеков.

Наконец, во многих видах растительной пищи содержатся полезные сложные углеводы, которые обеспечивают длительное чувство насыщения.

Минусы:

Возможный дефицит полезных веществ. В мясе, молоке и других продуктах, неподходящих вегетарианцам, содержатся различные важные микроэлементы. Поэтому вегетарианцам нужно тщательно следить за своим рационом.

Снижение чувства сытости. Растительная пища содержит меньше калорий, чем мясо, поэтому наестся сложнее. Поэтому вегетарианцы часто начинают слишком сильно увлекаться сахаром.

Возможное воздействие удобрений и ядов. Чаще всего овощи и фрукты поливают различной химией, чтобы они дольше хранились, а вегетарианцы едят больше овощей, то есть потребляют большее количество ядов, которые могут привести к неприятным последствиям.



Надеюсь вы узнали побольше о веганах и вегетарианцах. Возможно, теперь вы захотите стать вегетарианцем, или наоборот, больше никогда не будете над этим задумываться. Это исключительно ваш выбор.



#вещает катя белоусова
пытается определиться

а мне куда?

Тест «Какой профиль острова тебе подходит»

Многие знают, что в острове есть несколько основных направлений деятельности: организаторское, журналистское и театральное. Предлагаю пройти тест и узнать, какое направление Вам подходит. Отвечайте на вопросы и запоминайте цифры, под которыми находятся ваши ответы. В конце подсчитайте, каких цифр у Вас больше, и посмотрите на результаты.

Что Вы делаете в свободное время?

- 1) Ем
- 2) Сажу в школе
- 3) Делаю домашку за прошлый месяц

Кто из членов редакции Вам ближе?

- 1) Арина Сорокина
- 2) Василиса Гречишкина
- 3) Катя Белоусова

Какой этап в дне Вам нравится прописывать/проводить?

- 1) Станция/кругосветка
- 2) Заставка
- 3) Ролевая игра

Что главное в станции?

- 1) Хорошо прописанный и выученный текст
- 2) Отыгрыш персонажа
- 3) Декорации/атмосфера

Насколько Вы креативны?

- 1) 50/50
- 2) Придумываю сходу!
- 3) Ммм... можно следующий вопрос?

Что бы вы прописали в ролевой игре?

- 1) События/сюжет
- 2) Атмосферный ввод/вывод
- 3) Установки

Лучшее в работе режиссёра на ТФ?

- 1) Писать пьесу
- 2) Делать/подбирать декорации / костюмы
- 3) Ставить действие

Какой Ваш любимый школьный предмет?

- 1) Русский
- 2) Литература
- 3) Физическая культура

Результаты:

Больше ответов 1:

Вы довольно рассудительны, усидчивы и эрудированы, вам легко делать конспекты и искать информацию в тексте. Вам подходит направление журналистики.

Больше ответов 2:

Вы креативны и открыты. Вам легко даётся отвечать у доски и учить стихотворение. Вам подходит театральное направление.

Больше ответов 3:

Вам легко будете делать что-то спокойно, но можете быть и очень активным. Вы часто что-то не успеваете, но если прикладываете усилия, все получается превосходно. Вам подходит организаторское направление.



#вещает вася гречишкина
шарит в макияже

Это показывают, что человек старается и обдумывает, как он будет выглядеть сегодня. Самое классное, что он получает от этого удовольствие.

макияж

Подводка, помада, тени... Как это всё сочетать?

Всем пис! Сегодня мы с вами поговорим о макияже.

Макияж - это не просто слой тоналки на лице, а еще и самовыражение. Почему? Я вам отвечу. Когда человек красится, он думает, что к чему подходит, какой цвет теней стоит выбрать и многое другое.

Как можно накраситься?

Накраситься можно по-разному, например ярко, экстравагантно, используя для этого броские тени и красную помаду. Можно сделать легкий макияж, приглушенный. Для этого стоит выбрать пастельные тени и прозрачный блеск.

Но можно совместить и то, и то, например взять пастельно-розовый. Подвести глаза черной подводкой, ресницы тушью, а губы прозрачным блеском. Тогда ваше лицо будет выделяющимся, но не ярким.

Также макияж помогает скрыть какие то неровности, например, прыщи и синяки под глазами. Благодаря тональнику и консилеру вы сможете перекрыть этот прыщ и синяки. Перед самым макияжем вам нужно нанести правильный тон на кожу. Я не прям мастер, но в ютубе есть очень много классных видеоуроков, в которых вы поймете что и как делать.

Теперь поговорим о макияже в школу. Для школы подойдет легкий и приглушенный. Есть много разных вариантов, но я расскажу о двух.

1. Вы можете нанести на глаза блестящие тени и накрасить черной тушью ресницы. Тогда ваши глазки будут выразительные и не яркие. На щеки можно нанести немного румян, а на губы блеск.



2. Сделайте тон, а после нарисуйте маленькую стрелку. Очень хорошо подойдет коричневая подводка, но можно попробовать тенями, после накрасить тушью ресницы. А так же нанести немного румян, а на губы блеск.



Все, кто это читает - вы самые красивые люди на планете! Надеюсь, моя статья вам помогла.

Всех люблю!

Редакция

Главный редактор:

Арина Сорокина

Выпускающий

редактор:

Лена Жукова

Верстка:

Лена Жукова

Арина Сорокина

Василиса Гречишкина

Катя Белоусова

Марта Репина

Корреспонденты:

Лена Жукова

Арина Сорокина

Василиса Гречишкина

Катя Белоусова

Марта Репина

Обложка:

Арина Сорокина

Лена Жукова

Василиса Гречишкина

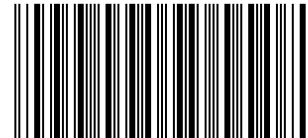
Логотип и шаблон:

Алиса Рубина

Женя Лысенкова



RSPR 77-02124-Г-01



Зарегистрировано в Реестре школьной прессы России. Portal.sgo.ru