

*Сердечно поздравляем преподавателей, сотрудников и студентов  
с праздником Весны и труда, с Днем Великой Победы!*



**С праздником!  
стр.1**



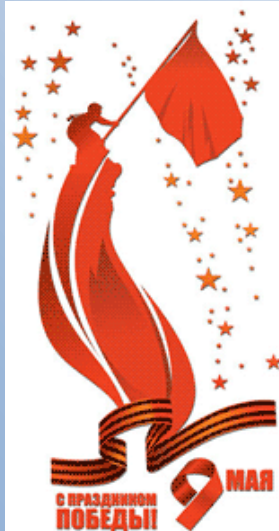
**С Днем Победы!  
стр. 2**



**Советы  
психолога  
стр.3**



**Итоги конкурсов  
стр 4.**



**Поздравляем Вас с торжественным, славным праздником, значимым для всей нашей страны в целом и для каждой российской семьи в отдельности. Пусть будет спокойным небо над Вами, пусть будет мир в Вашей семье. Гордитесь подвигом нашего народа и передайте память о нём своим детям и внукам.**



Праздник 1 Мая один из самых популярных и любимых среди россиян. Но мало кто знает, что истоки этого праздника уходят далеко корнями в мировую историю.

### Предшествующие события

А началось все 1 мая 1886 года в американском городе Чикаго. В этот день на улицы вышли тысячи местных рабочих, которые требовали введения закона о восьмичасовом рабочем дне. Митинги продолжа-



лись несколько дней. Полиция силой разогнала мирный митинг, а позже провокаторы кинули в отряд бомбу. В результате потасовок погибли лю-

ди, а некоторых демонстрантов обвинили в организации теракта, осудив их при недоказанной вине.

### Официальное появление праздника

В 1889 году конгресс II Интернационала, который проходил в Париже, принял решение ежегодно отмечать 1 мая как День солидарности рабочих всего мира и предложил ежегодно отмечать его демонстрациями по всему миру. В 1890 году 1 Мая впервые праздновали рабочие США, Германии, Франции, Бельгии, Дании, Испании и некоторых других стран.

### Официальный статус в России

С 1918 года этот праздник стал официальным в нашей стране. Назывался он в то время несколько иначе – День Интернационала, позднее его стали именовать Днем международной солидарности трудя-

щихся – 1 Мая – и отмечать первого и второго мая. Нелегально этот праздник отмечали и в царской России. Первая «маевка» состоялась еще в 1891 году.

### Праздник Весны и Труда

В 1992 году День международной солидарности трудящихся был переименован в Праздник Весны и Труда. Самой главной традицией идущей с истоков праздника, считаются парады, митинги и демонстрации. Проходят многотысячные шествия по улицам городов граждан России, с участием ветеранов труда, трудовых коллективов, профсоюзов и политических партий. Также в этот день население ждут разнообразные ярмарки, кружки рукоделия, фестивали цветов, участие в разных конкурсах и многое другое. В парках и скверах проходят народные гулянья и выступления творческих коллективов.

## История дня Победы - 9 Мая, начиная с 1945 года и по наши дни

### Как праздновали первый день победы 9 мая в 1945 году



Днем Победы 9 мая 1945 года. Документ о капитуляции Германии был подписан в Берлине 8 мая в 22 часа 43 минуты по местному времени. Поздно ночью он был доставлен в Москву. И уже в 2 часа 10 минут по московскому времени советское радио сообщило о победе в Великой Отечественной войне.

Диктор Юрий Левитан прочел Акт о военной капитуляции фашистской Германии и Указ Президиума Верховного Совета СССР об объявлении 9 мая днем всенародного торжества – праздником Победы – и присвоении ему статуса выходного дня. Многие, вспоминая тех, кто не вернулся с войны, плакали. Это действительно был «праздник со слезами на глазах». Гулянья продолжались до самого утра.

Праздновали первый День Победы 9 мая 1945 года, с ночи до утра, еще пока без праздничного Парада Победы. Первый парад в честь победы СССР в Великой Отечественной войне, к которому готовились полтора месяца, состоялся 24 июня 1945 года на Красной площади в Москве.

В конце парада 200 немецких знамен были брошены к подножию Мавзолея как символ победы над врагом.

### День победы 9 мая в современной России



В новой России День Победы остался Великим праздником. В этот день граждане всех возрастов без принуждения направляются к памятникам и мемориалам, возлагают к ним цветы и венки. На площадях и концертных площадках проходят выступления известных и самодельных артистов, массовые гулянья длятся с утра и до поздней ночи.

По традиции в городах-героях проходят военные парады. А по вечерам небо загорается от праздничного салюта и современных фейерверков. Новым атрибутом 9 Мая стала георгиевская ленточка — символ героизма, мужества и отваги. Впервые ленточки раздали в 2005 году. С тех пор накануне праздника их бесплатно распространяют в общественных местах, магазинах, учебных учреждениях. Каждый участник с гордостью носит на груди полосатую ленточку, отдавая дань памяти погибшим за Победу и мир на земле.

Очень важно соблюдать режим самоизоляции. Конечно, приходится сидеть дома, не ходить в техникум, не встречаться с друзьями. Нас просят меньше выходить на улицу и стараться не посещать места большого скопления людей, чтобы предотвратить заражение. Но пребывание дома в изоляции - это не «наказание». Это ресурс для освоения новых навыков, получения знаний, для новых интересных дел.

### **Сохраните привычный распорядок дня**

Дистанционное обучение - это, в первую очередь, обучение, а не средство спасения от безделья и скуки. Соответственно, в режиме дня необходимо выделить специальное время для учебы. Лучше, если это будет обычное учебное время (первая половина дня). Режим дня не только поможет в организации обучения, но позволит освободить время для отдыха и развлечений.

### **Самоорганизовывайтесь и саморазвивайтесь**

Обратите внимание на техническое обеспечение образовательного процесса. Проверьте, как работают предложенные вам обучающие электронные площадки, достаточно ли ресурсов вашей техники для их использования. Кстати, это хороший способ проверить свои навыки работы в интернете (т.к. ваши навыки игры и общения в соцсетях могут не совпадать с вашими навыками работы в интернете). Если у вас что-то не получается - обратитесь за технической поддержкой к родителям или другим взрослым, возможно к своим друзьям и одноклассникам.

Помните, что ваши педагоги всегда готовы дистанционно прийти на помощь. Узнайте заранее, в какое время и как вы можете связаться с преподавателем, задать ему вопрос, получить разъяснения и отправить выполненную работу. Не забывайте, что

результат дистанционного обучения напрямую зависит от вашей способности к самоорганизации!

### **Друзья, у вас не каникулы, а время обучения, просто в необычной форме!**

Несмотря на непростую ситуацию во всем мире, жизнь продолжается, и многие мероприятия переведены в онлайн. Россияне, еще раз подтвердили, что психология и тем более характеры наши уникальны. Даже в непростое время мы не теряем чувство юмора, самоиронии и умеем поддержать друг друга.

Тем не менее, мы все социальные личности, как существо социальное, человек любую форму изоляции воспринимает, как стрессовую ситуацию. Во первых, резко изменился уклад жизни. Во вторых, эта своеобразная изоляция от социума для нас не привычна. Я, как и все, наверное, переживаю. Что касается вас, ребята то, вы по сравнению с нами более были подвижны.

Для многих сложным оказались вопросы, связанные с организацией труда на дому, и справляться с этой ситуацией непросто. Когда человек работает дома, трудно отделить себя в быту от себя на учебе, работе.

Желательно соблюдать привычный режим дня, как в рабочие будни, и придерживаться обычного рабочего графика.

Самое важное в этом - самодисциплина, сохранять самообладание, не поддаваться панике.

Сохранять спокойствие нужно на всех уровнях: дух, душа и тело. Эксперт уверена, что семья, общество, вера и юмор помогут каждому из нас пережить стрессовую ситуацию, а затем, когда все закончится, вернуться к привычному укладу жизни.

К выше сказанному хочется добавить:

- соблюдайте правила гигиены;
- проветривайте несколько раз за день помещение;

- общайтесь с близкими;
- занимайтесь учебой, любимыми делами, найдите себе какое-то хобби;

### **Конфликты и планирование**

Безусловно, в сложившейся ситуации неизбежны конфликты даже внутри семьи. Когда люди находятся вместе весь день, им не хватает личного пространства. Поэтому важно разбить территорию квартиры на зоны, учиться планировать и договариваться.

«Конфликт - это несоответствие наших ожиданий реальности. Мы хотели одного, а близкие делают что-то другое. Поэтому очень важно с вечера всей семьей проговаривать планы на следующий день: кто и чем конкретно будет занят. Также важно продумать, каким образом будет соблюдаться личное пространство. Если вам хотя бы на процентов 40 удастся на следующий день соответствовать плану - это уже неплохо.

При наличии свободного времени можно сделать массу полезных дел по дому. Если живете в своем доме, то вам можно позавидовать, столько всяких дел, в своем хозяйстве.

Вернемся к конфликтам, если, несмотря на все усилия, конфликты в семье не прекращаются, возможно, у вас есть застаревшие проблемы, которые на самоизоляции, лишь стали заметнее. И сейчас самое время разобраться с ними, возможно даже при помощи психолога.

Если у человека не было никакого увлечения, то это тоже повод задуматься: почему так? Почему вас ничего не интересует? **И период самоизоляции есть смысл использовать, чтобы найти это увлечение.** Если вы еще не определились чем вам заняться, значит, надо развивать активно профессиональные компетенции.

**Будьте в себе уверены!  
Берегите себя и будьте здоровы!**



## Поздравляем победителей конкурсов!

В соответствии с планом внеурочной деятельности с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий с 25 марта по 20 апреля проводились онлайн-конкурсы плакатов и видеороликов, посвященных 100-летию образования ТАССР «Моя Республика, мой Татарстан!» и 75-летию Победы в ВОВ «Сердцем к подвигу ты прикоснись!»

Результаты за рисунки и видеоролики:

1 место - Петрова К. -331 гр., Васина Д - 311 гр.;

2 место - Голубчикова Д. -131 гр., Баязитов А. -122 гр., Ушенкин Д. - 123 гр., Тагирова Р. - 311 гр., Каюмов Д. - 112 гр.;

3 место - Равоздинова Р. - 521 гр., Солонщикова А. -311 гр., Хадиев Р. -111 гр., Голубчикова Д. -131 гр.

**Всем участникам желаем дальнейших достижений!**

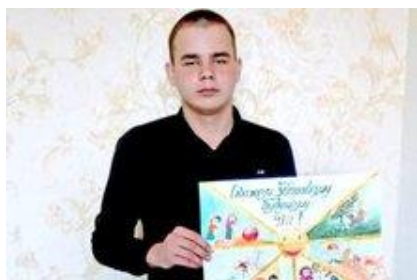


## Мы - за здоровый образ жизни!

Среди студентов, проживающих в общежитии, завершился конкурс плакатов «Здоровый образ жизни».

Победителем стали:

- 1 место - Павел Ямуков,
- 2 место - Светлана Павлухина,
- 3 место - Сергей Урядников.



Поздравляем и желаем дальнейших достижений!  
Спасибо всем за участие в конкурсе.

