

ПроЛісок

Періодичне видання колективу викладачів та студентів Малинського лісотехнічного коледжу

ЛІДЕР ВИЩОЇ ОСВІТИ



методичні досягнення.

На урочистому відкритті з промовами виступили: В.Г.Кремень, український науковець, вчений, державний, політичний та громадський діяч, президент НАПН України, академік НАН України; Надзвичайний і Повноважний Посол Польщі в Україні Ян Пекло; послы Чехії та Словенії, тощо.

У рамках виставки були нагороджені переможці конкурсу у номінаціях серед вищих навчальних закладів – учасників виставки «Освіта та кар'єра – 2017» Малинський лісотехнічний коледж

6-8 квітня 2017 року в Києві відбулася щорічна міжнародна спеціалізована виставка: «Освіта та кар'єра – 2017», виставка закордонних навчальних закладів «Освіта за кордоном» та виставка «Навчання у Польщі». Малинський лісотехнічний коледж взяв участь у роботі виставки, презентував свої спеціальності, науково-



здобув золоту медаль у номінації «Інноваційний розвиток освіти та сучасні педагогічні технології», отримав перемогу у номінації «Лідер вищої освіти серед ВНЗ І-ІІ рівня акред. в Україні», яку вручив **К.М. Левківський**, заступник директора Інституту інноваційних технологій і змісту освіти Міністерства освіти і науки України, доцент кафедри політології і соціології, професор кафедри менеджменту освіти.

Досвід участі у виставках переконує, що ми ставимо за мету не лише рекламу та демонстрацію своїх досягнень (хоча це й заслуговує на увагу!), а й професійне спілкування, обмін досвідом, можливість долучитися до сучасних ідей педагогічної науки. А головним є те, що участь у виставковому русі для навчального закладу є необхідним компонентом для формування освітнього іміджу та професійної діяльності.

Прес-служба коледжу

Поради вступникам

Практично кожен випускник (після 9 чи 11 класу) задає питання: чи варто залишатися в школі ще на 2 роки або ж краще вступити до коледжу після 9 класу або до ВУЗу? Щоб прийняти рішення, обов'язково зважте всі "за" і "проти".

Після школи багато хто з випускників стає абітурієнтом. Будь-який вступ починається ще за довго до моменту подачі документів. У далекоглядних школярів він починається вже після 8 класу. Зараз список іспитів для вступу на різні спеціальності вже практично не змінюється, тому можна заздалегідь готуватися до тих чи інших предметів. Вступники також можуть полегшити собі життя, якщо вони, крім завчасної підготовки до іспитів, паралельно братимуть участь в різних олімпіадах, відвідуватимуть підготовчі курси та додаткові заняття. Але й завжди є такі абітурієнти, які не мають ніякої мети в подальшому після закінчення школи. Вони не знають, ні до якого навчального закладу вони хочуть вступити, ні який напрямок їм цікаво, навіть предмети вони вибрали лише за принципом "що швидше вивчити, то і здам".

Сподіваюся, ви розумієте, що процес вступу - лише технічна процедура. Всі ми різні: хтось відчуває себе впевнено, хтось сумнівається і переживає. Адже подавати документи - не здавати іспити. Якщо вам необхідна підтримка - приходьте з батьками. Якщо у вас є питання - запитуйте й не бійтеся того, якщо чогось не розумієте. Встановлюючи зв'язок при подачі документів, у вас є шанс раніше за всіх дізнатися щось цікаве, а можливо, і цінне. Часом в такі моменти знаходиш нових друзів, знайомишся з майбутнім педагогічним колективом. Головне - готуйтеся дуже старанно до іспитів, відвідайте всі шкільні факультативи. Але найголовніше - внутрішнє бажання і самоосвіта. Якщо ви не будете мати бажання готуватися, то ніхто вас не змусить цього зробити.

Під час іспиту настійно рекомендуємо вам забути про телефони, нетбуки, планшети, шпаргалки та інші підказки. Зараз з цим дуже суворо, не варто ризикувати. Адже, ви тільки уявіть, якщо вас за списуванням зловлять, то, можна сказати, марні були ваші зусилля зі вступом.

Коли ви очікуєте результати іспиту, то, в першу чергу, не коріть себе за ті «помилки», які, як ви думаєте, зробили, виконуючи екзаменаційні завдання. Життя - це суцільна низка помилок. Зрештою, немає людини, яка не помиляється. Чекайте результатів зі спокійною душею, пишаєтесь собою!

Фінішна пряма для абітурієнтів. Найхвилюючий момент - зарахування до лав студентів. Насправді цей процес повинен стати найприємнішим за весь час вашого вступу. Чому? Так, тому що, якщо ви здали, успішно пройшли випробування, то знаєте, як приємно бачити своє прізвище в списках студентів...

Це відповідальний крок у вашому житті. Це ваше рішення - ваше і лише ваше. Слухайте поради, спілкуйтеся, але вибирайте самі. Пам'ятайте, що у вас може бути кілька спроб, так, ви втратите рік-два, але будете впевнені, що вам це треба і ви цього хочете.

А.Петров

Незаконна вирубка лісів



Ліс - тип природних комплексів, у якому поєднуються переважно деревна та чагарникова рослинність з відповідними грунтами, трав'яною рослинністю, тваринним світом,

мікроорганізмами та іншими природними компонентами, що взаємопов'язані у своєму розвитку, впливають один на одного і на навколишнє природне середовище. Ліси України є її національним багатством і за своїм призначенням та місцем розташування виконують переважно водоохоронні, захисні, санітарно-гігієнічні, оздоровчі, рекреаційні, естетичні, виховні, інші функції та є джерелом для задоволення потреб суспільства в лісових ресурсах.

Загальна площа лісового фонду України становить – 10,4 млн га. Вони розташовані дуже нерівномірно - в Поліссі та в українських Карпатах. Переважають, звичайно, хвойні ліси – ялина, сосна, дуб, бук. Крім того, ростуть осики, граби, ясени, берези та модрина. Усі ліси, незалежно від того, на землях яких категорій за основним цільовим призначенням вони зростають, та незалежно від права власності на них, перебувають під охороною держави.

Перш за все, б'ють на сполох і говорять про вимирання дерев і знищення цілих лісів екологи. Важливим аспектом цієї проблеми є хвороби дерев, за цим потрібно постійно слідкувати і вирубувати хворі дерева, адже інакше може вимерти цілий ліс. Проте, найбільше захисників навколишнього середовища турбує масове вирубування здорових дерев. В нас процвітає незаконна і масова вирубка лісів, та навіть цілих заповідників. Люди будують собі котеджні містечка і для цього вирубують лісосмуги. Експерти не заперечують й факту, що взимку рубки збільшуються. Адже ближче до зимових свят, окрім масових, відбуваються також самовільні рубки дерев, яких фактично ніхто не фіксує.

Найбільше незаконних рубок вже традиційно проводяться в Карпатах, адже там є найбільші лісові масиви в країні. Крім того, в регіоні росте найбільше рідкісних дерев, які, відповідно, коштують дорожче. Відомі букові праліси Карпат входять до переліку об'єктів Світової спадщини ЮНЕСКО. За них екологи бояться найбільше, бо на відновлення цих порід піде не один десяток років. Немало проблем спостерігається і на Поліссі, Волині, Чернігівській та Київській областях. Значні втрати, безсумнівно, є у лісових насадженнях у зоні АТО, де знищуються цілі ліси.

Активне знеліснення в Україні розпочалось у зв'язку з потребами військової сфери та будівництва. І з того часу вирубка дерев в країні здається не припинялась. Україна почала експортувати деревину у великій кількості, відтак, заробляти почали і бракон'єри. Щороку об'єми незаконних рубок в Україні

збільшуються. Цьому немало сприяє тіньовий бізнес. Більшість підприємств, які працюють у цій сфері, просто не пристосовані для переробки лісоматеріалів, не кажучи вже про повний цикл якогось виробництва. Саме це і сприяє веденню незаконно бізнесу та масових вирубок лісу. Адже, замість того, щоб дотримуватись закону і пройти всю офіційну процедуру оформлення, можна тихо все експортувати, знаючи, що покарання не буде.

З цього можна зробити висновок, що навіть попри заборону, такий вид діяльності здається цілком нормальним, а головне – вигідним. Вигідним для покупців, яким головне об'єми, які експортують, а чи законно це – питання другорядне. Виграють з цього і підприємства: вони не витрачають коштів на обробку, але все одно збувають матеріал. Та найперше вигідно це для чиновників, які думають зовсім не критеріями природо-охорони, а хочуть просто добре заробити, покриваючи цей незаконний багатомільйонний бізнес.

Для того, щоб боротися з цією проблемою, в Україні є так званий електронний облік сировини, або ж чіпування. Таким чином можна відслідковувати перевезення деревини не лише по країні, а й за кордоном.

Із наявних проблем, які призводять до скоєння незаконних вирубок і потребують негайного вирішення слід відмітити діяльність приватних пилорам, які в переважній більшості працюють на незаконно придбаній деревині, діяльність організованих злочинних угруповань, які здійснюють незаконні рубки з метою наживи.

Незаконні вирубки контролюються КК України, статтею 246 «Незаконна порубка лісу», однак відповідальність несуть далеко не усі бракон'єри. Адже для притягнення до відповідальності факт незаконної рубки повинна зафіксувати так звана державна лісова охорона. Проте, рішучих дій чекати від влади не доводиться.

Потрібно змінювати свідомість людей та їх ставлення до лісу. Адже, зазвичай, саме в лісосмугах лежить чимало сміття, люди викидають недопалки, і як наслідок – новоутворені сміттєзвалища та лісові пожежі.

Вирубка дерев значно підвищує ризики поведінки та паводків, відповідно, погіршується якість ґрунту та родючість. Крім цього, вирубування карпатських лісів зумовлює зменшення біорізноманіття, знищення ареалів рідкісних видів флори і фауни, забель цінних природних екосистем та негативний вплив на клімат усієї України.

Артем Петров (БО 11)

"СИНИЙ КИТ": НЕОЧІКУВАНІСТЬ ЧИ НЕОБХІДНА РЕАКЦІЯ?



"Синій кит", "Разбуди меня в 4:20", "Тихий дом" - ці хеш-теги заповнили інтернет в останній рік і наповнили його відео і фото, які

вражають дорослих людей і змушують задуматись, що ж відбувається зараз із наступним поколінням.

Світ наповнений проблемами економіки, політики, науки і релігії, тоді як про становлення людини як особистості, про її психологічний та емоційний стан ніхто не задумується і не зважає на це. Добре тому, хто у своєму юному віці зміг долучитись і майже повністю влитись у світ, де потрібно вміти комунікувати, будувати відносини і вирішувати складні життєві питання.

Але що робити тим людям, підліткам, котрі не витримують тиску з боку суспільства і не можуть впоратись із проблемами чи звичайними обов'язками? Ховаючись під ковдру, вмикаючи черговий молодіжний серіал, вони намагаються втекти від своєї самотності, невпевненості та проблем, які з кожним днем ростуть.

Соціальні мережі завжди були таким собі притулком для ще не дорослих, але вже і не дітей. Шукати людей із подібною історією, подібними зацікавленнями підсвідомо стало сенсом їхнього життя. Спільноти набирають собі підписників, публікуючи фото з гарним фоном і сумними словами на них, які нагадують про зруйноване кохання, підтверджують, що не мати реальних друзів - це цілком нормально, або ж навпаки, що ти прекрасний, але не зрозумілий для цього світу і що рано чи пізно у тебе все буде добре. А терпіння або витривалість, як відомо, не є сильною стороною підлітків.

Але ж насправді це все не нормально! З боєм і самотністю потрібно боротись, а не ховатись від усіх!

Тоді чому ж підлітки не є активними громадянами і зникають за моніторами комп'ютерів? У кожного, звісно ж, різні причини. Ко-

мусь не вдається зав'язати розмову з однолітками, адже він за природою скромний, хтось страждає в школі від принижень, у когось непорозуміння в сім'ї...

І ось з'являється "Синій кит"! Багато хто долучається до спільнот із подібними назвами, публікує пости із вбивчими хеш-тегами, пише повідомлення адміністратору, розповідає, чому він хоче померти і тут починається його гра. Протягом п'ятдесяти днів за правилами гри учасник отримуватиме завдання, наприклад, вирізати кита на руці, або сидіти на даху будинку щоранку о 4:20.

Куратори цієї гри є справжніми психологами, які розуміють усі дрібниці змін в емоційному стані підлітка та користуються цим, аби заробляти гроші. Відео та фото зі свідомим божевіллям людей, мабуть, дорого коштують на чорному ринку.

Проте, на щастя, ще не все втрачено. На заваді у вбивць стають "антикити", які намагаються усіма силами допомагати, підтримувати, спілкуватися і доводити користувачам сторінок із жахливими хеш-тегами в їхніх записах, що життя має сенс.

Невже лише подібні страшні ситуації можуть привернути увагу громадськості до необхідності комунікувати і підтримувати підлітків? Що як буде надто пізно і ситуація, яку не взяли під контроль вчасно, вийде на перші шаблі рейтингів за самогубствами? Людність повинна переважати усі меркантильні та цинічні бажання людини, адже лише тоді кожен зможе пишатися своїм видом і його силою.

Юлія Книш

ЯК ВИЖИТИ В УМОВАХ ПОСТІЙНОГО СТРЕСУ ЧЕРЕЗ РОБОТУ?



Низька оплата праці, довга дорога до місця роботи, надмірний обсяг обов'язків – ось лише декілька чинників, через які велика частина дорослого населення постійно перебуває у стані стресу. Додайте до цього економічні кризи,

коливання валютного курсу та цін, скорочення робочих місць та масове безробіття. Важко в таких умовах зберігати самоконтроль. А коли працівники все ж знаходять сили зосередитися на виконанні своїх обов'язків, їх по кілька разів на годину відривають від роботи з дрібними зверненнями та дорученнями.

Боротися з причинами стресового стану значно важче, аніж з'ясувати, в чому вони полягають. Деяких уникнути неможливо, однак можна розробити стратегію реагування на дію стресових чинників та спробувати взяти ситуацію під контроль. Ось сім способів мінімізувати негативний вплив роботи на емоційний стан.

1. Опануйте дихальні техніки

Результати досліджень, проведених американськими вченими, доводять, що техніка глибокого дихання гарно допомагає розслабитися, оскільки сповільнює викид шкідливих гормонів стресу.

У своєму інтерв'ю досвідчений терапевт та автор наукових статей, Естер Штернберг, порівнює реакцію тіла на дихальні вправи з водінням авто: "Під дією стресу ваш організм веде себе як автівка, коли ви тиснете на газ. Роблячи повільні глибокі вдихи, ви ніби тиснете на гальма і допомагаєте організму скинути оберти".

2. Діліться вашими тривогами з друзями

Розповідаючи друзі про проблеми на роботі, ви отримуєте чудовий шанс перевести подих та частково зняти напругу. Крім того, обговорення справ з дорогими вам людьми, може допомогти знайти рішення, до яких ви не змогли би прийти самостійно.

3. Поговоріть з керівником

На жаль, більшість тих, хто зазнає постійної перевтоми на робочому місці, не може набратися відваги й поскаржитись керівникові. Однак, боротьба з чинниками, що заважають робочому процесу – це невід'ємна частина вашої роботи! Визначте, що саме заважає вам ефективно працювати, та ініціюйте зустріч з керівником для обговорення можливих способів усунення проблеми. Можливо все, що вам потрібно, – це допомога у виконанні проекту, відгул або ж прояснення деяких неточностей у постановці завдання.

4. Організуйте свій робочий день так, щоби досягнути максимальної продуктивності

Прийнято вважати, що весь робочий день з дев'ятої до шостої має бути заповнений виключно роботою. На щастя, це не зовсім вірно. Сидіння на одному місці впродовж такого тривалого часу аж ніяк не сприяє продуктивності. Люди, які не можуть зосередитися на виконанні роботи, зазнають ще більшого стресу. Як

наслідок, додому вони їдуть втомленими, не маючи енергії для сім'ї, друзів та діяльності, не пов'язаної з роботою.

Робіть періодичні перерви та вставайте з-за робочого столу: прогуляйтесь офісом, вийдіть на свіже повітря, зробіть невеличку зарядку, сходите на обід у найближче кафе та виконайте декілька дихальних вправ, щоби перезавантажити свій мозок для подальшої роботи.

6. Розставляйте пріоритети

Одночасна робота над кількома проектами часто веде до перенавантаження. Якщо відчуваєте, що завдань занадто багато і ви не встигаєте виконати всі, тим паче необхідно навчитися правильно розставляти пріоритети.

Перш за все, усвідомте, яку роль ви відіграєте в структурі вашої організації. Тоді окресліть стратегічні пріоритети компанії. І врешті-решт, визначте власні першочергові цілі. Опираючись на них, складайте список справ, які потрібно зробити впродовж дня.

6. Стежте за своїм харчуванням та якістю сну

Люди, які з головою поринають в роботу, часто забувають про важливі складники збалансованого життя: здорове харчування та якісний відпочинок. Недостатня кількість поживних речовин може не тільки спричинити погане самопочуття, але й призвести до млявості та зниження продуктивності. Повноцінний сон також є надзвичайно важливим для відновлення роботи мозку і тіла. Відсутність якісного відпочинку продовж тривалого часу веде до хвороб та зниження мозкової активності.

7. Навчіться забувати про роботу в особистий час

Переконайтеся, що ваш особистий час присвячений тільки вам. Робочі турботи часто непомітно проникають в особисте життя. Це може негативно вплинути на сімейні стосунки та закріпити звичку приносити робочі проблеми додому. Якщо вам важко переключитися з роботи на інші справи, плануйте абсолютно не пов'язану з роботою діяльність на час, який проводите дорогою додому. Так ви поступово звикнете "переключатися" одразу ж після того, як виходите з офісу. Щоб не дати роботі проникнути у ваше особисте життя, варто також вимикати робочий телефон в позаробочий час, або ж хоча б вимикати режим "не турбувати".

Для ефективної боротьби зі стресом, важливо навчитися вчасно помічати перші його прояви. Зосередьтеся на ключових цілях та обов'язках, навчіться правильно розподіляти свій робочий час та знайдіть дієвий спосіб заспокоєння нервів, щоб не дати стресові поглинути вас.

Від СІКАВОЗНАТІ.СІ.ІІ

Періодичне видання колективу викладачів та студентів Малинського лісотехнічного коледжу

Проблесок
mltk.org.ua

Редакція газети:

Головний редактор: Таміла Пернарівська

Фоторепортери: Юлія Закусіло,

Олександр Пляшенко

Комп'ютерний набір: Таміла Пернарівська

Друк: Олександр Пляшенко

Адреса редакції:

с. Гамарня

Малинського р-н

тел. 97-2-40

E-mail: mltk2010@gmail.com