

Above maiore discit arare minor —

Гарний результат за гарним прикладом

Мед



№ 18
Жовтень
2017р.

Костопільська філія РДБМК

kost_medcol@ukr.net

Твій порадник



Прокидайтеся з легкістю!

Хтось щоранку програє нерівну битву з будильником, а хтось встигає на пробіжку, уроки іноземної мови та багато іншого - і все це до початку робочого дня.

Багато зайнятих і успішних людей починають свій ранок на світанку, щоб встигнути зробити чимало справ, поки ніхто і ніщо не відволікає.

Ми зібрали найбільш популярні і дієві поради, які стануть в нагоді всім, кому важко розлучатися з подушкою вранці. Дотримуйтеся їх, і ви будете почувати себе набагато бадьоріше!

- ◆ Лягайте спати раніше. Як це не банально, більшість людей не отримують достатньої кількості сну, і тому їм важко вставати вранці.
- ◆ Прокидайтеся під приємну музику, або звуки. Важливо, щоб ніщо вас не дратувало, а, навпаки, стимулювало до пробудження.
- ◆ Розплющіть очі, порухайтесь. Зробіть кілька глибоких вдихів і видихів. Посміхніться, потріть долоні.
- ◆ Подумайте про цікаві пригоди, які вас очікують.
- ◆ Випийте склянку води. Це простий, але дуже ефективний метод. Просто поставте з вечора склянку поруч з ліжком. Ковток води не тільки допоможе прокинутися, але і підготує вашу травну систему до прийому їжі.
- ◆ Встаньте і вимкніть будильник. Для цього необхідно заздалегідь розташувати його подалі від ліжка.



У номері:

- Твій порадник
- Серця, об'єднані любов'ю
- Хвилинка з викладачем
- Нас чекає сто доріг



Ви прокинулися! Тепер саме час зробити зарядку, або прийняти душ.

Дослухайтесь до експертів і проаналізуйте, наскільки правильною є ваша підготовка до початку наступного дня. Можливо, деякий апгрейт не завадить і тоді ви станете ранковим супергероєм.

Головне – усміхайтесь більше, і тоді навіть випробовування будильником

сприйматимуться краще!

Стасюк Ю., 41-С

Серця, об'єднані любов'ю

З-поміж багатьох свят у календарі є день, коли настрій усієї країни особливо піднесений і радісний. У перший тиждень жовтня країна урочисто відзначає День працівника освіти, коли навчальні заклади майорять осінніми квітами і розквітають посмішки вихованців та педагогів.

Відбулося таке свято і в Костопільському медичному коледжі. У читальному залі зібрався весь педагогічний колектив, а студенти підготували чудові



концертні номери й привітання. На розсуд глядача були представлені веселі сценки зі студентського життя, в яких брали участь студенти 11-С, 12-С, 2-А груп.



Дівчата-першокурсниці 11-С групи виконали цікаву пісню Ані Лорак «Я стану морем» (Шустик В., Усач А.). Усі студенти 11-С групи привітали викладачів піснею «Деся по світу».



До слова, студентки групи 12-С приголомшили увесь зал чарівною піснею «Коханий» Квітки Цісик, яка звучала вперше у нашому коледжі, у виконанні Прадун В., Аврамишин Л., Конько С., Тишковець Н.. Також, вразило і зачепило наші струни душі гра на музичному інструменті-

скрипці, виконавців Бортник М. (група 12-С) і Боришкевич С. (група 11-С).



Чудовий настрій і заряд енергії отримали гості свята від запального танцю та комедійної сценки талановитої групи 2-А.



Виступи кожної групи були яскравими і оригінальними. Особливо запам'яталися усім глядачам фінальні колективні пісні груп, у яких студенти висловили свою любов до коледжу, яка їх об'єднала.



Вітаємо Вас з професійним святом !

Викладачі, ви наша совість, взірць у житті єдиний,

Без нього життєва повість не пишеться у людини.

Спасибі Вам за душу відкриту,

За ласку, за турботу, любов, доброту.

Слухняних і розуміючих студентів бажаєм .

Ми вас дуже любимо і поважаєм!

Кравчук І., 32-С

Хвилинка з викладачем



14 жовтня - День захисника України. Отже наступним гостем нашої рубрики став викладач Захисту Вітчизни та безпеки життєдіяльності людини — багатогранна особистість, прекрасний чоловік та батько - Сидорович Володимир Ігорович.

Народився герой нашої рубрики 6 серпня 1989 року в с. Мирне Костопільського району. Його мама нині працює заступником директора з господарської частини у Костопільській ЗОШ №3, а тато - під її керівництвом. Володимир Ігорович має старшого брата, який є вчителем фізичного виховання у Костопільській ЗОШ №5. З самого дитинства Володимир мріяв стати військовим, тому що йому подобався порядок і дисципліна.

Шкільну освіту здобув у Мирненській ЗОШ I-III ступенів. Улюбленими були природничі та гуманітарні науки. Вчився добре, був стараним та дисциплінованим. Дуже любив читати і захоплювався історією України, особливо історичними битвами. Тому після закінчення школи у 2006 році вступив до Рівненського державного гуманітарного університету на історико-філологічний факультет. Коли ми запитали про цікавий випадок, який відбувся у студентські роки, Володимир Ігорович відразу згадав про подію, яка трапилася на 4 курсі навчання, коли група писала наукову роботу з Методики викладання історії. Тоді він прийшов на кафедру до викладача і між ними відбувся такий діалог:

- Доброго дня, професоре! Я до вас прийшов зі своєю науковою роботою.

-Доброго дня, Володимире! Перевіряв роботи вашої групи до другої години ночі. Думав, що все, достатньо, потрібно відпочивати, але, побачивши ваше прізвище на титульній сторінці наукової роботи, вирішив - ні, обов'язково її прочитаю. Чудова робота! Просто зараз вам поставлю «5», і на екзамен можете не приходити!

Виходячи з кафедри, Володимир здивувався: робота ж у нього у папці, адже він тільки прийшов її здавати.:-)

Закінчив університет у 2011 році, отримавши повну вищу освіту. Здобув кваліфікацію вчителя історії, української мови, зарубіжної та української літератури. Згодом почав працювати у Костопільській філії РДБМК викладачем Захисту Вітчизни та БЖД.

Від студентів вимагає знання та розуміння того, що вивчають. Для нього прикладом наслідування у педагогічній діяльності був викладач історії східних слов'ян. Володимиру подобалася його манера поведінки, викладання, а саме - вміння зацікавити студентів вивчати предмет. Педагогічне кредо Володимира Ігоровича : « Не втрачай свій час в марній боротьбі за досконалість, просто прагни робити все якнайкраще».

З майбутньою дружиною наш викладач познайомився на дні народженні у її однокласниці, і через 4 роки вони одружились. Згодом у молодій сім'ї з'явилася красуня донечка Діана, якій зараз 5 років. Батьки велику увагу приділяють вихованню своєї дитини.



У вільний час займається спортом. Любов до нього йому прищепив старший брат. Грає в Paintball, а також любить подорожувати. Відвідав майже всі куточки України (до речі, хоче в майбутньому відвідати Єгипет, на власні очі побачити піраміди). На даний час захоплюється туризмом, військовою історією та реконструкцією, а також політикою. По життю керується висловом : «Всі перемоги починаються з перемоги над собою». Улюблені кольори - білий та червоний. Найбільш цікавими вважає фільми «Олександр» та «Царство небесне», а улюбленим серіалом є «У всі тяжкі». Володимир Ігоровичу подобаються музичні гурти Linkin Park, Evanescence та Rammstein. Перевагу надає українським народним стравам, а са-

ме вареникам. За знаком гороскопу Лев. Улюблені книги за авторством Стівена Кінга, «Записки Юлія Цезаря про Гальську війну» та військові мемуари.

Володимир Ігорович, хоча й досить молодий викладач, але на його парах ніколи не буває сумно. Завжди отримуєш багато нової, пізнавальної та цікавої інформації!

Король К., Корнійчук Ю., 32-С



Нас чекає сто доріг

26 жовтня 2017 року відбулася прощальна година « На нас чекає сто доріг...» студентів групи 4-А та 4-Б відділення « Акушерська справа», яка в тепле коло зібрала викладачів та студентів.

Студентське життя... Шалене і безтурботне, веселе і незабутнє... Це перший крок у доросле життя, перша «5» в заліковій книжці, перший вдалий іспит, незабутні дні і безсонні ночі, нові знайомі, які стають найближчими друзями на все життя, перші досягнення та перемоги, це перше кохання та перші сльози, це неймовірні емоції і незабутні враження та події. Зі слів випускників, їм важко покидати терена рідного коледжу, де пролетіли неповторних 2,5 роки.

Студенти групи 4-А заспівали пісні « Студентські роки» та « Ми українці», які розчулили оточуючих та підняли їм настрій. А група 4-Б виконала пісню « Все буде добре». Також випускники показали смішні сценки про студентське життя, які неабияк розважили публіку.

Групи 4-А і 4-Б подякували своїм кураторам Талащук Вероніці Миколаївні та Корчашкіній Марії Михайлівні за те, що вони допомогли їм пройти тернистий шлях навчання та підготовки до дорослого життя.

Отож коледж пам'ятатиме про вас, та головне - ви пам'ятайте про нього!



Кидюк Л., 32-С

"МедОк" - газета студентської молоді КФРДБМК

Над номером працювали:

Король К.
Корнійчук Ю.
Демушик М.
Власюк Д.
Кидюк Л.
Стасюк Ю.
Скрипник Н.

Адреса редакції:
35000
вул. Грушевського, 18
м. Костопіль
E-mail:
kost_medcol@ukr.net

