



# ЯРОСЛАВЧИК

№ 3 (97)

март 2021

Ежемесячная газета Детско-юношеского центра «Ярославич»

**МИСС  
ЯРОСЛАВИЧ  
2021**



## Анна Петрова

**(Объединение интеллектуальных игр «Big Brain»)**

#ЯлюблюЯрославич  
#ЯлюблюЯрославич  
#ЯлюблюЯрославич



#ЯлюблюЯрославич  
#ЯлюблюЯрославич  
#ЯлюблюЯрославич



# Анна Петрова - Мисс Ярославич 2021

Меня зовут Петрова Аня мне 11 лет, я занимаюсь в Детско-юношеском центре «Ярославич» с 4 лет, сначала танцевала в хореографическом ансамбле «Ритм», позже с 7 лет начала заниматься в объединении интеллектуальных игр «Big Brain».

Я принимаю участие во многих мероприятиях и конкурсах различного уровня. Наша семья стала победителем в конкурсе «Семья года 2018». Моя команда не раз участвовала в интеллектуальной игре «Big Brain» среди учащихся школ, объединений города и становилась победителем и призером.

Я была ведущей многих концертов, участвовала в мастер-классах, проводила игровые программы для детей, посещала городские и загородные лагеря Центра, в общем очень активно принимаю участие в жизни нашего объединения и центра «Ярославич».

За эти годы у меня появилось огромное количество друзей. И вот пришла очередь конкурса Мисс и Мистер Ярославич 2021. Были очень интересные задания: дефиле, творческие, интеллектуальные и на быстроту реакции.



Все участники и участницы были прекрасны и все достойны победы. Мы очень переживали и поддерживали друг друга. Во время конкурса все участники подружились и не чувствовалось никакого соперничества. На мероприятии было очень интересно и весело. Я очень долго переживала и сомневалась на счёт участия в этом конкурсе, но я рискнула и достойно проявила себя, не подвела своих ребят и педагогов, их поддержка и моих друзей, близких придавала уверенности в себе. Через экраны телефонов за меня переживали огромное количество людей. Спасибо им за это. Я стала победителем в своей возрастной категории.

Желаю всем, кто сомневается, обязательно пробуйте и у Вас всё получится, главное верить в себя!





# Масленица

Масленица — один из самых интересных, долгожданных, весёлых и самых «вкусных» праздников в году. По сложившейся традиции отмечают праздник семь дней, хотя известно, что ранее масленицу отмечали две недели. Многим людям полюбился этот праздник, и его можно назвать народным, или даже международным, так как отмечают его не только в России, но и в других странах. Например, в Западной Европе масленица проводится как общенародный карнавал. Предполагается, что во время празднования карнавала необходимо устанавливать добрые отношения, примиряться. Споры и ссоры утихают, люди радуются и веселятся, устраивают совместные трапезы и, конечно же, кушают блины. По традиции раньше устраивали походы в гости друг к другу и угощение дома. На улицах городов и сёл разворачивались ярмарки, где торговали блинами, лепёшками, пирогами и всевозможными другими яствами. Как бы ни называли праздник масленицы в других странах и как бы его ни отмечали за границей, но только в России этот праздник отмечают с особым размахом и колоритом.



Именно поэтому многие иностранцы стараются попасть на масленицу в Россию, чтобы узнать о ней больше и погрузиться в атмосферу этого торжества. До XVI века в летописях не было упоминаний о масленице, но в летописи XI века впервые указывается Мясопуст. Мясопуст — пост, который запрещает употребление какой-либо мясной пищи. К тому же в этот период переходного времени между зимой и весной телились коровы, поэтому молока, масла, сыра и творога было в достатке. Название «Масленица» появилось от слова «масло», которое произошло от «мазало» и обозначало сливочную массу, получаемую при сбивании молока. Мазало символизировало достаток, изобилие, сытые времена, богатый урожай. Возможно, именно поэтому в некоторых странах Европы существует особый день празднества — «жирный вторник».



В Детско-юношеском центре «Ярославич» масленичные гулянья длились целую неделю. Дети разных возрастов из разных объединений, встречали широкую масленицу блинами, танцами, играми и сожжением чучела. Вместе с ними помогали провожать зиму и встречать весну родители и педагоги. В общем погуляли отлично. На сегодняшний день, мы видим, что с проводами зимы, маленькие Ярославичи справились на отлично.

*Никита Михайлович Лазарев,  
педагог-организатор*



# Состояние ресурса: как сохранить себя в учебе, работе и в жизни?

Часто, к концу учебного года, мы начинаем замечать за собой неприятные изменения: хочется больше спать (да и отдохнуть), сложно заставить себя выполнять рабочие и учебные задачи. Каждый следующий шаг как будто бы дается с невероятным усилием. Почему же так происходит?

Все просто и в то же время достаточно сложно – такое состояние возникает из-за истощения внутренних ресурсов человека. Вообще внутренний ресурс – это компонент личностного потенциала, который как бы помогает изнутри, дает силы на различные свершения. Но как грамотно поддержать себя, когда кажется, что эти самые ресурсы на исходе?



1. Одно из самых важных правил, всем нам знакомых с самого детства – крепкий и здоровый сон. Как бы ни было банально это правило, зачастую именно оно игнорируется, принося человеку множество сложностей.

Сон является очень важной частью жизни. Необходимо помнить, что режим сна и бодрствования должен сохраняться и быть понятен как детям, так и взрослым.

2. Прогулки. Казалось бы, тут тоже все понятно. Но в данном контексте хочется сказать не о пользе свежего воздуха, хотя это безусловно так. А о том, какую пользу для психологического здоровья человека может дать время, проведенное на улице или природе.



Прогулка – это момент сенсорной разгрузки. Так как зачастую наш рабочий и учебный день наполнен общением, мессенджерами, видео- и аудиофайлами, необходимо делать перерывы, давать себе отдохнуть от всевозможных средств связи и коммуникаций, побыть с самим собой.

Это важно ещё и потому, что в состоянии наедине с собой человек получает возможность понять свои настоящие желания, проанализировать то, что сейчас происходит в его жизни. То есть остановить бесконечный бег и немного поосознать.

3. Отдых. Причем здесь необходимо обратить внимание не на количество, а на качество отдыха, так как отдых может быть «мусорным» – просмотры tik tok, пустых передач, пролистывание ленты Instagram.



Подумайте, после какой деятельности вы чувствуете себя наиболее отдохнувшим, какая деятельность помогает вдохновиться?



Все вышеперечисленные пункты очень важны, но самое ценное и значимое – пытаться прислушиваться к себе, к своим потребностям, и пробовать их реализовывать. Тогда и нересурсное состояние будет появляться намного реже. Берегите себя!

*Анастасия Дмитриевна Прокофьева,  
педагог-психолог*



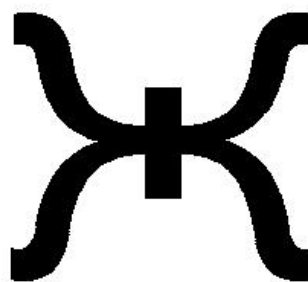




# Внимание конкурс



Расшифруйте ребус и напишите кто сказал эту фразу - в сообщения в группу в контакте Детско-юношеского центра «Ярославчик». Всех победителей ждут призы от Ярославчика)))



3 = А



## Спорт! Творчество! Интеллект!

18 марта состоялся Городской фестиваль «Танцующий Ярославль», организатором которого является наш Центр, а участниками наши коллективы - «Ритм» и «76 регион» став лауреатами II и III степени. В этом году на суд жюри было представлено более 90 выступлений.

28 марта состоялся 5-ый Международный конкурс-фестиваль искусств «Атмосфера», где приняли участие наши коллективы: «76 регион» - лауреат II степени, «Ритм» - лауреат III степени, «Каприз» - лауреаты I, II, III степени.

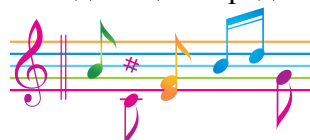
Дзюдоисты СК «Ярославчик» в конце марта посетили культурную столицу - г. Санкт-Петербург и выступили на XXVI Традиционном Фестивале Детского Дзюдо, который в этот раз собрал рекордное количество спортсменов. Наши ребята завоевали золотую (Морозов Артём) и бронзовую (Пахомова Евгения) медали.

Ребята из объединения «Big Brain» стали победителями и призёрами Всероссийской олимпиады «Умники и Умницы». А в конце месяца девчонки и мальчишки посетили Третьяковскую галерею, Московский планетарий, музей-заповедник «Царицыно», научные программы в парке «Зарядье» и теперь с новыми знаниями готовы побеждать дальше!

Девчонки из Детской образовательной студии «Золотой ключик» победили в Международном конкурсе «Лисёнок», отвечали на вопросы из различных областей знаний.

Клуб КУДО Ярославич участвовал в Открытом первенстве и наши ребята забрали 14 медалей за 1, 2 и 3 место.

Поздравляем всех ребят, педагогов и родителей - не останавливайтесь на достигнутом, главные победы ещё впереди!







*Владимир Корегин - Mister Ярославич -  
Приз зрительских симпатий*



*Вокальная студия «Каприз»*



*Хореографический ансамбль «Ритм»*



*Объединение «Big Brain»*



*Детская образовательная студия «Золотой ключик»*



*Международный Онлайн семинар Соке сенсея Иллия Йорга*



*«76 регион» на Открытом кубке по современной хореографии  
«YAROSDANCE CUP» - 1 место*