



## СТУДЕНЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

Февраль 2026

### ЧИТАЙТЕ В ЭТОМ НОМЕРЕ:



Спорт ЯТЭК



Профессионалитет



Масленица



*Пускай живет весна в душе,  
Пусть в сердце радость  
расцветает,  
От зимней спячки ведь уже  
Весна весь мир  
освобождает!*

*Желаем жить, любить,  
мечтать  
И каждым мигом  
наслаждаться,  
Как солнце яркое, сиять  
И лучезарно улыбаться!*

# Мероприятия

10 февраля в Ярославском технолого-экономическом колледже состоялось торжественное открытие регионального этапа Чемпионата по профессиональному мастерству «Профессионалы» 2026.



На базе колледжа сегодня начали работать площадки по следующим компетенциям:

- Администрирование отеля
- Торговое дело
- Документационное обеспечение управления и архивоведение
- Малярные и декоративные работы
- Организация экскурсионных услуг
- Управление складированием

Блины, солнце и отличное настроение: как мы проводили Масленицу! Друзья, Масленица 19 февраля в нашем колледже удалась на славу! Пусть праздник уже позади, но эмоции до сих пор согревают лучше любого солнышка. В этот четверг наш 3 этаж превратился в настоящую ярмарку. Чего тут только не было:

Горы румяных блинов (исчезали быстрее, чем мы их пекли!)

Зажигательные песни

Отличная компания и море смеха

Спасибо каждому, кто пришел, кто помогал с организацией и кто просто создавал это весеннее настроение. Мы доказали, что традиции — это не скучно, а весело и вкусно



«А ну-ка, парни»: студенты ярославских колледжей отмечают День защитника Отечества. В Ярославском технолого-экономическом колледже 19 февраля в честь праздника организовали спортивно-массовое мероприятие «А ну-ка, парни». Его участниками стали 40 студентов 1-3 курсов в составе 10 команд. В формате «вертушки» они соревновались в оказании первой помощи, сборке/разборке автомата, надевании общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и преодолении препятствий, выполняли комплекс силовых упражнений – отжимания и жим гири. Также молодые люди состязались в меткости во время стрельбы в тире.



Корреспонденты: Фетисова Екатерина, Чернова Карина

# СПОРТ В ЖИЗНИ ЯТЭК

## ТОВАРИЩЕСКИЙ МАТЧ

5 февраля состоялась яркая товарищеская встреча по волейболу между командами преподавателей ЯПЭК и ЯТЭКа. Спортивный дух, азарт и дружеская атмосфера царили на площадке с первой до последней минуты матча!

Каждый сет был наполнен напряжённой борьбой, неожиданными розыгрышами и зрелищными моментами.

Итоговый счёт — 3 : 0 в пользу команды ЯПЭК!



## ЯТЭК ПРОТИВ ЯКК

5 февраля на спортивной площадке состоялась захватывающая товарищеская встреча по волейболу между командами ЯТЭК и ЯКК. Матч прошёл в атмосфере здорового соперничества, спортивного азарта и взаимного уважения — именно так и должен выглядеть настоящий спортивный праздник! 🏐😊

Итоговый счёт — 3 : 1 в пользу команды ЯТЭК 🎉



## АКТИВНЫЙ ОТДЫХ В РАМКАХ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

9 февраля студенты из групп 12л, 12пк и 13тг отлично провели время на катке в рамках учебной дисциплины «Физическая культура»!

Ребята с удовольствием отработали навыки скольжения, попробовали новые элементы и просто насладились атмосферой зимнего досуга. Многие отметили, что такие мероприятия помогают снять напряжение от учёбы и сплотиться с одногруппниками.



## СПАРТАКИАДА ПОО ЯО 2025-2026

В рамках комплексной Спартакиады профессиональных образовательных организаций Ярославской области прошли соревнования по волейболу среди юношей и девушек.

Наши спортсмены показали достойную игру, командный дух и стремление к победе!

Юноши продемонстрировали отличную подготовку, сплочённость и уверенно завоевали 1 место!

Поздравляем команду с заслуженной победой и гордимся таким результатом!

Девушки проявили характер, силу воли и достойно представили нашу организацию, заняв 4 место.

Благодарим за борьбу и яркие игровые моменты!



# Театральная страничка



Театр был создан в 1750 году купеческим сыном Фёдором Волковым, который организовал любительскую труппу в переоборудованном кожевном амбаре. В 1752 году труппа по приглашению императрицы Елизаветы Петровны выступала в Санкт-Петербурге, а в 1756 году Волков участвовал в создании первого русского государственного императорского театра.

Здание, в котором театр располагается сейчас, построено в 1911 году по проекту архитектора Николая Спирина. В этом же году учреждению было присвоено имя основателя. В советское время театр снискал славу одного из лучших в провинции.

Сегодня Волковский театр — единственный драматический театр федерального подчинения в провинции. Он проводит крупные фестивали, включая Международный Волковский фестиваль и «Будущее театральной России».

В преддверии Международного женского дня группа 12Л с классным руководителем Чинновой Юлией Евгеньевной посетила спектакль "От Некрасова до Некрасова" в театре им. Ф. Волкова.



Эта музыкальная постановка, приуроченная к 200-летию со дня рождения Николая Алексеевича Некрасова, стала настоящим открытием для ребят.

С самого начала спектакля поразила оригинальная музыка, написанная композитором Игорем Есиповичем в стиле русского фолк-рока. Песни на стихи Некрасова звучали свежо и современно, что позволило по-новому взглянуть на классическую поэзию. Живое исполнение актёров создавало атмосферу настоящего праздника искусства.

Режиссёр Валерий Кириллов и либреттист Олег Грисевич сделали акцент на многогранности личности Некрасова. Зрители увидели его не только как великого поэта, но и как человека с разными гранями: подростка, студента, журналиста и даже бонвивана. Это позволило зрителям лучше понять, каким был Некрасов в разные периоды своей жизни, и как его опыт отразился в творчестве.

Особенно запомнились массовые сцены и танцы, которые были поставлены хореографом Еленой Соболевой-Пугачевой. Они добавили динамики и яркости в спектакль, делая его ещё более увлекательным. Наличие передвижной звонницы с колоколами стало интересным художественным решением, которое подчеркнуло музыкальную составляющую постановки.

В целом, "От Некрасова до Некрасова" — это не просто спектакль, а настоящая музыкальная феерия, которая оставляет глубокое впечатление. Я рекомендую его всем, кто хочет не только насладиться искусством, но и узнать больше о жизни и творчестве одного из величайших русских поэтов.



# Кому кошки, кому змеи. Что выбор питомца говорит о характере человека



Люди заводят домашних животных по разным причинам, и это решение может быть как прихотью, так и необходимостью. Для многих питомцы становятся источником радости и эмоциональной поддержки, помогая справляться со стрессом и одиночеством. Исследования показывают, что наличие домашних животных может положительно влиять на психическое здоровье, снижая уровень тревожности и депрессии. Кроме того, забота о питомце формирует ответственность и дисциплину, что особенно важно для детей. Однако стоит помнить, что содержание животного требует времени, усилий и финансовых затрат. Поэтому прежде чем принимать решение о заведении домашнего животного, важно тщательно взвесить все «за» и «против», чтобы понять, готовы ли вы к этой ответственности и сможете ли обеспечить своему питомцу достойные условия жизни.

## Что о человеке говорит выбор домашнего животного?

Выбор домашнего животного — это не просто каприз или мода. Он может многое рассказать о характере, образе жизни и даже ценностях человека. Давайте рассмотрим, что именно может сказать о нас тот питомец, которого мы выбираем.

### 1. Собака: верность и активность

Собаки — это символ преданности и дружбы. Люди, выбирающие собак, часто ценят активный образ жизни и общение. Они могут быть открытыми, дружелюбными и социальными. Выбор породы также может многое сказать о хозяине: энергичные породы, такие как лабрадоры или бордер-колли, выбирают люди, готовые к активным прогулкам и занятиям спортом. В то время как более спокойные породы, такие как бульдоги, могут указывать на предпочтение к размеренному образу жизни.

### 2. Кошка: независимость и уют

Кошки, как правило, выбирают более независимые и спокойные люди. Эти питомцы требуют меньше внимания и могут оставаться одни на длительное время, что подходит тем, кто ведет активный образ жизни или часто отсутствует дома. Владельцы кошек часто ценят уют и комфорт, а также могут быть более интровертированными, предпочитая спокойные вечера дома.

### 3. Птицы: общительность и креативность



Люди, выбирающие птиц, часто обладают творческим подходом к жизни. Птицы требуют внимания и общения, что говорит о том, что их владельцы ценят взаимодействие и общение. Кроме того, выбор экзотических видов, таких как попугаи, может указывать на стремление к необычному и яркому.

### 4. Грызуны и рептилии: уникальность и терпение



Владельцы морских свинок, хомячков или даже ящериц часто отличаются терпением и уникальным взглядом на жизнь. Эти питомцы требуют особого ухода и внимания, что говорит о готовности их владельцев инвестировать время и усилия в заботу о них. Кроме того, выбор менее традиционных домашних животных может указывать на стремление к индивидуальности и оригинальности.

Выбор домашнего животного — это отражение нашей личности, образа жизни и ценностей. Каждый питомец приносит в дом свою атмосферу и требует определенного подхода. Обратите внимание на своего питомца — он может рассказать о вас больше, чем вы думаете!





## Зимняя усталость: почему энергии меньше и что с этим делать

С приходом весны многие студенты сталкиваются с усталостью, накопившейся за долгие зимние месяцы. Понимание того, как восстановить силы и подготовиться к сессии, становится особенно актуальным. Вот несколько советов, которые помогут вам справиться с усталостью и подойти к экзаменам в отличной форме.

### 1. Правильное питание

Зимой наш организм часто испытывает нехватку витаминов и минералов. Чтобы восстановить силы, включите в свой рацион больше свежих фруктов и овощей. Они не только укрепят иммунитет, но и придадут энергии. Обратите внимание на продукты, богатые омега-3 жирными кислотами, такие как рыба и орехи, которые способствуют улучшению работы мозга.

### 2. Физическая активность

Регулярные физические нагрузки помогают не только поддерживать форму, но и улучшать общее самочувствие. Прогулки на свежем воздухе, занятия спортом или даже простая зарядка по утрам помогут вам взбодриться и повысить уровень энергии. Попробуйте найти активность, которая вам нравится, чтобы занятия приносили удовольствие.

### 3. Сон и отдых

Недостаток сна может значительно ухудшить ваше состояние. Постарайтесь наладить режим сна: ложитесь и вставайте в одно и то же время. Качественный сон поможет вашему организму восстановиться и подготовиться к учебным нагрузкам. Не забывайте также о коротких перерывах в учебе — они помогут избежать переутомления.

### 4. Психологический настрой

Позитивный настрой играет важную роль в борьбе с усталостью. Старайтесь окружать себя позитивными людьми, которые вдохновляют и поддерживают. Практикуйте методы релаксации, такие как медитация или йога, чтобы снизить уровень стресса и улучшить концентрацию.

### 5. Планирование и организация

Сессия — это время, когда важно правильно организовать свое время. Составьте расписание занятий и выделите время на подготовку к экзаменам. Разделите материал на небольшие части и ставьте перед собой достижимые цели. Это поможет избежать паники и стресса в последний момент.

### 6. Общение с друзьями

Не забывайте о социальной жизни! Общение с друзьями и однокурсниками может стать отличным способом отвлечься от учебных забот. Совместные занятия или просто времяпрепровождение помогут вам расслабиться и восстановить силы.

Следуя этим простым советам, вы сможете справиться с усталостью после зимы и подойти к сессии с новыми силами и энергией. Помните, что забота о себе — это залог успешной учебы и хорошего настроения!