СТУПЕНИ

Колледж

Институт

Аспирантура

№ 18

30 марта 2012 г.

Студеческая газета Образовательного комплекса ИнЭУ

Основана в 1998 г.

Возрождена в 2004 г.

Сегодня в номере:

Поздравления

Что такое Болонский процесс?

Как готовиться к ГОСам?

Наука и практика. Конференции в ИнЭУ.

О совмещении основного и дополнительного образований.

Процесс сотрудничества ИнЭУ со школами.

10 доводов в пользу смеха.

Что такое Болонский процесс?

Одно из самых интересных для студентов требований Болонской декларации – введение международного приложения к диплому.

«Мы все учились понемногу чему-нибудь и как-нибудь». Соглашаясь со словами классика, можно сказать, что любые перемены в системе образования касаются всех.

Сейчас у тех, кто имеет отношение к высшей школе, на слуху словосочетание «Болонский процесс».

Но если вузовские преподаватели имеют представление о том, что это такое, то большинство студентов и абитуриентов пребывают в блаженном неведении. А ведь перемены, которые несет подписание Болонского соглашения, уже очень скоро могут стать нашей проблемой.

Проявив некоторый интерес к Болонскому процессу, я выяснила, что его начало положено в 1999 году, когда министрами образования 29 европейских государств была подписана так называемая Болонская декларация. Целью этого начавшегося движения является реформирование национальных систем образования в соответствии с определенными общими международными требованиями до 2010 года.

Россия официально включилась в Болонский процесс в 2003 году. Главным инициатором этого был Санкт-Петербургский университет. Сегодня уже не только крупные российские вузы, но и провинциальные уже начинают реализовывать принципы Болонской декларации. (*Продолжение на 2-ой странице.*)

Примите искренние поздравления с Днем Рождения!

Ильясова Руфина Арслановна, старший преподаватель - 01.04.
Макшанова Наталья Михайловна, специалист по УМР - 03.04.
Читчян Эльмира Арташевна, уборщица - 03.04.
Кузнецов Виктор Валентинович, рабочий - 05.04.
Харыбина Анна Ильинична, преподаватель - 09.04.
Туниянц Карина Юрьевна, преподаватель - 10.04.
Князев Александр Иванов, рабочий - 10.04.
Карабецкий Александр Викторович, мастер ПО - 12.04
Каграманян Артур Аршакович, к.э.н., доцент - 13.04.
Шило Оксана Юрьевна, к.ф.н., старший преподаватель - 13.04.
Шульгина Инна Сергеевна, директор ПКЭУ–13.04.
Кононюк Тамара Дмитриевна, преподаватель - 15.04.
Омельченко Валерий Анатольевич, мастер ПО - 16.04.
Каракулева Юлия Андреевна, специалист по УМР - 17.04.
Мосиенко Денис Сергеевич, водитель - 17.04.
Сердюкова Ольга Ильинична, преподаватель - 24.04.
Миронов Сергей Евгеньевич, мастер ПО –26.04.
Сидорова Ирина Григорьевна, преподаватель - 28.04.
Тонян Галина Аваковна, преподаватель - 30.04.
Распутный Владимир Васильевич, мастер ПО - 30.04.

(Продолжение. Начало на 1-й странице.)

Одно из самых интересных для студентов требований Болонской декларации – введение международного приложения к диплому. Это приложение обеспечит выпускникам вузов признание этого диплома в любой из стран-участниц Болонского процесса, что означает перспективу продолжать учебу или получить работу в любой из этих стран (сегодня их уже более 40).

И преподавателей, и студентов привлекает такой показатель, как повышение академической и профессиональной мобильности. Главная цель этой мобильности – дать студенту возможность получить разностороннее образование по выбранному направлению подготовки, обеспечить ему доступ к учебным заведениям и образовательным услугам. Преподаватели же рассчитывают на признание и подтверждение в трудовой деятельности периодов, проведенных в европейских странах для научных исследований, преподавания и переподготовки.

Визитной карточкой функционирования Болонского процесса в России становится система двухуровневой структуры вузовского образования: бакалавриат (в разных системах – от 3 до 4 лет) и магистратура (обычно 1-2 года).

Бакалавриат нацелен на то, чтобы дать выпускнику относительно широкую подготовку и научить его пополнять, обновлять знания, умения и навыки, короче, научить учиться. Магистратура предполагает более узкую и глубокую специализацию, ориентацию на научно-исследовательскую и преподавательскую работу. Причем уже бакалавриат дает законченное высшее образование. Предполагается, что выпускник с дипломом бакалавра может претендовать на должности, для которых предусмотрено законченное высшее образование.

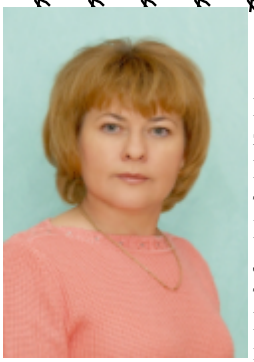
Болонским процессом предусмотрено также информатизация образования, развитие дистанционных технологий обучения.

Хотя, введение двухуровневой структуры дипломов (бакалавр + магистр), уже практикуется в высших учебных заведениях, к немедленному и полному вхождению в Болонский процесс Россия, конечно, еще не готова. Возможно, отечественная система образования потеряет некоторые свои достижения, особенно в плане содержания. Поэтому отношение к Болонскому процессу неоднозначное. Вопрос в том, чего будет больше – приобретений или потерь.

И.С.Шульгина,
магистр истории, директор ПКЭУ

Коллектив Образовательного комплекса ИнЭу и редакция газеты «Ступени» от всей души поздравляют директора НОУ СПО «ПКЭУ» Инну Сергеевну Шульгину с Днем рождения и желают ей многих лет плодотворного творческого труда, исполнения самых больших надежд и желаний, кавказского долголетия и сибирского здоровья, любви близких и верности друзей, и счастья, счастья, счастья...

Как готовиться к ГОСам?



Кончились долгие годы учебы. Настала пора подвести итоги своего труда. Скоро государственные экзамены… К ним можно относиться по-разному и, как следствие, готовиться по-разному.

Возьмем первый вариант, более легкий. Особенно не утруждать себя заботами, пустить все на самотек… и … в конечном счете, получить нулевой результат, то есть отчисление из института.

Более сложный – подготовиться к сдаче экзамена. Как к нему готовиться, нет готового рецепта, у каждого студента за время обучения выработалась своя тактика: кто-то зубрит, кто-то запасается электронными шпаргалками…

Могу поделиться своим опытом. Как вы знаете, у человека может быть несколько видов памяти: мышечная (механическая), слуховая, зрительная. В зависимости от того, какой вид присущ именно вам, нужно и строить план подготовки. При механической ответы на вопросы обязательно записывать, но, главное, не писать все подряд, а выделить «главное» по сути. При слуховой эти написанные ответы читать вслух, помогает проговаривать все вопросы и ответы с однокурсниками, так легче запоминать. При зрительной их просматривать, как бы фотографируя.

Значит, при любых видах памяти, прежде всего, нужно обязательно составить краткий ответ на поставленный вопрос, в любом случае, чтобы выделить «самое главное», нужно будет пробежать глазами нужный предмет. Эти ответы (для спокойствия) можно оформить в виде шпоры, но, уверяю вас, перед экзаменами, их вполне можно выбросить, так как наша память так устроена, что она ничего не забывает, в нужный момент всплывут необходимые ответы по билету.

Если знаете, что не сможете все вопросы самостоятельно просмотреть, можно готовиться к экзаменам командным способом. Это, когда все вопросы делятся между членами команды, каждый из которых основательно готовит ответ на свой вопрос и, естественно, очень подробно и основательно рассказывает его всем остальным.

Не маловажен аспект моральной подготовки. Обязательно настроить себя на позитив: все будет хорошо! Ведь как говорил один из выдающихся полководцев: верить – значит победить!

Искренне желаю удачи! Ни пуха вам, ни пера.

Носолева Любовь Владимировна,
к.э.н. зав.кафедрой «Финансы и кредит»

НАУКА И ПРАКТИКА. КОНФЕРЕНЦИИ В ИНЭУ.

В XXI веке на 21 год рождения НОУ ВПО «Институт экономики и управления» (г. Пятигорск) собирает на ежегодные всероссийские конференции

Наука в стране всегда была путеводителем и, как правило, показывала основные направления социально-экономического развития. Сегодня мы видим значительное отставание экономической науки от жизненных процессов, происходящих в стране. В частности, региональные экономические исследовательские разработки не могут давать ответы на многочисленные вопросы общественной жизни. И это не потому, что мы перестали заниматься изучением региональных проблем. Наоборот, исследований в области региональной экономики стало больше, но их эффективность остается низкой.

От вузовской науки сегодня ждут серьезных координационных действий в создании «сплава» - Золотой треугольник: образование, наука и практика.

Именно поэтому вот уже второй год весной в НОУ ВПО «Институт экономики и управления» (г. Пятигорск) проходят всероссийские конференции.

1 марта 2012 г. состоялась II Всероссийская научная конференция молодых учёных, аспирантов и студентов «Молодая наука XXI века - за мир без проблем», на которую приехали представители практически всех субъектов РФ со своими научными достижениями с Калининграда до Комсомольска-на-Амуре.

2 марта 2012 года прошла II Всероссийская научно-практическая конференция «Золотой треугольник: образование, наука и практика»

Идея создания данных конференций принадлежит ректору ИнЭУ, доктору экономических наук, профессору Вазагову Виктору Мисостовичу, который на протяжении долгих лет внедряет новые инновационные технологии, идеи и поддерживает молодых учёных.

Работа конференций проходила по следующим секциям:

Секция 1. Гуманитарные науки
Секция 2. Экономика и управление
Секция 3. Финансы и кредит
Секция 4. Бухгалтерский учет, аудит и налогообложение
Секция 5. Юриспруденция
Секция 6. Информационные технологии в экономике

Участники конференции в своих выступлениях отмечали наличие факторов, влияющих на работу организаций, а также на подготовку профессиональных кадров.

Почетные гости конференции выразили уверенность, что в целях дальнейшего развития экономики, принципиального улучшения инновационной и инвестиционной привлекательности организаций края, выполненных национальных и региональных проектов, представленные мероприятия будут способствовать повышению экономического потенциала малого и среднего бизнеса края.

Все докладчики пленарного заседания были отмечены грамотами и дипломами I степени как лучшие научные доклады.

Во II Всероссийской научной конференции молодых ученых, аспирантов и студентов «Молодая наука XXI века – за мир без проблем» были отмечены **дипломами I, II, III степени**:

Секция 1. Гуманитарные науки

Долгова Василиса Павловна, МОУ СОШ №1 им.М.Ю. Лермонтова, г. Пятигорск (Диплом I степени)

Гридина Вера Валерьевна, ФГБОУ ВПО «Самарский Государственный Технический Университет», г.Пятигорск (Диплом II степени)

Перепелкина Анастасия Леонидовна, ГОУ ВПО «Ставропольский государственный Университет», г.Ставрополь (Диплом II степени)

Купавцева Диана Евгеньевна, НОУ ВПО «ИнЭУ», г. Пятигорск (Диплом III степени)

Уланова Элина, НОУ ВПО «ИнЭУ» (Диплом III степени)

Секция 2. Экономика и управление

Уланова Элина Владимировна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом I степени)

Нестеренко Сергей Александрович, филиал ФГБОУ ВПО «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации» г.Пятигорск (Диплом II степени)

Трачук Вероника Андреевна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом III степени)

Секция 3 Финансы и кредит

Загайная Ирина Олеговна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом I степени)

Геворгян Тамара Степановна, филиал ФГБОУ ВПО «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации» г.Пятигорск (Диплом II степени)

Речкина Инна Григорьевна, ФГБОУ ВПО « Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)» (Диплом II степени)

Цысь Вера Александровна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом III степени)

Стукалова Елена Владимировна, (Диплом III степени)

Секция 4. Бухгалтерский учет, аудит и налогообложение

Лебедева Маргарита Александровна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом I степени)

Ковалёва Лилия Петровна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом II степени)

Борисенко Ольга Сергеевна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом III степени)

Секция 5. Юриспруденция

Кокова Фатима Асламбиевна, Пятигорский Государственный Лингвистический Университет г.Пятигорск (Диплом I степени)

Галстян Роза Юрьевна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пяти-

горск (Диплом II степени)
Каракетова Виктория Ильинична, Пятигорский Государственный Лингвистический Университет г.Пятигорск (Диплом III степени)

Секция 6. Информационные технологии в экономике

Школун Юрий Игоревич, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом I степени)
Живодёров Николай Викторович, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом II степени)
Стрельцов Данил, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом III степени)

Грамоты:

Монина Виктория Алексеевна НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск
Члоян Карина Жановна НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск
Давид Захарьянц НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск
Бохан Рустам Джамилович НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск
Усова Юлия Ильинична МОУ СОШ №1 им.М.Ю. Лермонтова г. Пятигорск
Троян Олеся Юрьевна НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск
Попандопуло Ольга Николаевна НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск
Тер-Вартанова Екатерина Николаевна НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск
Фролова Ирина Витальевна НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск
Крук Дмитрий Александрович НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск
Байрос Марина Филипповна, Байрос Майя Святославовна МОУ СОШ №1 им.М.Ю. Лермонтова г. Пятигорск

Во II Всероссийской научно-практической конференции «Золотой треугольник: образование, наука и практика» были отмечены **дипломами I, II, III степени**:

Секция 1. Гуманитарные науки

Иващенко Владислав Анатольевич, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом I степени)
Бурим Светлана Михайловна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом II степени)
Бекетова Вероника, Извекова Елена Юрьевна, МОУ СОШ №1 им.М.Ю. Лермонтова г. Пятигорск (Диплом III степени)

Секция 2. Экономика и управление

Василенко Людмила Николаевна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом I степени)
Гаврилова Наталья Евгеньевна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом II степени)
Сердюкова Ольга Ильинична, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом III степени)

Секция 3 Финансы и кредит

Дмитриева Ирина Евгеньевна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом I степени)
Носолева Любовь Владимировна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом II степени)
Плаксенко Наталья Петровна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом III степени)
Ситникова Марина Алексеевна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом III степени)

Секция 4. Бухгалтерский учет, аудит и налогообложение

Шикунова Людмила Николаевна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом I степени)
Черниченко Лилия Львовна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом II степени)
Гусельщикова Надежда Бениаминовна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом III степени)

Секция 5. Юриспруденция

Голец Анатолий Викторович, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом I степени)
Яхшибекян Эмин Николаевич, НОУ СПО «Пятигорский колледж экономики и управления» (Диплом II степени)
Саркисов Роман Робертович, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом III степени)

Секция 6. Информационные технологии в экономике

Елькина Ольга Михайловна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом I степени)
Селезнёва Елена Александровна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом II степени)
Баранов Роман Дмитриевич, Баранова Елена Михайловна, НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск (Диплом III степени)

Грамота:

Богданова Элина Николаевна НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск
Крайнюченко Ирина Васильевна, Попов Валерий Петрович НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск
Щеглов Николай Григорьевич НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск
Иващенко Вера Владимировна ФГБОУ СПО «Пятигорский аграрный техникум» г.Пятигорск
Кульпина Юлия Викторовна НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск
Переверзев Александр Сергеевич НОУ ВПО «ИнЭУ» г. Пятигорск

По итогам II Всероссийской научной конференции молодых ученых, аспирантов и студентов «Молодая наука XXI века – за мир без проблем» в типографии издано 360 экземпляров (часть 1, объем 16,5 п.л., часть 2, объем 11 п.л., часть 3, 11,6 п.л. объем) сборников.

По итогам II Всероссийской научно-практической конференции «Золотой треугольник: образование, наука и практика» в типографии издано 240 экземпляров (часть 1, объем 17,7 п.л., часть 2, объем 14,1 п.л.) сборников.

За свою более, чем 20-летнюю историю ИнЭУ прошел сложный, творческий и неординарный путь. В настоящее время ИнЭУ - это образовательный комплекс с непрерывным образовательным циклом, включающий все ступени профессиональной подготовки современного специалиста и по стандартному международному уровню бакалавриата.

Отдел науки ИнЭУ

О СОВМЕЩЕНИИ ОСНОВНОГО И ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

С внедрением прогрессивных технологий в производство возникает объективная потребность в освоении сотрудниками новых трудовых приемов, повышения квалификации, профессиональной переподготовки.

Повышение квалификации и проф. переподготовка - виды дополнительного профессионального образования. Их целью является обновление теоретических и практических навыков специалистов в связи с повышением требований к уровню профессиональных знаний, необходимостью освоения современных методов решения производственных задач, полной сменой профессиональной деятельности…

Существует 4 основные причины того, почему развитие и повышение квалификации персонала в настоящее время приобрело особенно большое значение.

Век информации, то есть технологическая революция, основанная на развитии информационных технологий, сопровождается существенными изменениями в экономике и рабочих обязанностях. Мы перешли от промышленной системы изготовления и перемещения продукции к системе сервисного обслуживания и решения наукоемких задач. Традиционные требования к рабочим и служащим изменились, возникли новые рабочие места, особенно в сфере обслуживания, телекоммуникации и сфере информационных технологий.

Изменение требований к рабочей силе. В прошлом люди могли надеяться на то, что полученное ими образование и подготовка окажутся достаточными на всю жизнь. Однако сейчас базовое обучение создает лишь основу для профессиональной карьеры. Достаточные навыки и опыт при приеме на работу отнюдь не гарантируют того, что в связи с изменением обстоятельств и рабочей ситуации не потребуется совершенствовать имеющиеся у работника навыки. Работа и учеба должны стать неразрывными, ведь если сотрудники не имеют возможности повышать квалификацию на рабочем месте, их навыки постепенно устаревают.

Недостаток навыков. Технологическое развитие привело к росту числа квалифицированных и наукоемких работ и потребности в специалистах, обученных соответствующим образом. Недостаток квалифицированных кадров сдерживает развитие бизнеса, однако, это вполне естественное явление, вызванное временным расхождением в развитии новых технологий и процессов и обучения им кадров.

Постоянные организационные изменения. За последнее десятилетие большинство организаций претерпели значительные изменения. Как правило, это связано с переходом от иерархических пирамид к коллективам, работающим по принципу команды.

Преимущества повышения квалификации

- *Гарантированная занятость.* Сотрудники, владеющие многочисленными навыками, больше востребованы, поскольку могут приспособиться к меняющемуся характеру работы. Развитие универсальных навыков повышает ценность сотрудника, который может выполнять разную работу в данной организации.
- *Рабочий потенциал.* Персонал, занимающийся развитием своих навыков и желающий их улучшить, может брать на себя дополнительные обязанности. У таких сотрудников больше возможностей для продвижения по службе.
- *Ослабление стресса.* Адекватная подготовка, соответствующая рабочим требованиям, ослабляет стресс и повышает способность приспосабливаться к изменениям и работе в сложных условиях.

Мотивация и удовлетворение от работы. Повышая свою квалификацию, сотрудники ощущают заботу руководства, что способствует повышению мотивации и удовлетворения от работы.

Дополнительное образование наряду с основным

В Центре Дополнительных Образовательных Услуг существуют курсы, на которых можно получить дополнительную профессию и работать по ней после учебы? одновременно повышая своё материальное положение. Например, курсы дополнительного образования, такие как Визаж, Парикмахерское искусство, Наращивание и дизайн ногтей, Имиджмейкер, Шугаринг, Маникюр, Педикюр. Данный вид курсов проходит в удобное для слушателей время, в том числе и выходные дни. Говорить можно много, но лучше прийти в ЦДОУ и учиться, учится и еще раз учиться!!!

Руководитель ЦДОУ
Т.М. Пшеничная

ПРОЦЕСС СОТРУДНИЧЕСТВА ИНЭУ СО ШКОЛАМИ

Единый государственный экзамен можно рассматривать как составную часть масштабного процесса модернизации российского образования, продиктованную требованиями общественного и экономического развития страны. ЕГЭ по русскому языку – один из обязательных и самых сложных экзаменов. Так, в рамках сотрудничества со школами сотрудниками ЦДОУ было проведено тренировочное бланковое тестирование ЕГЭ по русскому языку в школах Кировского района, а именно в ст. Советской и с. Горнозаводское.

Преимущество данного тестирования в том, что учащиеся школы ст. Советской писали тестирование в школе с.Горнозаводское, а учащиеся школы с.Горнозаводского, соответственно в школе ст. Советской, т.е. тестирование было максимально приближено к реальным событиям.

При этом экзамен проходил в соответствии со всеми требованиями проведения единого государственного экзамена. Были и пропуски на ЕГЭ и рассадка производилась в соответствии со списком распределения выпускников по аудиториям, были соблюдены требования по продолжительности экзамена, но при этом тестирование все таки, носило и тренировочных характер, т.е. выпускники учились заполнять бланки в должном виде.

Результаты прошедшего тестирования мы узнаем через 2 недели, а пока, готовимся к новой поездке, к тренировочному бланковому тестированию ЕГЭ по математике.

Руководитель ЦДОУ
Т.М. Пшеничная

10 ДОВОДОВ В ПОЛЬЗУ СМЕХА

1. Избавляет от депрессии. Конечно, можно пойти традиционным путем, попросив доктора выписать антидепрессанты. Но будет гораздо эффективнее сходить на концерт Жванецкого и от души похохотать. Во время смеха мышцы лица посылают специфические импульсы, которые благотворно влияют на нервную систему и деятельность мозга. Одна минута искреннего смеха заменяет сорокапятиминутный сеанс глубокой релаксации: уменьшается выброс стрессовых гормонов – кортизона и адреналина, а выработка эндорфинов повышается. Даже если вы просто вспомните анекдот, который недавно вас развеселил, уровень гормонов радости подпрыгнет.

2. Омолаживает кожу. Еще совсем недавно красавицы передавали из уст в уста такой «рецепт красоты»: если не хочешь появления преждевременных мимических морщин, улыбайся реже! И совершенно напрасно. Один из способов сэкономить на дорогих салонных процедурах – это смеяться с удовольствием. А в противном случае вы лишаете себя прекрасного фейс-билдинга, естественным образом укрепляющего мышцы лица и замедляющего процессы старения.

3. Укрепляет иммунитет. «Прибытие паяца в город гораздо полезнее для здоровья, чем десять нагруженных лекарствами мулов», резонно замечали врачи четыре столетия назад. Имея результаты последних исследований, современные ученые утверждают: смех действительно мобилизует наш иммунитет на борьбу с недугами. В том числе с онкологическими, возглавляющими список самых тяжелых. А зимой врачи особенно рекомендуют повышать степень своей «смешливости»: юморя, вы увеличиваете в организме количество иммуноглобулина А, защищающего слизистые оболочки от атаки вирусов и бактерий.

4. Лечит сердечно-сосудистую систему. Известный английский поэт Уильям Шекспир совершенно справедливо констатировал: «Веселое сердце живет долго». Да и психологи обратили внимание на странную черту, свойственную почти всем «сердечникам»: они редко смеются, зато чаще здоровых сердятся и раздражаются по пустякам. Как оказалось, смех укрепляет эндотелий – клетки, выстилающие внутреннюю поверхность кровеносных сосудов и сердечных полостей. Хохот подобен физическим упражнениям на свежем воздухе и имеет тот же оздоровительный эффект для сердца. Всего за десять минут снижается кровяное давление на 10-20 мм р/с, что полезно при гипертонии.

5. Уменьшает боль. Герой произведения Фридриха Ницше «Так говорил Заратустра» советовал: «Десять раз должен ты смеяться в течение дня и быть веселым: иначе будет тебя ночью беспокоить желудок, это отец скорби». Конечно, смех не в состоянии унять обострившуюся язву или мучительную мигрень, и все же… Естественное болеутоляющее имеет и психологическую составляющую: смеясь от души, мы попросту отвлекаемся от плохого самочувствия.

6. Тренирует дыхательную систему. Секрет – в особом «смеховом» дыхании, при котором вдох становится длинным и глубоким, а выдох – коротким и интенсивным, в результате чего легкие полностью освобождаются от воздуха, а газообмен в них ускоряется в три раза. Кстати, это не только оздоравливает дыхательные пути, но и избавляет от некоторых комплексов. Например, от нерешительности, робости, повышенной тревожности.

7. Улучшает фигуру. Смех – это и аэробика для мышц, и массаж для внутренних органов. Как и при физических нагрузках, в процессе смеха снижается уровень плохого холестерина, оптимизируется дыхание, улучшается кровоснабжение. В то время когда вы с удовольствием хохочете, к примеру, над ужимками Джима Керри, в работу включаются восемьдесят групп мышц! При этом лучше всего прорабатываются мышцы живота, спины и ног. Одна минута смеха равносильна пятнадцати минутам езды на велосипеде, а десять – пятнадцать минут сжигают столько же калорий, сколько содержится в плитке шоколада.

8. Налаживает отношения. Когда-то цари держали при дворе шутов. Веселя монаршее окружение, они создавали чувство общности. Ведь, с точки зрения психологов, смех – в своем роде групповая психотерапия: объединяет людей, помогает быстро вовлечь в обмен репликами, избавляет от негативных эмоций, запускающих деструктивные биохимические изменения в организме. Вы поссорились с домашними? У вас неприятности на работе? Встаньте перед зеркалом и заставьте себя хотя бы улыбнуться.

9. Характеризует людей. Достоевский писал, что истинная натура человека распознается по смеху. Если он…

☺сдерживает смех, – это говорит о надежности, уравновешенности, спокойствии. Он в браке верен, однако его педантичная правильность может навевать тоску и скуку.

☺смеется открыто, откинувшись назад, – к жизни в целом, и к близким людям в частности относится легкомысленно. С таким человеком может быть весело в компании, но всерьез на него рассчитывать не стоит.

☺хохочет, широко раскрыв рот, – значит, остроумен, непосредствен, отличается бурным темпераментом, может поведать массу смешных историй. Он прекрасный рассказчик, но отвратительный слушатель.

☺смеется, сморщив нос, – о таком человеке можно сказать «Куда ветерок – туда и умок». Его чувства и мнения меняются так же быстро, как направление ветра. Он эмоционален и капризен, легко поддается минутному настроению.

☺при смехе прикрывает рот рукой – значит, несколько робок и не слишком уверен в себе, раним.

☺касается губ мизинцем – ему нравится быть в центре внимания. У него отсутствует самокритика, поэтому свое мнение он считает истиной в последней инстанции.

☺касается рукой лица или головы – это отъявленный мечтатель и фантазер. Большую часть времени предпочитает витать в облаках.

☺ухмыляется, правый уголок рта приподнят, – перед вами субъект, склонный ко лжи и жестокости. Хотя внешне может казаться довольно милым. Совсем другие характеристики у человека с «левосторонней» улыбкой, которая говорит о честности, порядочности. На него можно положиться в трудную минуту.

10. Улучшает настроение. Лечение смехом популярно во многих странах мира. Например, в Германии клоуны-доктора посещают тяжело болеющих детей. А индийские врачи даже придумали специальную йогу смеха, после которой заметно улучшается эмоциональное и физическое состояние. Пребывание в смешных позах, а особенно наблюдение за другими участниками, застывшими точно в таких же, быстро вызывает настоящий смех. На занятиях сначала учатся так называемому глубокому, диафрагменному, дыханию. Затем приступают к освоению правильного смеха (глубокий вдох, короткий выдох). Они уж точно не позволят загрустить. А чтобы эффект был целебным, попрактикуйтесь с друзьями.

http://wowfacts.net

Уважаемый АБИТУРИЕНТ! Приглашаем Вас в

НОУ СПО «Пятигорский колледж экономики и управления»!

У нас Вы можете получить образование по следующим направлениям: сред- нее полное (общее) образование в Лицее «Профи», среднее профессиональное образование (базовый и повышенный уровни), дополнительное профессиональное образование.

ЛИЦЕЙ «ПРОФИ»

Лицей «Профи» осуществляет прием школьников на базе основного (общего) образования (9 классов). Обучение проводится в форме экстерната (1 год). В период обучения организована подготовка к ЕГЭ. Обучающимся, успешно сдавшим ЕГЭ, выдается аттестат о среднем полном (общем) образовании.

ПЕРЕЧЕНЬ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ И ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ В НОУ СПО «ПКЭУ»

Код спец-сти и форма обучения	Наименование специальностей	Срок обучения	Вступительные испытания на базе 9 кл.	Квалификация
Специальности среднего профессионального образования				
030912 очная	Право и организация социального обеспечения	9 кл. – 2 года 10 мес. 11 кл. – 1 год 10 мес.	Русский язык История	Юрист
080114 очная	Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)	9 кл. – 2 года 10 мес. 11 кл. – 1 год 10 мес.	Русский язык Математика	Бухгалтер
101101 очная	Гостиничный сервис	9 кл. – 2 года 10 мес. 11 кл. – 1 год 10 мес.	Русский язык Математика История, Ин. язык	Менеджер
190631 очная	Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта	9 кл. – 3 года 10 мес. 11 кл. – 2 год 10 мес.	Русский язык Математика	Техник
230401 очная	Информационные системы (в экономике и управлении)	9 кл. – 3 года 10 мес. 11 кл. – 2 год 10 мес.	Русский язык Математика Информ.и ИКТ	Техник
100116 очная	Парикмахерское искусство	9 кл. – 2 года 10 мес. 11 кл. – 1 год 10 мес.	Русский язык История	Технолог
190701 очная	Организация перевозок и управление движением на транспорте (по видам)	9 кл. – 3 года 10 мес. 11 кл. – 2 год 10 мес.	Русский язык Математика	Техник
270802 очная	Строительство и эксплуатация зданий и сооружений	9 кл. – 3 года 10 мес. 11 кл. – 2 год 10 мес.	Русский язык Математика	Техник
080110 очная	Банковское дело	9 кл. – 2 года 10 мес. 11 кл. – 1 год 10 мес.	Русский язык Математика	Специалист банковского дела
120701 очная	Землеустройство	9 кл. – 3 года 10 мес. 11 кл. – 2 год 10 мес.	Русский язык Математика	Техник-землеустроитель
Специальности повышенного уровня	**Специальности повышенного уровня**	**Специальности повышенного уровня**	**Специальности повышенного уровня**	**Специальности повышенного уровня**
080114.52 очная	Экономика и бухгалтерский учет (повышенный уровень)	9 кл. – 3 года 10 мес. 11 кл. – 2 год 10 мес.	Русский язык Математика	Бухгалтер с углубленной подготовкой

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ:

Автошкола готовит водителей категорий «В», «ВС», «Е», а также ведет переподготовку с категории «В» на «С», «В» на «D», «С» на «D» и с «С» на «Е», подготовку преподавателей и мастеров-инструкторов производственного обучения. Занятия проводятся в современно-оборудованных классах, оснащенных компьютерами и видеофильмами. Навыки вождения ученики приобретают на новых автомобилях ВАЗ, Нисан, ГАЗ, ЛАЗ.По окончании обучения организуется сдача экзаменов в РЭО ГАИ. ***Студентам при обучении в автошколе предоставляется скидка*:** 10% - студентам других учебных заведений г. Пятигорска, студентам ПКЭУ: 15 % - обучающимся удовлетворительно, 20 % - обучающимся хорошо, 25% - обучающимся отлично.

КУРСЫ:

- 3Ds MAX - трехмерная графика
- Секретарь-референт
- Официант
- Наращивание и дизайн ногтей
- Визаж
- Парикмахерское искусство

Мы выдаем дипломы государственного образца, юношам гарантируем отсрочку от службы в ВС РФ (в соответствии с законодательством), иногородним студентам предоставляем общежитие. Стоимость обучения в нашем колледже ниже на 25%-30%, чем в среднем по краю.

357500, Ставропольский край, г. Пятигорск, ул. Московская, 51, каб. 101
Тел.: директор 8 (8793) 32-20-40; учебная часть 32-84-53;
приемная комиссия 32-67-02, 8-928-346-49-47
Веб-сайт: www.pceu.ru, E-mail: pceuineu@yandex.ru

НОУ ВПО "Институт Экономики и Управления" (г.Пятигорск)

№ п\п	Код направления	Профиль подготовки	Квалификация (степень)	Форма обучения	Срок обучения
030000 Гуманитарные науки					
1	034000.62 Конфликтология	Общий профиль	бакалавр	Очная / Заочная	4
2	030900.62 Юриспрудения	1.Гражданско-правовой 2.Уголовно-правовой	бакалавр	Очная /Заочная	4
080000 Экономика и управление					
3	080100.62 Экономика	1. Бух. учет, анализ и аудит 2. Коммерция 3. Мировая экономика 4. Налоги и налогообложение 5. Финансы и кредит	бакалавр	Очная / Заочная	4
4	080200.62 Менеджмент	1. Экономика и управление на предприятии	бакалавр	Очная/ Заочная	4
100000 Сфера обслуживания					
5	100100.62 Сервис	Социально-культурный сервис	бакалавр	Очная /Заочная	4
230000 Информатика и вычислительная техника					
6	230700.62 Прикладная информатика	Прикладная информатика в экономике	бакалавр	Очная / Заочная	4

Стоимость обучения по всем направлениям подготовки составляет

Очная форма: от 27 000 рублей.

Заочная форма: от 19 500 рублей.

Приходи, оцени свои знания — ЕГЭ!!!

С 2010 года Институт Экономики и Управления является региональным центром тестирования Центра тестирования и развития «Гуманитарные технологии» (г.Москва, МГУ) и проводит репетиционное тестирование ЕГЭ по предметам:

Русский язык ***Математика*** ***История*** ***Обществознание***
Английский язык ***Физика*** ***Химия*** ***Литература***
Биология ***Информатика*** ***География***

В центре дополнительных образовательных услуг так же функционируют курсы дополнительной подготовки к Единому Государственному Экзамену, которые проходят в несколько потоков:

Поток	Начало занятий	Окончание занятий	Стоимость курса за 1 предмет	Наименование предметов
I	1.11.2011	31.05.2012	9000	Русский язык Английский язык Математика Обществознание История Информатика и ИКТ Физика
II	1.12.2011	31.05.2012	8000	
III	1.02.2012	31.05.2012	6000	
IV	1.03.2012	31.05.2012	5000	
V	1.04.2012	31.05.2012	4500	
VI	1.05.2012	31.05.2012	4000	
VII	15.05.2012	31.05.2012	3000	

"Профориентатор"

Диагностический комплекс, предназначенный для проведения профориентационной работы с учащимися 7-11-х классов с целью определения профессиональной направленности, формирования профильных классов, выбора средних специальных или высших учебных заведений. Комплекс позволяет провести анализ интересов, личностных качеств и способностей учащихся и включает в себя 3 блока: оценку структуры интересов, оценку структуры интеллекта, оценку структуры личности.

Тестирование проводится как для групп, так и в индивидуальном порядке.

«Ступени». Газета Образовательного комплекса ИнЭУ

Телефон: (8793) 32-82-59
Эл. почта: stupeniOK@yandex.ru
pceuineu@yandex.ru

Главный редактор: Уланова Элина Владимировна
Редакция: г. Пятигорск, ул. Московская, 51,
ауд.213 ИнЭУ или 219. ПКЭУ