

Si vis amari, ama

Хочеш бути коханим – кохай сам!

Мед



№ 29

Листопад -

Грудень

ВП «Костопільський медичний коледж» РМА

kost_medcol@ukr.net

Vivat Studente!



«Гаудеамус» студентами перших курсів. Невід'ємною частиною заходу стало привітання директора коледжу Носка Ігоря Павловича, який з любов'ю побажав всім студентам багато приємних та теплих слів. Після цього відбулося урочисте вручення грамот за успішне навчання та активну діяльність.



Свято студентів розпочалося з драйвової гри «Medic drums» у виконанні групи 11-С та незабутнього танцю «Медсестрички» від групи 12-С.

Весело та цікаво було спостерігати за виступами всіх груп, які приклали неабияких зусиль для проведення цього дійства, але найбільше в пам'яті студентів залишилися виступи 22-С, 21-С, та 32-С

груп, які продемонстрували свої вміння акторської гри. Також неймовірно цікавими та запальними були танці та батли від 31-С, 41-С, та 42-С груп.



На завершення неабияке враження студенти отримали від виступу наших любих викладачів, тому подякою стали бурхливі оплески та овації. Велику подяку потрібно висловити також нашій чарівній **Тетяні Іванівні**, завдяки якій було організовано цей незабутній концерт, що запам'ятався на все життя, особливо для

випускників цього року.

Бажаємо всім студентам залишатися такими талановитими та активними.

У номері:

- **Vivat Studente!**
- **«Я здоров'я бережу, сам собі допоможу»**
- **ЗНО порадник**
- **Яскрава перемога**
- **Хендмейд**



Кутінова Ю., 32-С

Трішук Н., 32-С



«Я здоров'я бережу, сам собі допоможу»

У Костопільському медколеджі з 21.10.2019 р. по 25.10.2019 р. був проведений тиждень циклової комісії природничо-наукових дисциплін на тему: **«Я здоров'я бережу, сам собі допоможу»** під керівництвом голови циклової комісії Кудрі Юлії Петрівни. Подібні заходи стали традицією і невід'ємною частиною навчально-виховного процесу в коледжі.

Здоров'я є особистою відповідальністю кожної людини. Студенти групи 31-С розпочали тижневик виступом на тему: «Здоровим бути-круто». Вони підготували тематичний семінар та публікації, провели соціологічні опитування для з'ясування потреб молоді та для ефективності проведених заходів.



Студенти групи 22-С виступили із семінаром на тему **«Ми - за тверезий спосіб життя»**. 3 жовтня - це Всесвітній день тверезості і боротьби з алкоголізмом. Медики та соціальні працівники по всьому світі б'ють на сполох і закликають людство звернути увагу на проблему алкоголізації та її наслідки. Особливу тривогу викликає поширення вживання алкогольних напоїв серед молоді і підлітків.

Студенти групи 21-С виступили із семінаром на тему: **«Цигарки, кальян чи вейп - чи існує різниця в ризику для організму»**. Вони підготували тематичні виступи, брошури з пропагандою проти куріння традиційних цигарок, а також про шкідливий вплив кальяну та вейпу на організм; оформили газети, в яких майбутні медики показали фото наслідків куріння.



Студенти групи 32-С виступили із семінаром на тему: **«До всесвітнього дня психічного здоров'я населення»**. 10 жовтня відзначають Всесвітній день психічного здоров'я. Плануючи просвітницьку діяльність у молодіжній аудиторії, студенти групи 32-С підготували тематичні виступи, брошури та газети, в яких показали найпоширеніші проблеми українських підлітків: самотність і депресія, конфлікти, непорозуміння, зну-



щення, непевненість у собі, самогубства, кібер-булінг (цькування у мережі), булінг серед школярів і студентів, гаджетоманія і вплив комп'ютерної залежності на психіку.

Студенти групи 2-А виступили із семінаром на тему: **«Фастфуд чи корисна їжа. Харчові добавки»**. Майбутні медики підготували тематичні виступи, брошури та газети, в яких пропагували раціональне харчування та застерігали від надмірного вживання фастфуду.



Семенюк А., 21-С
Кравчук А., 21-С

**Наші студенти обирають
ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ!**



ЗНО поради

Не ти - перший, не ти - останній.

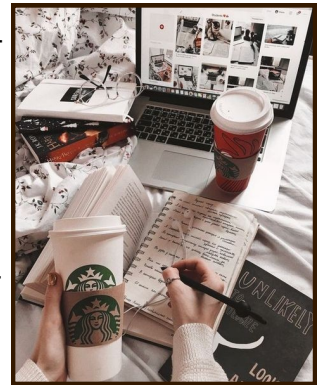
ЗНО – це не вирок, а лише ще один іспит у твоєму житті, до якого просто потрібно як слід підготуватися, щоб отримати високі бали. Тому, зважаючи на власний досвід, ми підготували для тебе основні поради, до яких варто прислухатись.

Не відкладай підготовку на завтра, адже краще кожного дня приділяти по декілька хвилин з предмету, аніж потім вчити його годинами.

Ніщо тебе так не підготує до ЗНО, як самі тести ЗНО. Після кожного вивченого розділу обов'язково проходь тести, адже чим більше практики, тим краще засвоїться матеріал. Намагайся розв'язувати тести в будь-яку вільну хвилину: стоячи в черзі, будучи на перерві, їдучи у транспорті тощо. Для цього ти можеш використовувати різні платформи: Освіта.ua, lv.testportal, iLearn, Prometheus, navsi200, zno.genix, Мова -ДНК нації (детальний опис інтернет-посилань та іншу корисну для тебе інформацію читай на офіційному сайті Костопільського медичного коледжу, у розділі "Студенту"). **Повторення – основа навчання.** Аби інформація перейшла у довгострокову пам'ять, тобі необхідно регулярно повторювати пройдений матеріал, а також щоб не довелося знову вчити його перед іспитом. **Не завчай інформацію.** Наш мозок погано сприймає «сухий» матеріал, який поданий нецікаво та чорний по білому, тому виділяй свої конспекти яскравими кольорами, використовуй різні схеми, таблиці та придумуй асоціації. Також ти можеш повісити над своїм робочим столом, ліжком, або ж навіть на холодильнику дати з історії України, наголоси, таблиці та іншу коротку інформацію, яка буде мимовільно запам'ятовуватися. **Обов'язково зареєструйся на пробне ЗНО.** Ти навчишся правильно заповнювати бланки, раціонально розподіляти час та будеш менше панікувати на реальному іспиті, адже на пробному ЗНО відтворюються всі умови зовнішнього незалежного оцінювання.

І на останок ще декілька порад під час тестування. **Використовуй метод виключення:** відкидай очевидно неправильні варіанти та обирай найкращий з тих, що залишилися. **Не зациклюйся на одному питанні досить довго:** якщо вже так склалося, що ти не знаєш, яка відповідь правильна, переходи до наступного тесту, а потім повернись до сумнівного знову. **Дочитай тести до кінця**, особливо ось ті «ОКРІМ», і навіть якщо тобі здається, що перша відповідь правильна, переглянь інші. **Використовуй час у соцмережах з користю**, тим паче зараз є безліч сторінок для підготовки до ЗНО з усіх предметів. Обирай, яка тобі подобається найбільше та готуйся.

А найголовніше — не лінуйся!



*Бортнік М., 32-С
Бурачинська В., 32-С*

Престижний мовний конкурс увінчався черговою перемогою



7 грудня у Рівному відбувся II етап Міжнародного конкурсу з української мови імені Петра Яцика. Мені пощастило стати учасницею цього заходу, перевірити власні сили та підтвердити престиж Костопільського медичного коледжу. Для мене не було першочерговою метою посісти перше місце, адже я вважаю, що важлива не сама ціль, а шлях до неї. Проте здобута перемога стала неочікуваним тріумфом, підтвердженням моїх знань і втішним результатом спільної з педагогом роботи.

Дуже важливо, щоб під час підготовки поруч був викладач, професіонал своєї справи. Такою є Мирослава Ярославівна, яка кілька років поспіль готує переможців обласних етапів мовних конкурсів та призерів підсумкових етапів змагань знавців рідної мови. Ми продовжуємо готуватись до III етапу XX Міжнародного конкурсу з української мови ім. П.Яцика, аби гідно представити Рівненщину та наш коледж на всеукраїнському рівні. Я впевнена, що попереду нас чекають нові вершини.

Чудово, коли ти приймаєш виклик і сповна використовуєш нагоду, щоб збагатити власні знання з мови та внести свій вклад у розвиток та популяризацію рідної мови. Адже мова – основа культури нації, запорука його існування, найбільший її скарб. **Отож бережімо нашу цінність, плекаймо мову, заглядаймо у словник!**



Кравчук А., 21-С

Хендмейд

Одним із найпопулярніших видів рукодільного мистецтва у наш час є скрапбукінг.

Його особливість полягає у виготовленні та оформленні фотоальбомів. Проте цим словом можна назвати і створення блокнотів, листівок. Багато хто вважає, що це хобі є дорогим та недоступним як для того, хто виготовляє виріб, так і для того, хто їх купує.

Але сьогодні ми спробуємо зруйнувати усі стереотипи та зробимо альбом, вартість якого буде складати 50-60 грн. Бюджетний варіант, чи не так?

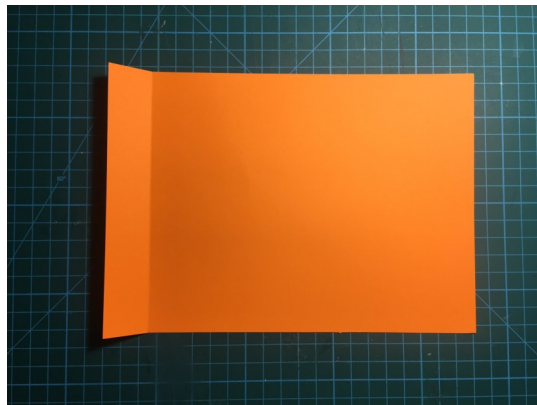
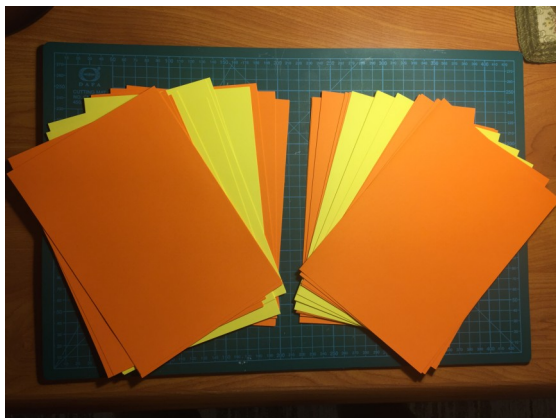
Отож пропонуємо Вам взяти гарний настрій, чашечку улюбленого напою, підготувати атмосферний серіал або ж фільм для перегляду і ми можемо починати!

Для створення нашого альбому Вам знадобиться:

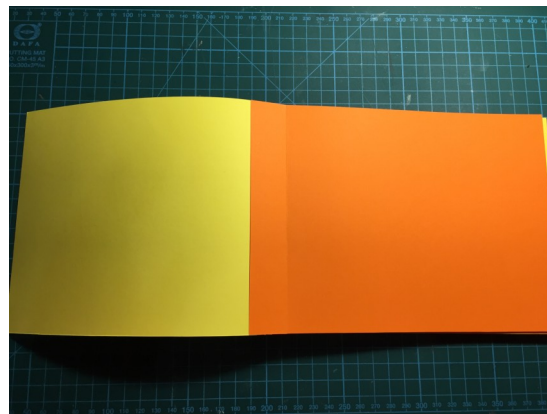
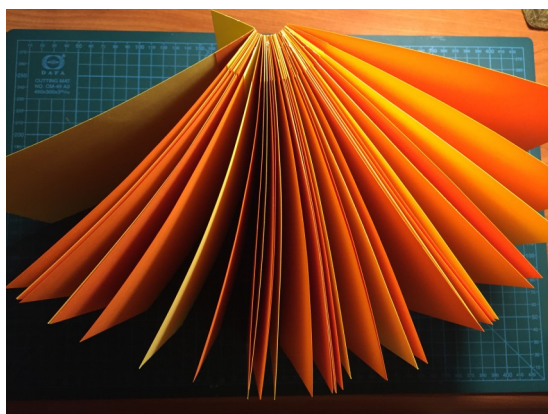
- 18 аркушів двостороннього картону формату А4
- 2 аркуші цупкого картону формату А5
- суперклеї
- 1 аркуш кольорового паперу формату А4
- матеріали для декору обкладинки (фарби, тканина)

Хід роботи

1. Розріжемо на половину всі аркуші картону
2. Зігнемо край кожного з відступом 2,5 см

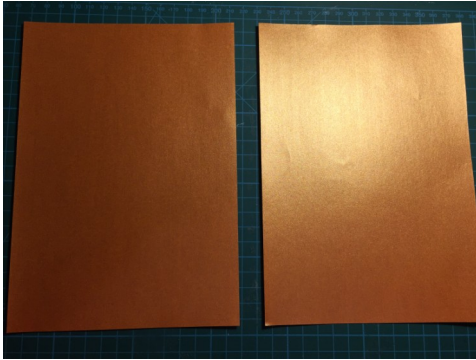


3. Склеїмо їх між собою за допомогою зігнутих частинок

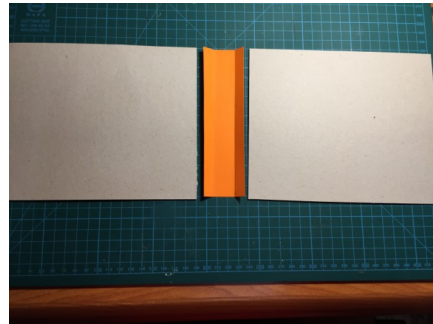


Хендмейд

4. Візьмемо ще один аркуш паперу/картон для форзацу і розріжемо навпіл.



5. Виріжемо із цупкого картону два аркуші розміром, як наш готовий блок, і шматок звичайного картону, щоб склеїти їх між собою.



6. Обкладинку можна оформити по-різному: обклеїти тканиною, розмалювати, або вигадати щось мега креативне. Тоді склеюємо три частини разом.



7. Приклеюємо блок до обкладинки.



8. Приклеюємо форзац. Можна додати шнурочок.



Альбом готовий! Його можна комусь подарувати або залишити для себе. Наш вийшов у морському стилі, і ми плануємо заповнити його літніми фотографіями.



Семенюк А., 21-С
Савчук-Челик А., 11-С

"МедОк" - газета студентської молоді ВП "Костопільський медичний коледж" РМА



Над номером працювали:

Семенюк А.,
Кутінова Ю.,
Бортнік М.,
Бурачинська В.,
Савчук-Челик А.,
Тріщук Н.,

Адреса редакції:

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