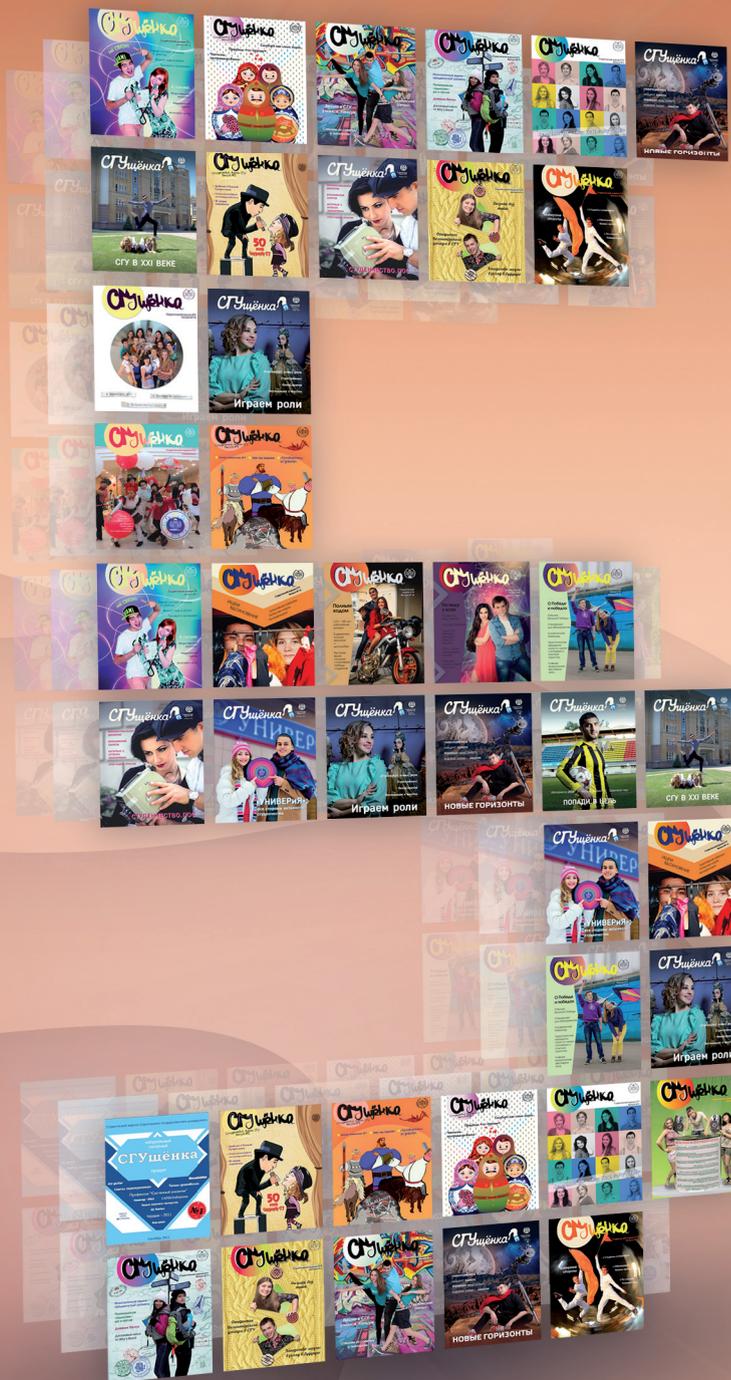


Стушёнка



Студенческий
журнал СГУ
19 октября
2016



ЮБИЛЕЙНЫЙ ДАЙДЖЕСТ

Колонка главного редактора



ФОТО ВИКТОРИИ ВИКТОРОВОЙ

Привет!

«СГУщёнка» не первый раз выпускает нестандартные медийные проекты – тематические, событийные, юбилейные. Но такого дайджеста ещё не было. Да и, пожалуй, права на него раньше не было. Глобальное перелистывание почти двух тысяч страниц – это благодарное воспоминание о пятилетней работе. За каждой фамилией нашего редсовета, редакции, героев стоят недели и месяцы творческой работы. И я надеюсь, что у каждого, кто читал «СГУщёнку» или слышал о ней, это слово вызывает только приятные ассоциации. А для нас, редакции журнала, оно связано именно со вкусом студенческой жизни. Пряным от интенсивности эмоций, сладким от побед, сданных сессий и общения, терпким от ежедневной учёбы и работы, холодящим или жгучим от выступлений и защит. «СГУщёнка» – это не только ассоциация со вкусом, но и разнообразные вкусы наших студентов: их пристрастия, мнения, манеры.

Конечно, в этот дайджест не могли попасть все журналисты, чьи материалы читаются на одном дыхании. Именно поэтому мы рекомендуем просмотреть электронный архив на сайте sgu.ru. Там – сотни имён, лиц, тем и событий, которые составляют красочный эскиз студенчества СГУ.

Мы очень благодарны руководству университета за самую возможность издавать этот яркий журнал! И мы говорим очередное спасибо всем авторам, фотографам, дизайнерам, моделям, героям материалов, преподавателям и волонтерам, которые и стали воплощением студенческого ритма Саратовского университета. Будем продолжать! 📖

Лариса Ефремычева

СГУщёнка

Координаторы проекта: Игорь Герикович Малинский, Елена Генриховна Елина.
 Кураторы проекта: Кирилл Андреевич Розанов, Татьяна Раульевна Хуснулина.
 Главный редактор: Лариса Александровна Ефремычева.
 Редакторы: Елена Кривицкая, Александра Дьякова.
 Дизайн и вёрстка: Эрик Шевченко.
 Корректор: Ульяна Еськина.
 Обложка: иллюстрация Эрика Шевченко.

Задняя обложка: иллюстрация Елены Пицик.

Координатор по внешнему сотрудничеству: Валентина Лучкина.

Бильд-редактор: Валерия Баринаова.

Редактор группы: Анастасия Евдокимова, Елизавета Пирогова, Эвелина Магамедова
 Редакторы спецпроектов: Полина Новомлинова, Елизавета Пирогова.

Учредитель: ФГБОУ ВО «Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского». Журнал зарегистрирован Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Саратовской области. Свидетельство ПИ №ТУ 64-00513 от 9.04.2015.

Адрес редакции и издателя: 410012, г. Саратов, ул. Астраханская, 83.

Фактический адрес редакции: 410012, г. Саратов, ул. Б. Казачья, 112а, VIII корпус СГУ, офис 18. E-mail: sweetmilk@sgu.ru. Телефон/факс: (8452) 210-625.

Номер подготовлен на редакционно-издательской системе Центра СМИ СГУ. Журнал отпечатан в типографии СГУ, располагающейся по адресу: г. Саратов, ул. Большая Казачья, д. 112а, VIII корпус СГУ.

Время подписания в печать: 03.10.2016 в 15:00. Заказ №149-Т. Тираж: 500 экземпляров. Журнал «СГУщёнка» распространяется бесплатно по внутриуниверситетской подписке среди студентов СГУ (подписаться можно, выслав заявку по адресу sweetmilk@sgu.ru).

При перепечатке материалов ссылка на «СГУщёнку» обязательна. Точка зрения редакции чаще всего совпадает с точкой зрения, отражённой в публикациях. Софинансирование в рамках программы развития деятельности студенческих объединений «УНИВЕРИЯ: будущее в наших руках (вклад студенческого самоуправления в развитие НИУ СГУ)» при поддержке Министерства образования и науки РФ. Юбилейный дайджест (№24). Октябрь 2016 года.

© «СГУщёнка»



• Ц И Ф Р Ы •

«СГУЩЁНКА» В ЦИФРАХ

ПЕЧАТНАЯ ВЕРСИЯ

5 ЛЕТ

1,5 года

с момента регистрации издания

23 номера +

спецвыпуски о «Чардыме»
и «УНИВЕРиИ»

1808

страниц

Более 350

студентов-участников

23 победы

на всероссийских и международных
медиаконкурсах

34

индивидуальные победы
авторов журнала

1 грант

форума «Территория смыслов на
Клязьме» на создание городской
мультимедийной платформы
«Город трёх рыб»

1 благодарственное письмо

Министерства информации и печати
области за активное освещение
Года литературы

Бесчисленное количество

счастливых и весёлых моментов

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ

WWW.SGU.RU/MEDIA/SWEETMILK

9 лонгридов



[VK.COM/SWEETMILK_SGU](https://vk.com/SWEETMILK_SGU)

Ежедневные обновления

Более **750** тем

Более **630** фотоальбомов



ИНСТАГРАМ SWEETMILK_SGU

Более **1000** подписчиков

РАБОТА В ПРЕСС-ЦЕНТРАХ

«День города», «Ночь культуры», «Увек.
Один день из жизни средневекового города»,
«Туриада», «Татьяна Поволжья», «Сту-
денческая весна», «Космическая эстафета»,
«Всероссийский театральный фестиваль
имени Олега Янковского»...

Сессия: 11 советов на 100%

С наступлением декабря ты начинаешь осознавать, что до сессии остался месяц... Что ты можешь предпринять? Можешь, например, лежать на диване с любимой книжкой, посещать все кинопремьеры и обсуждать их с друзьями, бродить по улицам, прогуливая пары... Но лучше уже сейчас начать готовиться к этому важному учебному этапу. Мы дадим тебе несколько практических советов о том, как хорошо подготовиться к зимней сессии и успешно сдать все экзамены.

Совет 1

Ходи на пары

«Ага, смешно», – скажут и те, кто постоянно ходит на лекции, и те, кто пары посещает редко). В любом случае – обязательно постарайся прийти на последние лекции, семинары, практические занятия. На них преподаватели чаще всего уже начинают рассказывать о том, как будет проходить экзамен, на чём при подготовке к нему тебе нужно подробнее остановиться.

Кроме того, если ты относишься ко второму типу студентов (тех, кто занимается всевозможной общественной деятельностью и занятия посещает редко), на последних лекциях ты хотя бы запомнишь преподавателя. И, кстати, запомнишь преподавателя. Что на экзамене немаловажно.

Совет 2

Подыщи литературу

Проконсультируйся у преподавателя, какую литературу нужно использовать для подготовки к экзамену и на что нужно обратить особое внимание. Сходи в библиотеку и запасись нужными учебниками (особенно это актуально для студентов гуманитарных факультетов: старшекурсники точно знают, что по мере приближения экзаменов количество нужных книг в библиотеке резко уменьшается!).

Совет 3

Запасись конспектами лекций

Наверняка к концу семестра ты обнаружишь, что у тебя есть не все лекции. В таком случае тебе на помощь, конечно же, придут твои одногруппники, однокурсники. Постарайся заранее определить, какие лекции ты пропустил, и скопируй их у друзей с курса.

Совет 4

Создай группу «ВКонтакте»

Это очень удобно: в группе вы можете выкладывать нужные материалы: учебники, отсканированные лекции, вопросы к экзаменам, а также что-то (кого-то?) обсуждать и вести беседы о наболевшем. Ну, и поддерживать друг друга. Группа может быть создана для вашей группы или даже для всего курса.

Совет 5

Сохрани найденную информацию

Да-да-да. Мы живём в эпоху высокоскоростного безлимитного Интернета. Но! Всякое бывает, и, вполне возможно, что именно в последнюю ночь Интернет отключится. Тогда тебе помогут все скопированные на твой ПК нужные документы.

Совет 6

Распредели нагрузку

Определи, какое количество времени осталось до экзамена, и распредели нагрузку на каждый день так, чтобы накануне экзамена в твоей голове оказалась основная часть пройденного материала. Или хотя бы... половина.

Чтобы снять напряжение перед экзаменом, посмотри видеотренинг Радислава Гандапаса «Учимся выступать публично. Урок 1: страх публичного выступления».

Совет 7

Запоминай эффективно

Очень многое во время подготовки к сессии зависит от твоих индивидуальных особенностей: того, как быстро ты запоминаешь материал, умеешь ли ты выделять в нём главное. Немаловажным является и твой тип памяти (психологи выделяют четыре типа: слуховую, зрительную, тактильную (память тела) и эмоциональную память).

Прислушайся к себе и постарайся понять, как именно тебе лучше запоминать материал, а также в какое время суток готовиться к экзаменам и зачётам.

Совет 8

Переключайся

Я не зря говорила в начале материала о вечеринках и кинопремьерах. Отвлекайся, не забывай отдыхать и переключаться. Прогуляйся или займись чем-то, что отвлечёт тебя от мрачных мыслей о количестве билетов, формул или иностранных слов, которое тебе нужно осилить.

Совет 9

Последни за здоровьем

Как бы ни были важны экзамены, здоровье всегда будет самым главным. Постарайся не пере-

Бонус: Старосте не в радость

Это, друзья, пункт от старосты. Являясь последней, автор данного текста во время предсессионного периода получает бесчисленное количество сообщений и писем от своих одноклассников. Причём каждый второй вопрос в них повторяет предыдущий! Вы меня понимаете? Подготовься заранее, пожалей самого ответственного человека своей группы!

напрягать организм дополнительной работой. Откажись от сильных физических нагрузок (но не забывай о физической нагрузке вообще!), перестань переживать из-за экзаменов и пить так много кофе! Вместо этого нормализуй режим, высыпайся и запасись поливитаминами, ведь тебя, как-никак, ждут «повышенные умственные нагрузки».

Совет от врача

Борись с волнением

Врач Здравпункта СГУ Людмила Петровна Здоренко рассказала нам, что поможет студентам чувствовать себя спокойно во время сессии:

Экстракт валерианы и настойка пустырника помогают снять стресс. Глицин улучшает память и работу головного мозга. Чтобы во время сессии чувствовать себя спокойно, эти препараты нужно принимать по 2-3 таблетки два раза в день за две недели до сдачи экзаменов. За это время полезные вещества накопятся в организме и начнут действовать. Очень полезно пить витамины. А вот покупать антидепрессанты без рецепта врача нельзя.

Совет 10

Настройся на лучшее

Это мой любимый пункт! Подумай о том, как ты отдохнёшь и что сделаешь, положительно сдав все экзамены. Спланируй свои каникулы. Ты можешь представить, как будешь все каникулы отсыпаться или же, наоборот, пойдёшь учиться катанию на сноуборде, поедешь в гости к родителям, если они живут в другом городе, или будешь каждый день видеться с друзьями. Например, когда-то я загадала: хорошо сдам первую сессию и куплю на первую стипендию коньки. И, к слову, я уже четвёртый год подряд провожу каникулы на катке!

Совет 11

Не уппусти шанс

Ходить на консультации перед экзаменом или не ходить – личное дело каждого студента. Однако старшекурсники зна-

Бонус

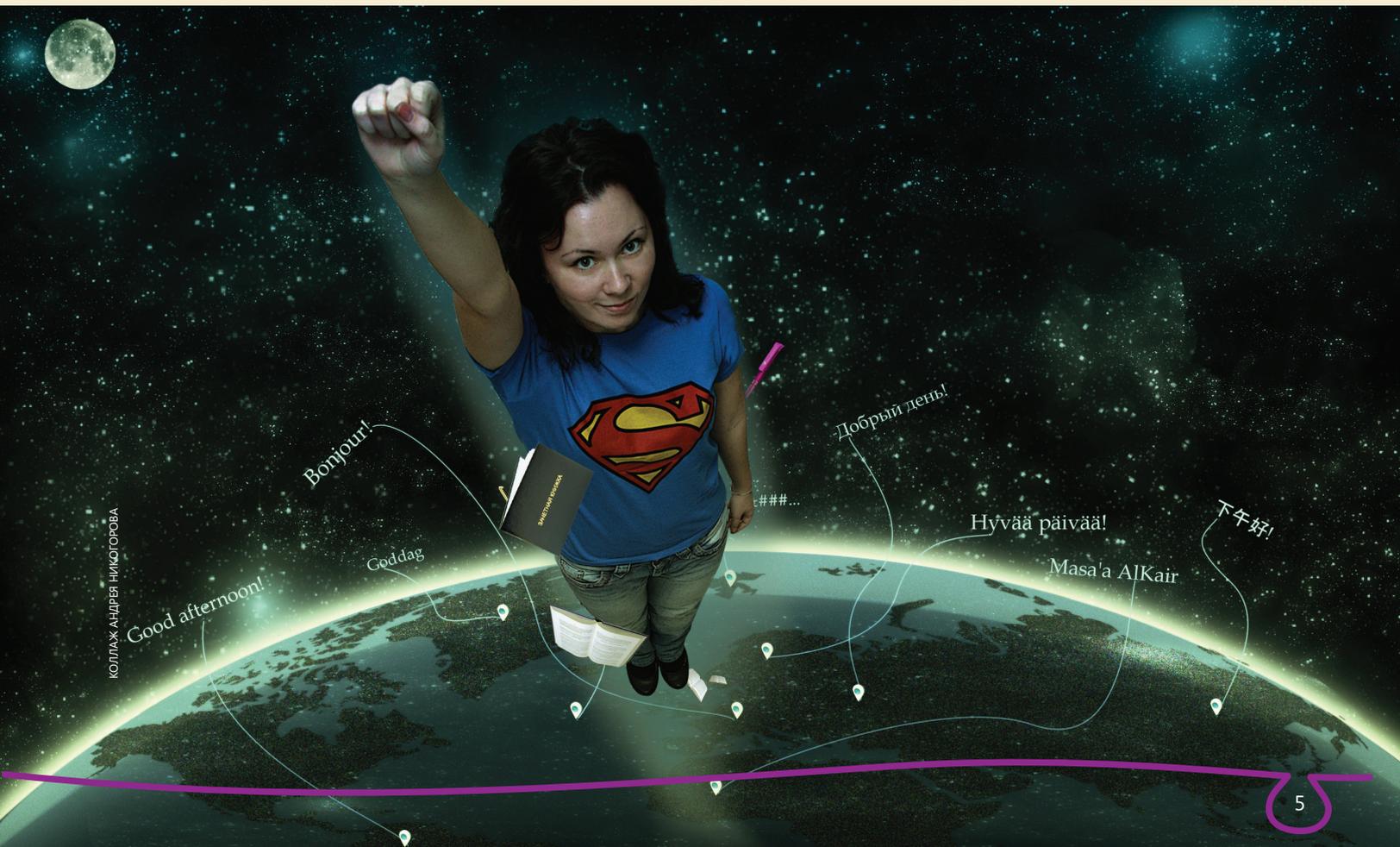
для любителей «последних моментов», или «Ещё целая ночь впереди!»

Итак, до экзамена осталось три дня (двое суток, 24 часа...). Ты начинаешь подумывать о том, что неплохо было бы ускориться... Что можно предпринять, если до экзамена осталось крайне мало времени?

- Не паникуй. Выдохни и успокойся.
- Определи, что ты знаешь хуже всего, и сосредоточь внимание на этом.
- Выпиши самое главное: термины, понятия.
- В любом случае, постарайся уделить время сну.

ют: кроме пояснения «непонятных» вопросов часто именно на консультациях преподаватели награждают особо отличившихся во время семестра студентов специальными вопросами или другими бонусами. Так что если ты хорошо работал на парах – возможно, у тебя будет шанс облегчить сдачу экзамена. 📖

Натали Калинина



Изнурительное совершенство

Хочешь стать лучше? Сесть на диету, начать ходить в «качалку», ложиться спать раньше, перестать опаздывать на пары, не проводить много времени в социальных сетях? И, наконец, стать самым-самым? Похвально! Однако стремление к идеалу не столь однозначно, как может показаться на первый взгляд. Перфекционисты рискуют потерять своё «я» в погоне за созданным образом. Посмотри на своё желание стать идеальным со стороны и прислушайся к советам профессионалов.



Перфекционистская мечта

Изнурительная работа, недовольство собой, доведение любого дела до совершенства может кого угодно загнать в угол. Человек превращается в уже сформировавшегося перфекциониста, начинает постоянно устанавливать перед собой чрезмерно высокие, заведомо недостижимые цели.

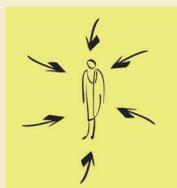
Вокруг перфекциониста всё должно быть чисто и совершенно. Документы в компьютере аккуратно отсортированы по папкам. Важная информация в лекции выделена фломастерами, причём для каждой части – своим цветом. Ошибки замазаны штрихом, чтобы не наводить грязь в тетради. Вещи разложены симметрично. Если начнёт чертить линии, то ровные. Если мыть обувь, то до блеска. Если читать книгу, то с закладкой. Если мыть посуду, то сразу после еды. Вот примерный набор «если», который складывается в перфекционистскую мечту.

Черты, присущие перфекционисту:

- Он часто откладывает важные дела, думая, что ещё недостаточно к ним подготовлен.
- Работая над каким-либо проектом, внедряется в каждую деталь, хочет довести всё до совершенства.
- Живёт по принципу «всё или ничего». Признаёт возможность либо целиком добиться цели, либо потерпеть полный крах. О промежуточном варианте не думает.
- Не прощает себе ошибок.
- Чувствует вину после малейшего «прокола».
- Предъявляет к окружающим завышенные требования. Не только он, но и другие должны соответствовать его идеалу.
- Думает, что всё зависит только от него. Не умеет работать в команде и распределять полномочия. Всю работу берёт на себя, потому что знает, что никто другой не выполнит её лучше.

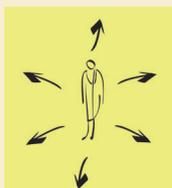
Классификация

Учёные делят перфекционизм на три типа:



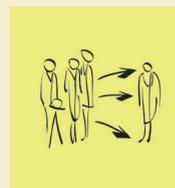
1. Направленный на себя. Человек постоянно стремится к самосовершенствованию. Он изнурительно оценивает собственное поведение. Чаще всего «направленность на себя» проявляется в желании усовершенствовать свой внешний облик, тело.

и ожидает от них большего. Это порождает частые обвинения в адрес других людей, отсутствие доверия и чувство враждебности.



2. Направленный на других людей. Выражается в том, что человек часто критикует окружающих. Недоволен своими близкими

и пытается угодить другим. Человеку важны карьерное продвижение и иные формы самовыражения, которые бы в лучшем свете выставили его перед другими.



3. Социально предписываемый перфекционизм. Такой перфекционист старается соответствовать стандартам общества, пытается

угодить другим. Человеку важны карьерное продвижение и иные формы самовыражения, которые бы в лучшем свете выставили его перед другими.

Наталья Анатольевна Польская, кандидат философских наук, доцент кафедры общей и социальной психологии изучала проблему перфекционизма в рамках исследования, поддержанного Российским государственным научным фондом «Психологические механизмы самоповреждающего поведения». Она выделяет три стадии «заражённости» перфекционизмом.

Нормальный перфекционист отличается гибкостью, умением приспособляться к существующим обстоятельствам и адекватно реагировать на препятствия. Он говорит себе: «Ничего страшного, что я не поступил в МГУ. Зато я поступил в СГУ и теперь возьму из обучения всё по максимуму». Самое главное его свойство – это умение наслаждаться успехом.

Невротический перфекционист, ставя завышенные цели, не даёт себе права на ошибку. Он не может насладиться успехом и всегда недоволен результатом. Добираясь до своей планки, он вдруг понимает, что это была вовсе не планка, а просто какой-то «порожек». Ему нужно было только ногу поднять и перешагнуть. Он говорит: «Подумай, что я поступил в СГУ! Вот если бы в МГУ!» Поступит в МГУ, скажет: «Что вообще такое МГУ? Вот если бы я в Оксфорде учился!»

Самая крайняя степень перфекционизма, которую приводит Наталья Анатольевна, – **патологическая**. Человек с её чертами бездейственен. Он видит перед собой цель, которую никогда не сможет достичь. И это совершенно парализует его активность. Он заиклен на своём несоответствии идеалу.

Последствия

Михаил Александрович Богатов, доцент кафедры теоретической и социальной философии, отмечает: «Самое обидное, что усилия перфекциониста просто не будут замечаться на фоне

общей халтуры, которая происходит. Перфекционист всегда сосредоточен на качестве, а не количестве. Для остальных людей он навсегда останется человеком, который сделал мало, как бы хорошо он это ни сделал».

Последствия перфекционизма могут быть самыми плачевными. Стремление добиться совершенства заканчивается утверждением у человека мысли о том, что он неудачник. Ему начинает казаться, что у людей вокруг всегда получается всё намного лучше, что другие не «напрягаются» и им всё даётся легко, а ему – нет. Отсюда возникает эмоциональное перегорание, состояние депрессии, дистресса (хронического стресса), синдром хронической усталости и прочие нарушения.

«Реабилитация»

Как же не довести себя до такого состояния? Михаил Александрович предлагает: «Допустим, ты погрузился в неверие в собственные силы, потому что

Стремление добиться совершенства заканчивается утверждением у человека мысли о том, что он неудачник.

требуешь от себя слишком много – например, хочешь стать героем из фильма Джонни Деппа, а сам Джонни Депп не является этим героем. Чтобы выйти

из такой депрессии, нужно совершать простые, может быть, даже бессмысленные, дела. Например, мыть посуду. Достаточно что-нибудь делать. Хочешь или не хочешь, просто делай.

Нужно научиться ценить простые вещи. Например, парень приходит на свидание, а ему не нравится его собеседница. Он, недовольный, уходит и обвиняет во всём девушку. Но он не заметил одной вещи: девушка на свидание пришла. Ведь она просто могла не прийти!

А самое главное – не бойся ошибаться, не бойся терпеть неудачи. Нужно найти в себе силы на попытки, которые ничего не гарантируют, вообще ничего». 📖

Настя Солдатова



Наталья Анатольевна Польская, кандидат философских наук, доцент кафедры общей и социальной психологии



Михаил Александрович Богатов, доцент кафедры теоретической и социальной философии

ПЕРФЕКЦИОНИСТ

VS

БЕЗДЕЛЬНИК

Надеемся, ты не будешь рассматривать статью как призыв к безделью. «Ничегонеделание» не лучший способ прожить свою жизнь. А решение проблем путём помещения их за стекло не всегда работает эффективно. Перфекционизм, как и безделье, губителен в «большом количестве». Стремясь к своей великой мечте, ты можешь сделать очень много полезных дел для тебя и твоих близких.

Помни, если ты хочешь достичь какой-то высокой цели, делай шаги к ней, получай удовольствие от самого процесса достижения и результата. В любом случае, кем быть, решать только тебе.

Такая близкая Африка

Саратовский государственный университет всегда мог похвастаться интересными людьми, а также предложить им возможности раскрыться в той или иной сфере. Так, у учёных университета есть потрясающий шанс практиковаться на выездах, полевых практиках, в экспедициях. Это расширяет границы для тех, кого поглотило желание быть полезным в научной сфере. О своих достижениях и научных приключениях нам рассказал доктор биологических наук, профессор Василий Викторович Аникин.

«Впервые я испытал все прелести и тяготы походной жизни в десятилетнем возрасте, когда брат взял меня с собой в экспедицию в Закавказье. Мы провели в походе две недели. Мне было сложно приспособиться к условиям: тяжёлый рюкзак приходилось нести целый день, останавливаться на отдых — только по расписанию, составленному заранее. Прекращать движение было нельзя, вне зависимости от погоды и усталости, чтобы не выбиться из графика».

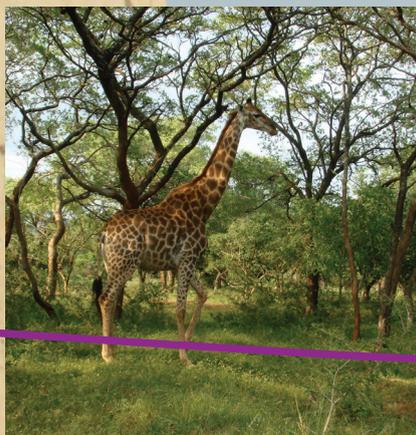
Говорят, если ты однажды попробовал стать участником экспедиции, и тебе это понравилось, то жить без этого уже не сможешь. Так случилось и с нашим героем. В свои школьные годы Василий Викторович участвовал в археологических экспедициях в Поволжье. Позже, когда он уже был студентом, работал в составе экспедиций в Горном Крыму. С тех пор экспедиции, в которых Василий Викторович принимал участие, стали носить научный характер. Он успел побывать в разных уголках нашей страны и мира: Северный Кавказ и Закавказье, Алтай, Монголия, Дальний Восток, Средняя Азия и даже Африканский континент. Экспедиции продолжаются и по сей день: Научный академический институт, различные отделения РАН и другие организации приглашают Василия Викторовича как специалиста в своей области.

В начале 2011 года поступило предложение принять участие в научной экспедиции в Южную Африку, посвящённой изучению насекомых. Василий Викторович со своими коллегами начали сборы: подготовка обо-



рудования, оформление документов и, самое важное, прививки. Чтобы избежать риска получения тропических болезней, а также оформить разрешение на въезд в страну, необходимо было сделать ряд прививок, в том числе от жёлтой лихорадки.

Любая экспедиция подразумевает автономность. В отправном пункте её участники запасаются продуктами питания, питьевой водой, топливом и другими необходимыми для благополучного существования вещами. Большую часть времени учёные проводят на природе: это могут быть естественные участки, за-





казники, заповедники. В Африке достаточно сложно найти свободную территорию для размещения, так как она разграничена между частными владельцами и общинниками.

«Когда размещаешься на территории, принадлежащей местному населению, надо дать понять, что ты не браконьер или турист, а учёный. Показать им, что ты занимаешься очень важным делом именно для этих людей, тем, чего сами они сделать не могут. Зачастую, после этого с местными жителями удаётся наладить вполне дружеские отношения: могут даже пригласить к себе на чай или предоставить гостевой домик».

Иногда могут возникать сложности, связанные с языковым барьером, тем более на такой этнически и лингвистически разнообразной территории, как Южная Африка. Конечно, в большинстве случаев основным языком переговоров является английский, но есть исключения. В Мозамбике, бывшей португальской колонии, английский язык не распространён. В таком случае нужен кто-то из местного населения, кто знает и английский, и португальский, — он выступает в роли посредника при налаживании контакта.

Переезд из одного пункта в другой занимает всё светлое время суток, иногда перегоны могут достигать 600 километров в день. Лагерь разбивается только к вечеру, а рабочий процесс проходит ночью. Учёные собирают насекомых для дальнейшего изучения. Чтобы приманить их, ставится мощная лампа, вокруг которой оборудуется лёгкий каркас, обтянутый белой тканью. Насекомые слетаются на свет, оттуда их с лёгкостью собирают участники экспедиции и помещают в контейнеры для транспортировки. Работа заканчивается к утру, и учёные продолжают свой путь. Очень сложно сохранить в памяти все яркие моменты экспедиций, поэтому каждый из участников ведёт дневник, записывая туда все памятные события.

«Конечно, поездки могут быть небезопасными. Помимо возможности «подхватить» различные тропические болезни, есть и другие факторы, которых стоит опасаться. Например, в кронах деревьев обитает очень опасная змея — зелёная мамба. Однажды при нас с дерева упала такая, сцепившаяся с хамелеоном. Это было жуткое зрелище, но проблема быстро решилась: хозяйский кот заметил это и легко расправился со змеей (*смеётся*). Кроме того, в национальных парках есть так называемые *dangerous species*: это слоны, бегемоты, носороги, буйволы. Если вы выйдете непосредственно в буш, в поле, то за вашу жизнь там ответственности никто нести не будет. Ну, и, конечно, есть множество различных насекомых, которые могут нанести вред вашему здоровью».

Несмотря на сложности, многие студенты принимают участие в подобных экспедициях на территории России в рамках летней полевой практики. Также существует система грантов для молодых учёных, которая позволяет принимать участие в научных экспедициях не только на территории нашей страны, но и за рубежом. 🇷🇺

**Александра Оленица,
Семён Батаев,
фото из личного архива**

Вечеринки

Твои встречи с друзьями пусты и безрадостны? Не знаешь, как стать душой компании? Твоя фантазия замедлила свой полёт? Срочно нужны свежие идеи для хорошего времяпрепровождения? Выход есть!

Устройте с друзьями особую вечеринку. Как сейчас модно говорить, «концептуальную» вечеринку. Главное в этом деле – учёт настроений и возможностей твоих друзей и живой энтузиазм. Ну, поехали.

«Светофор»

Каждый гость приходит в одежде трёх цветов: зелёного, жёлтого или красного. Если человек в красном, это значит, что он уже состоит в отношениях, если в жёлтом — он представляет из себя загадку, которую тебе нужно разгадать. Выбравший зелёный даёт понять окружающим, что он/она не прочь познакомиться с кем-нибудь интересным. Такая вечеринка — отличный повод для знакомства.

рай»

«Коммунальный

Очень похожа на ностальгию по прошлому. вспомните о «поколении СССР» и смело отправляйтесь в «коммунистическое прошлое». Соседка в махровом халате с огромными бигуди на голове, сосед в белой майке, ковры с оленями, килька в томате и лимонад «Буратино». Если тоска по далёкому прошлому совсем вас заест, то смело переходите к пионерской тематике, включайте песни про Ленина, задорными (обязательно задорными!) голосами пойте про мир, труд, май и не забудьте попросить родителей показать вам, как завязывать красный галстук.

«Угадай, кто я?»

Я предлагаю вам смешать все-все популярные тематические вечеринки в одну. Пусть каждый выберет себе образ из известного кинофильма или литературного произведения и постарается наиболее точно его воплотить. Разумеется, дело тут не только в костюме, но и в умении передать образ в речах, движениях, мимике, особых фразочках. А остальные пусть угадывают, кто ты. Чем быстрее тебя угадают, тем лучше у тебя этот образ вышел. Такие вечеринки можно проводить несколько раз, тут всё дело в фантазии. Дам несколько идей для ярких и незабываемых образов: Бриджит Бардо, Чарли Чаплин, граф Дракула, сестрица Алёнушка, Шелдон из «Теории Большого взрыва», Атаманша из «Бременских музыкантов» и многие, многие другие.

Европейские истории

В Будапеште устраиваются «трамвайные вечеринки». По центру Будапешта ходит трамвай, на маршруте которого всего 12 остановок. Соответственно, вечеринка начинается в полдень и заканчивается в полночь. В 12 утра на первой остановке собираются все желающие и садятся в трамвай. Проезжают одну остановку и выходят. Затем идут в первый попавшийся на глаза бар (трамвай ведь ходит по центру города, там обя-

в тему

Терришмория

против девочек»

«Мальчики

Суть её проста: на один вечер поменяйтесь ролями. Девушки пусть побудут парнями. А парни — девушками. Простор для творчества безграничен. Поделюсь личным опытом и идеями: девушки могут примерить на себя образы гангстера (не забудьте усы), рэпера (не забудьте широкие штаны и кепку), сёрфера (помогут гавайские шорты и зачёсанные волосы). Не бойтесь экспериментировать! Для создания образа вместо сёрфа смело используйте гладильную доску)). Образ денди — хороший повод надеть галстук или бабочку и красивый мужской костюм. Юноши тоже могут от души повеселиться, перебрать гардероб и косметичку своих подруг. Самые отчаянные могут примерить каблуки. Только ненадолго. Всё равно же не выдержите. Хороший повод почувствовать себя в шкуре другого человека и продемонстрировать всем свои великолепные актёрские способности.

«Ботаники»

На западе набирает силу новая мода — «мода быть умным». Не отставайте. Можете поиграть в шахматы, можете устроить турнир по «Что? Где? Когда?», можете посмотреть какой-нибудь очень умный фильм о теории струн, например, порассуждать о смысле жизни или, в конце концов, посмотреть сериал «Теория Большого взрыва». Хорошо подойдёт для предсессионной мотивации. Почувствуйте себя достаточно умным, чтобы сразить своими знаниями всех вокруг.

не по погоде

Вечеринка

Вечеринка не по погоде. Суть её в том, чтобы летом найти неожиданный повод достать из шкафов шарфы, шапки и варежки и посреди знойной жары устроить себе зиму. Развесьте везде снежинки, раскидайте мелкие шарики пенопласта, включите на полную кондиционер, наденьте шапки и дружно изображайте, что вам очень холодно. Сила коллективного самовнушения может очень многое, правда. Ну а зимой, разумеется, наоборот. Поставьте везде обогреватели и попросите друзей прийти к вам в шортах, майках, солнечных очках, панамках или даже купальниках. Обмахивайтесь веерами, пейте прохладительные напитки и дружно обсуждайте невыносимый зной. Главное — твёрдо верить, что за окном жара.

зательно есть бары) и останавливаются там час. Через час они садятся в трамвай и выходят на следующей остановке, заходят в бар... Прелесть этой вечеринки в том, что каждый желающий может присоединиться в любое время на любой остановке. Если видишь толпу людей на остановке — значит, тебе к ним. 🚰

Ольга Сафонова

В постоянной рубрике «Эксперт» редакция «СГУщёнки» продолжает публиковать интересные лекции преподавателей университета. Материал лекций носит научно-популярный характер и, уверены, будет интересен широкому кругу читателей.

Сладость по правилам

В юбилейном, десятом, номере в рубрике «Эксперт» публичную лекцию читает доцент кафедры материаловедения, технологии и управления качеством, заведующий лабораторией плёночных наноструктурированных материалов СГУ Евгений Геннадьевич Глуховской. Тема его лекции самая вкусная и сладкая, а для нашего журнала – знаковая. Догадался? Ну конечно, сгущёнка! Кроме этого, Евгений Геннадьевич рассказал, какое молоко самое полезное и как проверить, натуральное ли оно.



Я с давних пор любитель сгущёнки. Правда, надо отметить, что сейчас немного меняются пристрастия. Хотя этот продукт остаётся популярным.

Мы поговорим о том, как правильно выбирать сгущённое молоко и какие есть нормы по его изготовлению.

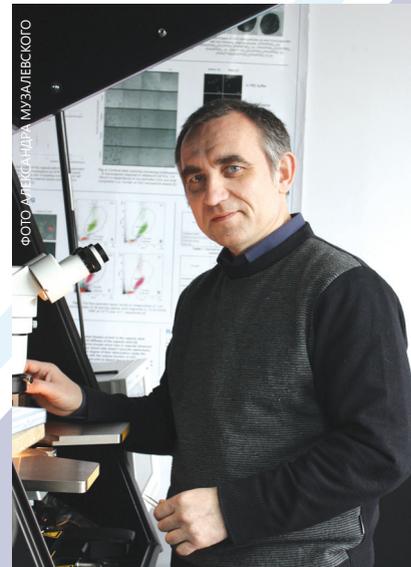
Есть стандартные ГОСТы по изготовлению сгущённого молока, например, ГОСТ 1979 года. По моему мнению, они более правильные, потому что принятые в 2003 или 2005 годах стандарты предоставляют производителю больше шансов на использование или производство ненатурального молока, а также различных добавок.

Для сгущения можно прибегать к простому обезвоживанию, например, выпариванию. Это традиционная технология: если следовать ГОСТу, то из свежего молока выпаривают частицы воды и добавляют свекловичный или тростниковый сахар. Во время этого процесса идёт также нормализация по жирности. Если выпаривать неправильно, можно пережарить, придать более жжёный вкус. Иногда при изготовлении сгущёнки добавляют загустители или какие-то искусственные добавки, например, жиры нерастительного происхождения. Для нормализации по жиру могут использовать молочный жир или сливки. Сегодня, к сожалению, производители прибегают к более дешёвому маслу, например, пальмовому. Это сразу чувствуется: продукт по вкусу совсем другой.

Конечно, нужно сказать и о производителях. После моих длительных исследований могу выделить Рогачёвское сгущённое молоко. Пока ещё этот производитель использует натуральные продукты и пресекает отклонения от стандартов. По крайней мере, если отклонения и есть, то он пишет на маркировке, что это не натуральное сгущённое молоко, а какой-то молочный продукт, и ставит номер, соответствующий этому молочному продукту.

Покупателю иногда просто непонятно, что он собирается приобрести. Жидкость белого цвета ещё не говорит о том, что перед вами – молоко. Необходимо отметить, что самый крупный объём фальсификаций продуктов – именно в области молочного производства, особенно молока, не говоря уже о молочных продуктах, йогуртах, кефире и так далее.

Настоящего молока, взятого от коровы, нормализованного без использования растительных жиров, очень мало. По разным оценкам, от 20 % до 30 %, но в среднем порядка четверти всего молока натуральное, а остальное – подделки. Подделывают не только молоко, но и творог, сыр, в общем, что угодно. Знаете один из распространённых видов тестирования продукции? Молоко или другой продукт дают попробовать кошке: нормальный она выпьет или съест, а вот определённые сыры, продукты переработки, сорта творога питомец просто откажется употреблять в пищу. У кошки в голове заложен какой-то механизм, с по-



мощью которого она различает, что более натуральное, а что уже настолько далеко от природы, что становится несъедобным.

Но вернёмся к нашей сгущёнке и поговорим о маркировке. В соответствии со стандартом используют следующую маркировку: ГОСТ 23651-79. Обязательно нужно смотреть, что вы собираетесь съесть.

Возьмём банку сгущённого молока. На этикетке, к примеру, будет написано: молоко цельное сгущённое с сахаром, ассортиментный номер 76, выработано заводом, допустим, 26 и произведённое в 1 смену. На маркировке вы можете увидеть букву «м» – это значит, что завод-изготовитель мясомолочный. 26 – это номер Рогачёвского завода. Если вы видите цифры 76 – значит, всё в порядке, это действительно сгущённое молоко, без добавления растительных жиров, сделанное при помощи выпаривания лишней влаги и с добавлением нормального тростникового или свекловичного сахара.

Обращайте внимание и на дату изготовления молока. Многие эксперты, и я с ними согласен, пришли к выводу, что наиболее экологически чистое сгущённое молоко получается в летние и осенние месяцы.

Это происходит оттого, что в тёплый период растёт трава, кормов много, и все они натуральные, в отличие от комбикорма, который подсовывают корове зимой. Такому молоку можно «доверять» больше.

Отдельный вопрос – полезно ли молоко для человека. С ним нужно быть осторожным. У человека на 4-м–5-м году жизни останавливается выработка фермента, который отвечает за переработку молока. Изначально организм человека настроен на молоко от родной матери. При возникновении сложностей его лучше заменять молоком другой женщины, оно второе по уровню пользы. Но набор ферментов матери передаётся как запах, и у человека происходит программирование на уровне подсознания, что это «твое», поэтому материнское молоко вне конкуренции.

Третий уровень, после материнского и человеческого молока, – это молочные смеси, но нужно следить, какое в них используется сырьё.

Белок, который запечатан в молочных каплях, очень специфичен. Наиболее эффективным по показателям взросления, роста и приобретения силы для человека является молоко крысы. По сочетанию ферментов и определённых веществ именно оно позволит к трём годам вырастить богатыря, который будет ворочать столы, стулья и так далее. Но нужно ли это? Ведь есть вторая сторона медали. Делая упор на развитие физического тела, мы существенно замедляем рост интеллекта. Тут возникает вопрос, что людям нужно: можно вырастить гигантов-рабов, которые будут всё делать, но больше, чем подметать улицы, они ни на что не будут способны.

Коровье молоко не такое экстремальное и не так вредно, если рассматривать его с позиции развития интеллекта.

Есть ещё один вопрос, который возникает при употреблении природного коровьего молока. Парное или не парное? Молоко, которое мы берём из-под коровы и сразу употребляем внутрь, не окисляется при контакте с воздухом.

Во время промышленного сбора молока на его качества влияют разные неприятные сопутствующие

моменты, например, заболевания коровы. Здоровье животного напрямую отражается на молоке и передаётся человеку.



Корову не всегда кормят тем, чем стоило бы. Фермеры думают, что в комбикорм надо добавить антибиотики, усилители вкуса, чтобы она ела хорошо. Есть рекордсмены по молоку, которые в день дают до 100 литров, 140 литров – это высший показатель. При этом сама корова не способна носить такое вымя без повреждений. Ей делают специальный бандаж. На протяжении всего дня у коровы происходит лактация, поэтому её необходимо доить каждые три часа. Люди вмешиваются в естественные коровьи инстинкты. В природе период лактации коровы длится на протяжении рождения телёнка и его воспитания на первых этапах жизни, потом лактация сама прекращается. Это неестественное и ненормальное состояние, когда период лактации коровы искусственно поддерживается всю жизнь с помощью определённых добавок в корм. По сути, мы употребляем «правильные» продукты от коровы, но корова-то «неправильная».

Вернёмся к сладкому лакомству. Стоит отметить, что если на маркировке сгущёнки вы не увидели число 76, то это уже должно вызывать подозрение. Например, могло использоваться сухое молоко. Оно сначала было сублимировано, то есть сделано сухим, потом его смешали с сахарной пудрой, разбавили, добавили жира, подогрели, – и вот, вроде бы, получилось сгущённое молоко. Кстати, из сухих сливок можно изготавливать нашу сладость в домашних условиях.

Что касается упаковки сгущёнки: меньше шансов подделать железные банки. Доверять стоит тем банкам, чеканка на которых происходит с внутренней стороны. Если это обычный текст, как, например, на пластиковых упаковках, его легко стереть растворителем и написать другую дату.

Сгущённым молоком, как и обычным, злоупотреблять не стоит. 🥛

**Лекцию записала
Виктория Юдина**



ЛЕГЕНДЫ И МИФЫ ДРЕВНЕЙ СЕССИИ

Чем ближе сессия, тем больше суеверий царит среди студентов. И, конечно же, на помощь приходят всем известные экзаменационные традиции. Пятак под пятку? Ловля «халявы» в полночь? Или оккупация отличников? Из года в год одно и то же. Пора внести разнообразие. На повестке дня – непростая и довольно масштабная тема: «Мифология для студентов».

По существу, мифологические воззрения – это попытка объяснить определённые природные явления с позиций сверхъестественного, а также найти ответы на вопросы, веками терзающие умы человеческие.

Мифология обширна. Она затрагивает многие стороны человеческого бытия. Но нас как представителей студенчества интересует узкоспециализированная тематика: учёба, ум, мудрость. Давайте устроим небольшой экскурс в мир «Меча и магии»!

От Афины до Тота

Наиболее известным божеством в античном мире является Афина Паллада, или Афина Тритогенея, греческая богиня организованной войны, боевой стратегии и мудрости. «Дева-воительница» также является покровительницей искусств и ремёсел, ума и изобретательности. С дочерью Зевса связано много красивых легенд, например, миф о необычном рождении Афины. По легенде, она вышла из головы Зевса во взрослых летах и полном боевом облачении.

Особое место среди «божественного народа» занимает египетский бог Тот, древний покровитель всех существовавших наук. Именно с его лёгкой руки у людей появилась письменность. Именно он занимал самую почётную, по меркам египтян, должность – был писцом. Тот помогал Осирису записывать результат взвешивания человеческих душ.

Нечто похожее можно встретить в армянской мифологии. Защитник наук и искусств Тир, или, как его ещё называли, Грох, был писцом верховного бога Арамзада. Но помимо своих прямых обязанностей Тир любил навевать лю-

пророческие сны, чем, собственно, и развлекал себя.

Эйя и таблица «мэ»

В долине между течениями Тигра и Евфрата, в Месопотамии, покровителем мудрости и культурных изобретений, божеством пресных вод и подземного мира считался Эйя. Шумеры, аккадийцы, ассирийцы и вавилоняне с почитанием и трепетом относились к капризному божеству. Они верили, что многомудрый «Владыка Низа» сотворил человека из глины и принёс в мир порядок и процветание. Эйя, по преданию, подарил человечеству таблицы «мэ» – специальный кодекс моральных, правовых и этических законов, которым подчинялись и люди, и боги.

Какими бы хитростями и премудростями ни обладал Эйя, даже его можно было перехитрить. Двуречье сохранило миф о том, как богиня Инанна выкрала «мэ», принадлежавшие Эйя.

О, великий Один!

А вот на севере Европы, где некогда создавали историю готы и викинги, мудрость являлась бесценным сокровищем. Чтобы обрести её, необходимо было не только бороться, но и жертвовать. Прозаические тексты «Старшей Эдды» знакомят нас сразу с несколькими мифами.

Известно, что Один – верховный бог германо-скандинавской мифологии, Всеотец и предводитель асов. Он и шаман, и сказитель, и жрец, и волхв, а также покровитель войны и повелитель валькирий.

Легенда гласит, что Один хотел получить ещё больше знаний, испив из «Источника мудрости». Хранитель источника – великан Мимир – позволил ему сделать пару глотков, но взамен потребовал глаз Одина. Потом, чтобы постичь силу рун, Один снова жертвует, на этот раз самим собой. Он девять суток висит, припиленный собственным копьём к стволу Мирового Древа – Иггдрасиль.



Бригита, обитательница Альбиона

От скандинавских горных долин рукой подать до прекрасного и таинственного мира Туманного Альбиона. Словно за серебристой вуалью он скрывает секреты местных жителей – кельтов, валлийцев и ирландцев. А ведь тайна достойна того, чтобы её раскрыли.

В стародавние времена, ещё до прихода христианства на Британские острова, земли заселял удивительный народ. Барды видели в них «самых красивых, самых изысканных в одежде и вооружении, самых искусных в игре на музыкальных инструментах, самых одарённых умом». То были Туата Де Дананн – племена богини Дану.

Богами их можно было назвать с натяжкой. «Книга Арма» низводит это племя лишь до сил земли, ведающих плодородием и водой. В таком понимании они именуется сидами и сравниваются с феями и эльфами.

Полноценной богиней мудрости считается Бригита, одна из многочисленных правнучек богини Дану. Британские острова знали её как патронессу поэзии, ремёсел и врачевания.

Фукурокудзю и Тэндзин

А на другом конце света раскинулись в Тихом океане Японские острова.

В японской культуре существуют Ситифукудзин, так называемые «семь богов счастья». Корни формирования этой семёрки богов уходят в Китай, в 3 в. н.э. Принято считать, что прообразом богов в нынешнем восприятии являются «семь мудрецов из бамбуковой рощи» либо «восемь бессмертных» из мифологии даосизма, которые, следуя путём Дао, обрели бессмертие и блаженство.

Фукурокудзю – образ благодушного и почётного старца, с огромной удлинённой лысой головой, что говорит о его необычайном уме. Фукурокудзю способен совершать чудеса, приносить процветание и одаривать достойных мудростью.

Японцы обычно используют миниатюрные фигурки с этими божествами, так называемые «нэцкэ», в виде подарка. Фукурокудзю предназначается человеку, достигшему зрелого возраста. Таким образом, ему желают процветания и долгого счастья. Чаше нэцкэ дарят часовщикам, шахматистам, учёным, мыслителям, а также всем, кто занят реализацией чего-то нового.

Не менее почитаемым божеством является бог литера-

туры и каллиграфии Тэндзин. Считается, что он дух учёного по имени Сугавара Митидзанэ (845–903), жившего в эпоху Хэйан.

Митидзанэ имел большое влияние в императорском дворце. Он быстро продвигался по служебной лестнице, что чрезвычайно волновало представителей семейства Фудзивара. В результате наговоров и политических придирок Митидзанэ был изгнан в Дадзайфу. Вопреки ожиданиям, он не стал мстить обидчикам. С этим справились разбушевавшиеся силы природы, принёсшие катаклизмы сразу после его смерти в 903 году.

В настоящее время ему молятся японские школьники и студенты перед сдачей квалификационных экзаменов.

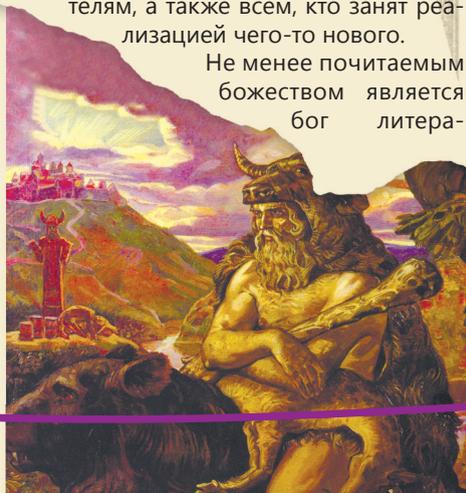
Индийская и славянская мудрость

В индуистском пантеоне наиболее известными божествами являются Ганеша и Сарасвати. «Владыка ганы» – бог мудрости и благополучия. Он входит в свиту Шивы и играет не последнюю роль в индийской мифологии. Сарасвати первоначально была речной богиней, но позже её значимость возросла. Сейчас она покровительствует знаниям и осуществляет таинство брачного ритуала в Брачном чертоге – чертоге спасения и вечного блаженства. Сарасвати считается воплощением всех искусств, наук и ремёсел.

Мы просто не можем оставить без внимания славянскую мифологию. А в древнерусском языческом пантеоне тайным знаниям покровительствовал не Перун, не Стрибог и даже не Макошь. Именно Велес с учениками раскрывал таинство науки людям. Бог скотоводства и плодородия считался наимудрейшим. На земле Велес назначал своими представителями волхвов. Они должны были растолковывать людям волю грозных божеств. Символами Велеса являются медведь, конь и змея. Медведь обозначал оборону. Конь был священным тотемом у белорусского народа. А змея у славян, в отличие от христиан, олицетворяла мудрость.

Конечно, только этими божествами знаний и учений мифология не ограничивается. В большинстве своём мы не затрагивали мифологию Африки и Азии, Европы и Америки. В противном случае, понадобились бы тома, чтобы рассказать об особенностях каждого отдельного божества. В мире существует более 6000 различных языков, а значит, даже немногочисленному племени присущи свои уникальные верования и традиции. 📖

Наталья Лактина



Сделай себя

Что значит быть успешным, по-твоему? Думаю, «материальное благополучие и финансовая независимость» будут стоять первым пунктом в длинном списке ответов. Если твой доход стабильно высок и ты можешь позволить себе намного больше, чем твои сверстники, значит, ты успешен. Это аксиома XXI века. Прежде чем записаться в ряды тех избранных, желания которых в большинстве случаев совпадают с их возможностями, несомненно, предстоит проделать большую работу над собой. «Инвестируй в себя» – главное правило успеха.

Стипендия – основной доход студента. Ни для кого не станет открытием, что благодаря такому ежемесячному доходу финансовую независимость не обретѐшь. Но даже небольшой капитал может стать хорошим толчком на пути к успеху. Итак, куда же можно вложить стипендию, чтобы через некоторое время получить прибыль, в несколько раз превосходящую её размер?

1

Знаешь иностранные языки, хорошо разбираешься в математике, истории и других науках? Делись своими знаниями с окружающими (за определённое вознаграждение, конечно). Но при этом денежные вклады в самом начале такой карьеры необходимы: учебники, методические пособия и т.д. Уже через несколько занятий твои затраты окупятся и появится стабильный доход, размер которого будет зависеть только от тебя и твоего трудолюбия.

2

Многие эксперты сходятся во мнении, что открытие счѐта в банке с последующим вкладом денег – один из лучших и самых надёжных способов для получения дохода со студенческих стипендий. Конечно, речь не идёт об инвестировании в виде одной стипендии. В этом случае результата ждать придётся долго. Выбери надёжный банк с высокой процентной ставкой, и твои деньги начнут работать на тебя. Это и называется пассивным доходом. Ты отдыхаешь – деньги работают. Вкладывая в себя – результат не обманет ожиданий.

ФОТО АННЫ ЛУКИНОЙ

LEVEL 9

ФОТО АННЫ ЛУКИНОЙ

LEVEL 1

3

Инвестиции в собственное образование, на мой взгляд, беспроигрышный и эффективный, но не самый быстрый способ обретения финансовой независимости. Запись на курсы иностранных языков, приобретение дополнительной специальности, познавательный тур, покупка новых книг по своей будущей профессии или дисциплинам, смежным с ней, посещение специализированного семинара по интересующей проблеме и множество других путей инвестирования такого рода дадут возможность обрести конкурентные преимущества на рынке труда в твоём профессиональном будущем.

4

Ещё одним способом для студента стать успешным в материальном плане может стать получение одной или нескольких дополнительных именных стипендий. Тем более, СГУ предоставляет большие возможности для этого. В нашем университете любой студент может претендовать на следующие из них: стипендия фонда В.В. Потанина, стипендия Президента Российской Федерации, специальная государственная стипендия Правительства Российской Федерации, стипендия Оксфордского Российского фонда и стипендия администрации города Саратова.

5

Есть идеи для бизнеса, но они вот уже несколько месяцев не более чем идеи? Смелее! Вполне естественно, что возможные риски могут пугать, но когда, если не сейчас? Инвестируй сбережения в свои грандиозные, но детально обдуманые задумки и иди к успеху.

Итак, как видишь, финансовый успех – это не мечта. Это вполне достижимая реальность. Сейчас, пока твоя голова полна сумасшедших идей и планов, когда ты веришь в то, что твоё будущее обязательно будет счастливым, не упускай своих шансов, иди вперёд и достигай своих целей! 📌

Наталья Шепалова



Владимир Валентинович Емельянов, заведующий учебно-методической лабораторией «Современные методы обучения» экономического факультета СГУ, заместитель

декана по внешним связям: «Инвестиции в себя» – это затраты человека (материальные, временные, интеллектуальные) для получения

им определённых знаний и практических навыков. Конечная цель таких затрат – научиться высокопрофессионально делать то, что необходимо и востребовано рынком, и, как следствие – достичь финансового благополучия, а также определённого социального статуса. Имея опыт работы в бизнес-структурах, дам несколько советов нашим студентам:

1. Относитесь с осторожностью к предложениям об инвестировании, долевом участии в каких-либо мероприятиях. Ценой ошибок могут стать как потеря денежных средств, так и морально-психологические издержки.

2. Желательно, чтобы «зарабатывание» денег было связано с выбранным родом деятельности. Причём необязательно начинать работать на высоких должностях и с большими зарплатами (что в реальности маловероятно). Именно опыт работы в «самых низах» в последующем карьерном росте окажет неоценимую услугу.

3. Не бойтесь ставить и реализовывать большие и амбициозные задачи. Именно молодые люди обладают большими конкурентными преимуществами: энергией, силой, креативностью мышления.

Анастасия Трухачёва, студентка 4 курса экономического факультета СГУ:

Инвестиции в себя могут и не иметь денежного выражения. Сейчас есть множество возможностей развивать в себе новые способности и получать новые знания.



1. Посещайте бесплатные тренинги в банках и крупных компаниях. Недавно была на одном из них. Мне очень понравилось озвученное на тренинге правило: «Сначала заплати себе!». Действительно, прежде всего стоит оставить часть денег себе. Идеально, когда сбережения составляют 30 % от дохода. Но где студенту взять такой доход, от которого можно будет отщипнуть такой огромный кусок?

2. Возможности дополнительного дохода имеются. Стипендии за активную общественную и научную деятельность в сумме составляют около 20 000 рублей ежемесячно, что больше средней заработной платы по области.

3. Накопления не должны лежать мёртвым грузом дома. Деньги должны работать. Об эффективных инструментах инвестиций можно узнать в любом банке или пройти бесплатные семинары для начинающих инвесторов.

4. Деньги можно притянуть! На собственном примере убедилась, что это реально работает. Существует множество фильмов и книг, подробно рассказывающих, как это сделать. Но самое главное – это ваша вера. Верьте и помните: мечты не работают, пока не работаете вы!

Альпинистка моя, скалолазка моя!

Альпинизм – это вид спорта, цель которого – восхождение на вершины гор. История появления альпинизма уходит в 1786 год, когда двое швейцарцев Жак Бальма и Мишель Габриэль Паккар совершили восхождение на высшую точку Альп – гору Монблан. Зачем они это сделали, история умалчивает, но начало альпинизму было положено.

Для начала
необходимо

1. Твоё желание.
2. Скальные туфли – специальная обувь для лазания.
3. Мешок с магнезией. Магнезия поглощает влагу, что обеспечивает надёжное сцепление руки с зацепкой.
4. Страховочная система, устройство для страховки, карабины.
5. Верёвка.
6. Комплект оттяжек для защёлкивания в крючья.

При занятии альпинизмом приходится преодолевать различные природные препятствия: скалы, снега и ледники, горные реки. Прохождение таких участков может быть довольно опасным занятием, поэтому за многолетнюю историю альпинизма была выработана специальная техника преодоления опасного рельефа, именно здесь появились первые основы и элементы скалолазания.

Скалолазание является неотъемлемой частью альпинизма – одним из его видов, также оно существует как самостоятельный вид спорта, официально признанный во многих странах мира, который заключается в лазании по естественному или искусственному рельефу. Элементы скалолазания применяются в промышленном альпинизме и используются для подготовки войск специального назначения.

По сравнению с альпинизмом, скалолазание – более доступный вид спорта. С его развитием начали появляться и приобрели популярность скалодромы – крытые или открытые сооружения, имитирующие рельеф скалы. По сути, это и есть тренажёр для скалолазания. В большинстве случаев скалодром – это

стена, на которой в различной последовательности расположены зацепы и выступы. Стена может иметь любой наклон и произвольную форму, может быть обшита каким-нибудь материалом, а может представлять собой натуральную скальную породу.

Как и любой экстремальный вид спорта, скалолазание несёт в себе определённые риски. Но современное снаряжение и опытные инструктора помогают снизить риски до минимума. К занятию скалолазанием допускаются все желающие, без серьёзных ограничений по здоровью, но физическая подготовка, конечно, приветствуется.

Скалолазание может стать хорошей альтернативой популярным и весьма приевшимся способам поддержания физической формы: тренировкам в «качалках», пробежкам на свежем воздухе. Занятия этим видом спорта помогают гармонично развивать все группы мышц, в том числе «мышцы» головного мозга.

Существует целая школа скалолазания, которая учит максимальной экономии сил и продуманности всех движений на маршруте. Инструктора помогут

правильно поставить руки и ноги, научат основам страховки на высоте, но помни, что от тебя требуется выносливость, организованность и умение быстро принимать решения.

Основные виды скалолазания

1. Лазание на скорость. Тут всё просто: кто быстрее, тот и молодец. Трассы могут быть как природными, так и искусственными. Это чисто спортивный вид скалолазания.

2. Лазание на сложность: on-sight – прохождение маршрута с первой попытки, без предварительного просмотра. Трасса считается пройденной до того места, куда скалолаз залезет с первой попытки; *afterwork* – прохождение маршрута после специальной подготовки. Иногда для подготовки к определённым маршрутам требуются месяцы, а то и годы.

3. Боулдеринг – скалолазание на невысоких скалах, когда используется гимнастическая страховка или специальные маты, которые укладываются на место возможного падения скалолаза. Трассы достаточно мощные и,



как правило, короткие: по высоте не превышают 5–6 метров.

4. Соло – высший пилотаж. Требуются стальные нервы и огромная выносливость. Это вид скалолазания по естественному рельефу, который осуществляется без страховки. Есть ещё небольшой подвид, который пока не получил русского названия: *Deep-water solo*. Его особенность заключается в лазании по скалам, которые находятся над водой, и, естественно, без страховки. В случае срыва спортсмен падает в воду.

ОСНОВНЫЕ ВИДЫ АЛЬПИНИЗМА

1. Высотно-технический класс – восхождения на вершины выше 7000 метров.

2. Технический класс – технически сложные восхождения до 7000 метров.

3. Скальный класс – прохождение только скальных маршрутов.

4. Зимний класс – восхождения, совершённые в зимний период.

5. Big Wall – прохождение больших стен протяжённостью километр и более.

6. Соло – восхождение на гору в одиночку; этот вид в нашей стране получил распространение совсем недавно.

СОВЕТЫ НОВИЧКАМ

Заниматься на пустой желудок гораздо легче, поэтому не принимай тяжёлую пищу за полтора-два часа перед тренировкой. А вот с водой дела обстоят иначе: во время тренировки и до неё рекомендуется пить воду, чтобы оперативно восполнять потери жидкости в суставах и связках, на которые приходится большая нагрузка.

Разминка – основа и подготовка к любым занятиям спортом. Перед тренировкой важно тщательно размяться; особое внимание обращай на локтевые, коленные и тазобедренные суставы. В разминку нужно обязательно добавить упражнения на растяжку.

На первых порах не стоит гнаться за покорением высоты. Страховка, конечно, обеспечит безопасное восхождение, но при срыве от недостатка опыта можно получить травму, например, просто ударившись о стену. Да и отработка всех основ техники не требует больших высот.

Планируй свои занятия. Чтобы получить максимальный эффект от тренировок, нужно составить план занятия. Гармоничное распределение

нагрузок позволит твоему организму быстрее восстанавливаться, а значит, эффект будет больше. Чередуй свои тренировки и делай в разные дни акценты на выносливость, технику и физическую подготовку. Оптимальная периодичность занятий для новичка – два раза в неделю.

Найди толкового тренера.

Наши мышцы способны запоминать движения, но дело в том, что они с одинаковым успехом запоминают как правильные, так и неправильные. Поэтому, чтобы в самом начале не наломать дров и не исправлять свои огрехи в будущем, удели особое внимание правильной технике упражнений. А так как в одиночку, без взгляда со стороны ты это сделать не сможешь, тебе понадобится или опытный друг-скалолаз, или хороший тренер.

Береги пальцы. Пока у тебя нет достаточного опыта, а кисти рук ещё не привыкли к таким нагрузкам, используй простые хвататы, рассчитанные на полную ладонь. Избегай дырочных и активных хватов: ты всё это освоишь со временем.

Ноги – это твоё главное «оружие». Только с их помощью можно полностью разгрузить тело, причём не только на вертикальных стенах, но и на участках с отрицательным уклоном и даже на потолке. Поэтому регулярные пробежки по пересечённой местности, а также приседания, в том числе со штангой, тебе не повредят.

Думай и анализируй. Скалолазание обязывает грамотно и быстро продумывать свои движения. Поэтому старайся постоянно просчитывать свои дальнейшие действия.

Используй рельеф. На стенах, кроме различных зацепов, встречаются выступы и изломы. Очень часто именно они помогают в прохождении некоторых участков трассы.

На первое время всё снаряжение можно взять напрокат на скалодромах или в секциях по скалолазанию. Потом ты сам подберёшь необходимое снаряжение, в зависимости от личных предпочтений. 🧰

Андрей Богомолов,
фото из архива секции альпинизма и скалолазания СГУ

Sweeter
@sweet_milk

В СГУ есть секция альпинизма и скалолазания. О том, как начать там заниматься, можно узнать в УОВРС в 102 комнате X корпуса СГУ.

Периодическая таблица ТАНЦЕВ

Танец – это стихия, которая позволяет выделиться из толпы брейк-дансеру, сблизиться двоим, танцующим вальс, или целой толпе в едином порыве флешмоба. Элементы «Периодической системы танца» – самые популярные танцевальные направления.

Любой танец – искусство, которое требует воспитания не только тела, но и духа. Хорошей физической подготовки, координации и чувства ритма не всегда достаточно.

Люди, которые профессионально хотят заниматься танцами, начинают учиться этим направлениям, параллельно осваивая другие стили. Они начинают заниматься хореографией, акробатикой, то есть так или иначе получают хореографическое образование. Первая страница разворота посвящена «классическим» направлениям танца, вторая – уличным и клубным направлениям, каким из них посвятить себя – решать тебе.

Галина Гайворонская

1 **Ar**

Аргентинское танго – парный танец, доступный всем, независимо от возраста и уровня подготовки. Никогда не поздно научиться аргентинскому танго. Чувственность, откровенность, всепоглощающая страсть, необыкновенный магнетизм – одним словом, аргентинское танго. Этот танец – также замечательное средство общения.

2 **Bt**

Балет – искусство, в котором совмещаются различные жанры. Это и хореография, и живопись (костюмы, декорации), пантомима, элементы драмы. Ещё балет – это самые престижные танцы в мире не только в кругах художественной элиты, но и среди духовно развитых людей.

3 **Jm**

Джаз-модерн – это не только пластичная хореография, но и способ самовыражения с помощью музыки через танец. Он позволяет выплеснуть эмоции, чувства, переживания. Открывает широкий простор для раскрытия и развития духовного и физического потенциала танцора. В джаз-модерне нет рамок, ими служит воображение.

4 **Sl**

Сальса – самый популярный в мире танец латиноамериканского происхождения. Сальсу можно описать так: танец-флирт. Его отличают быстрый темп, сложный ритмический рисунок и артистичная игра между партнёрами. Кстати, некоторые виды сальсы танцуют в группах.

5 **Tw**

Твист – современный танец из группы рок-н-ролла. Быстрота темпа, чёткость движений, зажигаемость, задорность, некоторая шутливость – вот те черты, что выделяют такой позитивный стиль, как твист.

6 **Fl**

Фламенко – испанский танец страсти. Яркие, развешивающиеся платья танцовщиц, похожие на языки пламени. Живые эмоции, глубокие чувства. Красноречивое, многозначное движение кистей рук, звонкий и чёткий стук каблучков. Всё это невероятно эффектный танец фламенко.

7 **Hs**

Хастл – это одно из парных танцевальных направлений. Главная идея состоит в импровизации. На этот танец никогда заранее не ставится хореография. Суть хастла в том, чтобы пара могла прийти на вечеринку и станцевать под любую музыку. А насколько ярким и зрелищным будет танец, зависит от мастерства партнёров.

8

Br

Break-dance – это танцевальное ответвление в хип-хоп культуре. Есть нижний и верхний брейкинг. Нижний требует не только знания азов, но и хорошей физической и акробатической подготовки. Очень важно иметь тренированное тело: break-dance включает в себя различные стойки и другие сложные трюки.

9

Dn

Dancehall – изначально был уличным ямайским танцем. Сегодня элементы этого стиля мы можем наблюдать в танцевальных движениях знойных мулаток в клипах известных музыкальных зарубежных исполнителей. Например, у Sean Paul или Rihanna.

10

Gg

Go-go – одно из самых популярных современных танцевальных направлений среди девушек. Go-go помогает раскрепоститься, почувствовать музыку, прислушаться к своему телу. Go-go подойдёт тем девушкам, кто хочет превратиться в пластичную, грациозную покорительницу танцполов.

11

Hp

Hip-hop – пожалуй, самый динамичный танцевальный стиль. Именно из него танцоры берут некоторые связки для других направлений. Но нужно заметить, что это ещё и один из самых сложных стилей с огромным набором движений. Стиль впитал элементы фанка, попа, брейка, джаза.

12

Hs

House – модный танцевальный стиль. Если ты частый посетитель ночных клубов и всевозможных вечеринок, то ты просто обязан овладеть этим направлением. Ни одна крутая тусовка не обходится без него. Уметь танцевать house – комильфо)).

13

Jf

Jazz funk – один из самых эмоциональных и экспрессивных современных танцев. Он сочетает в себе импульсивность, резкие движения, ломанные линии, манерность, эпатаж, сексуальность. В jazz funk есть черты «классического» хип-хопа, вакинга, джазовой хореографии.

14

RnB

RnB – популярное клубное направление под музыку R'n'B. В ритме RnB в видеоклипах танцуют энергичные смуглые красотки: Beyonce, J Lo, Pussycat Dolls. Этот стиль взял понемногу элементов из hip-hop, house, latina. RnB для тех, кто не стесняется своего тела и хочет зажигать в клубах ночи напролёт.

15

Tc

Тектоник – один из самых популярных и развивающихся стилей современных клубных танцев. У него есть свои особые фишки – динамичные вращающиеся движения рук сопровождаются ритмичным движением ног. Этот стиль исполняется под ритмы electro, house и hardstyle музыки.

16

Vk

Вакинг. Родом из недр андеграундной культуры Лос-Анджелеса 70-х годов. Главные черты вакинга – это энергичные и чёткие движения руками, эффектные выбросы и прыжки. Сейчас мало кто танцует «чистый» вакинг, но иногда хореографы и танцоры заимствуют его коронные движения. 📺

Проект проекта



Практически каждый современный конкурс, форум или стажировка предлагает участникам разработать и довести до ума свой бизнес-проект. О том, с чего лучше начать и о чём не забыть, рассказывает студентка экономического факультета, потанинская стипендиатка, призёр всероссийских форумов и конкурсов Анастасия Трухачёва.



1. Идея
2. Команда
3. Бизнес-план
4. Советы эксперта
5. Партнёры и инвесторы

✓ Идея

Успех любого проекта зависит от правильно выбранной и чётко сформулированной идеи. Она должна быть яркой, интересной, оригинальной и креативной, чтобы привлечь внимание как потенциальных клиентов, так и инвесторов и партнёров. Одна очень мудрая и опытная женщина, реализовавшая множество проектов, как-то сказала нам как начинающим предпринимателям,

что идея должна быть «секс и космос» – такой же приятательной и манящей, всеобъемлющей, но при этом реальной и осуществимой.

Считаешь, что всё уже придумано до тебя? Ошибаешься! Идеи рождаются, как правило, либо у экспертов в определённой деятельности, либо у новичков, свободных от штампов, ограничений и предрассудков. Получается, у тебя есть все шансы представить миру что-то новое и востребованное.

Сейчас очень популярным стало слово «инновации». О новизне нужно задумываться сразу. Первым делом потенциальные инвесторы задают вопрос: «А в чём инновационность вашего проекта?» Но инновации инновациям рознь! Если в тебе хромают изобретательские качества, не отчаивайся! Есть понятие «улучшающие инновации» – малые, но важные улучшения продуктов, процессов, сервиса.

Более надёжно для развития бизнеса сочетать два слагаемых: проанализировать, чего сейчас не хватает в обществе, понять, какую именно из существующих проблем тебе интересно решить. Ищи вдохновение для создания идеи вокруг. Больше читай. Попробуй соединить несколько уже имеющихся идей и получить свою, ту, что станет настоящим открытием.

Но самое главное – ты должен буквально «гореть» этой идеей и «зажигать» ею окружающих. Только когда ты будешь любить своё дело, а не работать лишь на прибыль, бизнес будет иметь развитие, тебе захочется вкладывать в него и придумывать что-то новое, привлекая всё новых и новых клиентов, при этом не теряя уже имеющихся. А там и прибыль станет расти.

✓ Команда

Как говорится, один в поле не воин. И даже если тебе не хочется делиться прибылью с другими, одному тяжело осилить целый проект. Поэтому очень важно создать успешную команду для дальнейшей плодотворной работы.

Бытует мнение, что ни в коем случае нельзя делать бизнес с друзьями. И в этом есть доля правды. Но в любом случае выбор остаётся за тобой. Я считаю, что бизнесмену-студенту всегда будет полезна помощь и поддержка друзей. Старайся создать такую команду, в которой будут собраны разносторонние личности, выполняющие конкретные командные роли. Это поможет распределить обязанности и посмотреть на возникающие вопросы с других точек зрения.

✓ Бизнес-план

Итак, теперь у тебя есть оригинальная и востребованная бизнес-идея, хорошая команда. Как думаешь, только ли этого достаточно для успешного предприятия? Я вот раньше считала, что мне хватит идеи и безумного желания её реализовать, а на составление бизнес-плана я только потрачу время. Но это не так. Развитие бизнеса можно сравнить со строительством дома. Для его сооружения идеи явно мало. Нужны проверенные расчёты и график работ. Предпринимательство – это системная, последовательная работа. Поэтому после генерирования бизнес-идеи стоит приступить к планированию её реализации.

Зачем нужен бизнес-план? Представь, что тебе нужно добраться из пункта «А» в пункт «Б» и у тебя есть два варианта: двигаться без карты или заранее спланировать свой маршрут. Потратив некоторое время на составление бизнес-плана, ты сэкономишь

на устранении ошибок, минимизации рисков. Он поможет структурировать и ещё раз переосмыслить весь процесс. В ходе составления плана могут возникнуть новые идеи по усовершенствованию и развитию бизнеса, привлечению клиентов.

В идеале полезным будет составить сразу три бизнес-плана: оптимистический, пессимистический (для себя) и оптимальный (что-то среднее между первыми двумя). Последнего будет вполне достаточно на первоначальном этапе. Все потенциальные партнёры и инвесторы сначала изучат твой бизнес-план и потом примут решение о сотрудничестве с тобой.

Теперь ты понимаешь, что с помощью бизнес-плана ты показываешь самому себе и другим, что фирма будет успешно работать.

✓ Советы эксперта

Начинающим предпринимателям просто необходимы советы старших наставников. Они смогут поделиться своим опытом, оказать квалифицированную помощь в решении бизнес-вопросов. Где же их найти? Очень полезными станут поездки на бизнес-форумы и посещение всевозможных тренингов и семинаров. Не бойся задавать вопросы! Если тебе выпала возможность пообщаться с успешным предпринимателем, узнай всё, что тебя интересует, обсуди проблемы, с которыми ты столкнулся при создании проекта. Не думай, что ты никому не интересен и лишь отнимешь время у важных и занятых людей. Наоборот, они только рады пообщаться с будущими коллегами.

Также можно получить консультацию у преподавателей, чья деятельность связана с экономикой, менеджментом и маркетингом. Их легко найти на экономическом факультете СГУ.

✓ Партнёры и инвесторы

Студенческий бизнес априори подразумевает поиск стартового капитала. И тут очень важно успешно представить свой проект инвесторам. Не растекайся мыслью по древу. Постарайся с первой же минуты так ярко представить свою бизнес-идею, чтобы инвестор понимал: его деньги не будут потрачены зря. Обязательно должна быть чётко проработана финансовая сторона проекта (это ещё раз доказывает необходимость составления бизнес-плана): сокращение затрат, расчёт точки окупаемости и так далее. Учитывай и оценивай все возможные риски проекта.

Не забудь про партнёров! Взаимовыгодное сотрудничество ещё никто не отменял. Порой потенциальные конкуренты могут стать надёжными партнёрами. Главное – найти правильный подход и написать заманчивое коммерческое предложение.

Конечно, каждый строит свой бизнес по своему сценарию. Я лишь обозначила правила, благодаря которым осуществление идеи станет более успешным! 📄

Анастасия Трухачёва

Олимпийский фотокросс

Олимпиада в Сочи – событие, за которым, без преувеличения, наблюдала вся страна. 25 тысяч волонтеров со всех регионов России отправились на игры, чтобы помочь в их проведении. От нашего университета в состав добровольцев вошли 43 студента. Журналист «СГУщёнки» Ася Карнаухова выбрала для тебя яркие кадры их путешествия, чтобы показать олимпийский Сочи глазами волонтеров СГУ.



ФОТО СОВИИ ГАЛКИНОЙ

Ледовый дворец «Айсберг» – один из крупнейших объектов Олимпийского парка. Именно здесь была завоевана большая часть золотых наград: девять медалей в общем зачёте по фигурному катанию и шесть – в состязаниях по шорт-треку.



ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА СОВИИ ГАЛКИНОЙ

Командный дух – один из факторов успешной работы волонтеров на всех объектах.

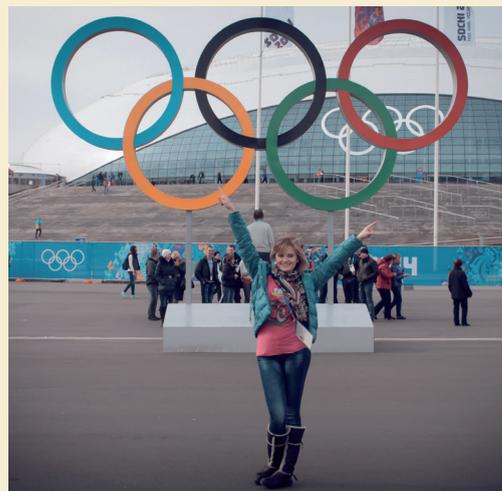


ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА АНАСТАСИИ ТЕРЬКОВОЙ

Один из спортивных объектов Сочи – Ледовый дворец «Большой».



ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА ДЕНИСА НАЗАРОВА



ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА ДЕНИСА НАЗАРОВА

Всем волонтерам была выдана форма: начиная с непромокаемых ботинок и заканчивая шапками, перчатками и сумками. Однако даже она не всегда помогала справляться с капризами погоды.



ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА АНАСТАСИИ ТЕРЕХОВОЙ

Дух Олимпиады витал повсюду. Можно лишь порадоваться за тех, кто следил за ходом игр.



ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА АНАСТАСИИ ТЕРЕХОВОЙ

Часы на железнодорожном вокзале. Первая достопримечательность, которую замечали волонтеры.



ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА НАТАЛЬИ ШУСТИКОВОЙ

Студенты СГУ в составе ансамбля народного танца «Варенька» на олимпийской площадке в Дагомьсе. Один из участников одет в костюм талисмана Олимпийских игр.



ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА АНАСТАСИИ РУДЕНКО

Леопард и Белый мишка – талисманы Олимпийских игр в Сочи.



ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА НАТАЛЬИ ШУСТИКОВОЙ

На экспозиции регионов России в олимпийском парке стенд Саратовской области представляла студентка СГУ Наталья Шустикова. 

Карта вакансий волонтера

В дни Универсиады столица Татарстана окрасилась в красно-белые цвета. Двадцать пять тысяч волонтеров помогли спортсменам, тренерам, журналистам, судьям, гостям соревнований. В любой ситуации, с любым вопросом можно было обратиться именно к ним. Если ты не попал в качестве волонтера на студенческие соревнования, не расстраивайся – нас ожидают Олимпиада в Сочи и другие спортивные игры. Из этой карты вакансий ты сможешь узнать, какая позиция тебе подходит.

Отдел билетной программы

Нравится быть на передовой? Встречать зрителей, проверять их билеты, лезть грудью на амбразуру? Тогда позиция «билетёр» – для тебя! Если ты коммуникабельный, стрессоустойчивый и можешь сказать «welcome», то, простите за тавтологию, welcome. Только не удивляйся, если тебя спросят, где можно купить «такого белого кота с крылышками». Ведь ты – самый первый, кого видят гости.

Телерадиовещание

Во время международных спортивных соревнований – крайне нужная должность. Кто предоставляет статистику о средней скорости прохождения контрольной отметки 52 метра? Конечно же, менеджер по телерадиовещанию! Это только звучит сложно, но на самом деле трудностей возникает не так много. Главное – влиться в коллектив, понять, с кем легче работать и к кому лучше обращаться.

Атташе спортивных команд

На период соревнований волонтер этой позиции становится членом прикрепленной к нему команды. Нужно быть готовым в любое время дня и ночи прийти на помощь делегации, быть связующим звеном между командой и оргкомитетом, осуществлять перевод, решать все проблемы и возникающие вопросы. Чтобы быть атташе, необходимо свободно владеть английским языком, знать другие иностранные языки, быть общительным, а также готовым по первому звонку выполнять свои обязанности в любое время дня и ночи. Но и при наличии таких навыков могут возникнуть сложности: не все спортсмены знают английский язык, и тебе, например, придется доставать из недр сознания все возможные слова.

Технологии

В обязанности техника-волонтера входит обслуживание программного обеспечения, проверка состояния компьютеров, принтеров, Интернета и телефонии. Для такой работы необходимы знания ПК и другой офисной техники. Только не смущайся, если тебя попросят починить холодильник.

Организация работы с прессой

Общаться с известными журналистами, сидеть с комфортом в ложе для прессы, увлеченно рассказывать об Универсиаде – твоя мечта? Тогда тебе нужно стать волонтером по работе со СМИ! Особенно, если ты знаешь много иностранных слов, а язык у тебя без костей. Только не впадай в панику, если фотограф начнёт «качать права» и отказываться выполнять правила. Смело объясни ему, что на данном виде соревнований нельзя прыгнуть в бассейн и снять спортсменов под водой. Хотя бы потому, что сейчас идёт матч по теннису.



Корреспондент

Если тебе нравится находиться в гуще событий, проходить туда, куда пускают далеко не всех, и общаться с разными интересными людьми, то эта позиция для тебя. Корреспондент получает и распространяет печатную продукцию, сопровождает журналистов и операторов, ведёт мониторинг публикаций, работает на сайте, собирает информацию для социальных сетей, помогает в организации пресс-конференций и берёт интервью и комментарии у спортсменов. Для такой трудной и интересной работы тебе нужно знать английский язык, иметь журналистские навыки, быть доброжелательным, терпеливым, жизнерадостным, свободно владеть ПК. Возможные сложности: расстроенные проигравшие спортсмены, не желающие давать интервью, которое так тебе нужно.

Волонтёр протокола

Работа протоколиста – одна из самых трудных, но и одна из самых интересных. С одной стороны, встречи с известными людьми, возможность общения с ними, с другой – постоянная готовность к непредвиденным обстоятельствам. А таких может возникнуть огромное количество, ведь приходится работать с VIP-персонами, у которых есть немало разных требований. На международных соревнованиях всегда много иностранцев, и иногда у них нет переводчика; тогда именно тебе придётся вести экскурсию на английском.

Работа со зрителями

Присутствовать на соревнованиях, «зажигать» зрителей и отвечать за то, чтобы все, кто пришёл на игры, получили удовольствие, – такие обязанности у волонтёра по работе со зрителями. Во время соревнования именно ты должен задавать тон болельщикам и придумывать кричалки, «пускать волну» по трибунам, призывать аплодировать и в то же время следить за порядком. Тебе может быть сложно, потому что на соревнованиях сидят разные люди, всех возрастов и профессий, но к каждому ты должен найти подход, с каждым быть приветливым и улыбчивым, а ещё уметь сглаживать острые углы и предотвращать критические ситуации.



Свод-тим

Основная обязанность – замечать отсутствующих волонтёров. Ты одновременно и Чип, и Дейл, которые спешат на помощь. Крайне интересная работа с возможностями карьерного роста. Сегодня ты подаёшь спортсменам сумки из камеры хранения, а завтра провожаешь Сергея Безрукова в VIP-ложу. Требования и сложности соответствующие: ты должен знать и уметь всё и быть готовым к любым трудностям.

Менеджер пресс-центра

Твоими основными обязанностями будут помощь и решение текущих задач, поставленных менеджером объекта, координация общей работы пресс-центра, выполнение поручений менеджера, встреча и сопровождение иностранных журналистов и работа с ними. Для всего этого ты должен быть открытым к общению, активным, спокойным и владеть иностранными языками.

Спортивный волонтёр

Одна из ключевых функций волонтёра на Универсиаде. Будь готов работать непосредственно на спортивных площадках и выполнять самую разную работу, быть везде и всем. Для этого ты должен знать правила закреплённого за тобой вида спорта, свободно говорить на английском языке и иметь хорошую физическую форму. Спортивному волонтёру необходимо быть готовым к определённым трудностям. От тебя ожидают знаний всех мелочей и спортивных правил, и ты должен оперативно заполнять пробелы и быть готовым прийти на помощь. 

**Анастасия Москалева,
Наталья Афонина**

Нарративный туризм: открой свои точки на карте



ФОТО ЕКАТЕРИНЫ СУНЦОВОЙ



ФОТО КСЕНИЯ ЗОЛOTOVой

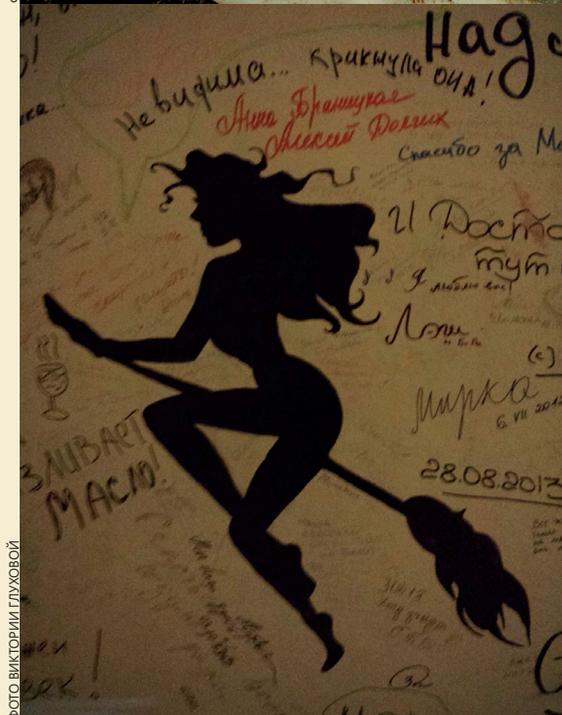


ФОТО ВИКТОРИИ ГЛУХОВОЙ

Время от времени закрадывается мысль: вот бы сделать паузу, устроить мини-отпуск и махнуть куда-нибудь в жаркие страны. «Горящие туры» и путёвки с запланированными экскурсиями, которые, согласись, не всегда бывают интересными, – это прошлый век. Слышал что-нибудь про нарративный туризм? Открываем страшную тайну! Можно провести отпуск «дикарём» и при этом не просто греться на берегу моря, а исследовать места боевой славы твоего любимого литературного или «киношного» героя.

Нарративный туризм – путешествие по легенде. Будь то сюжет книги, фильма или даже компьютерной игры. Ты сам выбираешь для себя маршрут и двигаешься с нужной скоростью. «Кинематографический туризм» стал одним из самых востребованных видов путешествий. Странствующие всё чаще едут на Мальту, чтобы посмотреть пейзажи из сериала «Игра престолов». Стамбул стал эпицентром наплыва поклонников Джеймса Бонда, ведь именно там снимали главные сцены «007: Координаты «Скайфолл»».

По следам Гарри Поттера

Путешествие по следам Гарри, как правило, начинается с поездки в Лондонский зоопарк. Здесь среди множества милых зверушек можно найти знаменитую змею из первой части книги. Также в столице Англии есть Австралийский дом, который фигурировал на экране в качестве банка Гринготтс, и улица Чаринг Кросс Роуд, в книге – Косой переулок. Здесь ты не купишь волшебную палочку и скоростную метлу «Нимбус-2000», зато сможешь выпить кофе в местном мрачно-таинственном кафе. Дальше смело отправляемся на станцию Кинг-Кросс, где с недавних пор существует платформа 9¾. С неё отбывает самый красивый поезд Англии «Хогвартс-Экспресс», стилизованный под старинный паровоз. Мы едем в замок Алник. В его садах Гарри Поттер учился летать на метле и играл в квиддич. А неподалёку стоит собор, который и стал прообразом Школы магии и волшебства.

Сумеречный тур

Самый таинственный штат на берегу Тихого океана – Вашингтон – не знает отбоя от туристов. Город Форкс на полуострове Олимпик каждый год посещают тысячи поклонников Сумеречной саги.

На въезде в город стоит вывеска: «Меня зовут Белла, и я приветствую вас!». Чуть дальше красуется «дом Калленов». На самом деле это обычная гостиница. Владельцы сдают номера с книгами и DVD-дисками «Сумерек». Если проехать ещё два километра, можно отыскать ресторанчик, где произошло первое свидание Эдварда и Беллы. Возле этого заведения стоит «Пикап Беллы»: машина, на которой ездила главная героиня, стала культурным памятником города. Дом Чарли и Беллы Свон ты найдёшь недалеко от Национального парка «Олимпик». Правда, это частная собственность, и полюбоваться им можно только издалека.

Не только Форкс достоин внимания туристов. Ещё один пункт путешествия по саге – пляж Ла-Пуш. А в небольшом

городке Калама легко найти многоэтажное здание школы. Здесь-то и учились Белла и её друзья.

Интересный уикенд можно организовать и в России. Уж литературных легенд у нас хватает!

Булгаковская Москва

После прочтения «Мастера и Маргариты» Булгакова невозможно не заразиться идеей побродить по местам, где происходили мистические сцены из романа.

Впервые Воланд появляется на аллее, пролегающей параллельно улице Малой Бронной. На её пересечении с Ермолаевским переулком погиб Берлиоз.

Другой пункт путешественника по мистической Москве – знаменитый дом №10 по Большой Садовой. Здесь в 30-х годах прошлого века в коммунальной квартире жил сам Булгаков. Сегодня во дворе стоит музей, а в подъезде на стенах оставляют надписи поклонники романа.

Есть ещё много интересных мест старой Москвы: подвалчик на Новом

Арбате, где писал свой роман Мастер, сад «Аквариум» у станции метро Маяковская, где по книге на директора варьете Варенуху напала вампирша Гелла и, конечно, самый старый бульвар Москвы – Тверской. Здесь любил прогуливаться сам Булгаков с женой, и сюда же в МАССОЛИТ прибежал Иван Бездомный после смерти Берлиоза.

Экскурсия от преступления до наказания

Когда мы думаем о Петербурге, возникают образы его дворцов, соборов и музеев. Но в «Преступлении и наказании» Достоевский описывает совсем другую сторону роскошного города – трущобы. По ним-то нам и будет интересно прогуляться, представив себе Раскольникова, Сонечку и других героев романа.

Действие романа происходит рядом с Сенной площадью. Раньше тут стояли торговые ряды. Здесь Раскольников услышал про старуху-процентщицу и решил убить её, здесь же он всенародно признался в преступлении. Пройдём от Сенной площади по Садовой улице до Кокушкина переуллка. На Набережной

канала Грибоедова в доме №73 жила Сонечка Мармеладова.

Теперь поищем дом Раскольникова. Проходим через Кокушкин мост по Столярному переулку. Краеведы утверждают, что дворницкая здания №9 похожа на ту, где главный герой взял топор. Поэтому здесь висит гранитная доска «Дом Раскольникова».

Главный герой взял орудие убийства и направился к старухе. Последуем за ним. Пройдём обратно по Столярному переулку до Кокушкина моста, через канал выйдем на Садовую улицу. По ней – до проспекта Римского-Корсакова. По левую сторону раскинулся Юсуповский сад. Но нам нужна правая сторона. Идём до набережной канала Грибоедова. Именно здесь возле Харламова моста в доме №104 в квартире №74 была убита старуха-процентщица.

Как видишь, в любой точке мира можно путешествовать не только по проторённым дорожкам. Открывая для себя новые горизонты. 🗺

Анжелика Белан

The map shows travel routes connecting various cities across the world, each associated with a famous figure. The routes are numbered 1 through 9. The figures are: 1 - Лос-Анджелес (Чарли Чаплин), 2 - Дублин (Джеймс Джойс), 3 - Мадрид (Диего Веласкес), 4 - Мехико (Хорхе Луис Борхес), 5 - Буэнос-Айрес (Диего Ривера), 6 - Копенгаген (Ханс Кристиан Андерсен), 7 - Токио (Кобо Абе), 8 - Римини (Федерико Феллини), 9 - Нью-Йорк (О. Генри).

Если тема нарративного туризма тебя заинтересовала, но ты ещё не решил, куда бы поехать при удобной возможности, прочитай книгу Петра Вайля «Гений места». Это путеводитель по местам, связанным с жизнью известных писателей, живописцев, архитекторов, композиторов, кинематографистов. После знакомства с книгой тебе, наверняка, захочется посмотреть на отель в Лос-Анджелесе, в котором жил Чарли Чаплин, пока делал свои первые шаги в кино, побродить по улицам Сан-Франциско, по которым гулял Джек Лондон, или исследовать «сказочные» закоулки любимого города Ханса Кристиана Андерсена – Копенгагена.

Ночь, улица, библиотека...



В молодёжной среде всё чаще стали появляться необычные акции. Например, «ночные»: ночь в опере, ночь в библиотеке, ночь в музее, ночь культуры, ночь музыки. Эти любопытные вечера стараются воссоздать определённую эпоху и атмосферу. А также приобщить людей к искусству.

ФОТО ДМИТРИЯ КАЗИНА



● **«Библионочь»**

Когда: апрель.

Где: Россия.

Масштабная культурная акция объединяет всех, кто помнит и понимает, какое огромное значение играет литература для нашей страны. Сотни библиотек, музеев, галерей, культурных центров и книжных магазинов в эту ночь открывают свои двери для посетителей и представляют программы с участием литераторов, музыкантов, художников, артистов.

Где: Саратов.

В этом году гостей ждала Областная универсальная научная библиотека. В Библионочь возможно было не только полистать книги, но и послушать живую музыку, выпить чая с саратовскими писателями, увидеть журналы-юбиляры, а также узнать, что такое «КИБО» (комплекс информационно-библиотечного обслуживания).

● **Ночь музеев**

Когда: 18 мая.

Где: по всему миру.

Международная акция взяла своё начало в Берлине в 1997 году. С каждым разом количество площадок, которые принимают посетителей после официального закрытия, увеличивается. Россия присоединилась к акции в 2002 году. Первопроходцем на нашей Родине был Красноярский музейный центр. И только после него акция дошла до Москвы. В прошлом году в столице свои двери открыли 246 музеев, а посмотреть их коллекции пришли 1 200 000 человек.

В Саратове гостей каждый год ждут десятки акций, концертов, мастер-классов. В этом году посетителям музеев довелось побывать на «Саратовском Монмартре», полюбоваться витражами, посмотреть в телескоп на Юпитер. Гости встретились с медведем из сна Татьяны Лариной, Филиппом Филипповичем Преображенским и Полиграфом Полиграфовичем Шариковым. И какой же праздник без музыки, которую исполняли различные коллективы и оркестры.

● **Ночь культуры «Да будет ночь!»**

Когда: 21 июня.

Где: Вильнюс.

Самая короткая летняя ночь зовёт пробудиться от культурного сна. Городские площади превращаются в школы

танцев под звёздами. Парки становятся кинозалами на траве. Река украшается инсталляциями и светящимися лабиринтами. В храмах проходят ночные концерты классической, органной, рок-музыки. На узких улочках разыгрываются спектакли. С балконов звучат серенады. В городе горят самодельные светильники, читаются стихотворения, поются колыбельные. Музеи приглашают на спектакли и анимационные представления. В мероприятии участвует каждый пятый горожанин.

● **Ночь музыки**

Когда: 6 июля.

Где: Гатчина.

«Ночь музыки в Гатчине» уже стала традицией петербургского музыкального лета. За три года своего существования мероприятие превратилось в один из самых ярких, необычных и запоминающихся концертов на открытом воздухе в России. Сцена расположена на водной глади Белого озера, на фоне величественного Гатчинского дворца. Симфоническая музыка, грандиозный архитектурный памятник и естественный природный ландшафт находятся в поразительной гармонии и дарят незабываемые впечатления.

Когда: 5 октября.

Где: Москва.

Этот фестиваль объединяет начинающих музыкантов и признанных мастеров более чем на 150 культурных площадках. В их числе – не только большие концертные залы, но и пространства домов культуры, кинотеатров и библиотек, которые готовят свою специальную программу: музыкальные постановки, лекции, мастер-классы, а также видеопозаказ оперных спектаклей мирового значения. В центре внимания акции – классика, представленная в разных жанрах: от барочной до джазовой.

● **«Белая ночь культуры и вина»**

Когда: 6 сентября.

Где: Испания.

«Белую ночь культуры и вина» второй год подряд праздновали в Андалусии. В этот день в винодельных регионах проходят театрализованные представления и выставки. В прошлом году специально в честь «Белой ночи» организаторы оборудовали «улицу музыки», где звучал только живой звук. Дресс-код вечера: белый цвет в одежде.

● **«Ночь в опере»**

Когда: 13 сентября.

Где: Саратов.

«Ночь в опере» впервые провели в прошлом году в Саратовском академическом театре оперы и балета. Она была приурочена к открытию театрального сезона. На каждом этаже развернулась своя развлекательная программа, которая погружала участников в атмосферу театра. На втором ярусе актёры в костюмах XIX века танцевали вальс цветов, польку, русский марш. Желающим предложили исполнить котильон. Это бальный танец французского происхождения. На третьем ярусе гости получили возможность сфотографироваться в театральных костюмах и примерить образ гусара, царя, знатной дворянки, одежду Петра или Февронии. На четвёртом ярусе участники попадали на выставку театральных художников. Гостям также предложили заглянуть за кулисы. После экскурсий зрители насладились оперным концертом в исполнении звёзд театра.

● **Ночь искусств**

Когда: 3 ноября.

Где: Москва.

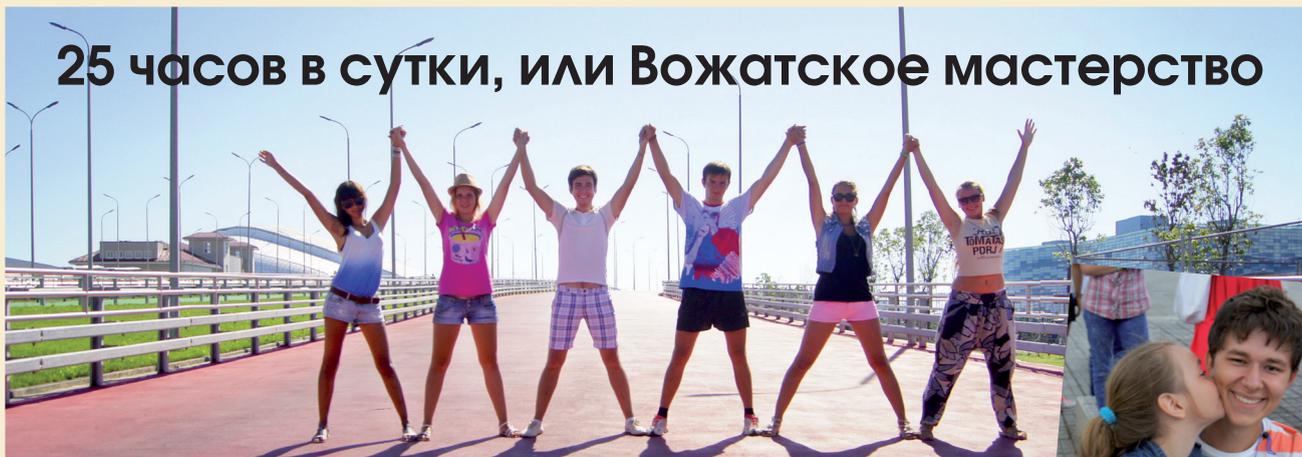
3 ноября 2013 года в Москве впервые прошла общегородская культурная акция «Ночь искусств». Главной темой стал звук. Москвичи слушали хоры и оркестры в торговых центрах, рассматривали парковые аудиоинсталляции, наслаждались звуками живой природы в усадьбах и на крытых мостах, внимали ритмам этнических музыкантов и колокольному звону. В проекте приняло участие 150 учреждений культуры.

Где: Саратов.

Акцию «Ночь искусств» планируется сделать Всероссийской в этом году, но Саратов уже присоединился к акции. В прошлом году свои двери для полуночников открыли Саратовский областной музей краеведения и Государственный музей К.А. Федина. Жители города попали на мастер-классы и развлекательные программы, попытались разгадать, был ли Лермонтов в Саратове, и попали на экскурсию к «коту учёному» из поэмы Пушкина «Руслан и Людмила». 📖

**Анастасия Евдокимова,
фото автора**

25 часов в сутки, или Вожатское мастерство



Студенты СГУ в течение всего года учатся в Школе вожатского мастерства и посещают специальные тренинги, чтобы с лёгкостью выдержать рабочий график вожатого. Этим летом я тоже решила поработать в детском лагере на море. С одной стороны – полезно поправить здоровье, с другой – интересно получить опыт работы с детьми, а с третьей – приятно отправиться на незабываемый отдых на черноморское побережье.



Я была не просто вожатой, а помощником начальника лагеря, поэтому увидела «кухню» нашей работы во всех её подробностях. 21 день и 1001 ночь. Это и есть график вожатого. Поверь, быть им – совсем не простая работа, которую зачастую воспринимают исключительно как отдых. Несмотря на постоянную занятость и большую ответственность, я тебе очень советую попробовать себя в этом деле.

Пройдя Школу вожатского мастерства, я думала, что все трудности мне по плечу. Однако к такой работе нельзя быть готовым на все сто процентов. После отработанных двух смен я сделала определённые выводы для себя и готова поделиться ими с тобой.



Пункт 1: о возрасте

Дети любого возраста, от 7 и до 16 лет, не любят, когда с ними разговаривают как с детьми, как бы это смешно ни звучало. В одном из отрядов нам встретилась девочка, которая не давала скучать своим старшим товарищам и постоянно устраивала представления «Как достать вожатых». Что только мы ни пытались с ней делать: уговоры, беседы – всё бесполезно. И стоило мне поговорить с ней на равных, ситуация изменилась, и девочка моментально стала вести себя по-другому. Мир восторжествовал, а отдых ни у кого из детей не был испорчен.

Пункт 2: о тайм-менеджменте

Работа в лагере – это совсем не семичасовой, а двадцатипятичасовой рабочий день. Такой график выматывает, поэтому стоит запастись терпением и шоколадом. Благодаря Школе вожатского мастерства мы приехали с продуманной творческой программой. Множество игр, квестов, тренингов – всё было подготовлено заранее. Главное правило вожатого: займи детей чем-то интересным! С ними нужно играть, разговаривать, петь, плясать, одним словом, делать так, чтобы мысли о скуке даже не возникало.

Пункт 3: о внимании

Лагерь на территории 16 гектаров: тысяча детей, девяносто вожатых, сто человек обслуживающего персонала. Медицинские процедуры, баня, поездки на море два раза в день, завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин, планёрки. И главное: ничего не забыть и никого не потерять! Такой наплыв дел кажется особенно страшным, когда ты сам только заселился, а вслед за тобой заехали дети. Тут ты понимаешь, что образовательный вожатский слёт, когда вы жили в палатках, готовили еду на костре и спасались от комаров, – это цветочки. Ягодки не заставили себя долго ждать.

Эти беспощадные полтора месяца ты идёшь работать только с позитивными мыслями. А в день отъезда из лагеря задаёшься вопросами: «А как же дети? А как же я без всего этого буду жить?». Тогда ты понимаешь, что ещё не раз вернёшься в лагерь и, приехав домой, начнёшь готовить план-сетку на будущий год, шить костюмы к концертам и ждать. Ждать лето 2015 года, когда ты снова поедешь в замечательный мир детства, без которого уже не можешь себя представить. 📄

**Ольга Гаврилова,
Георгий Болотов,
фото из личных архивов**

Прошлое рядом

Нет, «СГУщёнка» не изобрела машину времени. Но наши корреспонденты специально для тебя нашли в музеях СГУ самые древние экспонаты, которые «перенесут в другие эпохи». Окупись вместе с нами в прошлое!



Одна из первых печатных книг

Эра европейского книгопечатания началась в 40-е годы XIV века, благодаря немецкому изобретателю Иоганну Гутенбергу. В отделе редких книг и рукописей Зональной научной библиотеки имени В.А. Артисевич можно найти много удивительных изданий, в том числе и одни из первых печатных. Например, «Часослов». Он был напечатан в Кракове Швайпольтом Фиолем в 1491 году, всего лишь через 50 лет после опытов Иоганна Гутенберга. Книга была предназначена для богослужений. Она напечатана на древнерусском языке, поэтому доступна для понимания современным читателям.

ФОТО МИХАИЛА ЕГОРОВА



Секреты камней

Региональный музей земледования, который был основан в 1931 году, хранит множество удивительных экспонатов. Среди них – минералы, метеориты, драгоценные металлы, а также окаменелости. Одним из самых древних экспонатов является зуб мамонта, который был найден в 1955 году. Самому образцу уже около 4000 лет.



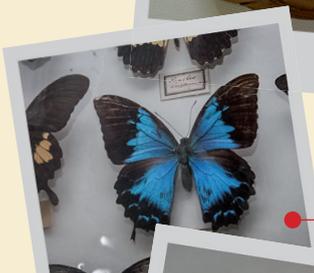
Орудие древнего человека

Самое настоящее рубило неандертальца ты сможешь увидеть в музее археологии, который существует на базе Института археологии и культурного наследия. Этому орудию уже около 60000 лет! Оно было найдено учёными СГУ в ходе раскопок.



Часы из кабинета первого ректора СГУ

В Музее истории висят настенные часы, которые когда-то находились в кабинете первого ректора Саратовского университета Василия Ивановича Разумовского. В этом году им так же, как и СГУ, исполняется 105 лет.

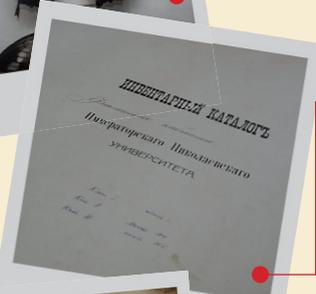


Пестрота и яркость

Самому древнему экспонату Зоологического музея исполняется также сто пять лет – это коллекция редких бабочек из экзотических стран. Именно она послужила толчком к появлению и развитию самого музея. Коллекцию презентовали университету купцы, собиравшие бабочек в тропических странах. Самым приметным рисунком могут похвастаться представители рода парусников или хвостоносцев. Именно этот род включает известных бабочек-махаонов.

Строгость и аккуратность

В музее физических приборов и лекционных демонстраций сохранилась инвентарная книга, начатая в 1912 году. В ней регистрировались попадающие в музей экспонаты, например, вольтметр, фонограф Эдисона, гальванометр. На страницах книги мы видим печать прошлого столетия, а также записи, сделанные аккуратным каллиграфическим почерком. Приборы, вносимые в каталог, часто заказывались за границей, выписывались через всемирно известную фирму Трындиных.



Валаамские растения

Самый древний экспонат Гербария СГУ – коллекция, привезённая с острова Валаам. Она имеет немалую ценность, ведь была засушена в 1864 году. Неизвестно, какими путями коллекция попала в Саратов, но, определённо, у неё богатая история. Ценность гербарного листа в том, что он всегда может быть использован в исследованиях. 🌿



**Юлия Алейникова,
Анастасия Митина,
фото Артёма Рябова**

Шаг с конём

Расслабиться после тяжёлой трудовой недели, потренироваться для достижения спортивных результатов, просто устроить себе необычный день – конный спорт придётся на любой вкус. Преданное животное с благородным любящим сердцем надолго тебе запомнится. Мы решили пойти на эксперимент и совершить конную прогулку. За уроком мы обратились к коневладелице Виктории Капраловой, пятикурснице юридического факультета.

ФОТО АРТЕМА РЯБОВА



Налаживаем контакт

Мы встретились с Викторией в частной конюшне в посёлке Поливановка и сразу же принялись за дело. Моё знакомство с конём донской породы началось в деннике. Так называется огороженное место в конюшне, которое используется для содержания животного без привязи. Вика открыла дверь, и к нам повернулся стройный рыжий Сарбон. Имя коня выбрано не случайно. По правилам, кличка породистых лошадей должна содержать первые буквы от кличек матери и отца. Мать Сарбона зовут Балеткой, а отца Садомом.

Прежде чем вывести лошадь из денника, надеваем уздечку. Её основные части – **капсюль** и **трэнзель**. Первый фиксирует челюсть и щеку лошади, не позволяя ей широко раскрыть рот. Второй дисциплинирует животное, облегчая управление конём. Наконец, надеваем **недоуздук**. Это упрощённый вариант уздечки, позволяющий безопасно вывести лошадь из конюшни.

Прежде чем оседлать коня, его надо почистить. Жёсткой резиновой щёткой (**скребницей**) круговыми движениями вычёсываем скомкавшуюся пыль из шерсти. Это требует немало усилий. Затем более мягкой щёткой смахиваем пыль. При этом категорически запрещается подходить к лошади сзади. Она может лягнуть человека, тем более незнакомого. После того, как шерстка лошади заблестела, переходим к копытам. Необходимо обязательно проверить, не застрял ли камень в так называемой «стрелке» копыта. Делать это нужно очень осторожно, чтобы не спугнуть животное и не травмировать ни себя, ни его. Тогда и он, огромный сильный конь, будет аккуратен и вежлив с тобой.

Седлаем коня

Итак, Сарбон начищен, начинаем его седлать. Тут есть проверенные «хитрости». Под седло Вика, как и любой наездник, подкладывает сначала **вальтрап**, затем **мех**. Это позволяет смягчить давление всадника на спину лошади и избежать мозолей у животного. Затем кладем **седло**. Причём поднимаем его как можно выше к шее Сарбона. В процессе езды оно опустится на нужное место. Цена качественного спортивного седла колеблется от двадцати до трёхсот тысяч рублей. Огромный выбор позволит подобрать этот атрибут для любой лошади. Осталось только затянуть подпругу, чтобы седло никуда не съехало. **Подпруга** – это широкий ремень, который сначала пристёгивается с правой стороны к седлу, а потом перекидывается под грудью лошади за передними ногами и застёгивается слева. Для того, чтобы Сарбону было удобнее, Вика приобрела резиновую подпругу, позволяющую коню легче дышать и не сковывающую его движения. Обязательным элементом в амуниции лошади являются щитки, которые надеваются на нижние части ног.

На конкурном поле

Вика давно работает с Сарбоном, поэтому хорошо знает его и доверяет ему. В свою очередь, и конь уважает свою хозяйку как жоака: так заложено природой. Взаимоотношения человека и лошади очень важны, только тогда они становятся друзьями.

Девушка уже несколько лет занимается конкурном – участвует в соревнованиях по преодолению препятствий. Именно поэтому о конных прогулках мы разго-

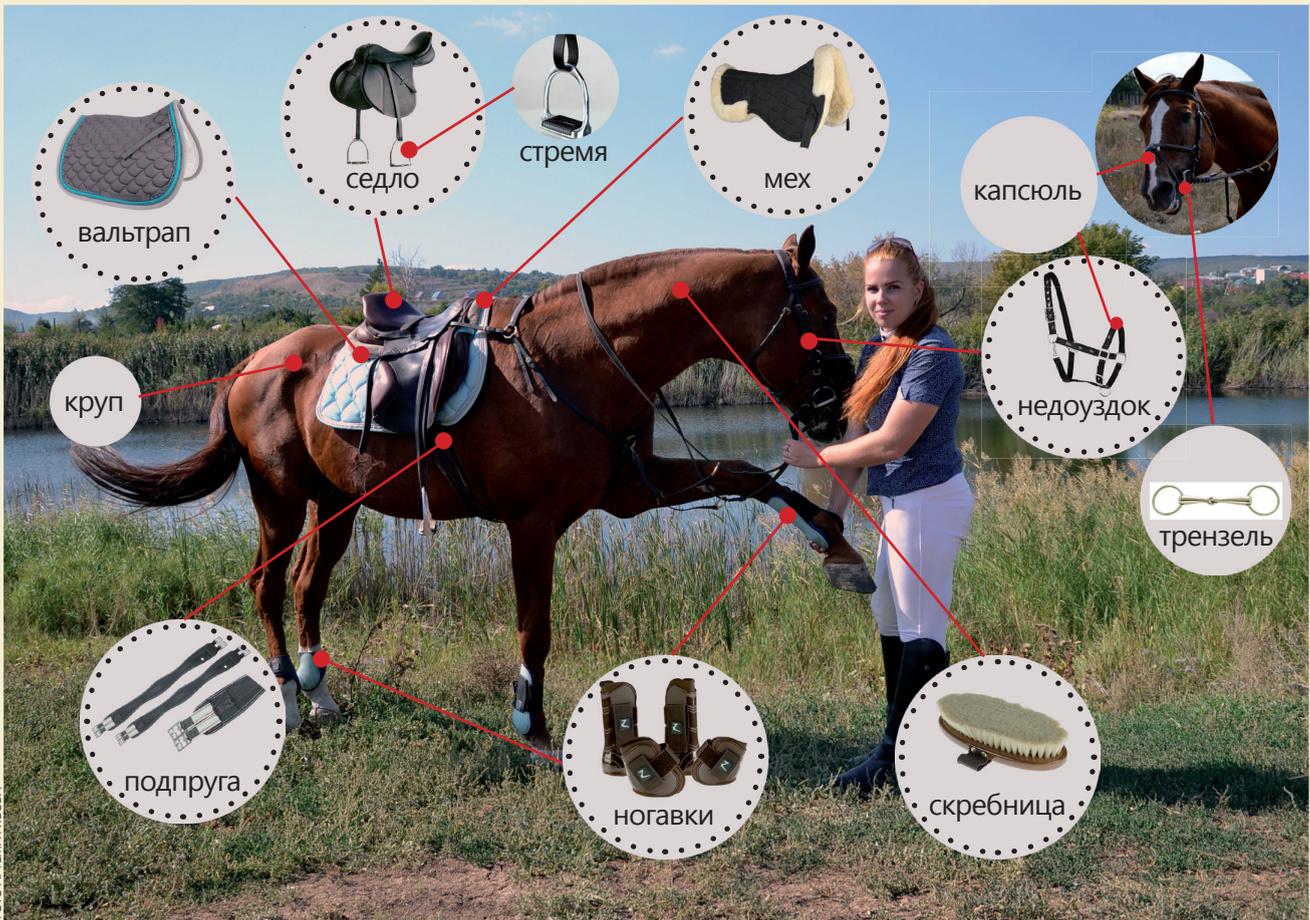


ФОТО АРТЁМА РЫБОВА

варивали на конкурном поле. Вика не просто показала мастер-класс опытной наездницы, но и научила меня находить контакт с конём.

Запрыгнуть в седло особого труда не составило. Подходишь к лошади с левой стороны и левую ногу ставишь в **стремя**. Резким толчком перекидываешь правую ногу через седло. Готово! После этого надо взять в руки повод так, чтобы все пальцы, кроме мизинца и большого, были сверху. Нога в стремях должна стоять на носке, пятка опущена.

После того, как я правильно уселась в седло, Вика попросила меня почувствовать Сарбона. Для этого нужно потянуть за повод то вправо, то влево. Важно понять, когда лошадь начинает слушаться. В первый раз сделать это чрезвычайно сложно, но постараться необходимо, потому что контроль над животным нельзя терять ни на минуту. Чтобы повернуть или развернуть лошадь, нужно применить «правило велосипеда»: хочешь ехать вправо, потяни за правый повод, влево – за левый.

На ходу

Трогаемся с места. Спокойный шаг расслабляет и отвлекает от окружающего мира. Начинаешь понимать, что теперь ты и твой конь – единое целое. Но нельзя забывать о безопасности и общих правилах. Спина должна быть прямой, руки – около холки лошади. Тогда будет легче держать равновесие и комфортнее сидеть в седле. Для первого раза хватает и двадцати минут прогулки. Из-за постоянного на-

пряжения в ногах начинают болеть икроножная мышца и бёдра. Нужно остановиться и слезть с лошади, чтобы отдохнуть. Вытаскиваем обе ноги из стремях, наклоняемся вперёд и, перекинув правую ногу через **круп лошади**, спрыгиваем с неё на две ноги.

Мне казалось, что Сарбон доверился мне с такой же лёгкостью, как и Вике. Но хозяйка заметила, что конь всё время оглядывался на неё, проверяя, не оставила ли она его одного.

Никогда не могла поверить, что лошадь может быть так предана человеку. Она скучает по хозяину и каждый день ждёт его в своём деннике. Кроме Вики, к Сарбону приходят её ученики. Кто-то хочет достичь результата в конном спорте, кто-то – расслабиться и покататься после работы, кто-то – просто научиться держаться в седле. В любом случае, общение с лошадью – это непередаваемые эмоции и впечатления, заряд бодрости на целый день. А ещё – много красивых фотографий и прекрасное время в компании с весёлым инструктором – Викторией.

Конные прогулки проводятся круглый год как на ипподроме, так и в лесопарковой зоне. Их цена колеблется от 500 до 2000 рублей. Начать заниматься этим спортом можно в любом возрасте. Так что смело решайся на такой эксперимент и будь в своём увлечении «на коне». 🐾

Мария Богачкина

Память о Победе

Великая Отечественная война в той или иной степени затронула каждого из нас. И память о тех, кто жил в то время и боролся за мир, хранят вещи: фотографии, письма, медали, военная форма... В годовщину Великой Победы мы попытались найти предметы, которые напоминают о той страшной войне.



История # 1. Память очевидца

Война врывается в каждый дом, в каждую семью, разделяя жизнь на «до» и «после». Красной кровавой нитью проходя через человеческие судьбы, она ломает, перетирает и уничтожает всё на своём пути. И неизвестно, в каком мире мы жили бы сегодня, если бы не те люди, которые плечом к плечу встали на защиту своего Отечества. Одним из них стал Николай Яковлевич Жидовинов, доцент геологического факультета СГУ.

Обычная квартира, тихий центр города. Несколько лестничных пролётов вверх, и дверь открывает человек, который за свою жизнь повидал больше страшного и ужасающего, чем остальные, но при этом не разучился искренне улыбаться. В этом году Николаю Яковлевичу исполняется 93 года. Несмотря на преклонный возраст, те страшные «сороковые» он не забудет никогда.

Известие о начавшейся войне Николай Яковлевич встретил, уже будучи в действующей армии, так как за год до этого был призван для прохождения срочной службы в артиллерийские войска. Пройдя ускоренный курс подготовки, уже через восемь месяцев Николай Яковлевич младшим командиром рвѣтс на фронт. Но его не спешат отправлять на передовую. Практически весь 1942 год Николай Яковлевич зани-



История # 2. Медали прадедушки

К сожалению, героев фронта и тыла остаѣтс всё меньше. Для Екатерины Лазаревой, студентки первого курса юридического факультета, Великая Отечественная война – это, прежде всего, жизнь и судьба прадедушки.

«Мой прадедушка – Виктор Иванович Лазарев. Он родился в 1921 году в Саратовской области в простой рабочей семье. Когда его призвали на войну, ему только-только исполнилось 20 лет. Мой прадедушка не взрывал танков, не сбивал самолѣты противников, однако его работа была не менее важна. Чтобы победить в этой страшной войне, нужны были не только солдаты на передовой, но и труженики тыла. Увы, сейчас прадедушки уже нет в живых. Но я никогда не забуду моменты, когда он с особым блеском в глазах и грустью в голосе рассказывал о тех кошмарных днях, показывая потускневшие фотографии и свои награды, которые я обязательно сохраню в память о нём».

мается подготовкой новобранцев по специальности «Топографическая разведка». Вырваться из штабной должности удаётся лишь после смены командования, и уже в начале 1943 года наш герой отправляется в Калининскую область на линию фронта, в 1620-й артиллерийский полк. В первый же день после прибытия на передовую происходит и боевое крещение.

«Около четырёх вечера командир полка вызвал меня в наблюдательный пункт для определения положения вражеских позиций. Взяв с собой двух солдат, я направился к нему. Идти было недалеко, всего полтора километра, но дорога постоянно обстреливалась противником. Мы вышли. Вокруг свист, взрывы, и, как сейчас помню, крик одного из солдат: "Старшина, ложись!". Я тогда уткнулся в землю, в воронку от разорвавшегося снаряда. В одну воронку-то, как говорится, два раза не прилетает. Ну и не прилетело».

Николай Яковлевич прерывает свой рассказ, чтобы показать нам что-то. Он поднимается, опираясь на спинку стула, подходит к шкафу в углу комнаты и достаёт целую коробку с фронтовыми фотографиями. Они рассортированы в отдельные пакетики. Их, на мой взгляд, было больше двадцати. Вскрывая содержимое очередного пакетика, Николай Яковлевич с лупой рассматривает снимки.

«На первой фотографии я второй справа. Это в 1944 году, на Третьем Белорусском фронте. А вот я только из школы командиров выпустился, 1941 год. Совсем молодой ещё».

Из Калининской области в 1944 году дивизию Николая Яковлевича перебрасывают на Третий Белорусский фронт. Передвигаться приходилось только ночью, так как подготовка к операции по освобождению Белоруссии проходила в условиях полной секретности. После прибытия на новое место службы Николай Яковлевич около двух недель делает привязку огневых позиций противника. В июне 1944 года наступление Красной армии начинается с активной артиллерийской подготовки по тем самым координатам, которые вычислял Н.Я. Жидовинов.

Операция прошла успешно, и после освобождения Белоруссии советская армия начинает своё победоносное шествие по Европе. Николай Яковлевич снова прерывает рассказ: «Я вот тут подготовился к вашему приходу». Достаёт пиджак, на котором, переливаясь от весёного солнца, поблёскивают медали. Их у Николая Яковлевича больше двадцати. Каждая – история победы одного человека. В первую очередь, над самим собой. Из таких маленьких побед и сложилась та, семидесятилетие которой мы будем праздновать в этом году.



История # 3. Форма войны

Для Алёны Букановой, студентки второго курса ИФиЖ, память о прадедушке – это, прежде всего, сохранившаяся военная форма.

«Мой прадедушка Василий Фёдорович Фомин был участником финской и Великой Отечественной войны. Но во второй раз на фронте он пробыл недолго. Прадедушка сопровождал тайные грузы: во время операции по спасению поезда с очень важными документами он получил ранение. А потом уже не смог вернуться на фронт. Но он продолжал работать для победы нашей страны в тылу. Оставшуюся часть жизни служил сначала в НКВД, а потом в МВД СССР. Прадедушка уже давно умер, но мы храним его вещи, прежде всего, форму, в которой он воевал».

**Михаил Егоров,
фото автора**

Кейс на миллион



Что ты представляешь, когда слышишь слово «кейс»? Серебристый чемоданчик с миллионом долларов внутри? Да, неплохая ассоциация. Но мы хотим рассказать не о них, а о бизнес-кейсах. Консалтинговые и аутсорсинговые компании, банки, крупные сети магазинов, международные фирмы уже проводят кейс-собеседования. Так что же это за задания, и для чего они нужны?

Бизнес-кейс – это подробное описание проблемы, которая затрагивает реально существующую фирму. Чтобы решить задание, нужно проанализировать информацию о нужной компании и среде, в которой она функционирует, обозначить проблему и предложить наиболее удачный выход из затруднительной ситуации. Есть ещё и технические кейсы. Чтобы решить их, нужно не только быть подкованным в экономических вопросах, но и разбираться в современных технологиях. В зависимости от сферы деятельности компании тебе могут понадобиться узкопрофильные знания, например, в области инженерии или нефтегазовой отрасли. Технические кейсы, допустим, требуют разработки нового способа добычи сырья или мобильного приложения.

Кейс-клуб СГУ

Наш университет поддерживает популярную тенденцию. В начале этого года при поддержке УОВР СГУ на экономическом факультете начал свою работу Кейс-клуб, который вошёл в состав ассоциации клубов по интересам ССА. «Подобные объединения есть в самых круп-

ных университетах страны. Решение этих заданий набирает популярность. Появление такого клуба в СГУ – ещё один необходимый шаг в развитии университета», – считает председатель клуба, студентка экономического факультета Анастасия Фимушкина.

Встречи проходят в формате командных занятий. Они подразумевают решение коротких бизнес-кейсов, повторяющих модель реального предприятия, в котором несколько отделов ищут выход из проблемной ситуации.

В кейс-клубе могут принимать участие не только студенты-экономисты. Здесь ждут и желающих узнать, как решать бизнес-кейсы, и тех, кто хочет научиться командной работе, презентации проектов, другим навыкам, которые помогут в будущей карьере. «Решение этих заданий помогает мыслить аналитически, раскладывать в голове всё по полочкам, даже если там полный хаос», – считает Анастасия Фимушкина.

«Кейс – это тренд современности, – подчёркивает ответственный за воспитательную работу экономического факультета, руководитель клуба Тимур

Владимирович Ромашкин. – Хорошо, что мы постепенно уходим от такой формы собеседования, как психологический тест, состоящий из трёхсот-четырёхсот вопросов. С помощью кейса можно сразу посмотреть, как соискатель будет действовать в той или иной ситуации, на что он способен, горят ли его глаза, заинтересован ли он. Чем выше должность, на которую человек претендует, тем более сложные задания ему предстоит решить».

МИФ : «Тебя никуда не примут без опыта работы»

Благодаря методу кейсов высказывание «Без опыта работы тебя никуда не возьмут» постепенно становится мифом. И дело не в банальном желании устроиться на работу. Задания даются на примере реальных проблем, и работодатели заинтересованы в их решении. «Мне и самому иногда интересно решать задания. Например, был кейс о том, что делать с отходами, которые остаются после производства металлических рамок

для автомобильных номеров. Предприниматели не всегда могут справиться с некоторыми проблемами, поэтому обращаются к студентам за свежими идеями», – говорит Т. В. Ромашкин. За самое удачное решение можно не только получить какой-то приз, но удачно трудоустроиться. Или даже стать соучредителем бизнеса.

Задания в кейсах даются на примере РЕАЛЬНЫХ проблем компаний

Турниры по решению кейсов

Умение решать кейсы может пригодиться не только в стенах университета или на собеседованиях при приёме на работу. Ежегодно весной проходят крупные турниры: Changellenge Cup Volga (Поволжский турнир), Changellenge Cup Technical и Changellenge Cup Russia (Кубки России). Их спонсируют международные компании. Задания можно решать в английской и русской секциях.

Чтобы участвовать в кубках, нужно собрать и зарегистрировать команду из четырёх человек. На решение полученного кейса даётся шесть дней. Разрешение проблемы команда должна описать на шести слайдах. Их нужно

оформить так, чтобы ответ был предельно ясным. Правильного решения не существует – есть только лучшее из предложенных.

Принимать участие в турнирах может не каждый. «Даже для многих студентов университета сложно решить кейс, не обладая экономическими знаниями. Например, посчитать рентабельность невозможно, если ты не знаешь, что это такое. А необходимо именно решение, с расчётами и выводами», – прокомментировал Т.В. Ромашкин.

Участие в Кубках – способ быстро и качественно обрабатывать, а главное – усваивать новую информацию. Так, иногда команда по ошибке может получить вместо бизнес-кейса IT-кейс. И нет другого выхода, кроме как быстро освоить новую область знаний и предложить решение. Кстати, на базе Бизнес-инкубатора СГУ проходит отборочный тур всероссийского чемпионата по деловой игре «Железный предприниматель»: это ещё один шанс попробовать свои силы.

Если ты хочешь разбираться в самых неожиданных для тебя сферах, постоянно подпитывать своё «серое вещество», расширять круг знакомств и проводить время за полезным занятием, приходи в Кейс-клуб СГУ. 📁

Маргарита Рубе



Что нужно, чтобы решить кейс?

- ознакомиться с ситуацией и её особенностями;
- выделить основные проблемы;
- предложить темы для «мозгового штурма»;
- проанализировать последствия принятия того или иного решения;
- грамотно составить презентацию, излагая в ней только действительно важную информацию.

Советы от кейс-клуба

- Создайте шаблон презентации заранее;
- сразу определите человека, который будет верстать финальный вариант презентации;
- делайте резервные копии файлов, сохраняйте их каждые два–три часа, пересылайте их друг другу;
- используйте облачные сервисы хранения;
- по возможности используйте доски или флипчарты;
- не тратьте время на споры, решите вопрос голосованием;
- выслушивайте идею каждого участника команды до конца;
- последние 48 часов до дедлайна лучше провести с командой;
- не забывайте о чувстве юмора при работе.

Состав команды



Лидер

собирает людей, заставляет их слаженно работать, распределяет роли в команде.



Финансист

рассчитывает рентабельность решения.



Ответственный за слайды

грамотно оформляет решение кейса, обычно меньше всех спит (особенно в последнюю ночь).



Аналитик

анализирует все варианты решения, раскладывает мысли всей команды по полочкам (в идеале в команде каждый должен быть аналитиком).

Плюсы участия в турнирах

- + новые знакомства
- + эмоции
- + умение мыслить аналитически
- + дружба внутри команды
- + новые знания
- + трудоустройство

По Сети



vk.com/caseclubssu

Гарри Бардин: бескомпромиссный и вдумчивый



Уверена, что каждый с детства знаком с мультфильмом «Летучий корабль». И сейчас, когда нам по 11 лет, мы пересматриваем его снова и снова. Наверное, это потому, что автор мультфильма, Гарри Яковлевич Бардин, в каждую свою работу вкладывает глубокую философию. Мастер признаётся: «В моих мультфильмах есть “подшёрсток”». Обладатель четырёх премий «Ника», «Золотой пальмовой ветви» Каннского фестиваля и массы других престижнейших наград со всего мира, он не приемлет в работе компромиссов. Известный режиссёр рассказал нам, как создаются мультфильмы и что происходит в мультипликации сегодня.

– Гарри Яковлевич, в чём вы видите особенность искусства мультипликации?

– Это возможность рассказать очень многое в коротком отрезке времени. И для меня она ещё не исчерпана. Я продолжаю все эти «игры». Для меня мультипликация – форма жизни.

– Как проходит процесс вашей работы? Как подбираете музыку, актёров для озвучивания персонажей?

– Я сам себе музыкальный редактор. Как правило, беру те композиции, которые люблю сам. Как говорят, вкусненьким надо поделиться, а не самому съесть под подушкой. Я делюсь со зрителем. Музыка я, наверное, люблю больше, чем мультипликацию. Она без посредников воздействует на душу. Музыка в каждом фильме принципиально важна для меня.

Что касается озвучивания героев, мне никто не отказывает. Когда мне говорят: «К вам такие известные люди приходят: Константин Райкин, Армен Джигарханян...», – я отвечаю, что я себя тоже не на помойке нашёл. Идут, и с удовольствием идут, и озвучивают. К нам в мультипликацию такие именитые актёры приходили: Миронов, Раневская, Плятт. Для них это было хулиганской площадкой, на которой они позволяли себе то, чего никогда не могли позволить на сцене. В мультипликации они были раскованными и очень яркими.

– Как получилось, что вы являетесь одновременно и сценаристом, и режиссёром большинства своих фильмов? Это удобный метод работы?

– Мне очень удобно. Я придумываю эту историю и сам её реализую. Когда-то директору «Союзмультфильма» надоело, что я сам пишу. Он мне сказал: «Вы знаете, по своим сценариям и дурак снимет». И предложил мне «Летучий корабль». Ужасный сценарий, но я там всё перелопатил. Я решил, что это будет мюзикл, придумал бабок-ёжек, водяного. Потом мне пришлось идти к автору, старому советскому драматургу. Рассказал, что взял его сценарий, но изменил до неузнаваемости. Драматург ответил: в титры он меня всё равно не поставит. Я понял, что у меня не будет ни славы, ни денег. Но остановиться уже не мог и сделал фильм, который оказался моей визитной карточкой.

– Гарри Яковлевич, какую из их своих работ вы выделяете? И какой наградой гордитесь больше всего?

– Для меня самая большая награда – это мой сын. А среди фильмов я не могу выделять. Все они мои дети. Единственное правило, которое перед собой поставил: не допускать в работе компромиссов. В жизни они необходимы. Но в работе – нет.

– Первый ваш мультфильм был создан в 1975 году, последний – в 2013. Как поменялся ваш взгляд на мир?

– Я, наверное, менялся. Если нет, то меня можно назвать телеграфным столбом. Менялся вместе со страной, народом. Я вырос, начинал понимать что-то. Я сам себя формировал, но и те люди, которые меня окружали, влияли на меня. Процесс диалектики нельзя остановить, если

человек думает и самостоятельно мыслит. Тогда он воспитывает в себе индивидуальность, а если повезёт, – личность. На личность не претендую, но индивидуальность сформировалась.

– **Для какого зрителя предназначены ваши мультфильмы?**

– Для умного.

– **А как менялся ваш зритель?**

– Я не могу сказать, что он кардинально поменялся. В какой-то степени восприятие испорчено тем, что увеличилось число поглощателей попкорна, у которых работают только челюсти во время киносеанса, но не мозги. Это грустно. Но остался зритель думающий, воспринимающий. И это несмотря на то, что возникло клиповое мышление. От него мысли стали короткие, как у Буратино. Но я всегда настаиваю на том, что режиссёр не должен подстраиваться – он должен вести зрителя за собой и рассказывать свою историю так, как он считает нужным. Если необходим длинный план и если это будет талантливо, – потерпит, никуда не денется. В какой-то момент перестанет жевать свой попкорн и потянется к экрану.

– **Когда вы чувствуете удовлетворение от работы?**

– Когда всё получается. Для меня всегда важно, про что кино. Потом возникает образ. Он начинает обрастать деталями, плотью, кровью. И когда этот образ уже звучит у меня в голове, я рассказываю его своим коллегам, пытаюсь сделать их единомышленниками. Но в любом случае кино целиком понимает только один человек – это режиссёр.

Страх всегда сопутствует работе. Снимается сценочка за сценочкой, они склеиваются – я вижу эпизод. Я очень люблю состояние, когда все сомнения преодолены, идея начинает «мультиплицироваться». Это и есть то, что сейчас называется кайфом. И тогда я выхожу на улицу, смотрю на прохожих и думаю: «Вот вы идёте и ничего не знаете, а я вам такое кино снимаю!»

– **Что происходит в современной мультипликации?**

– С одной стороны, всех потянуло в «3D». Я не из их числа. Я исповедую «ручную работу». Считаю, что существует неповторимое биополе, которое связывает меня и куклу. По току крови пульсация сердца предаётся ей. И здесь есть определённая «намоленность», которая потом на экране проявляется. Не зря наша профессия называется «аниматор» – от латинского корня «душа». Мы частичку себя вкладываем в куклу, и она становится живой. А дальше моя задача, чтобы зритель поверил и сопереживал.

– **Как думаете, что будет с мультипликацией через сто лет?**

– Я столько не проживу. А пророком быть трудно. Я знаю, что человечество, во всяком случае, девочки, как играли в куклы, так и будут играть. И мультипликация тоже будет играть в куклы. Не случайно «Оскары» последние несколько лет получает именно такая анимация.

– **В своих работах вы часто используете разные техники и материалы. Как рождались подобные идеи?**

– Мучаюсь! В фильме «Конфликт» про то, как опасна может быть ядерная война, возник образ спички. Она соответствует человеческой жизни: хрупкая и быстро сгорает. Этот фильм, кстати, долгое время клали на полку.

– **Кому первым показываете готовый материал?**

– Как правило, первый зритель – это мой сын. Он жёсткий критик. Он меня не щадит. Но я ему благодарен, он мой коллега, режиссёр.

– **А о чём мечтаете?**

– Снять ещё пару фильмов! 🍷



«Я черпаю вдохновение в жизни. Идея превращается в сюжет, а сюжет уже оформляется в кино. Я выстраиваю фильм так, как увидел и услышал его в своей голове».

**Беседовала Полина Новомлинова,
фото Михаила Егорова,
вёрстка Анастасии Гасановой**

Уроки французского



ФОТО ВАЛЕРИИ БАРИНОВОЙ

На протяжении десяти лет в наш университет приезжают по обмену студенты из французского Университета Блеза Паскаля, который находится в Клермон-Ферране. Здесь они изучают русский, польский и английский языки. Студенты находятся тут первый семестр – во втором во Францию уезжают представители СГУ. Герои этого выпуска Сидни Ле Гофф, Жереми Понама, Клара Лашарк, Александр Дерин и Орели Грант – студенты ИФиЖ и ИИиМО. В своём университете они выбирали предметы, которые хотели учить в России, и по этому принципу их распределили по институтам.

В конце сентября студентов-иностранцев собирали сотрудники Управления международного сотрудничества и интернационализации СГУ: им показывали наш город, рассказывали его историю. Поэтому, несмотря на то, что французы приехали совсем недавно, они уже составили впечатление о Саратове. Пока что главный маршрут наших героев – это путь от общежития до университета и обратно. С каким настроением начали учёбу пятеро французских студентов, мы и решили у них узнать.

– Расскажите о себе.

Сидни Ле Гофф: Мы все живём в Клермон-Ферране. Это маленький город почти в центре Франции. Мне нравится читать, гулять, слушать музыку и встречать новых людей. В России есть возможность познакомиться со многими студентами.

Жереми Понама: Все мы учимся на третьем курсе. Изучаем иностранные языки. Я и Синди учим русский и польский языки. А Клара – русский и английский. Теперь продолжаем обучаться этим языкам здесь, в СГУ.

Клара Ламарк: А ещё занимаемся такими предметами, как экономика и юриспруденция, по специальной программе Саратовского университета. В своём учебном заведении мы выбираем профили, по которым будем учиться в СГУ.

Сидни Ле Гофф: Мы учим русский как иностранный. К сожалению, очень мало студентов поступают на наш факультет из-за русского языка, который является обязательным для сдачи.

– Как у вас проходят занятия?

Клара Ламарк: Они идут по од-

ному часу, а не по два, как у вас. И их обычно три или четыре в день.

– Какие у вас впечатления от нашего университета?

Клара Ламарк: Очень красивый. Мы ещё не увидели весь город, но уже восхищены тем, что удалось посмотреть.

Орели Гран: Мы недавно приехали, но уже сложилось впечатление, что Саратов – это большой и хороший город. И университет, конечно, красивый. Ещё мне кажется, что здесь люди добрее, чем в Москве или Петербурге. И тут говорят медленнее. Мне проще понимать русских здесь, чем в Петербурге.

– Расскажите о своём городе.

Жереми Понама: Клермон-Ферран – это небольшой город, окружённый горами. Климат влажный, то есть у нас достаточно тёплая зима и снега не очень много. Температура не опускается ниже десяти градусов, а летом доходит до тридцати и выше.

В нашем городе один русский пугал нас сильными морозами в России.

Клара Ламарк: У нас два университета: Оверньский университет и Университет имени Блеза Паскаля. В Клермон-Ферране учатся много людей, он, как и Саратов, считается студенческим городом.

– Как бы вы описали француз?

Сидни Ле Гофф: Французы постоянно страдают, потому что у них нет того, что они хотят. И поэтому они всем абсолютно всегда недовольны.

Жереми Понама: Французы любят вкусно покушать.

Клара Ламарк: И вино попить. К тому же многие наши соотечественники говорят только на французском, а мы здесь учим ещё два языка. Французы не любят много работать...

– Почему вы решили приехать именно в Россию?

Сидни Ле Гофф: Прежде всего, это интересный опыт. В прошлом году мы ездили в Тверскую летнюю школу русского языка. Теперь нам интересно посмотреть ваш регион: насколько отличается менталитет людей в двух российских областях. Это отличная возможность, которую даёт университет.

– Куда поступили ваши сверстники?

Клара Ламарк: Почти все мои одноклассники уехали или в англоязычные страны, или в Россию.

Жереми Понама: А наши с Сидни сверстники остались в Клермоне.

– Какое у вас представление о России?

Сидни Ле Гофф: Это очень большая страна. Что касается Саратова, то здесь не так холодно, как в Твери.

Жереми Понама: Россия отличается от Франции. Надо сказать, что здесь очень красивая архитектура, богатая история и в целом культура.

– В России сейчас идёт Год литературы. Что бы посоветовали прочитать из французской классики?

Жереми Понама: Виктора Гюго, некоторые произведения Бальзака, но они тяжёлые. Не нужно читать Бодлера.

Клара Ламарк, Сидни Ле Гофф: Нет! Нет! Нужно читать Бодлера.

Жереми Понама: По-французски мы его не понимаем...

– Какие места надо обязательно посетить, если приезжаешь во Францию?

Клара Ламарк: Конечно, в первую очередь, Париж, но другие города не менее красивые. Например, Страсбург, в котором много старинных соборов и дворцов.

Орели Гран: На юге интересен Монпелье: там красивые площади и парки, а также Марсель, где тоже есть, на что посмотреть.

Надо обращать внимание на то, что климат в разных частях Франции различается: на севере очень ветрено, а на юге тепло, даже жарко.

– Как нужно вести себя во Франции?

Жереми Понама: Нужно быть терпеливым и спокойным. У нас проще. Администрация не такая как здесь. У нас, например, нет проблем с регистрацией.

Сидни Ле Гофф: Мне кажется, русским проще во Франции, чем французам в России.

– Почему?

Сидни Ле Гофф: Нужно уметь понимать речь – русские очень часто быстро говорят, и нам трудно ухватить смысл. Во Франции большинство времени мы говорим по-французски, поэтому с пониманием бывают трудности.

– Вы видели русские фильмы или мультфильмы?

Александр Дерин: Да, в УМСИИ нам показывали, в основном, мультфильмы: их легче понимать на начальном уровне. Мы смотрели «Чебурашку и крокодила Гену», «Карлсона».

Жереми Понама: А ещё «Винни Пуха» и «Ну, погоди!».

– По чему скучаете здесь?

Сидни Ле Гофф, Жереми Понама: По эскимо!

Клара Ламарк: И по сыру.

Жереми Понама: Ещё по хлебу и питьевой воде, они очень отличаются в России.

– Что вам кажется необычным в нашей стране?

Александр Дерин: Для нас непонятно, как у вас ходит транспорт. Здесь нет расписания, а у нас во Франции оно есть.

Клара Ламарк: Да, это непривычно, не знаешь, когда он придёт.

Орели Гран: Однажды мы чуть не заблудились. К нам подъехал десятый трамвай, но оказалось, что это девятый: сверху оставалась старая надпись, а снизу на листке размером А4 была написана цифра настоящего маршрута!

Когда я была в Санкт-Петербурге, я поехала на такси, но оказалось, что водитель не знал дороги, поэтому увёз меня неизвестно куда, и пришлось ночевать на улице, дожидаясь утра.

– Что вы ждёте от учёбы?

Орели Гран: Для меня с Александром этот год – самый важный. Потому что мы решили приехать сюда именно на такой срок. Во Франции преподаватели сильно рекомендовали нам ваш университет. Я сама надеюсь, что у нас будут различные интересные курсы, хочу научиться свободно говорить по-русски.

Жереми Понама: Я изучаю русский, потому что это очень интересный язык. Мне кажется, что лучше всего удаётся это делать, когда живёшь в другой культуре. Не только уроки важны, но и встречи с другими студентами. Я хочу знакомиться с новыми людьми каждый день, и это для меня главное. 🇷🇺

**Дмитрий Поддевалин,
перевод
Дарьи Алексеевны Аткарской**

ОТ «БАДЛОНА» ДО «МАСКОТА»: СЛОВАРЬ ВОЛОНТЁРА ЧЕМПИОНАТА МИРА ПО ХОККЕЮ

За последние годы слово «волонтёр» стало настолько часто употребляемым, что ни об одном крупном мероприятии не рассказывают без упоминания этих незаменимых людей. Чемпионат мира по хоккею не стал исключением. Проходивший с 6 по 22 мая сразу в двух городах: Москве и Санкт-Петербурге, – он привлёк к своей работе более 500 волонтёров со всего мира. От Саратовской области в его организации участвовали двое представителей СГУ: студентка факультета психолого-педагогического и специального образования Анастасия Крюкова и магистрант юридического факультета Георгий Болотов. Самая культурная из культурных столиц страны воодушевила на составление необычного словаря ЧМ по хоккею.



А – аккредитация. Это настоящий паспорт чемпионата: без него никуда. Именно с выдачи аккредитации начинается официальная работа волонтёра.

Б – бадлон. И кто бы мог подумать, что именно так жители Питера называют водолазку.

В – Венгрия. Эта страна за последние 66 лет участия в чемпионате не выигрывала ни разу.

Г – Гидра – организация, обеспечивающая сбор и обработку статистических данных матчей в ходе чемпионата.

Д – дэйпас. Пропуск на день, оформляющийся для одновременного посещения объекта.

Е – единый проездной билет. Очень красивая брендированная карта, по которой волонтёры имели право бесплатного проезда на всех видах транспорта. Официальное название проездного – «Подорожник».

Ж – жара. Санкт-Петербург чаще всего ассоциируется с пасмурной и серой погодой. Но именно в период проведения чемпионата стояла ясная и довольно жаркая погода, которая удивляла коренных жителей города и радовала его гостей.

З – «Замбони». Так называется фирма ледозаливочных машин.

И – интенсив. День волонтёра очень насыщен. Особенно, когда смена начинается в 8 утра, а заканчивается в полночь. За это время ты можешь получить, как минимум, две новых функции, на изучение которых у тебя около десяти минут.

К – Канада. Удивительно, но в костюме ростовой куклы талисмана чемпионата находился житель Канады, который очень упорно и долго проходил отбор, чтобы нести эту почётную миссию. Это была его мечта, и он смог её воплотить.

Л – локкер. Шкафчик для хранения вещей пресс-служб в медиацентре.

М – маскот. Так называется официальный талисман турнира. Им выбрана лайка по кличке «Байкал».

Н – навигация. Художник Алексей Сергиенко, который создавал навигационную карту чемпионата, добавил на неё и свою фотографию. На протяжении всего ЧМ многие пытались найти его, но не каждый смог это сделать.

О – отдых. Помимо рабочих будней у каждого волонтёра были и выходные. Главным поощрением в эти дни были билеты на матчи. Так выражалась самая высокая оценка работы отдельных добровольцев.

П – парадная. Именно таким красивым словом жители Санкт-Петербурга называют обычные подъезды.

Р – ростер. Список команды, которая участвует в матче.

С – стюард. Сотрудник, работающий со зрителями на трибуне. Он следит за соблюдением контроля, проверяет билеты и направляет потоки зрителей.

Т – тим-лидер. Куратор группы волонтеров определенной функции.

У – униформа. Цвет одежды волонтерского корпуса был желтым. В комплект входили рюкзак, бейсболка, поло, свитер с длинными рукавами и ветровка. Организаторы и участники чемпионата называли нас миньонами, а спортсмены периодически угощали бананами.

Ф – флеш-интервью. Короткое (до 90 секунд) интервью со спортсменами в перерыве между периодами.

Х – хост/хостес. Так называется волонтер, встречающий гостей мероприятия.

Ц – центрофорвард. Центральный нападающий в хоккее.

Ч – чаша. Пространство арены с трибунами.

Ш – шаперон. Так называется волонтер, сопровождающий спортсмена на допинг-контроль после соревнований.

Э – экскурсии. Огромный плюс работы на ЧМ в том, что посещение большинства объектов для студентов, имеющих с собой студенческий билет, было бесплатным, либо с огромными скидками.

Ю – Юбилейный. Этот дворец спорта, построенный ещё в 1967 году и полностью преобразённый в 2015-м, стал главной ареной проведения ЧМ.

Я – яркая. Именно такой оказалась работа на чемпионате мира по хоккею в Санкт-Петербурге. За время волонтерства на объекте по функции «Медиа» я познакомился с ребятами из более чем 40 регионов, оценил свой уровень знания английского языка, болел на трибунах, сфотографировался с Владиславом Третьяком и талисманом ЧМ, стал волонтером праздничного парада, посвящённого празднованию Победы в Великой Отечественной войне, на Дворцовой площади, и даже покатался в последний день на ледовой арене, где проходили все матчи. 🐾

Георгий Болотов,
фото из личного архива

Календарь будущих событий, интересных для волонтеров:

29 января – 8 февраля 2017 года – 28-я Всемирная зимняя Универсиада в Алматы (открыта подача заявок):

<http://almaty2017.com/>

17 июня – 2 июля 2017 года – Кубок Конфедераций ФИФА (открыта подача заявок):

<http://ru.fifa.com/>

14 июня – 15 июля 2018 года – 21-й чемпионат мира по футболу (открыта подача заявок):

<http://ru.fifa.com/>

2019 год – 29-я Всемирная зимняя Универсиада в Красноярске (подать заявку можно будет во второй половине 2017 года):

<http://www.krsk2019.ru/>



Творцы виртуальной реальности

Одно из самых распространённых и любимых хобби – просмотр фильмов. По данным ЮНЕСКО, мировой киноинкубатор ежегодно выпускает более четырёх тысяч продуктов. В день кинопремьеры у кассовых окон выстраиваются длинные очереди. В основном зрители отдают предпочтение мультфильмам и боевикам. Интересно, что может объединять эти два полярных жанра? И почему именно такие культпоходы нам полюбились?

Основные этапы визуализации:

- 1 Моделирование** – создание трёхмерных объектов.
- 2 Текстурирование** – наложение текстур и материалов на 3D-модели.
- 3 Риггинг** (от англ. rig – оснастка) – создание виртуального «скелета», набора «костей»/«суставов» для последующей анимации персонажа.
- 4 Анимация** – «оживление», анимирование трёхмерного персонажа.
- 5 Рендеринг** (3D-визуализация) – визуализация созданной графики и запись.
- 6 Композитинг** – объединение отдельных элементов в финальную сцену. К примеру, интегрирование 3D-сцен в съёмочный материал, цветокоррекция и добавление эффектов.

Внутри каждого взрослого, каким бы он ни был серьёзным, живёт ребёнок. А дети любят разглядывать картинки, переживать новые ощущения, удивляться. В свою очередь, и мультфильмы, и остросюжетные фильмы отличаются яркостью, качественной компьютерной графикой и впечатляющими спецэффектами. Кто же стоит за коммерческим успехом кинолент в первую очередь? Кто они – создатели чудес?

Некоторые секреты киноиндустрии «СГУщёнке» раскрыла Юлия Викторовна Амелина, ассистент кафедры математической теории упругости и биомеханики механико-математического факультета: «Создание компьютерной графики в фильмах – колоссальная работа, над которой трудятся сотни профессионалов. От сценаристов и режиссёров до целой армии 3D-художников: они занимаются моделированием, текстурированием, анимацией, риггингом и визуализацией персонажей и виртуального мира. За реализацию каждого из этапов отвечает отдельная группа специалистов. Чтобы начать создавать трёхмерную графику, нужно иметь представление об основных инструментах (3D-редакторах) и этапах производства 3D-моделей».

В создании трёхмерной графики для художественной анимации принимают участие и художники, и программисты, которые знают, с помощью каких алгоритмов реализовать те или иные эле-

менты. В этом процессе задействовано много различных идей. Например, есть виртуальная студия: в ней моделируется движение на основе реальных действий. На тело устанавливаются датчики, затем с них снимаются показания. По этим данным выстраивается траектория движения «каркаса». Строится обычная система дифференциальных уравнений, которая описывает эти перемещения. На «каркас» накладываются графические примитивы, а на эти элементы – текстуры, свойства поверхностей.

3D-художникам важно быть по-настоящему разносторонними. Они должны знать каноны архитектуры и законы физики, чтобы грамотно строить виртуальные города и миры. Биология и анатомия помогут воссоздать правдоподобных существ и персонажей с правильными пропорциями. Знания математического анализа и геометрии позволят точно рассчитать траекторию полёта пули или падения метеорита. Безусловно, специалист должен обладать чутьём художника, дизайнера. Графические редакторы и всевозможные инструменты для разработки анимации необходимо знать на высоком уровне.

Наконец, фильм – труд нескольких лет работы – выходит на экраны. Киноманы толпятся у входа в зрительный зал, где раздают специальные очки. Благодаря этому аксессуару изображение становится объёмным. В чём кроется тайна волшебного изобретения?



Иван Владленович Федосов, доцент кафедры оптики и биофотоники физического факультета:

«Человек существует в трёхмерном пространстве. Он рассматривает объёмные предметы, расположенные на разном расстоянии от него, и воспринимает их как трёхмерные образы. В силу этой привычки наш мозг создает трёхмерные образы даже в том случае, когда мы рассматриваем

плоскую картинку. Ощущение объёма тем сильнее, чем вернее плоская картинка воспроизводит особенности зрительного восприятия человеком окружающего мира, например, линейную и воздушную перспективу, перекрытие переднего и заднего планов, стереоскопический параллакс.

Линейная перспектива изображения отражает тот факт, что предмет кажется нам тем меньше, чем дальше он от нас расположен. Воздушная перспектива передаёт эффект рассеяния света в воздухе, дымке, тумане. Далёкие от наблюдателя предметы обычно выглядят менее контрастными, чем близко расположенные, их цвета менее насыщены, а контуры и мелкие детали размыты.

Также важным для восприятия пространства является частичное перекрытие одних предметов другими. Составляя изображение с привычными образами, мозг решает, какие из предметов расположены на переднем плане, а какие – на заднем.

Удивительно, но мозг настолько привык к трёхмерным образам, что даже если художник случайно или сознательно, создавая оптическую иллюзию, нарушает упомянутые закономерности, рисунок всё равно воспринимается зрителем не как плоский объект, а как искажённая, странная, но все равно трёхмерная сцена.

Однако не все особенности зрительного восприятия трёхмерной сцены могут быть переданы при помощи плоского изображения. Например, фотография или живописное произведение кажутся более объёмными, если, рассматривая их, прикрывать один глаз.

Дело в том, что человек и многие животные обладают стереоскопическим зрением, то есть способны очень точно определять расстояние до предметов, наблюдаемых одновременно двумя глазами. Глаза, расположенные на некотором расстоянии друг от друга, видят одну и ту же сцену под несколько различными углами. Причём разность между этими углами – стереоскопический параллакс – зависит от расстояния до наблюдаемого предмета.

Другой подход, используемый в стереоскопах и трёхмерном кинематографе, основан на том, чтобы предъявить наблюдателю так называемую стереопару – два изображения одной и той же сцены, соответствующие двум разным

точкам наблюдения. Каждое изображение рассматривается только одним глазом, что создает иллюзию объёмного пространства. В 3D-кинематографе изображения стереопары, например, показывают на экране последовательно друг за другом, а специальные очки синхронно перекрывают по очереди то левый, то правый глаз зрителя.

Стереоскопическое изображение в кино позволяет получить правильное представление о глубине пространства, однако выглядит несколько неестественно, так как не отражает ещё одной особенности нашего зрительного восприятия. Дело в том, что человек, рассматривая трёхмерную сцену, непроизвольно покачивает головой. При этом предметы переднего плана смещаются в поле зрения относительно заднего плана. И величина этого смещения также зависит от расстояния до предмета. Когда же наблюдатель рассматривает стереопару, то планы не перемещаются при покачивании головой и 3D изображение воспринимается неестественно.

Вот и получается, что эффект, который производит кинофильм, слабо зависит от средств, которыми они создаются, и способов, которыми демонстрируются, а более всего определяется творческим замыслом и искусством автора».

Кстати, если у тебя есть большая мечта – стать 3D-художником и создать свой мультфильм или даже снять боевик, – ты можешь самостоятельно её осуществить.



Юлия Викторовна Амелина рассказала, где и как можно научиться созданию виртуальной реальности:

«Есть разные пути обучения работе с 3D-графикой. Первый из них – это самообразование. В Интернете есть множество форумов, сайтов с уроками, учебников по работе с различными 3D-редакторами. Второй – это посещение специализированных краткосрочных курсов. И, наконец, третий путь – это получение полноценного образования.

Сейчас во многих вузах проводится обучение по данным направлениям. Например, в СГУ на механико-математическом факультете можно пройти годичный курс по направлению «Трёхмерное моделирование и анимация», по результатам которого будет выдан диплом. Причём обучаться могут студенты всех подразделений университета. Выбор того или иного пути зависит исключительно от того времени и средств, которыми вы располагаете».

Галина Гайворонская,
иллюстрации Ирины Решетниковой

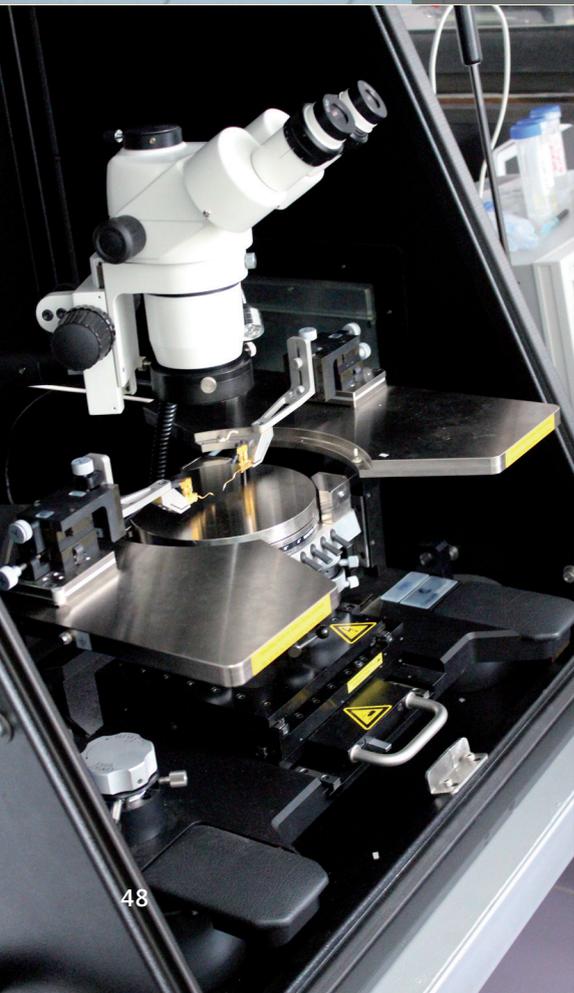


Профессор Д.А. Горин

Научный руководитель лаборатории – Глеб Борисович Сухоруков.

Лаборатория создана при поддержке мегагранта Правительства Российской Федерации для государственной поддержки научных исследований, проводимых под руководством ведущих учёных. Хотя она была организована в 2014 году, сотрудничество с ведущим учёным, профессором Лондонского университета королевы Марии Глебом Сухоруковым началось ещё двенадцать лет назад.

Сотрудники охотно делятся своими знаниями и умениями не только с коллегами по лаборатории: за последний год здесь прошли стажировку 15 молодых учёных. Это представители Мордовского государственного университета имени Н.П. Огарёва, Санкт-Петербургского Института высокомолекулярных соединений РАН, московского Института кристаллографии имени А.В. Шубникова РАН, Киевского национального университета имени Тараса Шевченко, Санкт-Петербургского политехнического университета Петра Великого, московского Института геохимии и аналитической химии имени В.И. Вернадского, Национального исследовательского Томского политехнического университета.



ЛАБОРАТОРИЯ БУДУЩЕГО

Как сделать так, чтобы лекарство, как умный механизм, само определяло нужную дозу, поступало в нужный «участок» тела и высвобождало своё содержимое, не травмируя другие органы? Технологией доставки лекарственных веществ в наноструктурированных капсулах, которыми можно управлять дистанционно, занимается уникальная лаборатория СГУ. Специалисты разрабатывают не только системы доставки лекарств, но и сенсорные системы для диагностики. Аналогов этим системам в мире нет. О деятельности лаборатории «Дистанционно управляемые системы для тераностики» рассказал заместитель директора Образовательно-научного института наноструктур и биосистем, доктор химических наук, профессор Дмитрий Александрович Горин. А сотрудники провели экскурсию и разрешили рассмотреть новейшее оборудование.

В чём заключается практическое применение тераностики?

Тераностика – это новое направление медицины, в котором исследуются объекты, сочетающие в себе функции диагностики и терапии. В настоящее время даже есть специальный международный журнал «Тераностика». Цель наших учёных – создать такое «депо» с биоактивными веществами, которое в критических ситуациях высвобождалось бы в организме и спасало человеку жизнь. Сейчас много фирм работает на то, чтобы гаджеты считывали информацию с сенсоров и докладывали врачу и пациенту о состоянии здоровья. Важно сделать это не разовыми показаниями, а системными – для предотвращения неприятных последствий.

В чём успех лаборатории?

Главная цель – существенно улучшить эффективность лечения и диагностики. А именно – научиться определять вещества, появление которых связано с конкретными заболеваниями. И при их наличии высвобождают биологически активные вещества в нужное время в нужном месте в необходимых дозах. Системы доставки лекарств и сенсоры создаются с использованием современных технологий, в том числе метода последовательной адсорбции, электроформования, золь-гель метода.

«Успех любой лаборатории, в первую очередь, связан с её сотрудниками. Если есть трудолюбивые и целеустремлённые люди, будут и результаты. Уникальность нашей лаборатории прежде всего в интернациональной команде учёных различных специальностей. Здесь вместе работают физики, химики, биологи, математики, меди-

ки, специалисты IT. Это очень важно не только для получения отличного результата, но и для подготовки высококвалифицированных специалистов любого уровня. Для успешной работы в научной сфере важна конкуренция. Поэтому в нашей стране, также как во всём мировом сообществе, усилилась борьба за специалистов», – отметил Дмитрий Александрович Горин.

Как можно попасть в лабораторию?

Ответ прост – на основе конкурсного отбора. Из двадцати претендентов его прошли семь человек: это и молодые кандидаты наук, и аспиранты, и студенты. Главные требования: трудолюбие, наличие знаний и умений в своей предметной области, способность и желание осваивать новые научные вопросы, владение английским языком, без которого невозможно решение актуальных задач.

Какие обязанности выполняют сотрудники?

Лаборатория условно разбита на группы учёных, которые занимаются отдельными задачами. «Первая изучает сенсорные устройства, которые помогают распознать важные биоактивные вещества и определить их концентрацию. Вторая занимается разработкой носителей биоактивных веществ и исследованием их биораспределения в организме. Третья группа решает задачу получения контейнеров, чувствительных к внешним воздействиям (к тем, что используют для дистанционного высвобождения биоактивных веществ). Четвёртая занимается вопросом визуализации капсул в организме с помощью современных средств диагностики, например, МРТ. Пятая фо-

кусирует внимание на важной задаче, связанной с модификацией поверхности клеток для решения проблемы резистентности бактерий к антибиотикам. Ею руководит наш коллега из Словении Алеш Лапанье», – объясняет Д.А. Горин.

На каком оборудовании проводятся исследования?

Команда лаборатории гордится мощными приборами, с помощью которых и проводится основная работа. Отличий от зарубежных коллег по качеству и количеству оборудования у нас нет: уникальные комплексы, купленные на средства мегагранта и Программы развития НИУ СГУ, вывели команду на новый уровень исследований. Приборы помогают визуализировать объекты в клетках, то есть видеть капсулу, смотреть, где она, в каком состоянии, что с ней.

«Нам повезло, что многие наши сотрудники стажировались за рубежом и имели опыт работ на современном оборудовании», – подчёркивает Дмитрий Александрович.

Каким видит будущее лаборатории её команда?

Сотрудники мечтают о том, чтобы лаборатория неизменно развивалась. Проводила успешные исследования, результаты которых были бы не просто на уровне лучших научных групп в мире, но и превосходили бы их.

«Мы делаем то, что никто до нас не сделал, чтобы быть первыми – только это может обеспечить приоритет и помочь добиться практического применения полученных результатов в медицине», – считает Д.А. Горин. 

**Валентина Лучкина,
фото Дмитрия Абросимова**



В КАМОРКЕ, ЧТО ЗА АКТОВЫМ ЗАЛОМ...

Ты стоишь и ломаешь от волнения пальцы. Около тебя на бегу переодевается ведущий, кто-то быстро чинит сломавшийся каблук и снова выбегает на сцену. Несколько певиц обсуждают провалившийся номер, а другие восторженно рассказывают, как смогли выкрутиться из внезапной западни прямо перед публикой. «СГУщёнка» подслушала разговор артистов прошлых «Студвесен» и теперь делится с тобой опытом «бывалых» студентов. Полезное – подчеркнуть.

Не бойся импровизировать и снимай бижутерию

Оставь в гримёрке все цепочки и заколки – возможно, у них заговор против тебя. Блестящие друзья так и норовят в самый ответственный момент зацепиться за одежду и проверить тебя на смелость и сообразительность. О подобной истории рассказывает участница «Студвесен» Института филологии и журналистики Алевтина Грунтовская: «В составе коллектива “Ното Lu Dance Company” мы исполняли непростой номер под названием “Пижамы”. В нём использовались в качестве реквизита тазы, а переодевание происходило прямо на глазах у зрителя. Дотанцевав до своей партии, я начала стягивать с себя костюм, но он зацепился за цепочку. Дёрнула. Украшение разорвалось на части, второе платье ещё не надето, а уже нужно дотанцовывать. Я схватила таз с одеждой и в образе “уплясала” за кулисы. Спокойно там переделалась и подключилась, как ни в чём не бывало, к новой танцевальной связке». Такой небольшой, казалось бы, промах мог стоить целого номера. Но металлический друг пал, жертва богу благополучия была принесена вовремя.

Деканат в беде не бросит

Когда решающий день на носу, но не всё ещё готово, сценарий необходимо отрабатывать круглосуточно, без сна и отдыха. Ко всем бедам может прибавиться внезапное выселение из репетиционного помещения. Спокойно, выход есть, о нём вспоминает Анна Менская, выступавшая за физический факультет: «Два года назад мы готовились к “Студвесне” в потрясающей комнате под крышей III корпуса. Она очень просторная, и мы там делали декорации, репетировали, наслаждались. За две недели до выступления нам сказали, что срочно нужно из этого помещения выселиться. Я в панике, буквально в истерике – где найти новое место? На помощь пришёл деканат физфака, который частично приютил нашу команду. Там поместили костюмы, часть декораций, необходимые детали. В эти тяжёлые времена нас поддержали как могли. А через пару месяцев окончательно отдали кабинет деканата вечернего отделения. Теперь там живёт наш студсовет». Урок второй: запасайся связями, пригодится. И не бойся обращаться за помощью.

На себя надейся, но и не плошай

Уверенность в себе – вещь для артиста незаменимая. Но вреден как «недобор», так и перебор, который может спровоцировать неожиданные последствия. Например, тебе внезапно посоветуют изменить номер, когда до выступления – считанные часы. Как говорится, трус не играет



в хоккей, а паникёр не участвует в «Студвесне». Когда Анатолий Абалымов учился на 3 курсе биологического факультета, он вынес из подобной ситуации полезный урок: «Мне пришлось менять песню для номера за восемь часов до выступления. Проблема обрушилась не только на меня, но и на моего аккомпаниатора. Мы с пианисткой работаем вместе уже давно, поэтому начали репетировать накануне смотра, и оказалось, что я не вытягиваю ноты некоторых моментов в песне. Меняю тональность – всё равно не выходит ничего путного. Быстро выбрали новую композицию и буквально за одну репетицию отработали её. Нам повезло: поставили высокую оценку». Советуем никогда не выбирать номер, в котором ты не уверен. Неудачно и то выступление, в котором не сможешь выложиться на сто процентов.

Сергей Макайда, студент 4 курса факультета психолого-педагогического и специального образования, тоже в своё время наступил на грабли излишней самоуверенности, но благодаря другу выкарабкался из ситуации. «В прошлом году я готовил номер с очень сложным замыслом – решил бросить себе вызов. Готовил самостоятельно, ни с кем не советовался. За три часа до выступления Марина Анатольевна Вайлова увидела мой номер и сказала, что некоторые вещи нужно поменять, иначе он грозит абсолютным провалом. Честно говоря, меня трясло. Хорошо, что

со мной был друг Юра Мунтян, который помог сделать новые декорации и прийти в себя. В итоге номер всё равно не удался. Но я понял, насколько важна помощь близких людей в трудную минуту, и обязательно нужно советоваться с профессионалами. Творчество – это не только полёт фантазии, но и огромная работа, к которой нужно относиться серьёзно».



Не подводи товарищей

Пока ты пьёшь валерьянку за сценой, партнёр по номеру уже ждёт тебя перед зрителями, истерически хихикая и подчёркивая интонациями, что кому-то пора и выходить. В такой неловкой ситуации оказалась Анастасия Тычкова, студентка 3 курса факультета иностранных языков и лингводидактики: «Областная “Студвесна”. Наш университет показывал тематическую программу, мы с гитаристом Яриком Волохом выступали дуэтом – укулеле плюс вокал. Видимо, я одна внимательно слушала, когда нам нужно выходить. Поняла это в тот момент, когда была уже на сцене, восторженно улыбалась, ожидая партнёра, а он всё не появлялся. Оставалось только повторять про себя: «Где ты?!». Спустя минуту Ярика, наконец, нашли где-то за сценой и вытолкнули к публике. Я так переволновалась, что после этого случая повторяю артистам по десять раз: кто за кем идёт, в какой момент и где им нужно оказаться». Будьте начеку. Возможно, кто-то вас уже заждался.

Зубами выгрызть победу

Одна неловкая деталь может испортить впечатление от всего номера. Во что бы то ни стало, борись за эстетику до последнего, как это в своё время сделала третьекурсница факультета психолого-педагогического и специального образования Анастасия Крюкова: «В прошлом году

танцевала в номере экономического факультета. Мы изображали людей без права голоса, деталью костюма была чёрная повязка на лице с надписью “народ”. Лента никак не завязывалась, всё время слетала за кулисами. На сцене я поняла, что она опять сползает. Наспех поправила и прикусила ткань зубами. Повязка осталась на месте». Помните, что на сцене каждая мелочь становится видна, поэтому тщательно готовьте декорации и костюмы.

Не раздражай звукачей, не раздражай

Время от времени ведущие успокаивают со сцены, чеканя поставленным и якобы непринуждённым голосом: «Приносим извинения за технические неполадки». То микрофон не включился, то музыка не заиграла. А знаете, почему? Звукооператор Студклуба Василий Васильев, который выполняет громадную работу, но незаслуженно остаётся за кадром, даст ответ: «На прошлой областной “Студвесне” конкурсанты номинации “Вокал” абсолютно не вовремя приносили минусовки для своих выступлений. Одна певица положила флешку за десять секунд до окончания идущего выступления. Всё бы ничего, но она-то выходила следующая, а на USB – миллиард папок. И название девушка помнила “только примерно”. Такая неорганизованность просто непростительна. А элементарное невыполнение наших технических требований оборачивается против самих артистов». По мотивам тирад “звукача” мы решили сделать простую, но очень важную памятку для тех, кто планирует отнести свой аудиоматериал и не испортить драгоценный номер.

ПАМЯТКА ОТ ЗВУКООПЕРАТОРА

1. Приносите только флешки – никаких телефонов в качестве носителей.
 2. Формат аудио – mp3/wav.
 3. Качество для mp3 не ниже 256 кбит/с.
 4. Музыка необходимо пронумеровать в трёхзначном виде (001, 002...) и поместить в папку, названную фамилией и именем участника.
 5. Если мероприятие проводится не в X корпусе СГУ, следует написать техническую заявку на то, чтобы вам предоставили необходимое оборудование.
 6. Освойте хотя бы в теории простейшие правила обращения с техникой – гарнитурой, микрофоном. Часто техническая неполадка состоит в не нажатой кнопке включения-выключения.
- Слушай звукооператоров, а уж они-то свою работу сделают честно и добросовестно. Памятку повесь над кроватью. Или на экран телефона, чтобы не было: «Ой, я забыл, скачай с “VK”».

Кого-то из героев этого материала мы увидим на сцене уже совсем скоро. Надеемся, что все декорации будут на своих местах, костюмы прослужат хорошую службу, туфли не натрут ни одной мозоли, а ты не забудешь ни единого слова из своего сценария. Ну а если ты благодарный зритель, то подпевай, притоптывай и прихлопывай – поддержи друзей и зарядись позитивом до следующей весны. 🎧

Елизавета Пирогова,
иллюстрации **Татьяны Абросимовой**

ЧТО ДЕНЬ ГРЯДУЩИЙ НСФЛ ГОТОВИТ?

ФОТО ВИКТОРИИ ВИКТОРОВОЙ



Национальная студенческая футбольная лига – молодая, но быстро развивающаяся организация. Он даёт возможность студентам со всей страны попробовать себя на футбольном поприще. За несколько лет НСФЛ из эксперимента превратилась в лучшую студенческую спортивную лигу. Давай разберёмся, почему так произошло и чего нам ждать в будущем.

НСФЛ развивается быстрыми темпами благодаря поддержке со стороны Российского футбольного союза, повышенному вниманию к этому спорту со стороны вузов и, конечно, желанию студентов играть в футбол. Стоит отметить и грамотную политику руководства НСФЛ во главе с А.Н. Стукаловым. С момента проведения первых турниров лига сильно преобразилась. Изменился регламент соревнований: теперь каждый вуз проводит один мини-турнир на своём поле с четырьмя командами, а затем выезжает на три других в ближайшие регионы. Очки, набранные в этих встречах, суммируются и сводятся в общую таблицу. В итоге каждая команда проводит по одному матчу с каждым из соперников. Изменение регламента в сезоне 2015/16 связано с двукратным увеличением количества участников. Следовательно, и число матчей возросло до 120.

Из-за прироста команд произошёл и их отбор. В сезоне 2015/16 не играли футболисты Тульского государственного университета (ТулГУ) и Елецкого государственного университета имени И.А. Бунина (ЕГУ), ставшие последними в прошлом чемпионате. В розыгрыше-2016 явными аутсайдерами были спортсмены Московского государственного университета дизайна и технологии (МГУДТ), одержавшие лишь одну победу в 15 встречах.

Растёт число команд, желающих играть в НСФЛ – главном дивизионе российского студенческого футбола. В связи с этим руководство лиги планирует проводить отборочные матчи перед каждым сезоном: в них и будет решаться судьба мест в элите. Возможно, даже придётся создать второй по силе дивизион. В таком случае система студенческих лиг будет максимально приближена к профессиональной. В чемпионатах по футболу разных стран действует такая схема отбора: несколько сильнейших команд из низшего дивизиона занимают места сла-

бейших команд элиты, ещё несколько – играют стыковые матчи за право повышения в классе.

К слову о прогрессе игроков. В позапрошлом сезоне лучшим бомбардиром чемпионата стал футболист СГУ Дмитрий Крылатов, забивший 9 мячей в 17 матчах. В прошлом сезоне самым результативным игроком стал Михитар Захарян – также представляющий СГУ, – наколотивший 13 голов в 18 играх. Увеличилась и средняя результативность спортсменов – 0,7-0,8 гола за игру против 0,4-0,5 в позапрошлом учебном году. Некоторые игроки в сезоне 2015/16 добились потрясающего показателя: 1 гол за игру! Этим достижением отметились футболисты КубГУ Николай Комличенко (5 матчей) и Андрей Батютин (4 матча).

Помимо прогресса отдельных игроков, заметно и развитие игры у команд, в общем. Лидеры чемпионата показывают слаженный, тактически грамотный футбол, достойный профессиональных клубов. Конечно, у некоторых команд, вроде МГУДТ или ЕГУ, существуют проблемы с постановкой игры, но в этом сезоне они обязаны прибавить, получив в своё распоряжение хороших тренеров.

Мы уже ждём захватывающих игр 2016/17 учебного года. Старт футбольному сезону был дан в середине сентября. На базе Саратовского университета прошёл Международный футбольный турнир «Кубок Дружбы», в котором участвовали спортсмены из Китая.

По итогам соревнований бронзовую медаль турнира получил коллектив сианьского Северо-Западного университета. Серебра удостоена сборная Тамбовского государственного университета. Первое место взяли спортсмены Саратовского университета. Кубок победителя в знак дружбы они передали команде Сианьского университета иностранных языков.



Прогноз на будущее

У НСФЛ – огромный потенциал для развития. Если удастся его реализовать в полной мере, то можно получить структуру, которая будет готовить хороших, а порой и первоклассных футболистов. Весьма вероятно, что уровень игроков заметят скауты профессиональных клубов из Футбольной национальной лиги и, может быть, даже Российской футбольной премьер-лиги. Это послужит мощным толчком к развитию футбольных школ и академий. Конечно, улучшится общая ситуация вокруг спорта в стране.

Возможно, через несколько лет при таком развитии событий российский футбол выйдет на хороший европейский уровень. Но это идеальная картина. Вероятен и другой путь. НСФЛ может остановиться на нынешнем уровне или провести несколько небольших доработок в структуре, но в целом удерживать удачную формацию. В таком случае лига будет сильной по меркам студенческих чемпионатов, но помочь в развитии футбола в стране не сможет. А ему сейчас очень важна база молодых игроков. Ведь карьера основных футболистов сборной – братьев Березуцких, Сергея Игнашевича, Игоря Денисова и других – близится к завершению. А достойной замены им, к сожалению, нет. Поэтому будем надеяться на лучший из возможных сценариев развития НСФЛ. 🇷🇺

Никита Жегулин

В планах лиги – создание к 2018 году десяти федеральных конференций по восемь команд в каждой.

Президент НСФЛ Андрей Николаевич Стукалов о лиге: «Мы хотим, чтобы в каждом высшем учебном заведении студенты объединялись и проводили полноценные чемпионаты. Победители этих соревнований приезжали бы на наши фестивали, определяли лучших и делились бы опытом. Сегодня в НСФЛ уже выступает около 15 000 человек в 25 студенческих чемпионатах по всей России. И это только начало!»

О помощи: «Команда МГУДТ была набрана буквально за две недели до начала чемпионата. Взяли ребят, которые неплохо умеют управляться с мячом. Форму кое-как нашли, а вот тренера – нет. Но в следующем году у них появится профессиональный наставник, и дела команды пойдут на лад. Я в этом не сомневаюсь».

Плюсы и минусы НСФЛ

- + Карьерный рост. Уже сейчас к некоторым игрокам лиги присматриваются скауты престижных клубов. И если кто-то из студентов в дальнейшем продолжит карьеру футболиста, то у сборной в будущем появится резерв молодых перспективных игроков, которого так не хватает сейчас.
- + Возможности для студентов. Молодые игроки, желающие связать жизнь с футболом, получают шанс попасть в профессиональный клуб, не проходя через долгие годы клубных академий.
- + Привлечение внимания студентов к спорту, развитие физической культуры в вузах.
- + Выход на международную арену. Позволяет использовать опыт других стран. Это гарантирует лиге постоянное развитие.
- + Улучшение своих навыков. Матчи с командами других регионов обеспечивают игровой рост для наших студентов. Помимо этого, они приобретают организаторский опыт.
- + Поддержка руководства лиги и вузов. Не только соперники помогают развиваться российским студентам. НСФЛ возглавляют люди, которые подскажут, как лучше выстроить тактику и стратегию. Так было с МГУДТ, который в семи первых турах потерпел семь поражений с общим счётом 5–42. Президент НСФЛ А.Н. Стукалов посмотрел и разобрал игру со спортсменами. После исправления ошибок футболисты заметно прибавили и больше не позволяли себе так разгромно проигрывать.
- + Повышение футбольной культуры в России. Захватывающие матчи команд приведут к увеличению числа зрителей. Также матчи НСФЛ помогут в развитии культуры болельщиков.
- Минус у НСФЛ, мне кажется, один – несмотря на удобный регламент, на студентов падает большая нагрузка. Им нужно успевать учиться, тренироваться и защищать честь вуза на турнирах. Особенно трудно приходится игрокам таких команд, как КубГУ и СГУ, которые второй год борются за чемпионство.

ДРУЗЬЯ СГУЩЁНКИ



ПРИГЛАШАЕМ ВАС ПОСЕТИТЬ НОВЫЙ КИНОТЕАТР «HAPPY CINEMA»!

Уже с 1 октября вы сможете посмотреть новинки кино в современном многозальном кинотеатре совсем недалеко от дома, в высочайшем качестве и по доступным ценам:
сеансы 2D - от 100 рублей,
сеансы 3D - от 160 рублей.

Ждем вас по адресу: ТРК «Happy Молл», Вольский тракт, 2



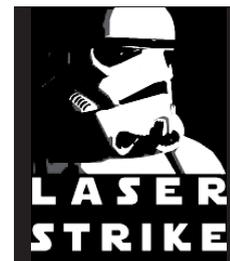
При посещении 3D-зала очки
в подарок первым 3 000 посетителям!*

*срок проведения акции - с 1 октября. Количество очков ограничено. Организатор акции: ООО «Семь Кадров» (Адреса и реквизиты организатора: 410069, Саратовская область, Саратовский район, Расковское муниципальное образование, Вольский тракт, 2, ОГРН 1166451062579, ИНН/КПП 6453146288/645301001) Тел. 49-08-49, www.happy-cinema.ru

7 ЗАЛОВ 1000 МЕСТ ДЕТСКИЙ ЗАЛ  ДОЛБИ АТМОС™ Вольский тракт, 2
8 (8452) 49 08 49



Зачное
отделение



Каким будет твой семестр?

Первые три слова, которые бросятся в глаза, подскажут, как пройдут ближайшие полгода.

ВКУСПЕХАЛЯВАГОНКИНОБЕЛЕВСКАЯСНОСТЬСЮРПРИЗАЧЁТЕРПЕНИЕ
 АВТОМАТЕМАТИКАЛАМБУРЛЕСКАЗКАДРАЙВОСТОРГАВАЙИГОГОНКА
 ПЕРВОМАЙКАБРИОЛЕТОВАРИЩЕКОТКАКАОБРУЧЕБОКСАРЫБАНЯНЯ
 ПОДЪЁМОЗГОРДОСТЬНЕФТЬКРЕАТИВОСТРЕБОВАННОСТЬБОНУСПЕХ
 СГУЩЁНКАЗАНЬУЧЕБНИКРАДОСТЬБОГАТСТВОКЗАЛМОЗАИКАРЕТАНЯ
 БАЛГОРИТМАССОВКАДРУГОЩЕНИЕВРОПАЛАТКАРНАВАЛЬСИРОПОЧТА
 ВОЛЯБЛОКОРОБКАРЛМАРКСЕРОКСИЛОФОНОТЕКАПИТОШКАПИТОЛИЙ
 СИНХРОФАЗОТРОНЕГИННОВАЦИЯСТВАЛЮТАРЕЛКАНКАНОНСЧАСТЬЕ
 КРОЛИКСТАРТИСТИЗМЕНЕНИЕВРОРЕМОНТАЖИОТАЖОНГЛЁРАКЕТАРТ
 ГЕРКУЛЕСТНИЦАПЛЯЖОНГЛИРОВАНИЕНАХОДКАНДИДАТСКАЯГОДЫНЯ
 ЮБИЛЕЙКАРДАМОНЕТАЛАНТУРАЖУРИЕВСКИЙОШКАРОЛАСТЫСЯЧАШКА
 ЯГУАРГЕНТИНАДЕЖДАРБУЗИНАИДАЙВИНГАСТРОЛИКОВАНИЕЛЬНОЧЬ
 ВОСХОДЖИГУРДАЧАРОДЕИГРАЛЛИМЕРИКОМЕДИАЗЬСАНДАЛИИДЕЯРД
 ЖУРНАЛИЧНОСТЬТЕАТРОЛЛЕЙБУСЫРОККОНЦЕРТИЩЕВОЖДЕНИЕДАРЫ
 МОРЕБЁНОКУНЬИНТЕРНЕТБУКМЕКЕРЖАКОВЁРАЗУМБАЯНТАРЬПЕСНЯ
 БЕЗЛИМИТАЛИЯМАЙКАСТАНЕДАЛИРИКАМПУСКОРОСТЬЛЮБОВЬВЕСНА

Кстати, ты можешь сделать из этой страницы оригинальную открытку. Вырезай блок любой формы и выделяй/подчеркивай пожелания своим друзьям.



СГУ жѐнKa

Студенческий журнал СГУ

САЙТ



ГРУППА ВК



ИНСТАГРАМ

