

“И никогда ни один взрослый,
не поймёт, как это важно.”
Антуан де Сент-Экзюпери.



ОБЛАСТНАЯ ГАЗЕТА НОВАЯ ЭРА

Молодёжный спецвыпуск

Суббота
1 декабря 2012

№ 526 (6582)

Цена в розницу - свободная
Веб-сайт: <http://www.OblGazeta.ru>

Читатель жжёт

Что мы теряем, когда избавляемся от книг?

Два дня назад я выносила мусор и заметила, что на лесенках перед мусорными ящиками стоит пакет с книгами в хорошем состоянии. Я спешила и поэтому не решилась забрать книги домой и сейчас об этом жалею... А что, если эту стопку книг никто не забрал и их уже давно сожгли? А это и вероятно, кто-то же умудрился их выкинуть. И кому в голову пришла такая глупая идея?

Решила позвонить своей бабушке, которая как раз живёт в подъезде рядом, может быть, видела с балкона, кто это мог сделать, или знает кого-нибудь, кто избавлялся от книг таким жестоким путём?

– Разве что мои соседи по саду – горожане, – вспомнила бабушка. Летом они привезли большую стопку книг в сад и предложили мне почитать. В связи были книги о Гражданской войне, о людях, которые её пережили, какие-то книги по Великой Отечественной войне. Соседям уже лет по 80, квартирки нынче маленькие, ставить старые книги особо и некуда. Дочка их выросла, и в школу такие книги уже не берут. Я пару книг даже с удовольствием прочитала.

В чём-то я понимаю этих людей. Когда я училась в 4-м, 5-м классах, мама предлагала мне отнести мои детские книги в садик – дома они занимали много места, но мне было их очень жалко. Хотя понимаю: правильно делают люди, которые вместо того, чтобы просто выбросить, отдают книги другим, может быть, литература, надоевшая своим хозяевам, ещё найдёт своих читателей? Но неужели книги перестали иметь для нас хоть какую-то ценность? Именно этот вопрос я и задала в поселковой библиотеке.

– Когда я начала работать в библиотеке, я часто приходила в школу и спрашивала учителей: «Почему вы не приходите ко мне за книгами?». А они отвечали, что сейчас у них в каждом кабинете компьютер с Интернетом и нет необходимости сюда ходить, – рассказала мне библиотечкарь и отметила, что тоже часто видит на свалках целые пакеты книг, выброшенные людьми.

А ведь таким образом мы сжигаем свою историю, историю своего народа и великой страны. Да, сегодня многих не устраивает положение дел в городах и сёлах России. Но не надо забывать о том, что пережили люди до нас. Им наверняка было труднее, чем нам. Не было Интернета, мобильных телефонов, разнообразия техники, но они верили в будущее, держались, как мог-



Читатель иногда раньше времени решает, что жизнь его книги должна закончиться.

ли, воевали на фронтах за своих жён и детей. А мы просто так избавляемся от книг, которые могут рассказать нашему поколению, как жили люди до нас!

А что, если наши дети даже представить себе не смогут, что когда-то для того, чтобы осветить комнату, использовали лампадки, чтобы испечь пирог и согреться дома зимой, топили печь? Скоро наша история для будущих поколений превратится в сказку, и, увидев обычный колодец в деревне, молодёжь не поверит, что он настоящий!

Книги лучше, чем всё остальное, отражают современную действительность, и, если бы мы не учились на ошибках своих предков и не пользовались их достижениями, – не было бы эволюции и технического прогресса, а может быть, не было бы всех нас. Незря историки говорят: «Не зная прошлого, невозможно понять настоящее и тем более строить будущее». Не выбрасывайте книги!

Лизавета МУРАШОВА, 17 лет.
п. Верхнее Дуброво.

**(Продолжение темы
на 3-й странице).**

● КАКИЕ КНИГИ ВЫ СЧИТАЕТЕ ЛИШНИМИ В СВОЕЙ БИБЛИОТЕКЕ?

Елена МАРТЬЯНОВА, студентка УрФУ: «Считаю лишней книгу Дарьи Донцовой «Кулинарная книга лентяйки», её мне подарила подружка, но она мне так и не пригодилась».

Лера ШПИЛЬКИНА, 17 лет: «Не так давно выбросила некоторые ненужные книги. Среди них были многочисленные детективы Дарьи Донцовой, которые привезла мне бабушка, какие-то книги по древнерусскому языку и славянской письменности, сомневаюсь, что когда-нибудь они пригодятся».

Юлия ПЛОТНИКОВА, 16 лет: «Лишними стали сказки для детей, различные книжки для девочек по домоводству, литература по азам работы с компьютером, серия книг Тани Гроттет – никогда их не читала, и вообще, не понимаю, откуда они взялись на полках. До недавнего времени у меня стояло несколько десятков книг, которые я никогда не открывала и не видела в

них необходимости, но они чудесным образом исчезли».

Александр ЧИРКОВ, 17 лет: «На полках у меня дома пылятся старые физические словари, которыми когда-то пользовался папа, но избавиться от них никто до сих пор не решает».

Даниил ШИБКОВ, студент УрФУ: «Мы не так давно переехали, поэтому сейчас лишних книг у нас дома нет. Всё ненужное мы оставили новым хозяевам нашей квартиры – среди тех книг были издания малоизвестных авторов, кем-то когда-то подаренные, старые или очень потрёпанные книги. Переезжая, мы, конечно, забрали с собой классику и научную литературу, которая наверняка ещё пригодится. На мой взгляд, ненужными часто становятся книги-однодневки, несодержательные, которые можно прочитать один раз и больше не брать в руки».

Один голос против

В ситуации конфликта школьники чаще принимают сторону большинства

Ученики стоят около кабинета, идёт бурное обсуждение. «А давайте не будем говорить, что нам задали выучить слова, а то я не сделал этого», – громко предлагает кто-то, и большинство соглашается. В уголке тихо сидит ученик. Он-то выучил, но промолчит, потому что так решили сделать все остальные.

Я не раз убеждалась на собственном опыте, как сильно компания может повлиять на твоё поведение. Ты смотришь на сверстников и стараешься под них подстроиться, быть, как они. Допустим, большинство учеников в классе собираются уйти с урока, а ты не хочешь. Как ты поступишь? Я предложила сверстникам обсудить эту ситуацию и спросила их мнение. Как и следовало ожидать, почти все ответили, что ушли бы тоже. Но у каждого нашлись свои аргументы.

– Я бы попыталась образумить остальных, – говорит Ирина Никулина. – Но если урок мне не очень нравится, я, скорее всего, уйду со всеми.

Лишь немногие ответили, что ни за что не поддадутся общим уговорам.

– Я поступаю так, как считаю нужным, – объясняет Яна Салова. – Одноклассники должны уважать моё мнение в этой ситуации, а если не уважают, то моя потеря будет невелика.

Для того чтобы оказать сопротивление толпе, нужно быть уверенным в себе. А похвастаться подобным качеством могут далеко не все.



Когда в споре с коллективом пытаешься отстоять своё мнение, рискуешь стать белой вороной.

Что же тогда делать, так и поддаваться стадному инстинкту? Психолог Елена Ряплова советует в спорной ситуации задать себе несколько вопросов: как ты на самом деле относишься к тому, что тебе предлагают; насколько это правильно и честно; готов ли ты отказаться от своих убеждений, чтобы сохранить отношения со сверстниками; так ли нужны тебе такие отношения?

Но нельзя говорить, что сверстники оказывают друг на друга только отрицательное влияние. Друзья, например, часто оказывают влияние на вкусы друг друга.

– Моя подруга очень любит «Битлз», классический рок, хард-рок, и я тоже полюбила эти музыкальные направ-

ления, – рассказывает Александра Лещенко. – Я регулярно рассказываю некоторым своим знакомым про книги, которые меня заинтересовали, и они тоже начинают читать. А одноклассник немного изменил мои взгляды на политику.

Иногда поведение наших одноклассников и безо всяких разговоров наводит на мысли, что ты не хочешь быть на них похожим. Десятиклассница Ксения Заякина делится:

– В восьмом классе я увидела, как пьют мои одноклассницы, это меня неприятно удивило. А после осознала, что я единственная некурящая в классе... Я отчётливо поняла, что я такой ни за что быть не хочу и не буду. Они мне и по сей день служат антипримерами.

Да, человек порой попадает под ливень влияния. Но в его силах вовремя достать зонтик. Помните, дорога у жизни длинная, и даже если дождь всего лишь капает, вы всё равно окажетесь сильно вымокшим.

Маргарита СЕМЕЙКИНА, 17 лет.

● МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА

Психолог Елена РЯПЛОВА:

– В подростковом возрасте одна из главных потребностей – принадлежать к какой-либо группе. Вливаясь в коллектив, подросток вынужден играть по его правилам, потому что боится в итоге остаться один. Чаще всего в подростковых группах существует распределение ролей – например, лидер, рядовые члены группы, «козёл отпущения». То, что может себе позволить лидер, не могут позволить другие участники группы. Кроме того, есть так называемый «эффект толпы», когда под действием эмоций подросток поддаётся инстинкту и поступает, как все, пусть даже это противоречит его собственным убеждениям. В таком случае, если подросток оказался в плохой компании, он может запросто нарушить какие-то социальные нормы и правила.

Кто здесь главный?

Читатели «Новой Эры» рассказывают, кто они – лидеры в классе

Я – лидер в нашем классе. Было много разных ситуаций, когда ребятам требовалась моя поддержка. Каждый раз я выслушивала их и подсказывала, как быть в той или иной ситуации. Поэтому одноклассники мне доверяли, и у меня с ними были хорошие, дружеские отношения.

В начале этого учебного года мне пришлось проявить твёрдость и упорство, чтобы сохранить наш дружный коллектив. Я заметила, что ребята стали распадаться на группы, и между этими группами всё чаще и чаще происходили конфликты. Так не должно было продолжаться. Поэтому на следующий день у нас был экстренный классный час. Я попросила каждого спокойно рассказать, что в ком ему не нравится.

Поначалу было сложно. Ребята не хотели объяснять причину своего негативного отношения к другим. Но в скором времени все успокоились и по очереди выговорились, сказали о наблевшем. Мы сгладили

Как правило, в любом коллективе – будь то школьный класс или компания друзей – есть свои лидеры. Они принимают решения, которые влияют на жизнь всех участников. Читатели «Новой Эры» делятся историями, как они сами становились «вожаками» и смогли поменять к лучшему жизнь своего класса. А также рассказывают о том, как лидерами были их одноклассники.

«НЭ».

все острые углы. Тут же большинство пообещали, что постараются исправить свои недостатки, о которых услышали. Через неделю я вновь увидела свой класс дружным и сплочённым, и, признаться, очень рада, что смогла помочь.

Анастасия ТКАЛИЧ, 13 лет.

Со мной в классе училась девочка Катя Оботина. Она очень старалась, чтобы наш класс был первым, помогала одноклассникам и учителям. Сама ходила на родительские собрания. И в результате она два года была президентом школы. Вполне заслуженно. Ну разве это не лидер?

Иван САННИКОВ, 19 лет. г. Красноуфимск.

В моём классе уже несколько лет нет лидера, и даже старосте класса не оказывается такое доверие. Может быть, из-за этого мы общаемся группами, безынициативны в подготовке к школьным мероприятиям и стараемся избежать совместного отдыха. Уже несколько лет нас ничего не объединяет. А раньше всё было иначе. Класса до шестого-седьмого мы были гордостью учителей и образцом для других классов.

Девочка, которая была лидером нашего класса, пока не перешла в другую школу, никогда специально не стремилась быть им (по крайней мере, этого никто не видел со стороны), всё произошло само собой. Просто есть на свете люди, которые изначально

рождаются такими. Она во всём стремилась быть первой – в учёбе, спорте. И сейчас, насколько я знаю, осталась такой же. Ей удавалось быть связующим звеном между девочками и мальчиками, и она пользовалась неизменным всеобщим авторитетом.

После того, как наш лидер ушла, никто так и не занял её место. А в старших классах и вовсе перестали об этом задумываться. Хотя, казалось бы, есть перспектива – после девятого класса часто происходит объединение, или ты переходишь в профильный. Новая обстановка словно располагает к тому, чтобы стать лидером (многие даже считают, что в новом классе проще себя реализовать), но почему-то никого это больше не привлекает.

Сама я, попадая в новый коллектив, не раз пыталась занять позицию «вожака». В какой-то степени у меня это получалось, но и без ошибок не обошлось. Тем, кто хочет занять уверенную позицию в коллективе, я бы посоветовала самое главное – просто быть собой.

Лизавета МУРАШОВА, 17 лет.

● КОРОТКО

Школьники городского округа Красноурьинск посетили аграрную фирму

Экскурсия началась с фермы, где мы убедились, что для работы там есть все условия. Доярки трудятся в две смены, для них есть специальные комнаты отдыха, душевая. Вообще там практически всё механизировано.

Ещё интереснее оказалось на машинном дворе. Нас поразила современная зерноуборочная и картофелеуборочная техника. Один только трактор стоит пять миллионов рублей. На нём установлен компьютер, отлично оборудовано рабочее место водителя.

Экскурсия оказалась нам очень полезной. Продлилась она чуть больше двух часов, но мы ещё очень долго делились друг с другом впечатлениями.

Ученики Нижнеиргинской школы.

Для студентов УрФУ построят 10-этажное общежитие

Старое здание на ул. Комсомольской, 144 будет снесено, а на его месте построят новое современное общежитие, рассчитанное на тысячу мест. Заселиться в него смогут студенты всех институтов Уральского федерального университета уже в следующем учебном году.

Строительство нового здания стало возможным благодаря участию УрФУ в федеральной целевой программе. Университету выделили 423 миллиона рублей, и ещё 100 миллионов потребуются найти самим. Кроме того, руководство вуза планирует провести капитальные ремонтные работы в действующих зданиях общежитий.

Гвинейцы из УГГУ отметили год пребывания на уральской земле

Гвинейцы устроили настоящий праздник студентам и преподавателям, которые год назад радушно приняли их в Уральском государственном горном университете и помогли освоиться в новой стране. За это время ребята успели полюбить русскую кухню, поэтому сами наготовили пирогов и наварили картошки, а также показали в миниатюрах, что забавного с ними случилось за прошедший год.

Впереди у гвинейцев ещё много лет учёбы, но этот год стал главным, поскольку они приехали на Урал ни слова не зная по-русски, а сейчас уже чувствуют здесь себя как дома. Кое-кто даже успел полюбить русские морозы.

Ксения ДУБИНИНА.

СПАСАТЕЛИ КНИГ

Библиотекари, буккроссеры и букинисты не дают старой литературе стать макулатурой

(Продолжение темы. Начало на 1-й странице).

Ольга ОЛИЕВСКАЯ, заведующая отделом формирования и управления фондами и каталогами муниципального объединения библиотек Екатеринбурга:

— Довольно часто жители города приносят нам в дар книги. Мы не можем их принять только в том случае, если книги рваные или грязные, в остальных случаях — берём. Какие-то из них не пользуются спросом, так и хранятся в наших фондах, ни разу не попав в руки читателям. Какие-то, наоборот — начинают в библиотеке новую жизнь, пользуются популярностью. Часто люди избавляются от советской литературы, накопившейся дома классики в давних изданиях. Классика для библиотек никогда не будет лишней, даже если все эти книги есть в фонде, экземпляры изнашиваются. Нередко бывает, что городские библиотеки собирают книжные «посылки» для районных, областные — для сельских. Поэтому отданная в библиотеку книга может попасть в руки читателю на другом конце области и стать там полезной.

Книги вымирают. В том числе от частого использования. Библиотекари знают, что, если книга выдаётся на руки более 100 раз, она заметно стареет, становится потрёпанной. Иногда восстановить её уже нельзя, хотя мы пытаемся это делать. Книги устаревают и содержательно. Раньше был огромный спрос на книги по радиоэлектронике, радиолюбители были постоянными гостями библиотек, потому что находили здесь интересные справочные пособия по интересующей их теме. Сейчас техника изменилась, а значит, и книги по ремонту старых телевизоров, патефонов и радиоприёмников никого не интересуют. Когда такая литература массово не используется годами, в библиотеках тоже вынуждены от неё избавляться. Она сдаётся в макулатуру, конечно, не вся — мы всегда оставляем экземпляры для истории, но если такой литературы много, её приходится жертвовать.

Елена ОХЕЗИНА, заместитель директора по информационным технологиям зональной научной библиотеки Уральского федерального университета:

— Несколько лет назад в бывшем Уральском государственном уни-

Вопрос, куда девать прочитанные книги, рано или поздно возникает в каждой читающей семье. Библиотека с годами растёт, занимает много места, собирает пыль и должным образом не ценится подрастающим поколением — и это можно объяснить: даже если школьник или студент не чужд печатному слову, он склонен обращаться к современной литературе, где находит ответы на свои вопросы. Но, даже расставаясь с книгами, важно делать это с уважением — не выбрасывать в мусорный ящик, наравне с отходами, а постараться продлить им жизнь. Люди, благодаря усилию которых некоторые страницы истории не превратились в макулатуру, рассказали «НЭ» свои истории.



Хозяин арт-пространства «Клейстер» Олег Лутохин считает, что книги должны стать источником общения. Поэтому в «Клейстере» регулярно проходят дискуссионные вечера, где представители того или иного профессионального сообщества обсуждают важные, спорные, интересные их кругу книги. На этой неделе в арт-пространстве собирались дизайнеры, чтобы поговорить о новой книге Алана Кулера. Такой формат встреч за рубежом называют UXBookClub.

верситете появился стеллаж обмена книгами. Стеллаж был выставлен в холле, и на его полки помещены книги, отданные в библиотеку бывшими выпускниками вуза, а также экземпляры, принесённые из дома сотрудниками. Студентам и преподавателям было предложено взять понравившуюся книгу себе, а взамен принести новую. Идея прижилась в университетских кругах, и с тех пор стеллаж не пустует, а книги на нём то и дело меняются.

Мы не называем свою задумку буккроссингом, поскольку у него есть определённые правила. Участники «книговорота» должны регистрировать книгу на сайте, присваивать ей номер, отслеживать её путь. Делать это, откровенно говоря, совсем некому. У нас просто свободный обмен книгами, который интересен всем участникам процесса. Признаюсь, я и сама несколько раз чистила домашнюю библиотеку и относила книги на университетский стеллаж. Их довольно быстро забирали. Сейчас на стеллаже можно встретить не только художественную литературу, но и книги по компьютерным наукам, лицензионные игровые диски, подшивки журналов. Часто наблюдаю, что сами преподаватели останавливаются у стеллажа, что-то

увлечённо листают, читают и забирают с собой. Для такого формата книгообмена студенты придумали слоганы: «Отдай книгу в хорошие руки», «Отпусти книгу на свободу».

Олег ЛУТОХИН, создатель арт-пространства «Клейстер», аспирант философского факультета УрФУ:

— В нашем арт-пространстве, которое находится в екатеринбургском филиале Государственного центра современного искусства, важное место отведено редким книгам. 80 процентов из них — книги независимых издательств и 20 — букинистическая литература. Найти в Екатеринбурге хорошую букинистическую особенно трудно, единственная возможность — купить её у пожилых мужчин, которые частенько стоят на Плотинке рядом с Исетью. Недавно я приобрёл там большой сборник произведений Эдгара По, такой я искал, но не нашёл в наших книжных магазинах...

Старые книги, которые попадают на полки «Клейстера», в основном приносят горожане, которые освобождают места на домашних книжных полках. По-моему, это нормальная ситуация для читающего человека, который сам собирает свою библио-

теку и постоянно покупает литературу: новые книги просто не входят на стеллажи, и требуется избавляться от уже прочитанных. В таком случае самая лучшая судьба для издания — попасть на полки библиотеки или букинистического магазина, там оно продолжит свою жизнь.

Прошлым летом в Екатеринбурге работал созданный нами букинистический магазин «4Пушкина». Чтобы его открытие состоялось, мы собирали у людей по городу всю ненужную им литературу, размещали объявления в соцсетях, спрашивали по знакомым. В основном наши полки заполнились томами русских классиков. Когда их стало в излишке, мы перестали брать издания из стандартной советской библиотеки. Но среди томиков Пушкина и Лермонтова попадались очень редкие издания XIX века, в том числе на иностранном языке. Когда магазин закрылся, книги классиков пришлось снова раздать желающим.

Сейчас среди книг, которые можно увидеть в «Клейстере» — редкий томик Хемингуэя, который уже не переиздается, трёхтомник Честертона, старые издания американских классиков. А также то, что не принято считать букинистической литературой, но уже нигде не купить: двухтомник Белинского «О театре и драме», издание Лимонова 1993 года.

Я не противник электронной книги, сам частенько пользуюсь ридером, но почему-то содержание книг, которые читаю с его помощью, запоминать гораздо хуже. Ридер хорош для чтения статей, но, держа в руках бумажную книгу, ты подключаешь массу органов чувств: перелистываешь страницы, ощущаешь запах бумаги, и это ощущение от книги прочнее остаётся в твоём сознании.

Очевидно, что хранить дома все прочитанные книги невозможно, но избавляться от них можно по-разному: лучше всего, конечно, отдать в библиотеку, школу, приют, больницу, букинистический магазин, туда, где книга может стать полезной и найдёт своего нового читателя.

● ИНТЕРЕСНО

Московские блогеры-волонтёры планируют организовать библиотеку для бездомных. Как написал в своём блоге один из авторов идеи москвич Эльдар Бадыханов, гуляя по городу, он не раз видел граждан без определённого места жительства читающими, это натолкнуло его на идею поставить на одном из бульваров города стеллаж, куда бы люди приносили свои ненужные книги. По словам блогера, читающие бездомные, которые не могут попасть в библиотеку из-за отсутствия у них документов, могли бы безвозмездно брать там литературу.

● В ТЕМУ

Главным литературным хранилищем, куда уральцы всегда могли отдать старые, но ценные книги, всегда была Свердловская областная универсальная научная библиотека им. Белинского, но с некоторых пор книги от горожан там не принимают. В одном из зданий библиотеки идёт капитальный ремонт, поэтому даже литература, хранящаяся в фондах, вынуждена потесниться.

Страницу подготовила Дарья БАЗУЕВА.

Ведёт девочек танцевать

Студентка Уральского федерального университета Ирина Гесс учит танцу живота слабовидящих девушек

Два раза в неделю на один час учебный кабинет в здании общежития Областного медицинского колледжа превращается в танцплощадку. Девочки-студентки отодвигают к стенам парты, включают на магнитофоне музыку и вместе с тренером разучивают танец живота. Все они в детстве мечтали освоить это искусство. Но слабовидящим девушкам было бы не так-то просто заниматься в обычной танцевальной группе...

ГИБКИЙ ПОДХОД

Сегодня на занятии девочки разучивают новую танцевальную связку. Ирина показывает упражнение и объясняет, как нужно двигаться:

—А теперь представляем, как будто садимся на табуретку, которая стоит далеко-далеко!

Чтобы было понятнее, на каждое упражнение она придумывает образное описание, детально объясняет, какие мышцы задействованы. Поэтому разбор элементов танца занимает несколько больше времени, чем это было бы в обычной группе. Затем Ирина обязательно подходит к каждой ученице. Помогает понять, как нужно двигаться, управлять телом. У всех девочек разные виды нарушений зрения. Например, у кого-то развито только боковое. Ирина показывает упражнения, учитывая особенности каждой ученицы. В обычном фитнес-центре такого подхода не получишь. В реабилитационных центрах танец живота не разучивают вовсе. Третьекурсница колледжа Елена Алябьева пыталась освоить танец живота самостоятельно. Но удалось это сделать только с тренером.

—Итак, у всех выполнить упражнение получилось. Теперь отрабатываем «волну», — говорит тренер.

Это упражнение ученицы уже знают. Надо сделать прогиб в грудном отделе позвоночника, а затем «волна» плавно «сбегает» вниз по



Занятие танцами живота проходит в обычном учебном кабинете. Студентки колледжа приходят сюда после занятий.

Фото: **Александра КУНИЛОВА**

телу. Это движение действует на все группы мышц позвоночника. Девочки даже закрывают глаза, чтобы лучше почувствовать, как прогибается тело. И получается у них, надо сказать, отлично.

—Раньше я даже не подозревала, что могу быть такой гибкой! — признаётся после занятия Юлия Кувшинчикова.

Студентка медицинского колледжа Юлия ещё школьницей пыталась освоить балльные танцы. Но после трёх месяцев занятий в группе ушла. Говорит, не хватило пластики. И возвращаться не хотелось. Когда в колледже появились занятия по танцам живота, решила рискнуть — освоить танцы снова. Давалось очень тяжело, но постепенно стало проще. На занятиях она с удивлением узнала, какие возможности, оказывается, скрывает тело.

—Когда танцуешь, ощущения специфиче-

ские — как будто взобрался на Эверест! — говорит Юлия. — И с каждым новым получившимся движением ты чувствуешь, как взбираешься всё выше и выше.

ПУБЛИКА ЖДЁТ

Ира постоянно напоминает своим ученицам, что главное — не опускать руки. Секрет успеха — в постоянных тренировках.

—Когда я сама начала танцевать, было сложно, — вспоминает она. — Я понимаю девочек, если долго мучаешься над каким-то, казалось бы, простым движением. Но когда оно получается, это большая радость!

Ученицы Иры — Юлия Кувшинчикова и Алёся Журавлёва — однокурсницы. Кстати, они обе — удивительно творческие натуры, пишут стихи. А вне занятий, когда никто не видит, снова и снова репетируют движения, которые уже выучили. Девочки мечтают выйти на сцену.

—Мы с Юлей ещё и поём, и однажды нам уже доводилось выступать перед публикой на конкурсе, — рассказывает Алёся. — Мы не получили ничего, кроме благодарственных писем. Но это удивительное ощущение, когда понимаешь, что всё внимание зала обращено на тебя. Дрожали колени, да и голос немного тоже. Но мы были с Алесей вместе и поддерживали друг друга.

Выступление танцевальной группы намечено на весну. В номере будут задействованы все девушки, которые сейчас учатся у Ирины.

—Ощущение сцены сильно меняет внутреннее состояние, — говорит Ирина Гесс. — Выступление — это само по себе адреналин. А после того, как ты исполнил танец и публика взрывается аплодисментами, мурашки бегут по телу. Ты чувствуешь, что становишься намного увереннее в себе. Я очень хочу, чтобы девочки поймали это классное ощущение, почувствовали себя красивыми и поняли, какие удивительные возможности у них есть.

Ирина надеется, что её идея вдохновит других преподавателей танцев начать аналогичные занятия с молодыми людьми и девушками в разных населённых пунктах Свердловской области. Делиться тем, что ты умеешь с другими людьми, оказывается, так приятно и просто.

Екатерина ГРАДОБОВА.

● «НЭ» — О НЕЙ

Тренер Ирина Гесс (на фото) в этом году заканчивает Строительный институт Уральского федерального университета. Она с детства занимается танцами живота, а с 10-го класса преподаёт. Идея набрать группу слабовидящих учениц возникла у Иры весной. Ей захотелось не просто научить девочек танцевать, а вывести их на сцену. Для этого требовалось не только найти желающих учиться, но и поддержку, в том числе финансовую. Нужны были помещения для занятий, зеркала в кабинете, красивые костюмы и услуги швеи...

Ирина быстро нашла единомышленников — ещё трёх студенток УрФУ. Все — Потанинские стипендиаты. Они решили отправить заявку на грант в Благотворительный фонд Владимира Потанина. Написали заявку на участие в летней школе фонда, по итогам которой была возможность выиграть финансирование на свой проект. Роли внутри команды решили распределить. Ира Гесс ведёт занятия. Аня Зыкова ей помогает — она тоже с детства занимается танцами. Алёна Кан оформляет всяческую документацию и закупает необходимое. Мадина Насырова ведёт блог о проекте.

Студентки обратились в региональное отделение Всероссийского общества слепых с просьбой помочь найти девушек, желающих освоить восточные танцы. Оказалось, что в Областном медицинском колледже как раз есть профиль «медицинский массаж», на котором учатся много слабовидящих и незрячих девушек. Руководство колледжа безвозмездно предоставило кабинет для занятий. Сразу собралась группа учениц. Ира начала с ними занятия без какой-либо платы — всё на добровольных началах.

Летом в школу Благотворительного фонда Потанина пригласили авторов примерно 60 проектов со всей страны. Команда Иры не просто вошла в это число, а выиграла. Теперь фонд обеспечивает необходимые расходы. На этой неделе в учебном классе появились зеркала во всю стену. А в середине декабря к девочкам придёт швея и сошьёт каждой красивый костюм.

—Я множество раз выступала на сцене. Теперь хочу, чтобы мои ученицы почувствовали себя звёздами! — говорит Ирина.



● КОРОТКО

17-летняя студентка из Екатеринбурга вошла в тройку лучших пианистов мира

Студентка Свердловского музыкального училища им. Чайковского Валерия Третьякова получила третью премию на Международном конкурсе пианистов имени Этторе Позолли, который прошёл в Милане. Валерия стала единственной россиянкой, вышедшей в финал конкурса. Она занимается музыкой с пяти лет, а после училища собирается поступить в консерваторию.

Юные артисты театра балета «Шелкунчик» стали лауреатами Всероссийского конкурса детских музыкальных театров «Синяя птица»

Группа юных танцовщиков получила диплом за спектакль «Стойкий оловянный солдатик». Это новая постановка театра балета «Шелкунчик». Ею в этом году был открыт сезон. Исполнителям ролей солдата Вове Листову и балерины Майе Шелупкиной по 12 лет. Возраст остальных актёров примерно такой же — 10-12 лет.

«Синяя птица» — это один из самых престижных национальных конкурсов для детских музыкальных театров. Поскольку в номинации «Хореография» Гран-при не учреждалось, диплом лауреата стал высшей наградой этого конкурса.

Екатерина ГРАДОБОВА.

Группа «ВИА Гра» прекращает своё существование

Эту новость на днях озвучил журналистам продюсер коллектива Константин Меладзе, который руководил группой все 13 лет её существования.

За годы работы на счету коллектива пять студийных альбомов, три из которых занимали первые места в официальном российском музыкальном чарте, а также более 30 синглов и видеоклипов. За время существования группы её состав неоднократно менялся — в общей сложности через коллектив прошли 13 солисток, многие из которых после ухода из группы начали свою сольную карьеру. Золотым составом «ВИА Гра» до сих пор считают тройку: Анна Седокова, Надежда Грановская и Вера Брежнева.

Вышла первая книга о создателе соцсети «ВКонтакте» Павле Дурове

Автором нетрадиционной биографии «Код Дурова» стал московский журналист Николай Кононов, долгое время работавший в журнале «Форбс». Кононов много лет был лично знаком с создателем «ВКонтакте», кроме того, взял многочасовые интервью у десятков людей, имеющих к Дурову непосредственное отношение. Критики, уже прочитавшие книгу, отмечают, что Павел представлен в «Коде Дурова» романтическим героем.

Книга вышла в свет накануне 28-летия её героя. В декабря она появится в продаже.

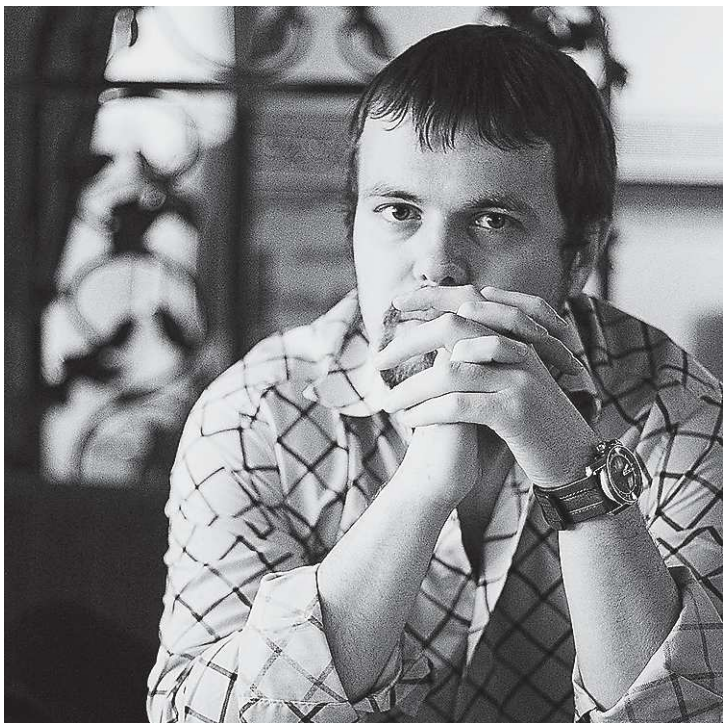
Дарья БАЗУЕВА.

Поэты «Новой Эры»

Читатели молодёжного спецвыпуска рассказывают о себе и своём творчестве

Мы давно не публиковали стихи на страницах «Новой Эры», но это не значит, что начинающие поэты перестали быть нам интересны. Очень много интересных авторов. В последнее время они присылают нам стихи на электронную почту, дают ссылку на свою страницу на свободных поэтических ресурсах, размещают свои стихи в группе «НЭ» на сайте «ВКонтакте» <http://vk.com/novera>. Мы решили познакомить вас с некоторыми из них и попросили молодых поэтов сказать несколько слов о себе.

«НЭ».



Антон СЫСОЛЯТИН, 25 лет.
Аспирант философского факультета УрФУ:

—На творчество меня особенно вдохновляют зима и деревья, их молчаливое согласие и красота. Люблю писать сказки, но редко удаётся.

Стихотворения совершенно естественно появляются у поэта. Не надо прикладывать титанических усилий, чтобы научиться поэзии: написание стихотворений настолько же естественно, насколько естественно у любого другого человека растут волосы. И как любой другой не может наблюдать рост своих волос, но видит изменения в причёске, также и поэт — не может ощущать само возникновение стихотворения у него в голове, но знает и интуитивно чувствует, какие слова, какие сочетания и размеры передадут силу и точность мысли.

Одна сторона поэзии — это чуткость слуха поэта и точность выражения его мыслей. Другая — непокорность, бунтарство, которые присутствуют в жизни поэтов. Не зря существует фраза, что «поэты — страшные люди, у них всё святое». Поэт начинает требовать от мира предельности, точности и, разумеется, не находит в нём таковой. И это совершенно неудивительно! И романтическая душа поэта превращается в тоскующую по красоте душу.

Постельный режим

Ничего не болит, кроме
Сердца неосторожного.
Переливание крови
Из пустого в порожнее.
Диагноз: отчаяние,
Бестолковая жизнь.
Из рецепта: молчание
И постельный режим.

Представляешь, ведь я не сразу
Полюбил. Мне всё не хотелось.
Приворот боялся, сглаза.
Впережку то страх, то смелость,
Стыд и дерзость — в глазах рябило.
А потом — полюбил, как прозу —
Вызревающую рябину.
Только слаще она в морозы.
И когда это снег завалит
С головой — отшумевший август,
Я смогу рассказать словами
Несрифмованную радость,
Что любил и любил не сразу,
Беззастенчиво и отчаянно.
Несрифмованную радость,
Озаглавленную печалью,
Озадаченную итогом,
Перегруженную сюжетом,
С чересчур неумелым слогом
С двух сторон и прекрасным летом!

Снег

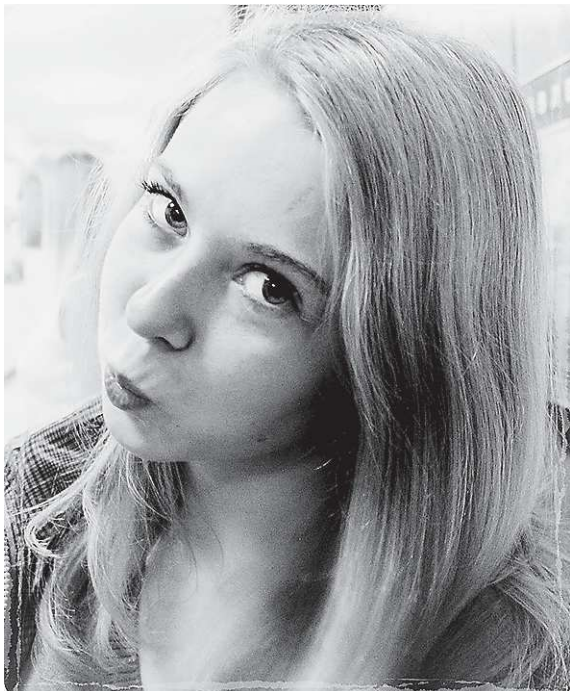
Снег входил,
Брал провинцию,
Брал столицу,
Врывался в дебри ответственного её лица.
Он говорил:
Ни на кого не злиться
И ни на что не надеяться.

Юлия ЖУК, 18 лет.
Студентка журфака УрФУ:

— В те минуты, когда я начинаю сожалеть, что в своё время не предпочла гуманитарному профилю физико-математический, я утешаю себя мыслью о том, что иначе на свет бы не появилась De Vlinder. С голландского языка это слово переводится как «бабочка». De Vlinder — вымышленный, максимально обезличенный персонаж, моё альтер-эго, карманный бог, внутренний голос, лирическое «я».

De Vlinder родилась позже, чем я начала писать академическо-хрестоматийные стихи о первой любви. Я слабо представляю, сколько проживёт моя бабочка, но совершенно точно знаю, что она жизнеспособнее меня самой. Она играет — поэтически периодически пишет от мужского имени, меняет своё географическое положение, род деятельности, возраст, находится где-то на периферии, сочетает в себе интимность с публичностью и прачется в кокон из более чем двадцати псевдонимов.

И ещё она навсегда влюблена в Небо.



Удобства

В моём доме, к чему лукавить, полно удобств:
На стене в прихожей — зеркало в полный рост,
Электричество,
Отопление,
Газ,
Вода.
И другие прелести нашей цивилизации:
Ноутбук,
Интернет,
Wi-Fi —
Для коммуникации,
Для здоровья —
Гантели,
Крутой матрас
И еда,
Кот,
Собрание редких книжек —
Для медитации...
Только я бы всё это выменял.
На тебя.

Пушкин

Если бы Пушкин жил в эту осень,
Он обязательно написал бы
Строчку-другую, четыре, восемь,
Двенадцать...
И непременно — ямбом.
Под его рукою вздохнут аллеи,
Хмурые, опрокинут листья.
Пушкин!
Миленький!
Я жалею,
Что в эту осень не с Вашей жизнью
Шагаю под руку, через лужи,
Слушая листьев наивный шорох.
Пушкин!
Вернитесь!
Вы очень нужен
В очаровательнейшую пору.

Морской бой

Ты топишь её кораблики
Без права на возрождение.
— К8
— Убил.
Играем ва-банк
(Стреляем на поражение).
Ты можешь не знать её ранг
И расположение,
Но только бог был способен так
Из листа бумаги сложить её отражение.



Надежда УСТИНОВА, 17 лет.
Ученица школы №9 Ирбита:

— Обычно в своих стихотворениях я говорю то, чего не могу сказать никому. Чтобы стихи начали получаться хорошими, нужно очень много терпения и времени, чтобы совершенствовать свою речь.

Важная часть моей жизни — это книги. Они воспитывают характер. С детства люблю творчество Есенина, его поэзия неподражаема. Особенно запомнилось стихотворение «Тебе одной плету венки...». Неравнодушна к стихам Бальмонта, у него есть волшебные строки. Сейчас отдаю предпочтение поэту Владимиру Павлинову — человеку, чье творчество практически неизвестно, хотя четыре строки из его стихотворения слышал, наверное, каждый в песне Маркина «Я готов целовать песок».

Планирую стать филологом. Но, возможно, всё ещё переменится. Хочу обязательно выпустить свой сборник стихов, но чуть позже, сначала надо получить надёжную опору в жизни — образование.

Августовский вечер. Лето льнет к закату.
Вспышкой фотокамер солнце в небесах.
Льётся в окна небо, белое, из ваты,
Болью отражаясь в пламенных глазах.
Май мы долго ждали, а в его объятьях
О любви мечтали и о красоте.
Лето к нам врывалось в изумрудном платье,
Чтобы в каждом доме стало чуть светлей.
И огнём горели, и в окне дрожали
Утреннего неба яркие лучи...
Фонари старались, звёздам подражали
В дыме тёмно-серой городской ночи.

Страницу подготовили Дарья БАЗУЕВА, Екатерина ГРАДОБОВА, Ирина БОРОВКОВА.

Коньки не прокатят?

Небольшим населённым пунктам области не хватает катков

С приходом зимы активно начинают открываться катки. В одном только Екатеринбурге в нынешнем году их будет 123. А вот жители села Басмановское Талицкого городского округа пока не спешат доставать коньки. Чтобы покататься, им нужно ждать, пока хорошенько замёрзнет река – корта у них нет. И такая ситуация во многих областных сёлах и деревнях.

Каждый год река замерзает в разное время – в зависимости от погоды. Хотя обычно к декабрю лёд уже становится достаточно прочным, чтобы не опасаться, что ты провалишься. Ребята сами чистят реку от снега, сами проводят между собой хоккейные турниры. Правда, делать это приходится только в дневное время. Никакого освещения, кроме естественного, на речке быть, конечно, не может, а в темноте не больно-то покатаешься. Но что ещё делать? Ехать куда-то – очень далеко, а строить свой корт пока никто не собирается. Когда надоедает чистить снег, ребята идут кататься на лыжах – благо, хоть горок у них полно.

В селе Трифоново Пышминского городского округа тоже нет катка. Нет и водоёмов, по которым можно было бы кататься. Последняя попытка самим сделать корт закончилась весьма плачевно.

– У нас есть футбольный стадион, и как-то мы попытались залить его водой, но ничего путного из этой идеи не вышло, – делятся в Трифоновской школе. – А на строительство катка денег нет. Поэтому наши ребята в основном катаются на лыжах. Рядом с селом есть отличное место, где проводят не только местные соревнования, но и областные.

С подобной проблемой столкнулись и жители села Харловское Ирбитского муниципального образования. В 80 – 90-е годы прошлого века они пытались своими силами создать каток. Договорились с пожарной частью, и те некоторое время заливали водой небольшой пустырь между домами. Однако это было не очень



Фото Владимира ЯКУБОВА.

Здорово кататься на коньках и на сто процентов быть уверенным, что точно не провалишься под воду.

удобно, и волонтеры отправили запрос в местную молодёжную Думу с просьбой создать полноценный корт, но так и не получили ответа. С тех пор дело заглохло. Правда, нынешним летом учителя с ребятами решили попробовать возродить эту инициативу. Подходили к пожарным, и те охотно согласились помочь. Когда самодельный каток появится снова, пока неизвестно. Но все жители надеются, что это произойдёт в ближайшее время.

Вообще для многих небольших населённых пунктов иметь свой корт – мечта. И где-то её удаётся реализовать. Например, в посёлке Гари свой каток появился четыре года назад.

– Мы его уже залили и сегодня проведём первые соревнования, – говорит специалист по спорту и молодёжи Гаринского городского округа Николай Кашеваров.

Корт пользуется большой популярно-

стью – на него ходят жители от мала до велика.

Конечно, коньки – не единственное, чем можно заняться зимой. Многие ждут холодов и снега только ради того, чтобы достать, наконец, лыжи и покатаются по лесу или полетать с горок. Для некоторых даже не существует вопроса, чем ещё заниматься в это время года. Так, селу Атымья Пелымского городского округа каток не нужен вовсе. Все там катаются на лыжах – ученики, учителя, родители. Практически каждую пятницу, а иногда и в выходные, ходят вместе в лыжные походы, устраивают соревнования. А когда приходит время, с удовольствием участвуют в «Лыжне России». Наверное, в какой-то степени им даже повезло – проложить лыжную дорожку, пожалуй, намного проще, чем самим залить каток на пустыре или ждать, пока замёрзнет река.

Ксения ДУБИНИНА.

КОРОТКО

Юные теннисисты из Верхней Пышмы победили на Всероссийских соревнованиях

Ребята приняли участие в турнире сильнейших спортсменов России по настольному теннису среди молодёжи. В финале командного первенства они одержали победу над спортсменами из Татарстана со счётом 3:0.

За несколько дней до этого в личном зачёте двое наших теннисистов также заняли призовые места. Илья Жидков – первое, а второе – Вильдан Гадиев.

Турнир сильнейших спортсменов организовали для того, чтобы компенсировать отсутствие первенства России по настольному теннису среди молодёжи, который не проводили в этом году. В нём приняли участие 128 юных спортсменов из 20 регионов России.

На чемпионате УрФО по армспорту все первые места заняли наши спортсмены

Соревнования впервые проходили в трёх возрастных категориях: юноши, юниоры и старшие юниоры, и практически во всех призовые места заняли свердловские спортсмены. Теперь они войдут в сборную УрФО, которой предстоит выступить на российском первенстве в Москве в феврале будущего года. Всего за право попасть в сборную боролись 300 армреслеров.

В рамках окружного первенства прошёл и чемпионат по армспорту среди слабослышащих спортсменов, участие в нём приняли порядка 60 атлетов. Лидировали также наши земляки. Подтвердил свое звание и 13-кратный чемпион России Андрей Губа.

Фанатам, нарушающим порядок, могут навсегда запретить присутствовать на матчах

Премьер-министр Дмитрий Медведев предложил ввести пожизненный запрет на посещение спортивных мероприятий для нарушителей общественного порядка. Поводом для этого стал недавний скандал – болельщики бросили в футбольного игрока петарду, и за-за чего пришлось прекратить игру.

Сейчас в правительственном законопроекте, который устанавливает правила поведения болельщиков на стадионах и вводит наказания за нарушение этих правил, для нарушителей предполагается введение запрета на посещение спортивных мероприятий на срок до года.

Следить за тем, чтобы не было нарушений, будут через веб-камеры, которые, по обещанию вице-преьера Дмитрия Козака, установят на всех стадионах.

Ксения ДУБИНИНА.

Почти не снимает перчаток

Юный боксёр из Серова упорно идёт к своей цели – стать олимпийским чемпионом

Илья Бузин – обычный на вид восьмиклассник, который, как все, ходит в школу, делает уроки и общается с друзьями. По нему и не скажешь, что в этом году он стал чемпионом Европы по боксу среди юношей 1998-1999 года рождения. Останавливаться на этом достижении Илья не собирается. В планах у него – стать олимпийским чемпионом.

Илья живёт и учится в Серове. Все мужчины в его семье – спортсмены, поэтому нет ничего удивительного в том, что он пошёл по их стопам. В бокс его восемь лет назад привёл дедушка, которому всегда нравился этот вид спорта.

Шесть лет юный боксёр занимался под руководством одного тренера – Бориса Шагапа, а два года назад перешёл к Максиму Чехихи-

ну и Дмитрию Еркину. Илья признаётся, что с тех пор тренировки стали намного сложнее.

– Для того, чтобы успевать и тренироваться, и учиться, я разработал специальную формулу – «3-1-3», – рассказывает он. – Она означает, что три дня я тренируюсь и один полностью уделяю учёбе.

Каждый день у него расписан по минутам. Выловить его в Интернете для разговора оказалось не так-то просто. Илья предпочитает не тратить и без того дефицитное свободное время на компьютер.

Илья признался, что самым тяжёлым в боксе для него был первый бой, в котором он участвовал на первенстве Европы. В большей степени из-за нервного напряжения. Но в итоге оказа-



Фото из архива Илья БУЗИНА.

Держать в руках кубки для Илья – привычное дело.

лось, что он зря волновался – он победил своего первого соперника со счётом 16-8. Последующие бои Илья выиграл также со значительным отрывом.

Впереди у юного спортсмена – чемпионат мира-2013, и он надеется, что после него сможет закрепиться в российской сборной и станет ещё чуточку ближе к своей мечте.

Из-за постоянных тренировок Илья не смог уделить мне много времени для интервью, но мне кажется, что его пример ясно показывает – нужно каждую минуту тратить с толком. И тогда в компании ты сможешь рассказывать не о том, как вчера весь вечер просидел в Интернете, а, как Илья, о своих новых достижениях.

Татьяна ДЗЕНЬ, студентка УрФУ.



В ногу со временем

Секреты тайм-менеджмента: как грамотно спланировать свой день, чтобы успеть всё

Мир несётся вперёд, и мы вместе с ним. Порой кажется, что дел так много, что совсем нет времени остановиться и осознать, где ты сейчас находишься и куда идёшь. Тренер по тайм-менеджменту Александр МОСКАЛЕНКО считает, что ситуацию может спасти грамотное планирование дня.

—Иногда человек становится ответственным и начинает заниматься планированием только после своеобразного перелома, — говорит Александр. — Но не обязательно дожидаться этого момента. Я знаю много случаев, когда люди очень многое теряли в жизни только из-за того, что выбивались из плана. Достаточно представить, что когда мы планируем что-то, во Вселенной выстраивается огромное количество путей, по которым мы бы пришли к цели. Если мы сбиваемся с плана, то и общий план Вселенной рушится. Всё взаимосвязано. А надо всего лишь не нарушать данное себе слово.

—Планирование дня — единственный способ привести дела в порядок?

—Не единственный, но самый эффективный. Мой папа учил меня планированию с детства. Он помогал мне создавать графики и распорядки дня, которым я всегда следовал безукоризненно. Это было первым шагом к тому, чтобы сформировать идеальную дисциплину и достичь поставленных целей.

Держать все дела в голове — не вариант. Может произойти куча разных событий, которые вытеснят эти мысли. Поэтому необходимо составлять письменные планы на неделю, на день. В электронном виде или в бумажном. Следуйте принципу: взял слово — сдержал слово. Возьмите за правило быть везде и всегда вовремя. Неважно, встреча это с друзьями или важное мероприятие.

—Приходишь вовремя, а другие всё равно опаздывают. Как тут удержаться!



Специалисты советуют в течение дня постоянно сверяться с расписанием.

Фото Алексея КУНИЛОВА.

—Нужно начинать с себя. Если ты себе не позволяешь опаздывать, то окружающим тебя людям будет стыдно это делать. Когда ты становишься дисциплинированным и ответственным, тебя начинают окружать такие же люди. Начните с того, чтобы составлять микропланы. Обозначьте в день одно-два дела, которые будут привязаны ко времени. Например, в 15.00 и в 17.00 сделать что-то определённое. Договоритесь встретиться с друзьями и прийти вовремя. Стоит начать выполнять эти элементарные обязательства перед собой, как это начнёт входить в привычку. Каждый вечер подводите итоги и хвалите себя за успехи. Постепенно количество дел, привязанных ко времени, нужно увеличивать.

—Часто бывает, что наваливается много дел, и ты не знаешь, за какие браться в первую очередь...

—Важно правильно расставить приоритеты. Возьмите чистый лист бумаги и

выпишите все дела, которые в данный момент у вас накопились. А дальше читайте каждое дело вслух и прислушайтесь к своим ощущениям. Если дело доставляет удовольствие — отнесите его к списку «важных», если дело не приносит радости, значит, оно «неважное».

Затем вступает в силу параметр срочности. Например, встреча с девушкой — дело важное, но несрочное, потому что не привязано к определённому времени. А вот готовиться к контрольной неприятно, но необходимо.

—Получается, что про неважные дела можно забыть?

—Я убеждён, что на первое место всегда необходимо ставить те дела, которые важны лично для вас, так как именно они принесут радость и вдохновение. Можно постараться и в «неважных» делах искать то, что принесёт удовольствие. Например, думать о результате.

В умы людей с детства забивают, что они должны, обязаны что-то делать. А потом из детей вырастают взрослые с комплексами и чувством внутренней дисгармонии. Они чувствуют себя обязанными или должны что-то делать, хотя это не доставляет им удовольствия. Живут не в соответствии со своими ценностями и желаниями, а в соответствии с тем, что надо, необходимо делать. Отсюда берут основу различные расстройства, психосоматические заболевания.

—Можно ли научиться быть ответственным?

—Да, пунктуальность и ответственность — это не природный дар. Эти качества зависят от отношения человека ко времени и взятым на себя обязательствам. Если вы отвечаете за свои слова, то с лёгкостью можете организовывать свою жизнь и следовать намеченным планам. Однако если ваши слова ничего не значат, и вы избегаете ответственности, то ваша жизнь превращается в бардак, из которого непросто выбраться. И чем дольше вы позволяете себе находиться в таком состоянии, тем сложнее справиться с ним в будущем. Любого человека можно как приучить к пунктуальности, так и отучить от неё.

—И в то же время может возникнуть ощущение, что план — это скучно. И если я буду всё делать по плану, моя жизнь очень многое потеряет...

—Плану должно быть подчинено только учебное и рабочее время. И ни в коем случае не отдых. Когда люди идут в клуб, у них нет плана — потанцевать десять минут, а потом на пять минут выйти подышать воздухом. Они просто наслаждаются жизнью и делают, что хотят и когда хотят. Пусть в вашем графике будет время отдыха, когда можно жить без плана и не переживать.

Беседовала
Екатерина ГРАДОБОВА.

● ВАЖНО ЗНАТЬ!

Пять советов от тренера по тайм-менеджменту Александр МОСКАЛЕНКО:

● «Просто покупка ежедневника не научит правильно планировать день. При неумелом использовании ежедневник моментально превращается в обычную записную книжку. В то же время вести грамотное планирование можно и в обычном блокноте».

● «Я предлагаю на каждый день отводить одну страницу. Пространство каждого листа

делим на две половины. В одной вы записываете мероприятия, чётко привязанные ко времени — встречи, звонки, которые нужно совершить. Продумайте время, которое ориентировочно займёт встреча — не больше 40-60 минут. В другой колонке — задачи, которые обязательно нужно решить в течение дня».

● «Запомните «золотое правило» — 60-20-20. Шестьдесят процентов активного дня мы отводим на запланированные дела, не больше. 20 — на не-

предвиденные события, на форс-мажор. 20 — на рутинные дела, например, помыть посуду, собрать сумку».

● «Понять, много ли в твоей жизни лишнего, помогает установить поиск «поглотителей» времени. Метод сложный, далеко не все взрослые могут его освоить. Он ещё называется фотографией рабочей недели или дня. Необходимо досконально отследить и записать по минутам, что ты делаешь за день и сколько времени на это тратишь. Зафиксировать всё, начиная от подъёма, чистки зубов и до самого вечера, вплоть до времени, потраченного на разговор с друзьями. Потом достаточно посмотреть, на что уходило время. И будет очевидно, что в твоей жизни поглощает время, но не приносит результата».

● «Собирайте сумку и планируйте день с вечера. Вы будете чувствовать себя более комфортно, когда проснётесь, если уже знаете, что вас ждёт. Тогда утром будет достаточно взять в руки сумку и пойти вперёд к поставленным целям».

НЭ-АНКЕТА

Мы хотим составить портрет нашего читателя, узнать, кто он и откуда, чем увлекается и как давно с нами. Если ты держишь в руках этот номер, вырежи анкету, заполни и отправь в обычном почтовом конверте. Собирая анкеты мы будем до Нового года, а затем разыграем среди читателей призы. Для участия в розыгрыше нужно заполнить все графы. Каждый читатель может отправить только один купон. Ждём писем!

Имя, фамилия _____ Возраст _____

Населённый пункт _____

Я увлекаюсь _____

Я читаю «НЭ» с _____ года

Я получаю «НЭ» с _____ года

по подписке
 покупаю в киоске
 беру в школе/библиотеке
 беру у знакомых

другое _____

Я узнал о «НЭ» от _____

Хотел бы прочитать в «НЭ» о _____

Люблю читать в «Новой Эре» о _____

Тел. для связи: _____

Спасибо за ответы! :) «НЭ»

Пример того, как может выглядеть страница в ежедневнике.

Шалочное знакомство

**Головной убор
помогает выразить индивидуальность**

Ты идёшь по улице, заглядываешься на прохожих. Многие идут все в себе, а с их голов тебе подмигивают шапки-пельмени, шапочки с бомбошками из-за всех сил машут хвостиками... А какую шапку выберешь для себя ты этой зимой?

Ты заходишь в магазин. И твои глаза встречаются с глазами белого мишки, который сидит на одной из шапчонок. Твои руки тянутся к нему. Он обещает согреть тебя даже в самые лютые уральские морозы. А ты кланешься выгуливать его каждый зимний день. Сердце радостно бьётся. Ты одеваешь «мишку» на свою голову, он

ласково треплет волосы. Кажется, он сейчас замурлыкает от удовольствия лучше любого жирного домашнего кота.

Ты выходишь из магазина на улицу, навстречу тебе толпа людей, погружённых в себя, думающих о своих проблемах, работе, учёбе... Ну или о чём ещё могут думать люди... О других людях. Как вдруг внезапно ты слышишь около себя тоненький детский голосок:

—Смотри, мама, это мишка!

И вся толпа смотрит на белого медведя, который уселся на твоей голове. И вы с мишкой улыбаетесь прохожим в ответ.

Анна ВЕСЕЛОВА, 17 лет.



Фото Веры ЧЕРНЫШЕВОЙ.



Фото Анны ВЕСЕЛОВОЙ.



Фото Дарьи БАЗУЕВОЙ.

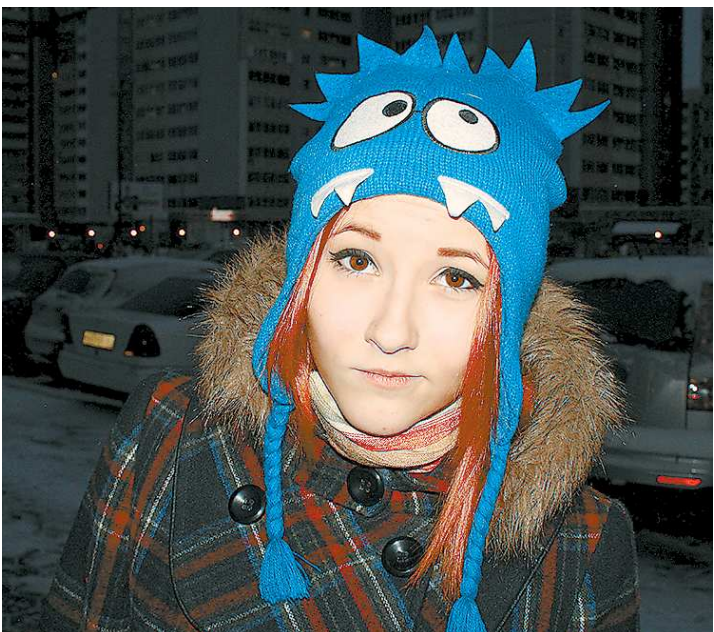


Фото Юли ПЛОТНИКОВОЙ.

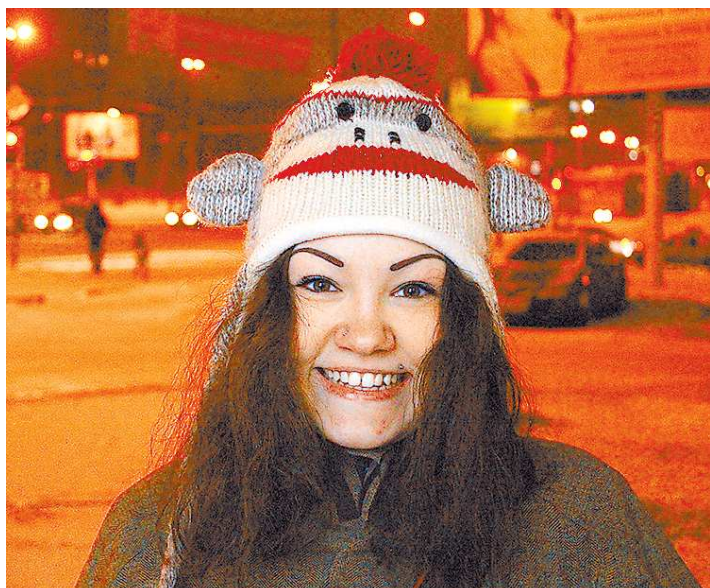


Фото Юли ПОЗДНЯКОВОЙ.

• ЕСТЬ КОНТАКТ!

Главная тема прошлого номера «Новой Эры» была посвящена проблемам, с которыми сталкиваются школьники и студенты, приехавшие в Свердловскую область из других стран. Это тема нашла отклик у читателей. Они решили поделиться своими историями.

«Когда я училась в восьмом классе, к нам учиться пришёл новенький мальчик. Он приехал из Киргизии. Внешне он довольно сильно отличался от нас. Первые полгода наши мальчишки часто над ним подшучивали, но это были добрые шутки, на которые мальчик никогда не обижался. Помимо внешности он отличался от нас тем, что всегда был добрым и весёлым, никогда не жадничал и никого не обижал.

Мне кажется, неважно, какая у кого национальность. Когда ты общаешься с человеком, дружишь или встречаешься, по большей части ты обращаешь внимание на характер. Никогда не понимала людей, которые говорят: «Эти приезжие совсем обнаглели». Стоит посмотреть на некоторых русских, и становится понятно: чтобы вести себя «как свинья», необязательно быть какой-то особенной национальностью.

Алеся КУРЗАЕВА, 16 лет».

«Наш преподаватель в доме творчества Яна Белогорская недавно на занятии рассказала нам историю, которая очень меня задела. Яна Станиславовна ехала в трамвае, и на её глазах пожилая женщина начала громко ругаться с кондуктором. Она закричала ей в лицо: «Ты кто вообще такая? Понаехало вас – проходу нет...». А затем стала бурно и эмоционально высказываться в адрес мигрантов. Кондуктор, женщина нерусской национальности, заплакала. Она стала говорить, что приехала сюда работать, и претензий к ней никогда не было. Другие пассажиры начали успокаивать кондуктора.

Мы почти каждый день сталкиваемся с людьми другой национальности – и на улице, и в школе. Но почему одни люди готовы их принимать и судить не по внешности, а по поступкам, а другие обращают внимание только на внешние различия?

Оля ЧЕРНОСКУТОВА, 14 лет».

У «Новой Эры» есть своя группа на сайте «ВКонтакте» <http://vk.com/novera>. Присоединяйся! Ждём письма от читателей. Контакты внизу страницы.

«НЭ».

Спецвыпуск «Областной газеты» — «Новая Эра» для молодёжи
Выходит с апреля 2000 года. Сегодня вы прочитали выпуск № 583. Следующий номер выйдет 6 декабря.
Пишите! Звоните!
Адрес редакции: 620004, г. Екатеринбург, ул. Малышева, 101. «Областная газета» — «Новая Эра». Тел.: (343) 375-80-33; тел. и факс 374-57-35. pe@oblgazeta.ru

**Главный редактор
Полянин Д. П.**

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:
Сергей АВДЕЕВ, Владимир ВАСИЛЬЕВ,
Василий ВОХМИН, Андрей ДУНЯШИН,
Ирина КЛЕПИКОВА.

Над номером работали:
Ксения ДУБИНИНА, Дарья БАЗУЕВА,
Александр ПОНОМАРЕВ, Екатерина ГРАДОБОВАЕВА
(корреспонденты),
Ирина ЛАНСКИХ, Татьяна НИКИТИНА (вёрстка),
Евгений СУВОРОВ (дизайн).



Учредители и издатели:
Губернатор Свердловской области,
Законодательное Собрание
Свердловской области
Адрес: 620031, г. Екатеринбург,
пл. Октябрьская, 1
Газета зарегистрирована в Уральском
региональном управлении регистрации
и контроля за соблюдением законода-
тельства РФ в области печати и массо-
вой информации Комитета Российской
Федерации по печати 30.01.1996 г.
№ Е-0966
При перепечатке материалов
ссылка на «ОГ» обязательна.

В соответствии с Законом РФ «О
средствах массовой информации»
редакция имеет право не отвечать
на письма и не пересылать их в ин-
станции.
Редакция может публиковать ма-
териалы, не разделяя точки зрения
автора.
За содержание и достоверность
рекламных материалов ответ-
ственность несет рекламодатель.
Все товары и услуги, рекламируе-
мые в номере, подлежат обяза-
тельной сертификации, цена дей-
ствительна на момент публикации.

Номер отпечатан в ЗАО «Прим
Принт Екатеринбург». 620027,
г. Екатеринбург, пр. Космонавтов,
18-Н
<http://www.primeprint.ru>
По вопросам доставки газеты
звоните:
- по городу Екатеринбург
371-45-04 (начальник отдела
эксплуатации Екатеринбургского
почтамта);
- по области 359-89-13 (начальник
отдела эксплуатации УФС).
Подписка для предприятий
г. Екатеринбурга через интернет-
магазин <http://uralpress.ur.ru>