



# СОЛНЫШКО

С Днем Народно-  
го Единства-4  
ноября.

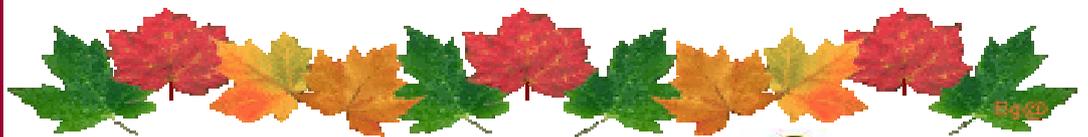
В этом  
выпуске:

- |                                      |    |
|--------------------------------------|----|
| Новые друзья                         | 2  |
| Всемирная неделя предпринимательства | 3  |
| Профессиональные пробы               | 4  |
| Поздравляем                          | 5  |
| «Пока все дома»                      | 6  |
| О выборе профессии                   | 7  |
| Кулинарный час                       | 8  |
| День матери                          | 9  |
| Полезные советы                      | 10 |



Дата выпуска: 30 ноября 2016

Выпуск № 13



ГУ ЯО «Угличский детский дом»





# Новые друзья



21 ноября к нам приехало необычайно много юных энергичных гостей – ребят из Отрадновского СКЦ. По словам педагогов, организовавших эту встречу, еще большее количество детей-волонтеров откликнулись на предложение помогать воспитанникам детского дома и хотели бы поехать к нашим ребятам, и в следующий раз гости приедут уже в обновленном составе.

Первые впечатления, которыми поделились гости, - стали для нас очень приятными. Все – и взрослые, и дети – обратили внимание на уют и домашнюю обстановку детского дома. Ребята были приятно удивлены, они совсем иначе представляли себе жизнь в детском доме.

Встреча началась со знакомства в кругу, где каждый рассказал немного о себе. А затем гости предложили воспитанникам принять участие в увлекательных и необычных мастер-классах: быстрая сборка кубика рубика, вязание морских узлов, шашки, шахматы, изготовление веселых зверей из пластиковых тарелок. Наши ребята с огромным удовольствием включились в работу, и после мастер-классов Настя и Ваня еще долго крутили в руках кубик рубика, складывая новые грани.

Завершилась встреча чаепитием и просто разговорами детей друг с другом. Мы с радостью приняли приглашение наших новых друзей съездить в гости в п. Отрадное и с нетерпением ожидаем новой встречи. Надеемся, что она будет такой же увлекательной и запоминающейся!

Мы выражаем слова искренней благодарности волонтерам Отрадновского СКЦ за

проявленное внимание к детскому дому и за участие в жизни наших воспитанников!



*Багрова Н.В.*

## «Всемирная неделя предпринимательства»

В нашем доме прошла Всемирная неделя предпринимательства. В рамках этой недели нас посетил индивидуальный предприниматель -. Социальный педагог провел игру «Мы – предприниматели». Мы учились продавать, зарабатывать деньги, произ-

водить покупки. В течение недели с воспитателями разбирали основные понятия по данной теме.



*Макаров Е.*



## «Всемирная неделя электросбережения»

С 21 по 26 ноября 2016 года Минобрнауки России совместно с Минэнерго России проводит **Неделю энергосбережения**.

Цель данного мероприятия: привлечение внимания обучающихся к экономии энергии и энергоресурсов, вовлечение в реальную деятельность по изучению окружающей среды и её охране, привитие навыков экологически безопасного стиля жизни.

В наши дни проблема ресурсосбережения становится все более и более актуальной. Дело в том, что благополучие человечества в будущем во многом зависит от того, насколько эффективно использу-

ются природные ресурсы сейчас. Рост энергопотребления рождает экологические проблемы: увеличивается нагрузка на природу, истощаются природные ресурсы. А в будущем, возможно, появится дефицит энергии. А это может снизить дальнейшее развитие нашей страны. Мы считаем, что каждый человек должен бережно относиться к потребляемым благам цивилизации, доставляемым ему в дом воде, теплу и свету.



*Баева А.*

# Профессиональные пробы

Минувшие ноябрьские праздничные дни для нашего воспитанника Николая стали самыми настоящими трудовыми буднями: Николаю посчастливилось стать участником проекта «Кем я буду?» и два дня поработать в дружном коллективе наших давних друзей из команды «Декатлон». Волонтер Вера подарила Николаю возможность попробовать собственные силы в магазине спортивных товаров Декатлон-Лефортово и на складе спортивных товаров Декатлон-Домодедово. Николай оказался старательным и ответ-

ственным работником, и это было отмечено сотрудниками фирмы. Домой юноша возвратился обладателем двух дипломов и самое главное – получившим новый социальный опыт. Возможно, именно эта поездка окажется решающей в его судьбе и в профессиональном самоопределении. Пожелаем Николаю дальнейших успехов и таких людей на его жизненном пути, которые помогли бы ему не ошибиться.

*Коллектив Угличского детского дома выражает*

*благодарность магазину Декатлон-Лефортово и складу Декатлон-Домодедово за оказанное содействие в организации работы по профессиональному самоопределению воспитанников детского дома.*

*Багрова Н.В.*



Всем привет! Хочется поделиться с Вами впечатлениями от поездки. В общении с людьми я узнал много интересного о разных профессиях, попробовал и свои силы в трудовой





С днем рождения

Макарова Евгения –29 ноября

Итоги конкурса



## «Пока все дома»

17 ноября нас снимали операторы из программы «Пока все дома». В съёмках принимали участие: Баева Анастасия, Макарычева Елена, Макарычев Николай, Соколов Иван и я. Нас снимали для того, чтобы нас взяли в приемные семьи.

Расскажу о своих впечатлениях. Перед этим днём мы сильно волновались. Во

время съёмок мы были очень заняты: мы рассказывали о себе, танцевали танец, занимались математикой и русским языком, я пекла шарлотку, Настя, Ваня, Лена, Коля участвовали в тренировке джигитсу. У Лены и Коли было занятие с психологом. Моё яркое воспоминание: как я с братом и сестрой играли в игротеке.

Я хочу пожелать всем ребятам, чтобы они обрели свои семьи.



Макарычева Н.

## О выборе профессии

### Активная позиция на рынке труда



Достаточно много молодых людей в настоящее время сталкивается с проблемами, связанными с рынком труда. Эти проблемы можно объединить в две группы: связанные с выбором профессии и дальнейшим трудоустройством. Необходимо отметить, что каждый преодолевает эти трудности по-разному. Кто-то быстро находит выход из сложившейся ситуации, а кому-то требуется больше времени для принятия оптимального решения. Для кого-то принятое решение является удачным, и он быстро добивается профессионального успеха, а кто-то не в силах найти ответы, и вынужден

занять позицию «неудачника». А вот задумывались ли Вы когда-нибудь над тем, почему так получается: одни достигают «высот», а другие оказываются «не у дел»? На самом деле, во многом «успех» и «неудача» зависят от наличия или отсутствия активной жизненной позиции.

Что же мы подразумеваем под этим термином – «*активная позиция*»?

Активная жизненная позиция означает действия во имя достижения цели, предложение способов преодоления проблем, путем поиска конструктивных решений. В основе

активной жизненной позиции личности лежит мотив достижения успеха. Для таких людей очень важно хорошо учиться, эффективно работать, достигать высокого качества в любом виде деятельности. Они стремятся улучшить уже имеющийся результат или получить принципиально новый. Они способны получать удовольствие от своей трудовой или учебной деятельности, способны радоваться успеху в мелочах, заинтересованы в том, чтобы довести начатое дело до конца (т.к. четко знают, для чего им это необходимо). В связи с этим они более настойчивы в преодолении препятствий. Такие люди успешны не только в профессиональной деятельности, но и уже во время выбора профессии, т.к. заинтересованы в дальнейших перспективах и способны заранее спланировать свой профессиональный рост.

Наличие активной жизненной позиции дает человеку возможность быстрого продвижения по службе, ведь руководство замечает такие кадры ещё в начале их профессионального пути, а иногда даже на момент прохождения учебной практики таким людям могут поступать заманчивые предложения о приеме на работу. Помимо карьерного роста и материальной стабильности, активная позиция дает признание среди коллег, престиж и определенную долю независимости, связанную со способностью самостоятельно принимать решения. В свою очередь, такой специалист получает моральное удовлетворение от работы, возможность собственного развития в процессе деятельности. А как развить в себе **активную жизненную позицию**? С чего начать?

#### Советы

##### **Научитесь ставить цели**

- С чего следует начинать любую деятельность в первую очередь?
- С формулировки цели.

Размытость ожидаемых результатов, нежелание разбираться в себе провоцируют сложности в постановке адекватных целей. Обратите внимание на **правила формулировки цели**:  
цель должна быть конкретной; измеримой;

мотивирующей;  
реалистичной;  
ограниченной по сроку достижения.

##### **Избавьтесь от «вредных привычек»**

Под вредными привычками здесь подразумевается не только злоупотребление алкоголем и курение, речь идет о том, что способно отнять у вас много времени без принесения какой-либо пользы. Например, бесцельное проведение времени в социальных сетях, многочасовое зависание в on-line играх. Это вовсе не значит, что Вам следует полностью перестать появляться в социальных сетях или любимой игре, просто знайте меру, ведь сэкономленную часть времени можно потратить ещё на что-то.

##### **Читайте**

Расширяйте свой кругозор. Читайте книги, научно-популярные журналы, интернет блоги успешных людей и т.д. Получайте полезную информацию в различных сферах: экономике, политике, социологии, психологии и др.

##### **Проводите с толком каждые выходные**

Основная цель выходных не в том, чтобы выспаться и «ничего не делать». Отдыхайте активно: посещайте музеи, выставки, театры, общайтесь с интересными людьми, заводите новые знакомства, устраивайте с другом прогулки на велосипедах. Чем больше вы получите впечатлений, тем лучше начнете разбираться во многих вещах.

##### **Овладейте тайм менеджментом**

**Тайм менеджмент** – это технология организации времени и повышения эффективности его использования. В некотором роде это не столько набор техник, сколько стиль жизни и философия ценности времени в быстром потоке информации и постоянно меняющемся мире. Научитесь планировать свое время, это будет очень полезно на разных этапах профессионального роста.

##### **Привнесите новизну в свою жизнь**

Рискните изменить имидж, сделайте в своей комнате перестановку мебели. Проявите интерес к тем видам искусства, о которых пока

мало знаете. Поиск чего-то нового позволит вам развить в себе творческий потенциал.

##### **Инвестируйте в себя**

В настоящее время получить только одно образование недостаточно. В современном мире требуются знания во многих областях, и естественно, что если Вы обучаетесь только в одном колледже или вузе, то получить все необходимые знания для дальнейшей работы будет для Вас практически невозможно. Поэтому следует подумать о получении дополнительного образования. Также Вы можете посещать всевозможные тренинги, семинары. И помните о том, что обучаться по дополнительным образовательным программам можно ещё будучи студентом.

##### **Не бойтесь**

Постарайтесь преодолеть страх того, что из Ваших идей может ничего не получиться. Успешные люди всегда рискуют. Если не попробовать, нельзя узнать: «Удачная была идея или нет?».

##### **Окружайте себя успешными людьми**

Учитесь на примерах успешных людей. Просите у них совета. Общайтесь с ними, насколько это возможно. Приобретайте знания, которые в дальнейшем могут очень пригодиться.

##### **Оставьте негативные переживания в прошлом**

Живите в настоящем и задумывайтесь о будущем. Из прошлого возьмите только ценный опыт, а все негативные переживания следует отпустить. Иначе вместо того, чтобы идти вперед, Вы будете постоянно оглядываться назад. Следуйте приведенным выше советам, проявляйте больше инициативы в разных сферах деятельности и помните, что «под лежачий камень вода не течет».



Гоностарева А.К.

# КУЛИНАРНЫЙ ЧАС

*Листая страницы журнала, наткнулась на интересный рецепт, которым хочу поделиться с Вами и в скором времени опробовать сама!*

## **Курица со шпинатом.**

Ингредиенты;

на 4 порции; 400г картофеля, 50г бекона, 50г шпината, 2 луковицы, 5 ст. л. оливкового масла, 40г сыра, 4 куриных филе, 100г листьев салата, 1 ст. л. винного уксуса, соль, молотый чёрный перец.

Приготовление.

1. Картофель нарезать кубиками и отварить в подсолен-

ной воде в течение 15 мин. Откинуть на дуршлаг. Бекон нарезать мелкими кубиками и подрумянить на сухой сковороде.

2. Шпинат нарезать полосками. Лук порубить и слегка подрумянить на 1 ст. л. масла. Сыр натереть. Шпинат, лук, сыр перемешать. Можно добавить 1 ст. л. любой рубленой зелени. Посолить и поперчить.

3. В каждом филе сделать глубокий продольный надрез. Начинить приготовленной ранее смесью; Скрепить зубочистками и обжарить на оставшемся масле со всех сторон.

4. Листья салата соединить с картофелем, беконом, оливковым маслом и уксусом. Подать вместе с куриным филе.

*Макарычева Н.*





## День Матери

26 ноября в нашем детском доме пошёл праздник " День матери". Дети ответственно подошли к подготовке этого мероприятия: выучили стихотворения, разучили новые танцы и песни. Новшеством стали подарки- это портреты педагогов, изготовленные самими детьми.

На праздник были приглашены гости, но пришло их немного, поэтому мероприятие прошло в уютной домашней атмосфере. В целом празд-

ник прошёл очень весело, интересно и закончился флешмобом.



*Комарова А.А.*

## «Теплый дом»



*В ноябре я снимался в проекте «Теплый дом», который транслируется на нашем Угличском телевидении.*

*Мозиков И.*

-Вань, тебе понравилось сниматься на телевидении?

-Да, я люблю быть в центре внимания!

-О каком самом главном качестве ты рассказал?

-Я говорил о том, что умею дружить!

-Это действительно так?

-Да, я ответственно подхожу к вопросу дружбы!

-Желаем тебе обрести в жизни искренне верных друзей!



Выпуск  
подготовили:  
Багрова Н.В.,  
Гоностарева А.К.,  
Комарова А.А.,  
Баева Анастасия,  
Горелов Евгений,  
Макаров Евгений,  
Мозиков Иван,  
Макарычева  
Надежда,  
Рыскин Н.

Тираж: 1 публикация

Один за всех и все  
за одного!

Телефон:  
8(48532) 2-02-36  
Эл. почта :

gouyaoydd@mail.ru

Наш адрес: г. Углич, ул.  
Ольги Берггольд, д 6

  
ГУ ЯО «Угличский  
детский дом»



**Правила поведения и техники безопасности для детей и подростков при работе за компьютером**

**Требования безопасности перед началом работы.**

1. Не входить в кабинет в верхней одежде, головных уборах, грязной обуви, с громоздкими предметами. Передвигаться в кабинете спокойно, не торопясь.
2. Работать разрешается только на том компьютере, который выделен на данное занятие.
3. Не разговаривать громко, не шуметь, не отвлекать других учащихся.
4. Перед началом работы необходимо убедиться в отсутствии видимых повреждений оборудования на рабочем месте.
5. Напряжение в сети кабинета включается и выключается только преподавателем.

**Требования безопасности во время работы.**

1. С техникой нужно обращаться бережно, на клавиатуре работать не спеша, клавиши нажимать нежно.
2. При появлении изменений в функционировании аппаратуры, самопроизвольного ее отключения необходимо немедленно прекратить работу и сообщить об этом педагогу.
3. Контролировать расстояние до экрана и правильную осанку.

4. Не допускать работы на максимальной яркости экрана дисплея.

**5. Запрещается.**

- Эксплуатировать неисправную технику.
  - При включенном напряжении сети отключать, подключать кабели, соединяющие различные устройства компьютера.
  - Касаться экрана дисплея, тыльной стороны дисплея, разъемов соединительных кабелей, токоведущих частей аппаратуры.
  - Самостоятельно устранять неисправность работы клавиатуры.
  - Нажимать на клавиши с усилием или допускать резкие удары.
  - Пользоваться каким-либо предметом при нажатии на клавиши.
  - Передвигать системный блок и дисплей.
  - Класть какие-либо предметы на системный блок, дисплей, клавиатуру.
  - Работать грязными, влажными руками, во влажной одежде.
  - Работать при недостаточном освещении.
  - Работать за дисплеем дольше положенного времени.
  - Запрещается без разрешения педагога включать и выключать компьютер, дисплей.
  - Подключать кабели, разъемы и другую аппаратуру к компьютеру.
6. По окончании работы выполнить действия строго по указанию педагога.