

#ПРОСТОКЛАСС

ИВАНОВСКАЯ ГОРОДСКАЯ ШКОЛЬНАЯ ГАЗЕТА
12+
ЯНВАРЬ 2022
#1 (21)

СТАНЬ
ЛИЦОМ
ОБЛОЖКИ!

КАПИТАНЫ
ИВАНОВО
/ СТР. 9

ОНЛАЙН-ШКОЛЫ
VS РЕПЕТИТОРЫ
/ СТР. 6-7

КИБЕРСПОРТ.
ЗА НИМ
БУДУЩЕЕ?
/ СТР. 12-13

ШКОЛЬНЫЕ ПАРУЧКИ

LOVE STORY / СТР. 10-11



О любви и деньгах

В общем-то после названия можно заканчивать характеризовать получившийся у нас выпуск газеты. Кстати, первый в этом году. Поздравляю!

В редакции мы договорились, что темы журналисты выбирают сами, им повестку не навязывают и курс не определяют. Поэтому то, что вы читаете – исключительно инициатива корреспондентов. И так, что же у нас вышло? Аж 4 полосы про деньги и возможности их заработать. Полина Троицкая познакомит нас с Ефимом Смирновым, который уже в 11 классе начал неслабо зарабатывать (стр. 4-5). Денис Луньков сходил в Бизнес-школу ЦДТ №4 и узнал, как запустить свой бизнес-проект (стр. 8). А Саша Ильин познакомился со студентами РЭУ им. Плеханова и узнал у них, как в вузах продвигают предпринимательство (стр. 9). Читайте и заряжайтесь энергией денег (потрите страничку,

налички прибавится). От энтузиазма наших героев можно неслабо вдохновиться. Я уже.

Для тех, кто считает, что монеты и купюры – это не самое важное, есть тема любви. На страницах 10 и 11 love story школьных парочек. Очень милые и нежные рассказы о первых чувствах. Начинайте морально готовиться ко Дню Валентина.

На 3 полосе вас ждёт то, что я считаю журналистской удачей – текст Ангелины Потаповой о дистанте. Ей удалось найти учителя, который не постеснялся рассказать о возникающих в школах проблемах. Мы постарались найти плюсы в дистанте и привлекли к обсуждению мэра.

Уделили мы местечко на полосах темам искусства (стр. 18), уверенности в себе (стр. 17) и, конечно, подготовке к ЕГЭ. Наша умница Ксюша Кулешова (стр. 6-7) сравнила репе-

титоров и онлайн-школы и предлагает вам оценить аргументы за и против. Приглашаем на дискуссию в наши соцсети.



В этом номере есть и дебютантка, начинающий журналист, которая публикуется впервые. Лера Бирюкова немного нервничает и больше всех ждёт этот номер. Поддержите её, текст на странице 16.

Если считаете, что мы освещаем не те проблемы, курс и прицел сбились – приходите в редакцию и приносите свои идеи. Всегда рады. Газета сама себя не сделает, а вот вы можете помочь.

текст | Варя Рябинина

ДАЙДЖЕСТ 12+

Хорошие новости

САША МАЛЫЙ – УЧЕНИК ГОДА

Большая победа для всей области. Саша Малый из 30 гимназии (мы писали о его успехах много раз) взял очередную планку. Он выиграл Всероссийский конкурс «Ученик года – 2021». Жюри особенно впечатлило его финальное выступление, парень рассказал о культуре Ивановской области. Достижение весомое, за победу боролись 100 ребят из 38 регионов страны. Мы гордимся.

ПОДАРОЧЕК ДЛЯ ШКОЛЫ 8

Больше всех весны ждут ученики школы №8, уже под конец года им достроили ФОКОТ – физкультурно-оздоровительный комплекс открытого типа. Воспользоваться его преимуществами ребята не успели. В школьном дворе появилась хоккейная коробка 60х30 метров, вокруг беговая дорожка длиной 200 метров. Внутри коробки летом будет травяное покрытие – специальный газон с системой отвода воды. На спортплощадке по соседству можно играть в стритбол

НЕ ЗНАЕМ КАК ВАС, А НАС ОЧЕНЬ РАЗМАЗАЛО САЛАТАМИ И Каникулами. ПОЭТОМУ ПЕРВУЮ ПОЛОВИНУ ЯНВАРЯ МЫ ОТДЫХАЛИ, А ВТОРУЮ ПРИХОДИЛИ В СЕБЯ. ЕСЛИ У ВАС ТАКЖЕ – ЧИТАЙТЕ МАТЕРИАЛ. МЫ СОБРАЛИ НОВОСТИ ЗА ПОСЛЕДНИЙ МЕСЯЦ, ТЕ, ЧТО ВЫ МОГЛИ ПРОПУСТИТЬ В ЛЕНТЕ.

и волейбол. Появились здесь и трибуны на 100 мест, а ещё тренажёрный комплекс.

ТИКТОК ПРО ШУЮ ПОСМОТРЕЛИ 200 000 ЧЕЛОВЕК

И всё благодаря фестивалю «Русское Рождество». Организаторы отметили, что в этом году в Шую приехали больше 200 000 туристов, они съели 100 000 пирогов и 200 кг пряников. В экскурсии по городу участвовали 3000 человек, почти 8000 покатались на Рождественском экспрессе. Лента была просто завалена фотками из Шуй. А вы там были?

ОТГРЕМEL «ШКОЛЬНЫЙ РОК»

В начале января в Ивановском районе прошёл 22 открытый музыкальный

форум «Дебюты». Приехали ребята из Иванова, Владимира, Москвы, Калуги и других городов. 24 участника боролись за призы в номинациях: рок-группы, рок в акустике, вокал, инструментальные ансамбли. Лучшим вокалистом признан ивановец Богдан Щебельский. Гран-при достался группе «Бункер» из Коврова Владимирской области.

ЛУЧШИЙ В ТЕННИСЕ

Ивановец Егор Щербаков стал лучшим на турнире Tennis Europe Christmas Cup U14, который проходил в Химках. Вместе с напарником Фёдором Куриленковым им удалось обойти россиян Марата Салбиева и Савелия Рыбкина из Подмоскovie. Счёт в партиях – 6/2, 7/6(3). Поздравляем.

Дистант: ищем позитив и возможности



НАМ ВСЕМ БЫЛО ТЯЖЕЛО НА ДИСТАНТЕ, И ШКОЛЬНИКАМ, И УЧИТЕЛЯМ. ВО-ПЕРВЫХ, ПСИХОЛОГИЧЕСКИ, ТРУДНО УДЕРЖАТЬ ВНИМАНИЕ, СОСРЕДОТОЧИТЬСЯ, ВНИКНУТЬ В ТЕМУ И РАЗОБРАТЬСЯ. УЧИТЕЛЯМ БЫЛО СЛОЖНО ДОНЕСТИ ИНФОРМАЦИЮ В ЭТО НЕМОЕ ОКОШКО НА КОМПЬЮТЕРЕ. А ВО-ВТОРЫХ, ТРУДНО ТЕХНИЧЕСКИ. ОЧЕНЬ ЧАСТО ДЕВАЙСЫ НЕ ТЯНУТ ОНЛАЙН-ОБРАЗОВАНИЕ. СЕГОДНЯ РАССУЖДАЕМ ОБ ЭТОМ. ИЩЕМ ПЛЮСЫ И ВОЗМОЖНОСТИ, ГОТОВИМСЯ, ЕСЛИ ПРИДЕТСЯ ОКУНУТЬСЯ В ДИСТАНТ С НОВА.

В ЧЁМ СЛОЖНОСТИ?

Домашняя и школьная техника зачастую хромают на обе ноги. Занятия могут отмениться, если не работает звук, сыпется картинка, подвисает интернет, или техника не тянет приложение Zoom – проводник в мир знаний. Родители огорчены, расстроены учителя. В школах тоже бывают накладки.

Наталья Ерофеева, учитель географии:

– В нашей школе с современной техникой туговато, что добавляет проблем. В кабинете географии года с 2012 есть и интерактивная доска, и проектор, и автоматизированное рабочее место учителя. Но в полной мере это использовать не получается. У большинства педагогов кроме доски и мела ничего нет, некоторые компьютеры старше учеников. Приходится выкручиваться. Очень важно, чтобы

руководство школы пользовалось гаджетами, умело управляться с техникой и стремилось к получению новых знаний. Только так можно быть современными и на одной волне с детьми, создавать лучшие условия для работы учителей.

КАК БЫТЬ?

Во-первых, выдохнуть и смириться. Дистант зависит не от нас. И если он повторится, надо настроиться.



Владимир Шарыпов, глава города Иваново:

– Все понимают, что дистант никогда не заменит школьные занятия.

Мера это вынужденная, и основная наша задача – максимально помочь и школьникам, и учителям, и родителям встроиться в учебный процесс. В любой неудобной или кризисной ситуации всегда нужно искать возможности. Опыт дистанта мы сможем использовать во время коротких сезонных карантинов или для организации учёбы во время болезни ученика или учителя. Плюс, каждый школьник примеряет на себя онлайн-обучение, в будущем это поможет самообразованию и повышению квалификации.

Можно стать экспертом по Skype, Zoom, разобраться в программах, чтобы помогать одноклассникам и учителям. За это все скажут вам спасибо. Надо расценивать дистант, как возможность получить новые навыки –

совместно работать над документами в Google Classroom и Google Docs. А ещё изучить платформы с готовым контентом для самостоятельной работы дома – Яндекс.Учебник, Учи.ру, ЯКласс, МЭШ, РЭШ, InternetUrok.ru.

Ярослав Иванов, ученик школы №2:

– Иногда было сложно, особенно, когда тебя не видят, а ты не слышишь. Думаю, проблемы при обкатке новой системы неизбежны. Жаль только, что этот период пришёлся на наше обучение. Приходится добирать самостоятельными занятиями. Тоже онлайн.

БЕРЁМ РЕШЕНИЕ НА СЕБЯ

Интернет – всему голова, поэтому от качественного соединения зависит, увидят вас онлайн-собеседники или нет. Поэтому, если домашняя сеть не тянет, изучите предложения от провайдеров и подскажите родителям. Скорость интернета и скорость вашего образования прямо пропорциональны.

И не молчите, если не тянет ноутбук или компьютер, расскажите учителям, они смогут подобрать сервис, к которому можно подключиться с планшета или телефона. Дистант нас разединил, а сможет объединить, если мы будем решать проблемы вместе.

Как? Самое время создать чат, писать туда, если случилась техническая неполадка. Система новая для учителей и учеников, давайте разбираться вместе. Воспринимайте, как новый вызов, планку, которую надо взять.





КАЖДЫЙ ИЗ НАС ХОЧЕТ НАЙТИ ДЕЛО СВОЕЙ ЖИЗНИ, РАЗВИВАТЬСЯ В НЁМ И ПОЛУЧАТЬ ХОРОШИЕ ДЕНЬГИ. ВСЁ ЭТО БУДЕТ, НО ПОЗЖЕ, КОГДА МЫ ЗАКОНЧИМ ШКОЛУ, ВУЗ, НАЙДЕМ РАБОТУ. ТАК РАССУЖДАЕТ БОЛЬШИНСТВО. НО ЕСТЬ И ТЕ, КТО НАЧАЛ СТРОИТЬ СВОЙ БИЗНЕС И ЗАРАБАТЫВАТЬ, ЕЩЁ УЧАСЬ В ШКОЛЕ. НАШ ГЕРОЙ СЕГОДНЯ – ЕФИМ СМИРНОВ, СОЗДАТЕЛЬ «МАТЧТАЙМ».

Ефим Смирнов: «Я зарабатываю МНОГО»

– Ефим, расскажи о себе то, что считаешь важным.

– Считаю, что о каждом человеке можно написать целую книгу, в каком бы возрасте он ни находился, поэтому, чтобы не уходить в детали, отвечу кратко. Я учился в 4 школе, занимался в Хоровой школе мальчиков, был депутатом VII созыва Ивановской городской ученической Думы. Везде я оттачивал трудолюбие, упорство, организаторские способности. Они-то и помогли мне открыть своё дело, создав организацию «МатчТайм».

– Чем занимается «МатчТайм»?

– Развитием футбола в Ивановской области и популяризацией здорового образа жизни. Мы организуем матчи и турниры, в которых может участвовать любой желающий. Тот, кто хочет получать эмоции, кто любит футбол, кто грезит хорошей физической формой, кто умеет забивать голы.

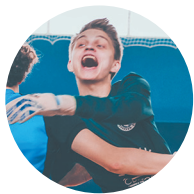
– Как пришла идея создать «МатчТайм»?

– Идея пришла за долю секунды, когда я организовал матч для друзей. Тогда я решил, что смогу развиваться и развивать футбол, предоставляя возможность играть всем желающим.

– Расскажи, сколько людей работает на тебя, и чем они занимаются?

– Люди работают со мной, а не на меня. Огромную роль играют те, с кем мы бок о бок занимаемся организацией турниров. С такими коллегами очень легко достигать поставленных задач и добиваться самых высоких целей. Считаю, что правильная и сплочённая команда – 80% успеха компании. Хочу отметить двух своих главных помощников – Матвея Чистякова и Элвина Усищева, а ещё директора спортивной школы «Текстильщик», большого советника и прекрасного наставника Горо-





ЕФИМ СМИРНОВ
18 ЛЕТ, ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ

Студент исторического
факультета МГПУ



**МАТЧТЙМЕ – КОМПАНИЯ,
ЗАНИМАЮЩАЯСЯ ОРГАНИ-
ЗАЦИЕЙ ТОВАРИЩЕСКИХ
МАТЧЕЙ И ФУТБОЛЬНЫХ
ТУРНИРОВ.**



щукана Василия Владимировича, главного судью организации, опытного учителя Чугунова Владимира Александровича.

- Кто и что помогло тебе поставить бизнес на ноги?

- Я много читал, как строить своё дело. Плюс, ИГУД сильно повлиял на меня и мои организаторские способности. Я слушал людей, следовал их наставлениям. Поначалу опытных знакомых в этом деле у меня не было, и я действовал интуитивно. Но Василий Владимирович и Владимир Александрович сильно мне помогли, как только мы с ними познакомились.

- Как удалось совмещать учёбу в школе и своё дело? Особенно в 11 классе.

- Я благополучно (не)учился на заочном обучении. Это помогало совмещать подготовку к ЕГЭ и работу. Было непросто, по будням я готовился к экзаменам, а по выходным плотно работал.

- Сколько ты зарабатываешь?

- Много. Или это ЧСВшно? Тогда, достаточно для того, чтобы прожить без родительской помощи.

- А как реагируют на бизнес родители?

- Бесконечно поддерживали и помогали советами. Гордились и просили не забывать об учёбе.

- С ноября 2020 года ты индивидуальный предприниматель. Расскажи про свою эмансипацию.

- В какой-то момент я понял, что мне нужно юридически оформить своё дело для дальнейшего роста «Мат-

чТайм». Поскольку мне не было 18, нужно было пройти процедуру эмансипации, проще говоря, официально получить от государства признание своей дееспособности. Изучив варианты, я понял, что мне поможет нотариально заверенное разрешение родителей на определенные действия. Поговорил с мамой и папой, они поставили свою подпись в документе, и теперь я мог легально жениться без разрешения родителей и, конечно же, заниматься предпринимательской деятельностью.

- Тяжело ли было, с какими трудностями ты сталкивался?

- В силу характера, я спокойно отношусь к возникающим трудностям. стараюсь обдумывать решения и принимать их с холодным рассудком. Трудности - понятие обтекаемое. Я для себя предпочитаю называть их задачами и решать.

- Какие советы ты можешь дать ребятам, которые тоже хотят в столь юном возрасте открыть свой бизнес?

- Занимайтесь тем, чем вам нравится, и в скором времени вы поймёте, как превратить хобби в работу. Нужно усердно трудиться. И всё получится!

- Хочешь ли связать свою дальнейшую жизнь с этим бизнесом? Кем хочешь стать в будущем?

- Я планирую развивать своё дело постоянно, ведь здесь нет потолка. В планах - выход на совершенно новый уровень. Хочу получить высшее образование и решить, в какую сторону развернуть свою жизнь.



Онлайн-школы VS репетиторы

РАЗМИНКА ПЕРЕД БОЕМ

На дворе почти февраль, а тетради по подготовке все ещё пытаются докричаться до хозяина из дальнего угла комнаты? Пора забыть о фотографиях с моря и «Jingle bells» в наушниках, до экзаменов остаётся

всё меньше времени. Но это не повод паниковать: впереди ещё целых 4 месяца, за которые можно, как минимум, дважды перечитать «Войну и мир» и даже прорешать все сборники от ФИПИ по нужным предметам.

Поэтому выбирайте удобный формат дополнительной подготовки, чтобы научиться наконец щёлкать задания из КИМов. Самостоятельно подготовиться за такое время сложно, поэтому есть пара вариантов: онлайн-школы и репетиторы.



В КРАСНОМ УГЛУ РИНГА – РЕПЕТИТОРЫ

Родители по старинке доверяют частным наставникам. Они надёжные, они контролируют, мотивируют и заставят учить, если понадобится.

- + Индивидуальный подход. Репетитор прорабатывает с ребёнком те темы, которые особенно проседают. Темп работы определяют по ходу.
- + Комфортная обстановка, полное погружение в учёбу, без отвлечений на сериалы и соцсети.

— Занятия с репетитором – дорогое удовольствие. Один час стоит около 700-1200 рублей, зависит от опыта преподавателя, его регалий, навыков и т.д.

— Много времени уходит на дорогу, если преподаватель живёт далеко.



В СИНЕМ УГЛУ – ОНЛАЙН-ШКОЛЫ

Новый формат, ставший особенно популярным в пандемию. Для занятий потребуется – планшет или компьютер, интернет и ваша внимательность. Уроки проходят на онлайн-платформах, домашние задания оперативно проверяют кураторы.

- + Не нужно тратить время на дорогу: занимайтесь дома, в гостях у бабушки, друзей или где удобно.
- + Низкая цена: месяц занятий в онлайн-школе стоит как неделя занятий у репетитора.

— Групповые занятия подходят не всем. Тем, кто сильно отстаёт от программы или, наоборот, идёт вперёд, лучше брать индивидуальные занятия.

— Важна самодисциплина: куратор или наставник следят только за выполнением заданий, а глубина проработки темы на вас.

САМОЕ ВРЕМЯ РАЗОБРАТЬСЯ, КАКОЙ ИЗ ФОРМАТОВ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ К ВЫПУСКНЫМ ЭКЗАМЕНАМ ЭФФЕКТИВНЕЕ: ОНЛАЙН-ШКОЛЫ ИЛИ РЕПЕТИТОРЫ. ГОТОВЬТЕСЬ К ЗРЕЛИЩНОЙ СХВАТКЕ. СУДЬЯ УЖЕ НА РИНГЕ. ЖДЁМ СОПЕРНИКОВ.



Рафина Алиева, г. Иваново:

– Репетитору всегда можно задать любые вопросы, даже не по теме. Он поможет по предмету и поддержит психологически.

Ева Старыгина, г. Санкт-Петербург:

– У меня есть частный преподаватель, но я решила, что нужно дополнительно взять онлайн, будет только в плюс. Часто во время болезни или из-за занятости приходится отменять занятия с репетитором, а уроки в онлайн-школе всегда сохраняются в записи, так что посмотреть их можно в любой момент.

Алина Родионова, г. Иваново:

– При подготовке к экзаменам важен личный контакт с учителем. Я намного легче воспринимаю информацию, когда занимаюсь один на один. Есть ещё одно преимущество над онлайн-школами. С экрана монитора запоминается только 10% процентов информации, тогда как в очном формате – почти 100%. Эффективнее, правда?

Вы же поняли, что судья – вы? Поэтому только вам определять, кто стал победителем в схватке. Определяйтесь и вперед за заветной соточкой!

ГДЕ НАЙТИ ПОМОЩНИКОВ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ?

РЕПЕТИТОР

- **Сарафанное радио.** Спросить друзей и знакомых, сын маминной подруги, Наверное, точно знает. Заодно можно собрать отзывы, узнать стоимость, понять ещё до встречи, подходит учитель или нет.
- **Специализированные сайты.** «Профи-ру», «Репетитор-ру», «Яндекс-услуги», «Ассоциация репетиторов», «Ваш репетитор». Там можно составить нужную заявку, указать требования, выбрать ценник, почитать отзывы. Очень удобно и широкий выбор.
- **Вузы.** Решили, куда будете точно поступать? Тогда добро пожаловать на сайт учебного заведения, ищите там своих будущих преподавателей и узнавайте, берут ли они учеников.

Алина Родионова, г. Иваново:

– Учитель, который хочет высокого результата от своего ученика, будет максимально требовательным и придирчивым. Поэтому ученик должен выбирать наставника, который ему спуска не даст.

ОНЛАЙН-ШКОЛЫ

- **В интернете.** Ответ прост и очевиден. Поэтому поисковики в помощь. Можно искать по рекламной вкладке, можно в топах лучших онлайн-школ. Выбирать старайтесь по цене, удобству сайта и отзывам. Вот несколько школ: «ИнтернетУрок», «Фоксфорд», «Бит», «Онлайн-лицей №1», «Алгоритм».

Алина Якунина, г. Томск:

– Онлайн-школу я бы советовала выбирать по отзывам: не только тем, что выложены на сайте, но и на сторонних ресурсах. Можно писать выпускникам, спрашивать об их истории сдачи экзаменов. Ещё заранее стоит посмотреть хотя бы один открытый урок с преподавателем, чтобы понять, подходит он или нет.



В 20 ВЕКЕ ВСЕ МАЛЬЧИКИ МЕЧТАЛИ СТАТЬ КОСМОНАВТАМИ, А ДЕВОЧКИ БАЛЕРИНАМИ – ТАК НАМ РАССКАЗЫВАЮТ БАБУШКИ И ДЕДУШКИ. А МЫ В 21 ВЕКЕ ХОТИМ БЫТЬ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЯМИ И ЗАРАБАТЫВАТЬ МНОГО ДЕНЕГ. НО ГДЕ ЖЕ НАУЧИТЬСЯ БИЗНЕСУ? В ШКОЛЕ ТОЧНО О ТАКОМ НЕ ГОВОРЯТ. МОЖНО В ЦДТ 4, ТАМ С СЕНТЯБРЯ РАБОТАЕТ БИЗНЕС-ШКОЛА, ГДЕ ПОДРОСТКОВ УЧАТ ОСНОВАМ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА. Я РАЗУЗНАЛ, ЧТО ТАМ И КАК, ГОТОВ ДЕЛИТЬСЯ.

Бизнес для подростка

ЧТО ТАКОЕ БИЗНЕС-ШКОЛА?

Это место, где рождаются и живут бизнес-проекты. Там есть всё, чтобы воспитанники стали в будущем крутыми предпринимателями и заняли свои места в списке Forbs. Занятия подходят для подростков от 13 до 17 лет, наставники отмечают, что это идеальный возраст для определения своего пути в жизни.

Бизнес-направление становится как никогда популярным, есть сотни и тысячи тренингов, где желающих учат азам предпринимательства за немалые деньги, у школьников есть шанс получить полезные компетенции совершенно бесплатно, после уроков в школе.

Рома, воспитанник бизнес-школы:

– Я пришёл сюда, потому что понял: это мне надо в жизни, я хочу этим заниматься. Уже есть пара рабочих и крепких бизнес-идей, а ведь мы не так давно начали.

Дана, воспитанница бизнес-школы:

– Мне посоветовала школу мама, она знает о моей мечте открыть своё дело. Я хочу настроить бизнес так,

чтобы он приносил деньги, а не проблемы.

ЧЕМУ УЧАТ?

Программа состоит из разных блоков. Личностное развитие – у предпринимателя должны быть отточены лидерство, воля, предприимчивость, коммуникабельность. Профессиональное образование – наставники рассказывают про бизнес-процессы, как их строить, как создавать бизнес-модель, как разрабатывать и реализовывать бизнес-проект, с чего начинать. Всё это очень пригодится будущему бизнесмену или просто успешному человеку. Ребята учат презентовать себя, ставить цели, креативить и просчитывать каждый шаг.



Юлия Маринина, наставник бизнес-школы:

– Наша программа длится год. Первые полгода мы знакомимся, с собой, с понятиями предпринимательства, с различными бизнес-проектами и процессами. Дальше ребята разрабатывают свой проект, в конце года его защищают. За это время они пробуют сами придумать идею, её протестировать, учатся продать свой проект. За один год мы получаем большой опыт.

В современном мире так много возможностей для реализации идей, заработка и крутой яркой жизни. Нужно ими пользоваться! Например, в бизнес-школе. Там раскрывают потенциал.

КАК ЗАРАБОТАТЬ ПОДРОСТКУ?

А вот несколько идей для тех, кто хочет заработать уже сейчас.

По закону работать можно с 14 лет. Берём разрешение у родителей и начинаем искать подходящие варианты. Например:

- Писать отзывы и получать за это деньги. Оставлять комментарии под постами, видео (некоторые платформы платят за это). Гуглите!
- Вести блог (на Ютубе, в Инсте или TikTok), хорошо его развить, и в дальнейшем брать за рекламу.
- Попроситься на стажировку в компанию, деньги будут небольшие, а вот опыт – огромный.
- Фрилансить. Умеешь фотопить, писать тексты, разбираешься в компах – найдутся те, кто купят твои навыки.
- Хендмейд. Варить мыло, шить, вязать, плести – ручной труд в моде. Подключай родителей. И вот он – семейный бизнес.



РЕБЁНОК 14-15 ЛЕТ МОЖЕТ РАБОТАТЬ 4 ЧАСА В ДЕНЬ, 15-16 ЛЕТ- 5 ЧАСОВ, 16-18 ЛЕТ - 8 ЧАСОВ.



Капитаны Иваново

ПРО ШАНСЫ И ВОЗМОЖНОСТИ

ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО ТАКОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА «КАПИТАНЫ»? ЕСЛИ ЕЩЁ НЕТ, СКАНИРУЙТЕ QR, А ПОСЛЕ ЧИТАЙТЕ НАШУ СТАТЬЮ. РАССКАЖЕМ, ЧТО ЭТО ЗА ДВИЖ, И ПОЗНАКОМИМ ВАС С ОДНОЙ ИЗ ЕГО АКТИВНЫХ УЧАСТНИЦ – КАРИНОЙ ДЖАМАНКУЛОВОЙ.



КАРИНА
ДЖАМАНКУЛОВА,
18 ЛЕТ

– Карина, привет! Расскажи нам поподробнее о том, как работают «Капитаны»?

– Приветствую! «Капитаны Иваново» – это дополнительный факультет в РЗУ, на котором можно получить полезные навыки и компетенции. Например, я учусь на менеджменте, а параллельно посещаю встречи «Капитанов». Мы слушаем интересных гостей, читаем полезные книги, делаем важные для общества проекты.

«Капитаны Иваново» – это факультет бизнеса с нестандартным подходом к обучению. У нас 50% теория и 50% практика. Здесь нет пар, лекций, сессий. Есть только спикеры, модули, проекты – это действительно круто!

– В «Капитанах» ты в медиа-штабе. Что это значит?

– «Медиа-штаб» – это одна из структур «Капитанов». Есть ещё «КЭП» – подразделение, которое организует мероприятия, есть «Инфо» – там ребята следят за нашими достижениями, и есть «Медиа-штаб», в котором работают ответственные за ведение соцсетей. С нас посты, фотографии, интервью, контент и так далее.

– Какие проекты организуют «Капитаны»?

– Огромное количество встреч и мастер-классов с реальными предпринимателями, которые учат вести своё дело, продавать и продвигать товары и услуги, выстраивать стратегии. «Капитаны» всегда про интенсивы, практикумы, воркшопы.

– Чему ты уже научилась?

– Самое важное – работать в команде. Доверять и делегировать – это

редкое и полезное умение. Ещё осваиваем методы работы с людьми, как их расположить, как выстроить коммуникацию. Мы посещаем мастер-классы по ораторскому мастерству, учимся преодолевать себя и не опускать руки, быть всегда готовыми к разным исходам событий. Не теряться и идти дальше.

– Для чего ты получаешь бизнес-навыки?

– Я хочу открыть своё дело. У меня уже есть небольшой опыт, мы разработали и собрали бьюти-боксы, потом продавали их. Я смогла на практике применить всё, чему нас учили – искать и анализировать целевую аудиторию, рекламировать продукцию, просчитывать прибыль.

– И как ты только всё успеваешь? Даже TikTok вести, там у тебя уже 53 000 подписчиков.

– Блогерством я занимаюсь давно, с 6-го класса, тогда был больше популярен YouTube. Я пробовала там, сейчас перешла в TikTok. Поначалу я снимала тренды, потом видео на тему фильмов и мультфильмов. У меня не было цели набрать много подписчиков или как-то зарабатывать. Это всё было простое хобби, мне очень нравилось снимать ролики. Сейчас я перешла от личного аккаунта на «Капитанов Иваново», это интереснее. Теперь веду его. Получается ли у меня – смотрите сами.



«КАПИТАНЫ» – ФАКУЛЬТЕТ ЛИЧНОСТНОГО РОСТА В ИВАНОВСКОМ ФИЛИАЛЕ РЗУ ИМ. Г.В. ПЛЕХАНОВА. ЕГО МИССИЯ – СОЗДАТЬ НОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕЙ И УПРАВЛЕНЦЕВ, ГОТОВЫХ СТРОИТЬ КОРПОРАЦИИ И ВЕСТИ ПРИБЫЛЬНЫЕ БИЗНЕС-ПРОЕКТЫ. ВПЕРВЫЕ ПОЯВИЛСЯ В МОСКВЕ В 2013, СЕЙЧАС РАБОТАЕТ В 12 РЕГИОНАХ СТРАНЫ.



#ПРОСТОКЛАСС | ВЫПУСК №1 (21) ОТ 28 ЯНВАРЯ 2022 ГОДА

10

ШКОЛЬНАЯ ВЛЮБЛЁННОСТЬ – ВСЕГДА БУРЯ ЭМОЦИЙ. СТРАХ, А ВДРУГ РОДИТЕЛИ БУДУТ ПРОТИВ, ИЛИ ОДНОКЛАССНИКИ ЗАСМЕЮТ. ВОЛНЕНИЕ, А ЧТО, ЕСЛИ Я ЕМУ/ЕЙ НЕ НРАВЛЮСЬ, СМУЩЕНИЕ, СТЕСНЕНИЕ, НЕЛОВКОСТЬ, РАДОСТЬ. ВСЁ ВМЕСТЕ, КАЖДЫЙ ДЕНЬ И КАЖДУЮ МИНУТУ. КОКТЕЙЛЬ ИЗ ЧУВСТВ, КАЖЕТСЯ, ВОТ-ВОТ ВЫПЛЕСНЕТСЯ И УТОПИТ ГОРОД В СЛЕЗАХ ГОРЯ ИЛИ СЧАСТЬЯ.



А как вы относитесь к отношениям в школе? Давайте рассуждать. Есть тут плюсы и минусы. Чувство, конечно, прекрасное и, если оно будет развиваться – это хорошо, а если закончится? Как дальше учиться вместе? Как делить друзей? Как смотреть друг на друга? В общем, сомнения есть.

Мы решили познакомить вас со школьными парами, которые на эти вопросы для себя уже ответили, вслух объявили о своих чувствах и готовятся отмечать День Святого Валентина.



Катя и Олег, школа №37:

– Мы познакомились, когда Катя перешла к нам в класс, в сентябре 2021 года. Тогда

мы даже не задумывались, что станем друг для друга близкими людьми. Я сразу обратил на неё внимание, она

показалась мне скромной девочкой, приятной, располагающей. Буквально через пару недель я понял, что она не безразлична мне. Начал ей писать, мы стали много времени проводить вместе. И вот теперь НАМ почти 4 месяца. Бывают и сложности, ведь мы очень разные. Я намного мягче, чем Катя. Она довольно вспыльчивый человек, и из-за этого часто возникают конфликты. Но мы стараемся прислушиваться друг к другу и разногласия устранять. Одноклассники относятся к нашей паре с теплом, поддерживают.

Мы понимаем, что наши пути могут разойтись. После 11 класса я планирую поступить на физрука и уехать в Шую. А Катя хочет учиться на юфаке, возможно, тоже уедет в другой город. Мы считаем, что у каждого из нас своя дорога, и мы абсолютно поддерживаем друг друга в этом. Никаких планов не строим, живём настоящим.

К 14 февраля готовимся заранее, уже придумали подарочки, чтобы порадовать друг друга.



Ангелина и Ваня, школа №7:

– Я перешла в новую школу и никого не знала. Однажды на мою историю в инсте отреагировал парень, я догадалась, что это мой одноклассник. Но фоток на странице не было, и я не поняла, какой именно. Очень надеялась, что симпатичный. И не прогадала! Мы начали общаться в интернете, а потом он позвал меня гулять. Оказалось, что у нас много общего, и мы на одной волне. Так уже год и три месяца мы вместе.

Сначала мы не рассказывали одноклассникам, что гуляем, чтобы избежать обсуждений. Но со временем все догадались. Некоторые даже удивились, но большинство приняли это спокойно. Если кто-то и осуждает нас, мы об этом не знаем. Вообще, в школе мы общаемся как друзья и внимания к себе не привлекаем. Никого не смущаем.

Иногда между нами возникают недопонимания, но мы люди, это нормально. Стараемся находить компромисс. И я, и Ваня хотим поступить в один университет, но на разные факультеты. Мы оба решили пока остаться в Иванове. Есть у нас и совместные планы на будущее – это неотъемлемая часть серьёзных отношений. Мы хотим найти постоянный хороший заработок и начать жить вместе. А после вуза переехать в Казань, ведь этот город мы считаем идеальным местом для жизни!

День влюблённых я обожаю и планирую отмечать. Пока не знаю, что хочу подарить, но это непременно будет что-то милое сердцу.



Катя и Ваня, школа №39:

– Мы познакомились 4 года назад на одной из перемен. Катя первая меня заметила, потом нашла мою страничку Вк и написала. Мы немного пообщались и нашли общие интересы. Года два просто изредка переписывались и здоровались при встрече. Свёл нас карантин. Мы разговорились в один из вечеров, и это стало началом близкой дружбы. А позже я понял, что она вызывает у меня чувства. Я был в замешательстве: вдруг это испортит нашу дружбу? Взаимно ли это? Но ситуация разрешилась, и вот нашим отношениям уже год.

Мы с Катей достаточно импульсивные, без ссор не обходится. Я думаю у нас одни из тех отношений, в которых люди начинают работу над собой. И ищут компромисс.

Я хочу поступить на психолога. Разбирать, анализировать и помогать людям справляться с проблемами – это явно моё. У Катюши в планах пойти учиться на логопеда. Я её в этом поддерживаю. Мы не бежим друг за другом, куда она, туда и я – такого нет.

На прошлый день Валентина я повёл её в первый раз в компьютерный клуб. Хорошая была идея, Кате понравилось. Она подарила мне милые открытки, которые нарисовала. Я бережно храню каждый рисунок от неё. В этом году 14 февраля мы тоже проведём вдвоём.

В планах – съехаться, забрать с собой кошек и купить по компьютеру, чтобы проводить время за играми. Прimitивно или глупо скажете вы?! Может и да, но мы хотим жить так, как нам хочется!

ПОЧЕМУ ШКОЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ САМАЯ КРЕПКАЯ?

1. Вы начали встречаться в самом «неудачном» возрасте. Согласитесь, подростки, скорее, гадкие утята, чем прекрасные лебеди. Значит, впереди расцвет.

2. У вас есть бэкграунд. Куча совместных воспоминаний, общие друзья, прошлое, да и вообще, вы понимаете друг друга без слов.

3. У вас всё общее. Любимые фильмы, любимые песни, книги. Вкусы ведь формируются в подростковом возрасте.

4. Вы умеете подстраиваться. За годы в школе вы видели друг друга разными и точно знаете, когда достаточно извиниться, а когда бежать и не оглядываться.

5. Первые чувства вы пережили вместе. А такое не забывается.



5 ФАКТОВ О ШКОЛЬНОЙ ЛЮБВИ

♥ ДЕВУШКИ НАЧИНАЮТ ВЛЮБЛЯТЬСЯ ПРИМЕРНО НА 1,5 ГОДА РАНЬШЕ, ЧЕМ ПАРНИ.

♥ ПО СТАТИСТИКЕ, 54% МУЖЧИН ГОТОВЫ ВЕРНУТЬСЯ К СВОЕЙ ПЕРВОЙ ЛЮБВИ. ДАЖЕ ЕСЛИ ОНИ НЕСВОБОДНЫ. ВОТ ТАКАЯ СИЛЬНАЯ ЭТА ПЕРВАЯ ЛЮБОВЬ.

♥ 24% ПАР, КОТОРЫЕ НАЧАЛИ ВСТРЕЧАТЬСЯ В ШКОЛЕ, СОХРАНЯЮТ ОТНОШЕНИЯ И ПОСЛЕ ЕЁ ОКОНЧАНИЯ – ЖЕНЯТСЯ, ЗАВОДЯТ ДЕТЕЙ И ЖИВУТ ДОЛГО И СЧАСТЛИВО.

♥ У 64% ЛЮДЕЙ ПЕРВЫЙ РОМАН СЛУЧИЛСЯ ИМЕННО В СТАРШИХ КЛАССАХ ШКОЛЫ. О НЁМ, КАК ПРАВИЛО, ВСПОМИНАЮТ С ТЕПЛОТОЙ, ДАЖЕ ЕСЛИ ОН ЗАКОНЧИЛСЯ РАССТАВАНИЕМ.

♥ МНОГИЕ РОДИТЕЛИ ПРОТИВ, ЧТОБЫ ИХ ДЕТИ КРУТИЛИ РОМАНЫ В ШКОЛЕ. ПРИЧИНА – СТРАХ, ЧТО ЧАДО НЕПРАВИЛЬНО ВЫБЕРЕТ ВУЗ ИЛИ НЕ ПОСТУПИТ В НЕГО.



В КОМПЬЮТЕРНЫЕ ИГРЫ СЕЙЧАС ИГРАЮТ ВСЕ. ДЕТИ, ВЗРОСЛЫЕ, МУЖЧИНЫ И ЖЕНЩИНЫ, ДВОРНИКИ И КОСМОНАВТЫ, ДАЖЕ ГЛАВА ГОРОДА (МЫ ПИСАЛИ ОБ ЭТОМ В ОДНОМ ИЗ ПРОШЛЫХ НОМЕРОВ). ИГРАЮТ В ОСНОВНОМ ДЛЯ ДУШИ. НО ЕСТЬ И ТЕ, КТО ПРЕВРАТИЛ ХОББИ В ПРОФЕССИЮ. ЗНАКОМЬТЕСЬ, АЛЕКСАНДР МОТОВИЛОВ – ОРГАНИЗАТОР СОРЕВНОВАНИЙ ПО КИБЕРСПОРТУ ИЗ ИВАНОВА.

Киберспорт

ЗА НИМ БУДУЩЕЕ?

– Александр, что для вас киберспорт?

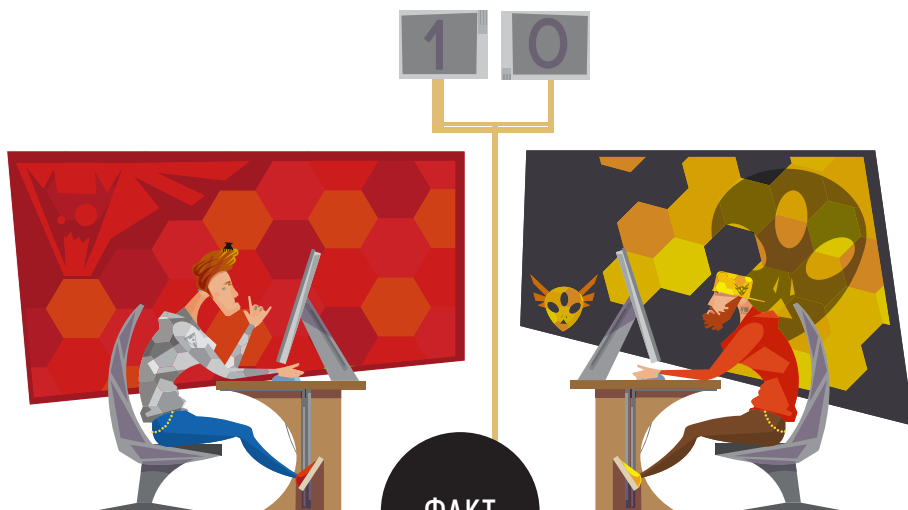
– В 2016 году киберспорт был внесён в реестр официальных видов спорта в России, я чётко понимаю, что это спорт. Здесь есть и соревновательная компонента, и тренировочный процесс, сборы, разряды. Кроме того, это целая медиаиндустрия.

– Как вы пришли в игры, в киберспорт?

– С детства увлекался компьютерными играми, но и не думал заниматься ими на постоянной основе. Как все посетил компьютерные клубы, участвовал в первых соревнованиях, которые организовывали в нашем городе. С профессиональным киберспортом познакомился, просматривая первые трансляции игр в интернете в 2010 году. Стал фанатом Dota2. Интерес перерос в хобби. Потом поставил себе цель создать киберспортивное комьюнити в Ивановской области. Так попал в Федерацию компьютерного спорта, это был 2017 год. Начал организовывать турниры на постоянной основе.

– Как проходят состязания по киберспорту?

– Самое сложное – это организация качественного события, которое понравится участникам, зрителям и партнёрам. Сам процесс соревнования зависит от дисциплины и от количества участников. Турниры бывают с личным присутствием игроков, и онлайн – в интернете. В зависимости от числа спортсменов выбирается система проведения соревнования, которая лучше всего подойдёт и не затратит много времени. Обычно матчи проходят до двух побед в серии, победитель проходит в следующий тур или стадию. Финальный матч часто становится са-



ФАКТ

- В 2021 ГОДУ РОССИЙСКИЕ КИБЕРСПОРТСМЕНЫ ПРОГРЕМЕЛИ НА ВЕСЬ МИР. В ОКТЯБРЕ КОМАНДА TEAM SPIRIT ПО DOTA 2 ВЫИГРАЛА ТУРНИР В БУХАРЕСТЕ. ПРИЗОВОЙ ФОНД СОСТАВИЛ \$ 18 МЛН.
- ДВЕ РУССКОЯЗЫЧНЫЕ КОМАНДЫ ВЫИГРАЛИ 10 ИЗ 13 ГЛОБАЛЬНЫХ ЧЕМПИОНАТОВ ПО COUNTER-STRIKE. NAVI И GAMBIT СТАЛИ ЛУЧШИМИ КОЛЛЕКТИВАМИ ГОДА С БОЛЬШИМ ОТРЫВОМ.
- ПРЕДСТАВИТЕЛЬ КЛУБА В FORTNITE ИЛЬЯ ТООСЕ ЧЕРНЫШОВ ПОБЕДИЛ В КОМАНДНОМ ТУРНИРЕ FNCS GRAND FINALS S7. ВМЕСТЕ С ДВУМЯ ДРУГИМИ РУССКОЯЗЫЧНЫМИ ИГРОКАМИ ОН СТАЛ ЛУЧШИМ В ЕВРОПЕЙСКОМ РЕГИОНЕ, КАЖДЫЙ ПОЛУЧИЛ ПО \$ 100 ТЫС.

ПОСЛЕ ТАКИХ УСПЕХОВ ИНТЕРЕС К ГЕЙМИНГУ ВЫРОС.

КИБЕРСПОРТ – ЭТО СОРЕВНОВАНИЕ ПО ВИДЕОИГРАМ. В РОССИИ ПРИЗНАН ОФИЦИАЛЬНЫМ ВИДОМ СПОРТА. ДИСЦИПЛИНЫ ДЕЛЯТСЯ НА КЛАССЫ: ШУТЕРЫ ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА, СТРАТЕГИИ В РЕАЛЬНОМ ВРЕМЕНИ, СПОРТИВНЫЕ СИМУЛЯТОРЫ, АВТОСИМУЛЯТОРЫ, АВИАСИМУЛЯТОРЫ, ФАЙТИНГИ, КОМАНДНЫЕ РОЛЕВЫЕ ИГРЫ С ЭЛЕМЕНТАМИ ТАКТИКО-СТРАТЕГИЧЕСКОЙ ИГРЫ И Т. Д. САМЫМИ КРУПНЫМИ И ПРЕСТИЖНЫМИ СОРЕВНОВАНИЯМИ ЯВЛЯЮТСЯ ТУРНИР THE INTERNATIONAL ПО DOTA 2 ИЛИ ЧЕМПИОНАТ МИРА ПО LEAGUE OF LEGENDS.



**АЛЕКСАНДР
МОТОВИЛОВ,
32 ГОДА**

По образованию – педагог. Должность – зампредседателя Ивановского областного отделения Федерации компьютерного спорта России. Тренер, киберспортивный продюсер.



мым захватывающим по эмоциональному накалу. На наших турнирах финалистам достаются награды и призы. Совсем недавно мы начали присваивать первые спортивные разряды.

– Расскажите про свой опыт судейства.

– В 2018 году я стал первым киберспортивным судьей в области. Судейская работа включает в себя организацию соревновательного процесса, проверку достоверности личностей игроков, слежение за результатами матчей и контроль за соблюдением игровых правил. Киберспортивные дисциплины: Dota2, Counter-Strike Global Offensive, Warcraft, Starcraft, FIFA, некоторые мобильные игры и т.п.

– А как же можно стать киберспортсменом?

– Также как и обычным спортсменом, самое главное – поставить себе цель и идти к ней. Если есть талант, если есть желание, то можно много добиться в этой сфере. Но стоит отличать простой гейминг и киберспорт. Гейминг – это практически бездумное времяпрепровождение за компьютером или смартфоном, это отдых. Киберспорт – чёткое понимание целей и задач, создание условий для эффективных тренировок, контроль времени, проводимого за игровыми девайсами. Сейчас мы только на этапе становления киберспорта, как спортивного явления в регионе. Поэтому хотим рассказывать об этом виде молодёжи, просвещать её.

– Как это можно сделать?

– В планах открыть первую в области киберспортивную секцию, где

можно тренироваться всем желающим. Это будет и теория, и практика с тренерами по выбранной дисциплине. Постараемся не обойти стороной общую физическую подготовку, изучение английского языка, работу со спортивным психологом.

– Тем, кто заинтересуется этим спортом, прочитав статью, что нужно сделать?

– Найти нашу группу в социальных сетях и выйти на связь. Для первого шага этого будет достаточно.

Не ищите группу, вот она





Веганство

ЗА И ПРОТИВ

КТО ЕСТЬ КТО

Вегетарианец не ест мясо, птицу, рыбу и другие продукты, которые подразумевают убийство животных.

Веган против эксплуатации животных. Он не ест мясо, яйца, мёд, не пьёт молоко, не носит кожаную обувь, не сидит на шерстяном одеяле, не использует косметику, которую тестили на четвероногих. Есть данные, что в мире около 100 миллионов веганов.

Сыроед ест только сырые и необработанные продукты. Если уж он и готовит, то только при температуре ниже +48°C.

Дальше предлагаю говорить о веганстве, подразумевая отказ от пищи животного происхождения.

АРГУМЕНТЫ ЗА

- **Сострадание ко всему живому.** Веганы не хотят участвовать в жестокости.

- **Забота об окружающей среде.** Животноводство производит CO2 больше, чем все машины в мире. Газы из навоза скота усиливают парниковый эффект.

- **Борьба с голодом.** 40% всего зерна уходит на корм скоту, тогда как ежегодно от недоедания умирают около 9 млн. человек.

- **Экономия воды.** Чтобы вырастить курицу нужно 12 000 литров воды, а произвести полкило говядины можно с 11 300 л.

- **Продолжительность жизни.** Американские учёные считают, что женщины, которые не едят мясо, живут на 4 года дольше тех, кто его употребляет. Мужчины на 7 лет дольше.

- **Польза для организма.** Говорят, что даже вероятность рака у вегетарианцев ниже на 40%.

- **Красивое тело.** Среди вегетарианцев гораздо меньше людей с ожирением.

АРГУМЕНТЫ ПРОТИВ

- **Недостаток веществ.** Есть жизненно важные элементы, которые можно получить только из животных продуктов – полные белки, Омега-3 жирные кислоты, витамины D и B12. Их дефицит приводит к серьёзным заболеваниям.

- **Пестициды и удобрения, которые используют при выращивании овощей, отравляют природу и организм человека.**

- **Производство искусственных белков создаёт больше парниковых газов, чем животноводство.**

- **Мировой голод не остановить веганством.** Еды производят недостаточно, а вот доступ к ней есть не у всех.

- **Подходит не всем.** Людям с проблемами сердца, диабетом, подагрой и болезнями почек отказываться от продуктов животного происхождения нельзя.

- **Веганство детям до 10 лет не рекомендуется.**

- **Употребление мяса – не жестокость, а часть пищевой цепи.**



Светлана Федякова,
администратор
МРТ-центра:

– Для меня веганство – это стиль питания, возможность заботиться о себе и о своём здоровье сейчас, вкладывая фундамент на долгие годы.

Я перешла на веганство постепенно, вслед за будущим супругом. Сначала готовила блюда, в которых не было животного белка, мужу, а потом и себе. Оказалось, меню очень разнообразно. Я сохраняю рецепты из Инстаграм @ps_vegans_cookbook.

Увы, среди моих знакомых веганов немного, люди чаще уверены, что это сложно, что они не потянут, да и не понимают, зачем отказываться от мяса. «Пейте дети молоко – будете здоровы!» – на этом слогане выросли все. И нет ни одной рекламы о том, сколько пользы в овощах, фруктах и зелени. Я слушаю известных блогеров-миллионников, они интересно рассказывают, в чём польза веганства. Советую: Элсворт Уэрхэм, Михаил Советов, Юрий Фролов, Роман Милован.

Очень радует, что кафе и рестораны открывают новые позиции в меню. Те-



ЕСТЬ ЛЮДИ, КОТОРЫЕ НЕ ЕДЯТ МЯСА, ЕСТЬ ТЕ, КТО НЕ НОСЯТ ОДЕЖДУ ИЗ КОЖИ И МЕХА ЖИВОТНЫХ, ВСТРЕТИШЬ И ТАКИХ, КОТОРЫЕ ПИТАЮТСЯ ТОЛЬКО СЫРЫМИ ПРОДУКТАМИ ИЛИ ТОЛЬКО ФРУКТАМИ. ИХ НАЗЫВАЮТ ВЕГЕТАРИАНЦЫ, ВЕГАНЫ, СЫРОЕДЫ. УВЕРЕНА, СРЕДИ ВАШИХ ЗНАКОМЫХ ТАКИЕ ЕСТЬ. ДАВАЙТЕ РАЗБЕРЁМСЯ В ПОНЯТИЯХ И ПОСМОТРИМ НА ПЛЮСЫ И МИНУСЫ.



перь мы можем хорошо провести вечер, не думая о том, что бы поесть. Как веган со стажем, могу отметить только положительные изменения в себе, я чувствую лёгкость и энергию, у меня стройная фигура, чистая кожа. А ещё я практически не болею.



Надежда Сиганова,
студентка ИФ РАНХиГС

— К веганству отношусь нейтрально, гастрономические предпочтения каждого человека индивидуальны. На мой взгляд, в самом веганстве нет ничего плохого, но я никогда не смогу стать веганом, очень уж люблю пищу животного происхождения. Она кажется мне сытнее.

Идея веганства хороша, но, на мой взгляд, подходит далеко не всем. Иногда резкий переход на растительную пищу может отозваться проблемами ЖКТ.



Мария Гусева,
студентка МЮИ:

— К веганству отношусь нейтрально. Считаю, что это выбор каждого. Но я против того, чтобы употребляли в пищу редких животных. Думаю, человек, находящийся на растительной диете, не получает важных микроэлементов. Общество выращивает животных в таком количестве и условиях для того, чтобы кормить людей. Не вижу необходимости отказываться от этого.



Владимир Шарыпов,
глава города Иваново

— С уважением отношусь к любой самодисциплине, которая не вредит здоровью. Уже давно стараюсь есть меньше мяса, заменяя его овощами и рыбой. Это даёт лёгкость и вкупе с физической нагрузкой помогает держать форму. Самое главное — понимать свой организм, не вредить ему и помнить, что входит в жизнь только та полезная привычка, ради которой не приходится себя ломать.



Лиля Низова,
ученица школы №53:

— К веганству я отношусь положительно, но сама, к сожалению, не смогу следовать всем его правилам. Я просто не выдержу, уже пыталась. А так я бы с удовольствием сама стала веганом. Уверена, что организму бы это понравилось.



Надежда Салова,
ученица школы №1:

— Считаю, что этот образ жизни имеет право на существование. Особенно без перегибов, пропаганды и манипуляций. От количества веганов ничего не зависит, и животных будут использовать, как использовали всегда.



Милина Низова,
студентка ИФ РАНХиГС:

— К веганству отношусь нейтрально. Мне нравится, что люди стали заботиться об окружающей среде, но не нравится то, насколько это вычурно. Человек — это животное, ему нужны мясо, белки и жиры, витамины и вещества, которые там присутствуют. Плюс сейчас многие виды выращивают специально на убой, поэтому ни одно «лишнее» животное не страдает. Вот браконьерство и охота — это уже другое дело. И искусственные меха выглядят так же, как натуральные. Но если животное изначально растели для пропитания, то почему нет?

А какое мнение у вас? Пишите в наши социальные сети.





Я НЕ БЫЛА В ПРИЮТЕ ДЛЯ ЖИВОТНЫХ НИКОГДА. ВИДЕЛА ИХ ТОЛЬКО В АМЕРИКАНСКИХ ФИЛЬМАХ, ГДЕ СЕМЬЯ С БЕЛЫМИ УЛЫБКАМИ ДОЛГО ИДЁТ ВДОЛЬ ВОЛЬЕРОВ ПОД ГРОМКИЙ ЛАЙ СОБАК, ЗАГЛЯДЫВАЕТ ЗА РЕШЁТКИ, ЧТОБЫ СПАСТИ ОТ СМЕРТИ САМОГО МИЛОГО НА СВЕТЕ ПЁСИКА. ПРИМЕРНО ТАК И ПРЕДСТАВЛЯЛА ПРИЮТ, КОГДА ЕХАЛА В ДЕРЕВНЮ КАДНИКОВО. НА ДЕЛЕ ОКАЗАЛОСЬ ВСЁ ИНАЧЕ.

Как мы съездили в приют...

«300 37» – это большой двухэтажный дом за высоким забором. На территории десятки вольеров, 4 площадки для выгула и много-много коробок с едой. Там и макароны, крупы, колбаса, мясные обрезки – их сюда привезли владельцы продуктовых, в дар бездомным четвероногим. Коробки разбирают работники приюта и готовят из них еду в огромных кастрюлях.

В «300 37» живут около 180 собак, ещё 40 кошек. В день они съедают до 500 литров круп и мяса.

КТО РАБОТАЕТ В ПРИЮТЕ

Удивительно, но помогают несчастным животным несчастные люди, у которых тоже нет дома. Здесь в приюте они живут, ухаживают за питомцами, чистят вольеры, готовят еду, зимой убирают снег. Работают не за деньги, а за кров и питание. В выходные в «300 37» приезжают волонтеры, помогать, гладить животных, воспитывать их и пристраивать. Каждый день на работе руководитель приюта Антонина Васильева, именно она больше 10 лет назад решила на свои деньги создать «300 37».



КАК ЖИВУТ КОТЫ

Котики в приюте живут вольготно, для них весь второй этаж. У каждого своя лежанка, миска, горшок. Хвостатые с улицы сначала попадают в карантин, там их осматривает ветеринар, лечит, избавляет от блох и других паразитов, потом стерилизует, а уже после переводит в просторные номера к другим котам. Коту дают кличку, описывают его характер, чтобы предложить будущему владельцу. Кто-то хорошо ладит с другими животными, кто-то любит детей, а кто-то нет. Для каждого хвостатого нужны свои условия.

СОБАЧЬЯ ЖИЗНЬ

Собаки в «300 37» воспитанные. Дважды в день по команде они выбегают на прогулку, носят по территории, играют, а потом также убегают обратно. Многие уже привыкли, они живут здесь годами, из приюта никого не выгоняют и никого здесь не усыпляют. Попал в приют, считай, повезло. Никаких жёстких ошейников, никаких цепей, никаких наказаний.

Здесь есть не только дворняги, много породистых собак, их разбирают быстрее. В приюте всех отдают бесплатно или за какую-то символическую сумму. Но под запись, с хозяином берут все данные: адреса, телефоны, номер паспорта. Чтобы иногда проверять, как хвостатый прижился в новой семье. Бывает, собак возвращают, иногда снова выбрасывают.

ОЖИДАНИЕ VS РЕАЛЬНОСТЬ

Когда я узнала, что здесь больше 200 животных, ожидала увидеть несчастных, тощих псов, неухоженных и злых. Думала, расстроюсь, приехала сюда. На деле – пухлые, лоснящиеся



С 2010 ГОДА В КВАРТИРЫ И ДОМА ИЗ ПРИЮТА УЕХАЛИ БОЛЬШЕ 2000 ЖИВОТНЫХ.

собаки, которые тянут морду, чтобы их скорее погладили. Я так вдохновилась, что захотела сама стать волонтером и помочь.

ПРОЕКТЫ В ШКОЛАХ

Руководитель приюта Антонина Васильева уверена, что приюты будут существовать до тех пор, пока жестокие люди выбрасывают на улицу кошек и собак. Предотвратить это можно только воспитав новое поколение, людей чутких, добрых, любящих.

В планах создать в школах общественное движение помощи четвероногим, как тимуровские отряды. Проводить лекции в учебных заведениях, а потом запускать челленджи, благотворительные акции, просвещать окружающих. Это наша задача – уверена Антонина Александровна. Нашему поколению начинать. Давайте начнём с того, что будем добрее!

Приют «Зоо37»

Адрес: д. Кадниково, 1.

Телефон: 501-911. Время работы:

10:00 – 19:30, без выходных

Сайт: zoo37.ru

ВКонтакте: vk.com/zoo37

Инстаграм: [@zoo_37](https://www.instagram.com/zoo_37)

Люблю себя!

ПОЛЕЗНЫЙ ГАЙД

ВСЕМ ХОЧЕТСЯ НРАВИТЬСЯ ДРУГИМ ЛЮДЯМ: МАЛЬЧИКАМ/ДЕВОЧКАМ, ОДНОКЛАССНИКАМ, ЗНАКОМЫМ И ДАЖЕ ПРОСТО ПРОХОЖИМ. ВЕДЬ ЭТО ЗДОРОВО – ЛОВИТЬ НА СЕБЕ ВЗГЛЯДЫ, ЧУВСТВОВАТЬ, КАК ВСЛЕД ВОСХИЩЁННО ОБОРАЧИВАЮТСЯ. ИСПЫТЫВАЛИ ТАКОЕ ПРИЯТНОЕ ЩЕКОЧУЩЕЕ ЧУВСТВО?



На носу 14 февраля, при входе в школу поставят огромный почтовый ящик для признаний в любви и симпатии. И кто-то получит целую кучу валентинок, а кто-то – ни одной. И этот кто-то очень расстроится. Это совсем несправедливо.

Давайте поговорим о любви к себе. Какими бы мы ни были: высокими или низкими, худыми или полными, блондинами или брюнетами – нам нужно и важно любить себя. Расскажу несколько способов эту любовь вырастить.

НЕ ВСЕ РАВНЫ

Если человек симпатичный внешне, то ему с детства все улыбаются, сюсюкают, восхищаются... Заметили? Он растёт, точно зная, что прекрасен, его уверенность в себе зашкаливает. И даже если этот Аполлон попадёт в новую компанию, он, чувствуя себя уверенно, будет улыбаться, излучать обаяние и снова станет центром притяжения. А если ты не выиграл генетическую лотерею, твои уши, нос, попа или ноги не вписываются в каноны красоты и моды – всё, пиши пропало. В лучшем случае мерзкие одноклассники придумают кличку, а в худшем – загнобят по полной. Вот так и выходит, наша самооценка куётся родителями, обществом, окружением. Если по этим фронтам провал, не отчаивайтесь, загляните внутрь себя.

УЧИМСЯ ЛЮБИТЬ СЕБЯ

Внимание, банальность! Надо себе понравиться! Ой, я знаю, что это сложно. Наверное, в мире нет ни одного человека, которого бы полностью устраивала его внешность. Поэтому надо покрутиться у зеркала часок-другой, поискать плюсы и за них зацепиться. Например, ну да, нос не нравится, зато кисти рук – как у модели!

ЛЮБОПЫТНЫЙ ЭКСПЕРИМЕНТ

Где-то за морями психологи провели такой эксперимент: пригласили экспертов по составлению фотороботов из спецслужб и попросили их нарисовать портреты по описанию человека. Сначала герой описывал себя сам – это был первый рисунок. А для второго рисунка этого же человека описывали посторонние люди. Потом рисунки сравнили. И оказалось, что там, где человек описывал себя сам, было нечто гораздо более уродливое. Делайте выводы! Мозг играет с нами в игры, в которых проигрывает самооценка.

ВСТРЕЧАЮТ ПО ОДЕЖКЕ

Да, всем нам с детства твердят, что внешность – не главное, бла-бла-бла. Мы-то знаем, если появиться в новой компании в дырявых трениках и с грязными волосами, то вряд ли когда-то получится от этого первого впечатления отмыться.

Поэтому запоминаем:

– **Опрятность.** Следите за чистотой и состоянием своей одежды и не забывайте ее гладить. В вопросе опрятности вам также помогут расчесанные волосы и ухоженные ногти.

– **Осанка и манера.** Видели, как ведут себя королевы? Спина прямая, взгляд уверенный. Если вам всё ещё кажется это неважным, попросите кого-то из близких сделать два фото: на одном вы сутулый со взглядом исподлобья, на втором с грудью колесом и уверенной улыбкой. Уверю, разница вас потрясёт.

– **Уверенность.** Когда научишься от себя кайфовать, другие по инерции будут от тебя кайфовать тоже. Один крутой американский психолог советует завести мини-талисман. Нет, не тот, который делают из лапок бедного зайца, не маленький веник из пахучей полыни и не куклу вуду с каплей собственной крови (бррр...) Это должен быть маленький предмет, который напоминает тебе, что ты – супер! И в моменты сомнения, надо доставать его и вспоминать, кто ты есть.

Все мы уникальны и очень красивы. Найдётся сотня людей, которые не заметят нос, что терзает вашу самооценку, а влюбятся в кисти, как у модели.

P.S. Если вдруг вы останетесь без валентинки, ловите от меня: «Люблю вас! Вы прекрасны!»

#ПРОСТОКЛАСС | ВЫПУСК №1 (21) ОТ 28 ЯНВАРЯ 2022 ГОДА

18

АртХаб

МУЗЕЙ. ЗАДУМАЙТЕСЬ, КАКИЕ АССОЦИИИ? КОЛОННЫ, ТИШИНА, ПЫЛЬ, НЕПОНЯТНОЕ ИСКУССТВО, БЫСТРАЯ РЕЧЬ ЭКСКУРСОВОДА, МНОГО ДАТ И ЧУВСТВО ВИНЬ, ЧТО НЕ ПОНИМАЕШЬ ИЛИ НЕИНТЕРЕСНО. МУЗЕИ ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ – СЧИТАЮТ МНОГИЕ. ТО, ЧТО МЫ ОПИСАЛИ, ВООБЩЕ МАЛО КОМУ ЗАЙДЁТ. МЕСТО, ГДЕ ЖИВЁТ ИСКУССТВО, ДОЛЖНО БЫТЬ ПРОГРЕССИВНЫМ, СТИЛЬНЫМ, ЯРКИМ. КАК АРТХАБ. СЕГОДНЯ ИДЕМ ТУДА.



Александр Неупокоев, руководитель галереи «АртХаб»:

– Мы хотели сделать классное место, в котором все смогут приобщиться к искусству, познакомиться с художниками и авторами, а может быть, и стать творцами. Наша задача – сначала сделать это место узнаваемым и популярным, а потом расширить его влияние. Мы уже участвуем и организуем много классных и стильных мероприятий в городе, и будем продолжать. АртХаб – новый и интересный формат для Иванова, но такой нужный, ведь у нас столько талантов, которые не знают, с чего начать и как быть. Мы приглашаем их к нам!

КТО АВТОРЫ?

Авторы работ – художники из Иванова, Москвы, России и со всего мира. Интернет-пространство сделало искусство не элитарным, а доступным широкой аудитории, а художников друзьями и соседями.

Весь январь в АртХабе жили медведи, гепарды, пумы. Выставка анималистов «Мир животных» очень понравилась горожанам своей неукротимой хищной энергией. Организаторы решили не сдавать позиций и уже подготовили новую выставку. Она называется «Пластика букв». На ней можно увидеть работы людей, которых не сковывают привычные рамки. Авторы экспериментируют с написанием слов, техникой и материалами. Это экспрессивная и яркая экспозиция, которая вас точно удивит. Всем, кто любит Pokras Lampas – обязательно быть.

Приходите, буквы на стенах главенствуют в галерее до 11 февраля.

Адрес: ул. Жиделёва, 1, к19 (NIMLOFT)



ЧТО ТАКОЕ АРТХАБ?

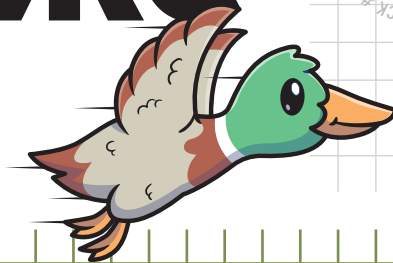
Всё просто: это культурное место, где проходят мастер-классы, собираются художники, где организуют выставки, где можно стать частью крутого творческого комьюнити. Физически – это небольшое пространство, чаще всего на стенах там висят картины, а посередине зала – инсталляции. Отличие от музея в обстановке, атмосфере и желании организаторов сделать это место точкой притяжения всех, кто хотел бы стать частью искусства. Каждый месяц в АртХабе проходят выставки. Разные – фотографии, коллажей, живописи и скульптуры. Что-

бы представить на суд посетителей свои работы необязательно быть заслуженным автором с кучей регалий, достаточно быть талантливым и иметь свой взгляд на мир.

ИСКУССТВО ДОСТУПНО

И оно современное. Мы привыкли, что сбоку от картины висит табличка, а на ней автор и год создания. Всё. Как тут узнать подробности? Бежать к экспертам? В АртХабе решили помочь непонятливым и любопытным посетителям, везде сделали QR-коды. Сканируй, читай об авторе, о работе, о её смысле, хочешь – купи то или иное произведение искусства.

Птица тоже человек



БУЛКИ НА ДЕРЕВЬЯХ РАСТУТ ТОЛЬКО В СКАЗКАХ, ПОЭТОМУ НАШИМ ПЕРНАТЫМ ДРУЗЬЯМ – ПТИЦАМ ДОБЫВАТЬ ЕДУ НЕ ВСЕГДА ПРОСТО. И ЕСЛИ В ТЁПЛОЕ ВРЕМЯ ГОДА ДИКОГО КОРМА ДОСТАТОЧНО, ТО ЗИМОЙ ПЕРНАТЫЕ БЕДОЛАГИ ВЫНУЖДЕНЫ МУЧИТЬСЯ И ДАЖЕ УМИРАТЬ ОТ ГОЛОДА. ТАК ЧТО, ТОВАРИЩИ ДВУНОГИЕ, ПРЕДЛАГАЮ ПОМОЧЬ ПТИЦАМ В ЭТУ НЕЛЁГКУЮ ДЛЯ НИХ ПОРУ.

МОЖНО ИЛИ НЕЛЬЗЯ?

Кто-то вам скажет, что, подкармливая птиц, вы вмешиваетесь в естественный ход их жизни и только вредите. Звучит логично, только вот человечество давно уже вмешалось в естественный ход жизни животных. Так что авторитетно заявляю: подкармливать птиц зимой можно и нужно! Но делать это надо правильно, не нанося вред.

ХЛЕБНЫЕ КРОШКИ

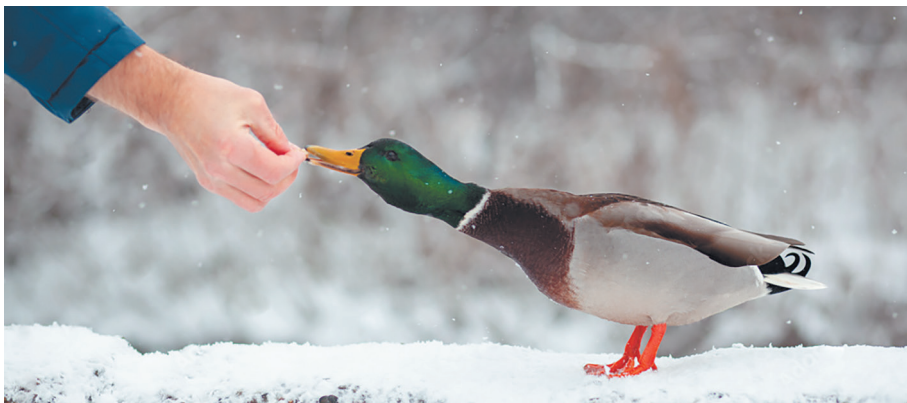
Проще всего взять городскую или батон и покрошить, угостив нежным мякишем бедствующих пичуг. Но делать этого нельзя! Ведь булки корм для людей, а не для птиц. Животики пернатых не приспособлены к этой еде, а значит и пользы от неё не будет. Тоже самое касается сыра, солёного и копчёного, жареных семечек и прочего корма, который птички не смогли бы достать в природной среде. Такая еда приводит к проблемам с обменом веществ, отложению жира и нарушению работы внутренних органов.

ЧТО? ГДЕ? КОГДА?

А теперь, внимание, вопросы к знатокам: что же можно давать птицам? Где и как разместить правильный корм? И когда это нужно делать?

Отвечаем!

ПТИЦА! ЗАПОМНИ! ТЕБЕ НЕЛЬЗЯ ЖАРЕННЫЕ ИЛИ СОЛЁНЫЕ ПРОДУКТЫ! ТЕБЕ НЕЛЬЗЯ ХЛЕБ ИЛИ БУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ! НЕ ЕШЬ ЭТО!



НАРОД, КОРМИТЬ ПТИЦ – ЭТО ОЧЕНЬ ПРИЯТНО И ЗДОРОВО. ТАК ДАВАЙТЕ ДЕЛАТЬ ЭТО ПРАВИЛЬНО, БЕЗ ВРЕДА ДЛЯ ПЕРНАТОГО ЗДОРОВЬЯ. БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ, ВЕДЬ ПТИЦА ТОЖЕ ЧЕЛОВЕК.

В начале зимы в лесах (да и в черте города) ещё остаются сухие ягоды, которые птички с удовольствием употребляют. А когда весной снег сходит, птицы уже в состоянии прокормить себя сами. Поэтому нас интересует именно самый холодный промежуток времени – суровая русская зима. В остальное время птиц лучше не кормить.

В кормушки стоит класть тот корм, который максимально приближен к естественному рациону птиц. Это может быть просо (не пшено!), семечки (сырые), пшеница, ячмень, гречка, горох, чечевица и разные другие крупы в сухом виде. Можно предложить даже рассыпчатые каши на воде и без соли. Птички также не откажутся полакомиться творо-

гом, перетёртым варёным яйцом или кусочками несолёного сала. Сало, кстати, рекомендуют развешивать, насадив кусочки на нитку и подвесив её между ветками дерева. Такая вот спасительная зимняя гирлянда получится.

УТКИ МОГУТ КРЯКНУТЬ!

И кстати, про уток. Эти вечно голодные и жутко наглые обитатели подмостового перехода на Пушкина всем своим питанным видом говорят: покорми меня булочкой, не то хуже будет. Не ведитесь! Хлеб им нельзя. Утки на диете, поэтому лакомиться могут только геркулесом, сушёным гаммарусом (это корм для рыбок), комбикормом, творогом или варёными яйцами.

ТЕАТР

ТЕАТР ДРАМЫ

30 ЯНВАРЯ – «Дом отдыха» (12+)

Анекдотичная путаница – только повод закружить зрителя в вихре музыки и танцев, где смешаются песни разных десятилетий.

23 ФЕВРАЛЯ – «Рулетенбургъ» (16+)

Постановка по мотивам произведения Ф. Достоевского «Игрок». Зрителям будет над чем подумать.

ТЕАТР КУКОЛ

4, 5 ФЕВРАЛЯ – «Карлсон, который живёт на крыше» (0+)

Забавная история о пухлом шалуне с пропеллером.

18, 19 ЯНВАРЯ – «Ключ от королевства» (0+)

Веселое представление для озорных зрителей.

МУЗЫКАЛЬНЫЙ ТЕАТР

10 ФЕВРАЛЯ – «Однажды в Чикаго» (16+)

Театральное ревю по мотивам бродвейских мюзиклов

13 ФЕВРАЛЯ – «Золотой Цыплёнок» (0+)

Детская музыкальная сказка.

27 ФЕВРАЛЯ – «Не в стульях счастье» (12+)

Премьера! Изящная афера по мотивам произведения Ильфа и Петрова.



КИНО

С 20 ЯНВАРЯ

«Код 355» (16+), боевик, 124 мин.

С 25 ЯНВАРЯ

«Мнимый больной» (16+), спектакль, 137 мин.

С 3 ФЕВРАЛЯ

«Непослушник» (12+), комедия, 85 мин.

«Падение Луны» (16+), фантастика, 120 мин.

С 10 ФЕВРАЛЯ

«Смерть на Ниле» (16+), детектив, 127 мин.

«Анчартед: на картах не значится», (12+), боевик, приключения, 135 мин.

ИВАНОВСКАЯ ГОРОДСКАЯ
ШКОЛЬНАЯ ГАЗЕТА
#ПРОСТОКЛАСС

Номер 1 (21) 2022

Распространяется бесплатно.

Учредитель:

МБУ ДО ЦСК «Притяжение»

Директор: И. М. Хохлова

Адрес учредителя

(издателя):

153006, г. Иваново,

ул. 3-я Сосневская, 139

Адрес редакции:

153006, г. Иваново,

ул. 3-я Сосневская, 139

Тел.: 8 (4932) 47-48-88

Главный редактор:

М. Е. Смирнова

Руководитель Школы юного

журналиста: М. Е. Смирнова

Дизайн и верстка:

А. А. Фролова

Корректор: Е. А. Жарикова

Редакция: М. Низова,

А. Ильин, В. Тугаринова,

К. Кулешова, А. Белова,

Д. Луньков, В. Маркова,

А. Потапова, А. Юдина,

В. Рябинина, В. Бирюкова

Фото: Р. Лаврентьев,

В. Гертье, shutterstock.com,

архив «Капитанов Иванова»,

архив Приюта Зоо37, ЦДТ №4,

Л. Романова, М. Шор, архив

Е. Смирнова, MatchTime

Email:

ivprostoklass@gmail.com

Номер подписан в печать

22.01.2022 г. в 18.00

Дата выхода: 28.01.2022 г.

Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов публикаций. Перепечатка материалов или воспроизведение части информации из газеты допускается только со ссылкой на «#простокласс».

Отпечатано: 000 «Типография

«Премьер», г. Вологда,

ул. Козленская, 63, оф. 43.

Тел.: 8 (8172) 21-63-99.

Тираж: 5 000 экз.

Регистрационный номер:

ПИ № ТУ 37-00390 от 14.01.2020 г. Выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Ивановской области.

Зарегистрировано в Реестре школьной прессы России: RSPR 37-03753-Г-01

