

Традиции празднования Нового года

У большинства из нас начало декабря ассоциируется с началом подготовки к самому долгожданному празднику детей и взрослых — Новому году. Одни достают из пыльных чуланов новогодние ёлки, другие спешат ухватить самую пышную и ароматную зелёную красавицу ель, а кто-то и вовсе украшает кактус. В новогоднюю ночь многие спешат за семейный праздничный стол, а кого-то манят шумные улицы. Все люди празднуют Новый год по-разному, а порой и вовсе не празднуют, но тоже по-разному.

В разных странах Новый год принято отмечать в соответствии с местными, национальными традициями, но главными символами практически везде остаются наряженная елка, огни гирлянд, бой часов, шампанское, подарки, веселое настроение и надежда на что-то новое и хорошее. В преддверии новогодних праздников предлагаем узнать, как же Новый год встречают «там», за границей.

Никто не знает, когда точно человек принёс в своё жилище ёлку с гирляндами, но известно, что обычай праздновать Новый год впервые появился в Древней Месопотамии. А вот в России-матушке Новый год начали праздновать сравнительно недавно. В один погожий день, в 1770 году указом царя Петра I народу было велено праздновать Новый год, да не просто, а с размахом. Впрочем, и до наших дней дошла традиция готовиться к празднованию Нового года заранее, прилагая все усилия и вкладывая немалые финансовые средства, ведь наши люди верят, что «как Новый год встретишь, так его и проведёшь».

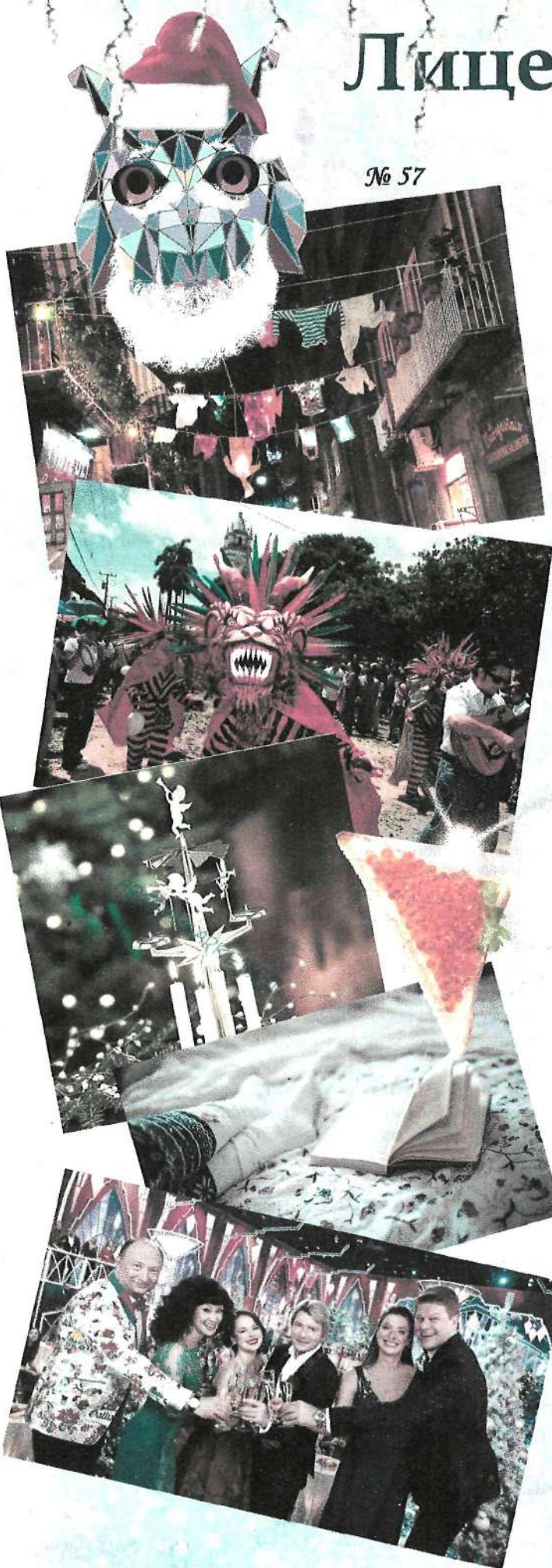
Любители сочной пиццы, итальянцы, выкидывают из окон старые утюги и стулья со всей южной страстью (эх, лучше бы бросались пастой с пармезаном!). Жители Панамы стараются как можно громче шуметь, для чего включают сирены своих машин, свистят и кричат. В Эквадоре ровно в полночь будут сожжены куклы под так называемый «плач вдов», которые оплакивают своих «плохих мужей». Как правило, «вдов» изображают мужчины, переодетые в женские одежды, с макияжем и в париках.

Шведы, садясь ужинать, зажигают на столе набор свечей с колокольчиками с ангелами-вертушками. От тепла свечей ангелы начинают «летать», а колокольчики мелодично позванивать. У большинства взрослых в Швеции детская память о Рождестве связана именно с этим «ангельским перезвоном», звук колокольчиков сквозь года дарит ощущение тепла, любви, защищённости.

Самая уютная традиция существует в Исландии. В новогоднюю ночь в семьях принято дарить друг другу книгу и коробку шоколадных конфет. Дети и взрослые переодеваются в новые яркие пижамы, забираются в постель, застеленную свежим бельём, и листают книги, закусывая шоколадом.

Волшебные новогодние и рождественские ритуалы наполняют нас теплом и сближают с любимыми людьми, а главное — создают ощущение праздника. Вместо того, чтобы ждать чудес и хорошего настроения, почему бы не начать свою собственную чудесную традицию в этом году?

Даниил Шарай, Михаил Будковец



Зачем нужен тайм-менеджмент?

«Time Management» с английского – «управление временем» – это технология организации времени и повышения эффективности его использования.

Каждый из нас постоянно задаётся вопросом: «Почему у меня так мало времени?» Особенно ярко это проявляется у подростков в выпускных классах, когда так хочется жить, любить, развлекаться. А усиленная учёба отбирает всё свободное время. И мы говорим себе: «Даша, прежде всего сделай уроки, а о встрече с подругами забудь!». Но есть ли выход из этого, казалось бы, безвыходного положения? Давайте разбираться!

Ни для кого не секрет, что время можно планировать. «Но как? Я же учусь!» – воскликнете вы. Несомненно, учёба забирает много времени, и это факт, но есть и свободное время, которое вы сможете найти, воспользовавшись этими советами.

Итак, в неделе 168 часов ($24 \cdot 7$). В среднем в лицее мы находимся 45 часов (5 дней по 8 уроков – это 40 часов, а также учебная суббота до 5 часов). Что касается сна, то в среднем лицеисты спят по 6 часов, хотя и должны по 8-9. Предположим, что на сон у нас уходит 52 часа ($6 \cdot 7 + 10$, как вариант того, что кто-то спит по норме). Что касается выполнения домашнего задания, то в неделю среднестатистический лицеист тратит примерно 35-45 часов. Звучит дико. Не правда ли? Разумеется, последние цифры зависят от профиля, класса и скорости выполнения заданий. Таким образом, остаётся около 26 часов свободного времени в неделю. Но они куда-то улетают у большинства из нас. Наша проблема заключается в том, что мы не знаем, как это происходит. В этом поможет простой ежедневник, планер, он может быть как бумажным, так и в смартфоне. Это первое, с чего стоит начать. Назовём этот этап анализом. Записывайте туда всё, даже походы в ванную комнату или серфинг в социальных сетях.



Вы удивлены? Ваше время действительно уходит. Будем ловить его за хвост!

1. Научитесь расставлять приоритеты!

Этот принцип говорит нам, что нужно съедать лягушку с утра, а потом день пойдёт как по маслу. Здесь речь идёт о самых сложных действиях А группы.

В этом вам поможет ваш ежедневник и принцип (ABCD). Он заключается в том, что нужно располагать свои дела по мере важности. Возьмём в пример обычного лицеиста. «А» – учёба, «В» – убрать в комнате, «С» – погулять с братом/другом/собакой. «D» – поиграть в компьютерную игру, например. Обычно действия «С» или «D» порядка переходят в «А» или «В», и тогда мы наблюдаем тот самый дефицит времени.

2. Вы можете делать два дела одновременно!

Не верите? Возьмём, например, очередь в магазине или поездку в автобусе. Там вы можете включить какую-нибудь аудиокнигу, посмотреть что-то развивающее или просто повторить уроки.

Есть отдельный совет для девушек, которые делают макияж, укладку. Обычно это происходит утром, и на это уходит не менее 30-60 мин. А если вы начнёте использовать это время с пользой! Вы можете включить сериал на иностранном языке или просто послушать подкасты, аудиокниги. И вы станете не только красивее, но и умнее.

3. Вставайте раньше!

Ещё наши бабушки говорили: «Кто рано встаёт, тому Бог даёт». Если вы раньше встанете, то успеете выполнить много важных дел, которые не смогли бы выполнить и за полдня, так как известно, что утром продуктивность намного выше, чем после полудня. Разумеется, не так просто вставать раньше, если ты ночи напролёт зубришь параграфы. Некоторые лицеисты и вовсе ложатся спать в 3-4 часа утра! Но у нас ведь есть воскресенье или всеми любимая среда, когда учёба начинается в 9. Начните с двух дней, а потом сможете реорганизовать своё время так, чтобы ложиться и просыпаться раньше.

4. Принцип «Каждая минута, которую я проживаю, – это мой выбор!»

Начните отдавать отчёт своим действиям, осознавая, что всё, чем вы занимаетесь, пойдёт вам либо на пользу, либо будет сделано вам во вред. Например, вы не выполнили домашнее задание, предпочтя просмотр нового сериала. И кому вы сделали хуже? Явно не учителю, а именно себе. Никто, кроме вас, не несёт ответственность за ваши действия, не забывая!

А теперь подведём итоги. Выполняя хотя бы несколько пунктов из статьи, вы поймёте, что ваше время – это не только его отсутствие. У вас появятся силы и желание добиваться большего, стремиться к своим целям. Хочется закончить словами Конфуция: «Неважно, с какой скоростью ты движешься к своей цели, главное – не останавливайся!»

Виктория Змушко

Этикет для начинающих

«Прискорбно смотреть на лицеистов, которые порой предают своё почётное звание, раз за разом игнорируя элементарные правила приличия. Уважайте себя, окружающих и своё учебное заведение».

Наверное, каждому из нас хотя бы раз в жизни приходилось уступать место в автобусе или открывать дверь перед незнакомыми людьми, в ответ услышав негромкое «спасибо». Каждый из нас, сидя за столом в кафе впервые, не знал, в какой руке держать нож, а в какой вилку. Мало кто задумывается, но именно такие мелочи играют огромную роль в современном обществе.

Ещё с древних времен люди придерживались определенных правил поведения. Они существуют до сих пор, только называются по-другому. Итак, дамы и господа, присаживайтесь поудобнее, сегодня мы поговорим об этикете.

Умение вести себя правильно в различных ситуациях поможет нам произвести приятное впечатление на окружающих, завести новые знакомства и даже отношения. Этикет представляет собой свод правил хорошего тона, которых стоит придерживаться хотя бы для того, чтобы не выглядеть глупо. Например, если вы вошли в помещение, в котором много людей, поздоровайтесь сначала со старшими. Мужчины, обязательно снимая головной убор, здороваются с женщинами, а женщины с мужчинами. Во время приветствия смотрите человеку в глаза, так вы дадите понять собеседнику, что готовы к общению.

Приглашая кого-то в кафе, помните, что инициатор всегда платит. Вы можете договориться о разделе суммы только в том случае, если это произойдет заранее.

Одно из важнейших правил: никогда не опаздывайте. Отсутствие пунктуальности не должно оставить плохих впечатлений в первые минуты встречи. Заранее посмотрите расписание автобусов или выезжайте из дома на 5 минут раньше, чем планировали.

Мужчинам никогда не должен носить женскую сумку, а пальто спутницы взять только в том случае, если он собирается сдать его в гардероб.

Не приходите в гости без предупреждения. Будет не очень удобно застать хозяев в домашней одежде или халате. Стоит заранее предупредить о своем визите, чтобы никого не поставить в неловкое положение.

Во время спора нельзя говорить собеседнику, что он не прав. Обязательно учитывайте и уважайте его точку зрения, не все придерживаются того же мнения, что и вы.

Таких примеров уместного поведения можно привести огромное количество, но главное - помните, что хорошие манеры не даются человеку с рождения, а значит, учиться им никогда не поздно. Знания этикета позволят вам повысить статус в глазах окружающих и самого себя. Недаром говорят, «вежливость ничего не стоит, но много приносит».



Маргарита Трухова

Цвет настроения

В нашей жизни цвета играют огромную роль. Многочисленные оттенки цветов, соединяющиеся в одной композиции художника, производят разное впечатление. Казалось бы, просто обыкновенная подборка цветов, но все же чем-то цепляет человека. Богатые люди обо-



жают композиции в стиле поп-арт и тратят большие суммы на это. Может, это несомненный талант художника или просто это так влияет наше восприятие? Я думаю, что в этом стоит разобраться.

Не стоит недооценивать влияние цвета на человека. Порой цвет стимулирует возникновение определенных реакций, которые могут сказаться на принятии решений. Цвет действительно воздействует на многое. Обычно мы не замечаем влияние цвета. Но, например, в пасмурный день, когда за окном мы видим только серые и мрачные тона, настроение сразу начинает ухудшаться. Положительная энергетика пропадает, а окружающий мир вдруг становится довольно-таки неприятным. Напротив, в солнечный день, бушующий изобилием ярких красок, мы чувствуем себя хорошо, радостно.

Говорят, что врага нужно знать в лицо, а в нашем случае ещё и соратника. Какие же цвета стоит привносить в свою жизнь (в образ, интерьер, предметы ежедневного использования), чтобы чувствовать себя комфортно?

В зависимости от приверженности к цветам у человека рождаются различные эмоции:

1. Состояние депрессии и тревоги вызывает серый, черный или коричневый цвета – негативные эмоции;
2. Счастливые и здоровые люди отдают предпочтение желтому, красному, оранжевому или розовому цвету – позитивные эмоции;
3. В то же время большинство людей назвали одним из своих любимых цветов синий, поэтому его определили как нейтральный цвет.

А теперь давайте рассмотрим каждый цвет отдельно, а точнее, ассоциации, вызванные определёнными цветами.

Красный Самый возбуждающий, он вызывает эмоции позитивного ряда: приток энергии, радость, желание двигаться, танцевать, стремление к общению с людьми и к творчеству.

Ассоциируется исключительно с весельем, а также с душевной лёгкостью, приятным чувством благополучия, освобождения, независимости, молодости, провоцирует смелость в делах и поступках

Зелёный. Спектральный зелёный, а также цвет листьев и травы действует на нервную систему положительно: он успокаивает раздражение, снимает усталость, умиротворяет, бодрит, дает разрядку нервного напряжения, иными словами, психологическое воздействие его обратно действию красного.

Синий. Спектральный синий вызывает ощущения покоя, неподвижности, глубины пространства; внушает серьезность, миролюбие, одухотворение, религиозные чувства. Это цвет идеала, духовной красоты; длительное воздействие синего изолирует от реальности, погружает в некий иной мир, свободный от забот и суеты, от власти момента: синий дает ощущение вечности.

Оранжевый цвет активный и деловой. Он символизирует карьерный рост и успехи в бизнесе. Оранжевый обладает собственной особой теплотой и энергией. Он просто лучится позитивом и оптимизмом. Основные ассоциации – это лидерство, смелость, приключения, жизненный тонус.

Белый цвет – это цвет успешных людей. Если вы хотите, чтобы ваши идеи воспринимались окружающими, если вы хотите нравиться другим людям, легко братья за любые дела, то ваш выбор – белый.

Чёрный – Это неоднозначный цвет. Он символизирует нечистоту, смерть, переход в другой мир, печаль, скрытность, это символ тайны. В то же время он успокаивает и снижает напряжение. Это символ большого потенциала и силы. Чёрный цвет часто любят люди, которые непримиримы к внешним обстоятельствам, которые обладают большой информацией и скрывают её. Этот цвет сочетает в себе спокойствие и шторм.

Итак, в очередной раз убеждаемся, что всё в жизни имеет определенный смысл и не бывает случайным. Казалось бы, предпочтение определенной цветовой гаммы или демонстративного многоцветья находится сугубо на подсознательном уровне. Цвет не только украшает человека, но и вносит дополнительные краски в понимание его характера и мировосприятия.

Вероника Фещенко

Школьная форма стран мира

Одно из самых запоминающихся времен в нашей жизни – это школьные годы. Именно в это время у нас появляются первые друзья и воспоминания. И, безусловно, в школе каждый хочет выделиться, а одежда помогает произвести впечатление на окружающих. Но почему-то все превратно воспринимают понятие «самовыражение» в униформе, да и вообще не все школьники понимают суть этого слова. В мире существует множество вариаций ношения школьной формы. Почему бы не позаимствовать некоторые идеи для себя. В любом случае можно будет получить отличный шанс выделиться из толпы.

Наверняка, когда вспоминаешь английскую школьную форму, на ум сразу приходят длинные мантис, шарфы и остроконечные шляпы. Да, в некоторых английских школах официальная одежда



похожа на стиль а-ля «Хогвартс». Это характерно для определенных учебных заведений. На данный момент общие черты английской униформы, присущи «preppy-style». Это, с одной стороны, строгий стиль одежды, но и в какой-то степени уютный и расслабленный. В основном этому стилю присущи классические вещи, однако свитера и разного рода кофточки придают этому стилю уют и в то же время удобство. Школьная форма в Англии выполнена в определенной цветовой гамме, что придает ей элегантность. Также особой изюминкой такой школьной формы является символика учебных заведений. Особое достояние английских школ – это их герб, поэтому на жакете или джемпере каждого школьника в обязательном порядке он есть. Именно такой атрибут в одежде показывает, насколько англичане почитают свои традиции.

Если же говорить о Японии, то там школьная форма появилась только в конце XIX века. Всем нам знакомые короткие юбки, рубашки-матроски, длинные гольфы, закрывающие колено, всегда радуют глаз. На самом деле в японских учебных заведениях категорически запрещалось носить короткие юбки. Школьницы могли подшивать или укорачивать подол юбки, но был и другой способ. Юбку подворачивали сверху и закрепляли ремнем, а, чтобы того не было видно, прикрывали кофтой или кардиганом. Такой способ применялся раньше для того, чтобы избежать наказания за нарушения правил. Девушки, приходя на занятия, просто отгивали юбки.

Обычно ученики старшей и средней школы носили форму, схожую с военной, ученицы – с морской. Знаменитые матроски в школьной форме относятся к определенному стилю – «сейфуку» или же «сейлор фуку» (матросский костюм). Сейчас же матроски все реже встречаются на японских школьниках, да и школьная форма всё больше похожа на европейскую.

Кому же не хочется немного брутальности? Думаю, некоторым из вас точно захочется. Сейчас мы поговорим как раз об американском стиле. В США на данный момент не во всех учебных заведениях есть строгий дресскод, но все же в некоторых он остался. По своему стилю он похож на форму английских школьников. Если олицетворение английской школы – это дисциплина и опрятность, то для американских школ – командный дух и расслабленность.



Активность в американских школах напрямую связана с существованием разнообразных интересов, таких как творческие кружки или спортивные секции, которые влияют на внешний вид школьников. Большое внимание уделяется спортивным играм, таким как американский футбол, баскетбол, лакросс и гандбол. Спортивная олимпийка на пуговицах, по-другому «бомбер», есть у каждого участника команды. Именно бомбер приносит в повседневную школьную жизнь небольшую нотку бунтарства. Как раз-таки это в полной мере показывает дух настоящей команды. А как же группа болельщиков? Чирлидинг – это тоже спорт, который также требует внимания. У каждой американской школы есть своя команда чирлидеров, у которых тоже есть униформа. Топ и короткая юбка, гольфы и белые кеды – это основные составляющие формы чирлидера.



Чирлидеры отвлекают зрителя от напряженной и порой агрессивной игры на поле, как бы «разбавляя» климат и вызывая бурю позитивных эмоций у болельщиков. В дни соревнований чирлидеры ходят только в своей форме, это способствует поддержанию командного духа.

В основном в славянских странах школьники носят белый верх и черный низ. Однако не каждый позволит себе одеться во всё белое. Не так ли? Но для старшеклассниц Вьетнама это совершенно нормально. В

одних школах белоснежный национальный костюм «ao dai» считается праздничным, а в других, наоборот, она остается повседневной. Идею однотонной школьной формы не оставляют и другие страны мира. Вот, например, в Индонезии цвет формы зависит от этапа обучения. В младших классах низ – бордовый, а в средней школе форма



меняется на синий, в старших – на голубой или же серый. На самом деле каждая школа меняет для себя цвета, встречаются даже ярко-желтый и зеленый. Но самое интересное происходит после сдачи экзаменов: выпускники разрисовывают форму в разные цвета при помощи фломастеров и баллончиков с краской.



Оригинально, правда? Прекрасная идея сказать этим: «Прощай, школа!»

Княгиня, 10 «А»

Лицейский мудрец

И.Н. Клузович – главный редактор
Светлана Кубрак – зам. главного редактора
Светлана Круковская – корректор

Наш адрес:

ул. Рыжкова, 42
г. Мозырь, 247760