

Твой путеводитель по студенческой жизни

№52 октябрь 2016

16+

УМЫ

Будь
в плюсе



ПЕРВИЧНАЯ
ПРОФСОЮЗНАЯ
ОРГАНИЗАЦИЯ
СТУДЕНТОВ СФУ

Университет – это мы



Идентифицируемся

В НОМЕРЕ

3 НА ПОВЕСТКЕ

Будем здоровы!
«Платники» без со стипендией
Лучший профорг 2016/17
Твой «Кампус»

СТУДЕНТУ

3 ЗА ГРАНИЦАМИ

5 Студенчество заморское

Я художник –
я так вижу /
I am an artist and
I see it like this

6-7

4 Трудно ли быть первокурсником?

Все относительно... 15

10-11 АРТ-ПРОЕКТ

Непохожие

16-17 ПИСЬМО ВЫПУСКНИКА

10 способов
найти вдохновение
в октябре

8-9 МУЗЫКАЛЬНАЯ ЛАВКА

Такое
близкое далеко

12-14 БУДЬ В СПОРТЕ

Четверть экватора за год: спорт,
который меняет всё

СПРАВОЧНИК 18-19

Не женское
это дело

СТУДЕНТ ПРАВ 20

ПИСЬМО ППОС

Октябрь пахнет солнцем

Опаленным гаснущим солнцем, медленно покрывающимся корочкой льда в ожидании зимы. Плед больше не греет, какао, каким бы горячим ни было, остается лишь напитком, и сердце сжимается в ожидании холодов. «Зима близко» — хочется повторять, как герои всем известного сериала.

На прошлой неделе я увидела мальчика. Он сидел рядом с мамой в кафе, и маленькие ножки смешно болтались, не доставая до пола. В руке была большая кружка какао, сверху которой плавали маршмеллоу. Поправляя очки совсем как у Гарри Поттера, он спросил:

- «Мама, а почему люди не умеют летать? Представляешь, если бы можно было сделать машину, которая поднималась бы ввысь, и тогда расстояния бы не существовало!».

Его голос был настолько восторженным, что невозможно было не улыбнуться.

- «Милый, но ведь есть уже самолеты. Они летают, и люди могут быть рядом».

- «Аааа...» — казалось, разочарование маленького изобретателя было ощутимо в воздухе.

Он отпил из большой кружки какао, съел зефирку, ловко подцепив её ложечкой, а затем задумчиво сказал:

- «Не страшно, когда-нибудь самолеты станут прошлым, а я изобрету будущее...».

Честное слово, в тот момент я поняла простейшую истину.

Внутри нас свои собственные зима и лето, и не так страшно, если вокруг сердца ледяной холод, его можно растопить огнем знаний и мечтой, пылающей внутри.

Страшно, если лёд внутри сердца...

Студенческая газета «Университет — это мы» № 52 от 28.10.2016г. Зарегистрирована Енисейским управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Красноярскому краю 18.10.2013 г. Рег. номер: ПИ No TY24 00734. Учредитель: ППОС СФУ Профсоюза работников народного образования и науки РФ. Адрес учредителя, редакции: 660062, г. Красноярск, пр. Свободный, 79, 14-06, тел.: +7(391)206-21-52, UMI@sfu-prof.com. Распространяется бесплатно. Не является коммерческим изданием и не оказывает услуги рекламного характера. Главный редактор: Алена Дмитриевна Казанцева / kazantceva.leo@ya.ru. Верстка: Светлана Радайкина. Корректоры: Дарья Полежаева, Евгения Келлер, Елена Тулякова. Герой обложки: Дарья Алексеева. Автор обложки: Анастасия Иванова. Над номером работали: Александра Дворнинович, Екатерина Сидоренко, Оксана Сухочева. Редакция выражает благодарность Ректорату СФУ и руководству БИК СФУ за помощь в издании газеты. Отпечатано в ПЦ БИК СФУ, г. Красноярск, пр. Свободный, 82, тел.: +7(391)206-26-67. Подписано в печать фактически — 28.09.2016 г. в 10:00 / по графику — 28.09.2016 г. в 10:00. Тираж: 1500 экземпляров.

ТВОЙ «КАМПУС»

Уже состоялся и успел заявить о себе совершенно новый проект для студентов города и всей России. Не так давно закончилась Российская студенческая неделя в уникальном общественном пространстве: агентство студенческих коммуникаций «Кампус».

Мы успели узнать все возможности, а так же найти крутое пространство для общения и работы.

Если ты ищешь тоже, что и мы, то тебе точно по адресу ул. Батурина, 38А на пятый этаж в агентство студенческих коммуникаций «Кампус».



УЧИТЬСЯ, УЧИТЬСЯ И ЕЩЁ РАЗ УЧИТЬСЯ!

НА ПОВЕСТКЕ

В школе профсоюзного актива для профторгов первого курса «Я в системе», которая состоится 30 октября в корпусе Института нефти и газа (пр. Свободный, 82, стр. 6) в 9:00.

«Школьное расписание» и ваших лекторов смотрите в группе Профкома: vk.com/profcom_sfu

А от нас, советуем и желаем, захватить с собой отличное настроение, реальное желание учиться и вопросы, которые хочется задать экспертам! Обещаем ответить на все, а так же не отпускать вас без новых знаний!

«ПЛАТНИК» СО БЕЗ СТИПЕНДИЕЙ!

Поздравляем тех самых умниц, активисток, да и просто красавиц, которые не только отлично учатся, но так же успевают участвовать в общественной жизни университета, и теперь будут получать стипендию из фонда ПИОС, равную академической, в течение всего семестра!

От всей души поздравляем, и желаем не останавливаться на достигнутом!



Шандро
Надежда
Андреевна,
ГИ СФУ;



Заполнина
Яна
Васильевна,
ЮИ СФУ;



Кашта
Елена
Андреевна,
ЮИ СФУ;



Денисенко
Анастасия
Сергеевна,
ЮИ СФУ;



Дьякова
Анна
Александровна, ТЭИ;



Анциферова
Анастасия
Александровна, ЮИ;



Багдасарян
Армине
Григорьевна,
ИНИГ СФУ;



Хачатрян
Грануш
Мисаковна,
ЮИ СФУ;



Келлер
Евгения
Александровна, ЮИ;



Драй
Елизавета
Васильевна,
ГИ СФУ;



Коваленко
Анастасия
Витальевна,
ГИ СФУ;

ЛУЧШИЙ ПРОФОРГ 2016/17



Именно так когда-нибудь ты скажешь, стоя на красной дорожке, когда будешь давать интервью толпе журналистов и вспоминать тот день, когда подал заявку на конкурс «Лучший профорг 2016/2017»!

Итак, если ты профорг не более двух лет, активный, целеустремленный и уже представил себя на пьедестале, тогда срочно подавай заявку на участие (регистрация продлится до 31 октября), ссылку, которую ты найдешь в группе Профкома ВК. После регистрации поспеши штурмовать законы и положения, обеспечивающие права студентов!

Не забудь подписаться на группу, в которой ты найдешь положение о конкурсе и вообще узнаешь всю актуальную информацию о предстоящих этапах: vk.com/best_prof

#ТЯЖЕЛО #ЛИ #БЫТЬ #ПЕРВОКУРСНИКОМ?



Первокурсников все любят, заботятся об их самочувствии и впечатлениях, прощают мелкие ошибки — так что первокурсником быть куда проще, чем кажется до поступления.

Никита Фролов, 1 курс, ЮИ

Быть первокурсником не сложно, а интересно! Если вы поступили туда, куда хотели на все 100%, то каждый предмет будет очень интересным!

Елизавета Ворошилова, 1 курс, ИАиД

Думаю, что тяжело! Во-первых, потому, что слишком большой поток информации.

Во-вторых, пока никто не знаком, и ты один среди огромного количества людей. В-третьих, ты не понимаешь, как и что устроено.

Софья Мочалова, 1 курс, ЮИ

В общем, первокурсником быть очень сложно! Ты уже привык к учебе в школе, к тому, что там могут где-то лояльно отнестись учителя, легко получить оценку, учителя всех знают и всегда заставляют тебя учиться. В университете же у тебя полная свобода, и она очень манит за собой. Хочется что-то пропустить, где-то поспать, просто отдохнуть. Да и сама учеба сложнее. Здесь огромной мотивацией является поддержка родителей, не хочется их огорчать. Однако самая большая мотивация — это, пожалуй, будущий диплом. С другой стороны, в институте появляются новые друзья, более взрослые, чем надоевшие одноклассники. Так что я думаю, что постепенно втянусь, и все будет хорошо!

Анатолий Зыков, 1 курс, ЮИ

Каждый из нас был первокурсником, а значит, каждый уже так или иначе ответил себе на поставленный в заголовке вопрос. Бывшие школьники, но еще не совсем студенты (старшекурсники считают так, потому что позади у «перваков» нет ни одной сданной сессии) блуждают в стенах института то в поисках деканата, то в поисках смысла жизни, и недоумевают, почему в институте существуют домашние задания, ведь всегда думали, что их нет. Мы попросили первокурсников рассказать нам о том, сложно ли им дается первый семестр, и поговорили о том, как же их встретил институт.

На вкус и цвет, как говорится, все фломастеры разные. Однако главное, что отмечают все первокурсники, это то, что степень ответственности за себя, за свои действия и за своё будущее в институте повышается в разы. «В университете, в отличие от школы, к тебе относятся как ко взрослому — ты сам в полной мере отвечаешь как за свои успехи, так и за свои косяки, естественно», — отмечает Никита Фролов, 1 курс, ЮИ СФУ.

Но не паниковать и думать, что детство кончилось, а впереди только страшное и ужасное слово «сессия». Совсем нет! Для первокурсника институт — это почти как новая жизнь, если не она самая! Можно встать на любой путь, попробовать себя везде и стать тем, кем давно мечтал. По себе знаем, если школьная жизнь вас не устраивала, и вы хотите кардинально всё поменять, то сейчас самое время,

и прекрасно, что весь университет готов вам в этом помочь.

Так что, первокурсник, остановись! Без паники! Сейчас не конец детства, а только его финишная прямая, где все можно резко изменить, и стать первым! На этом коротком отрезке пути буквально из ниоткуда появляются болельщики именно за тебя, появляется нежданная поддержка, и главное — вера в то, что любой исход возможен лишь при твоём желании. Тяжело ли быть первокурсником? Каждый для себя ответил сам, но факт — в этот первый год новой жизни каждый хочет сделать его для тебя самым лучшим.

Сейчас открываются новые двери и важно не сидеть и не ждать, когда манна небесная свалится с неба, а делать реальные поступки для того, чтобы стать именно тем человеком, каким видишь себя в будущем ты.

СТУДЕНЧЕСТВО ЗАМОРСКОЕ

Итак, ваш покорный слуга-корреспондент в моем лице опять укатил в Китай на семестровую стажировку. Продолжая свою рубрику теперь уже из Поднебесной, я решила провести опрос среди китайцев. Приготовьтесь слушать о том, какой ритм жизни у наших коллег — студентов и студенток китайских университетов, и чем он отличается от нашего.

Всего, проводя опрос, я поговорила с пятнадцатью студентами вторых, третьих и четвертых курсов разных специальностей: лингвисты, программисты, экономисты и врачи. Ребята рассказали мне «страшную правду» об учебе в китайском университете, которая кроется в следующих нескольких аспектах:

✓ Первое, и самое, наверное, неожиданное для русских студентов — это то, что для китайцев воскресенье — не воскресенье: для них оно не всегда означает «выходной». Поэтому для многих студентов это — обычный день, когда нужно ходить на «ленты», да не так, что одну лекцию послушать, а захватить сполна — отсидеть несколько занятий и семинаров. Из этой особенности, опять же, можно вновь утвердиться в выводе о том, что китайцы чрезмерно трудолюбивы.

В целом, система образования чем-то похожа на нашу: с первого по третий курс примерно полдня отводится под «ленты», но на втором курсе к ним прибавляется еще и практика или лабораторные работы. На четвертом курсе ребята не учатся, то есть как таковых занятий у них нет. Но на их плечи вместо посещения занятий ложатся другие обязанности: во-первых, это поиск места будущей работы. Как мне рассказали, в Китае этим начинают заниматься уже на последнем курсе учёбы, и желательно, чтобы октябрю ты уже знал, в какой компании будешь работать в дальнейшем.

✓ Во-вторых, это явление, которое также привычно для китайцев: самоподготовка, китайский эквивалент которой — цзы си. Но не думайте, что студенты вузов Поднебесной, как и многие из нас, при этом слове просто махнут рукой. Для них это действительно серьезно. Самоподготовка часто проводится и в учебное время: на несколько часов после лекций, с пяти до восьми вечера студенты приходят в аудиторию и просто все вместе, но каждый в отдельности, повторяют изученное. Причем в аудитории вместе с ними находится преподаватель, который контролирует процесс. Когда мы это услышали, просто не поверили своим ушам: представляете, какой контроль за всеми в этой стране? Неудивительно, что по вечерам ребята только и знают, что «учиться, учиться, и еще раз учиться».

*Библиотека
выглядит как Сочи
в бархатный сезон:
свободного места просто
не найти*



*Не смотря на плотный график,
китайские студенты умеют отдыхать*

Условия жизни студентов тоже поражают: дело в том, что в Китае все (даже те, кто учится в университете родного города) обязаны жить в общежитиях. Причем общежития эти не самые дешевые: 300 рублей с человека в сутки. Сами можете посчитать, сколько выходит за месяц и полгода... Прибавьте еще и почти полное отсутствие отопления. Общежития ну никак не стоят этих денег: обычно китайцы живут по шесть-восемь человек, и места в комнате хватает только на кровати... Та самая самоподготовка является спасительным кругом для китайца: это как раз-таки тот момент, когда студент может подготовиться к занятиям в тишине. Для этих же целей есть и библиотека, которая днем, особенно в субботу и воскресенье, выглядит как Сочи в бархатный сезон: свободного места просто не найти.

Но как бы ни были тяжелы будни студентов-китайцев, они все же находят время на отдых: занимаются спортом, смотрят аниме, ходят по магазинам, а кто-то даже играет на укулеле... В общем, в этом вопросе всё как у всех. Ребята постарше, однако, чаще всего упоминают про повторение изученного и подготовку к экзаменам в свободное время.

В этом номере я постаралась как можно подробнее пересказать свои разговоры с китайскими студентами на тему их учёбы и образа жизни. А вот похожи ли они на нас или нет — предоставляю вам право самим для себя ответить на этот вопрос. Желая всем быть столь же усердными, как наши коллеги из Китая. До встречи!



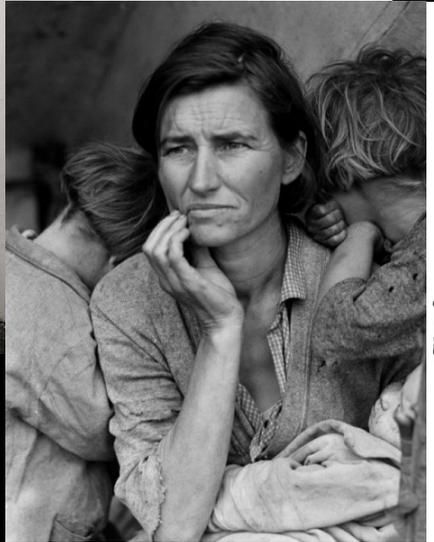
Я ХУДОЖНИК — Я ТАК ВИЖУ

Мы выражаем свои мысли разными способами. Кому-то для того, чтобы транслировать чувства и эмоции, достаточно карандаша и обрывка бумаги, другим нужны блокнот, ручка и набор слов, выстроенный в правильном порядке, а Сандро Миллеру, герою, о котором сегодня пойдет речь, — «коробки», ведь фотографировать можно даже с помощью неё...

Познакомиться с чикагским фотографом нам довелось на выставке «Малкович. Малкович. Омман: мастерам фотографии», организованной музейным центром «Площадь мира». Сандро Миллер, разговаривая с репортерами, окруженный прессой, рассказывал всё как есть. О выставке, о том, что привело к данному арт проекту и что стало толчком для воплощения такого своеобразного видения творчества великих мастеров. Во время презентации выставки мы выяснили, что та была придумана и воплощена в трудный для автора период, когда ему диагностировали рак, и поэтому вместе со своим близким другом актером **Джоном Малковичем** он воплотил эти образы как дань мастерам фотографии, тем людям и их произведениям, что вдохновили самого Сандро и продолжают вдохновлять весь мир.

Предлагаем вам лишь часть длинной и увлекательной беседы:

Чем отличается художественная фотография от рекламной?



В рекламной фотографии кто-то всегда стоит за твоей спиной. Есть заказчик, и ты транслируешь его мысли и идеи, соответственно не получается полностью сделать так, как того хочешь ты, воплотить своё виденье, но с другой стороны, без коммерческой фотографии не получилось бы художественной, банально даже средств на неё не было бы.

Как отбирались фотографии? Какая была самой сложной или дорогой в повторении?

Когда ты болен, то, закрывая глаза, ты видишь определённые картинки, своеобразные «иконки», знакомые каждому американцу. Это иконы прошло-

А вообще, эмоции от выставки конечно смешанные. Непривычно было увидеть фотографии, знакомые всем, абсолютно в новом амплуа, но разве это плохо?!

Решать каждому из нас...

го века, те образы, что невозможно забыть. Они ведут тебя, вдохновляют и заставляют двигаться дальше, поэтому отбирались фотографии предельно просто. Я использовал те, которые видел, закрывая глаза. Прямо отвечая на вопрос, можно отметить фотографию **Анни Лейбовец**, на которой изображены **Джон Леннон** и **Йоко Оно** и которую сделали утром того дня, когда был убит знаменитый музыкант.

Кроме того, мэтр фотографии отметил образ, воплотить который было сложнее всего: им оказалась фотография «Пчеловед». Сложность заключалась в том, что для начала нужно было усыпить самих пчел (а их было немало), а затем в определенном порядке расположить на **Джоне Малковиче**, которому не то, что шевелиться, а даже дышать нельзя было в тот момент, ведь при любом движении пчелы падали.

«Нет ничего вдохновеннее, чем мечты, а они есть у каждого из нас. Будьте осторожны, слушая критиков, и не позволяйте им остановить вашу работу. У каждого из нас есть способности, но для того, чтобы стать великим, нужно большее, а именно: огромное терпение и работа. Тяжелый труд, вера в мечту и выдержка — то самое, что приведёт к карьере мечты».

Именно таким напутственным словом **Сандро Миллера** Красноярским студентам и хочется закончить данный рассказ, остается лишь согласиться с выше сказанным и отправляться покорять мир!

We met Chicago photographer Sandro Miller when we were at his art exhibition, which name is «Malkovich, Malkovich, Malkovich. Homage to photographic masters». It was very impressive when he was talking to the reporters and

As for me, I had a wonderful job for about four years as a commercial photographer. I can say that in that profession every time you work for somebody, like an art director, you are creating and recreating their vision. But at one moment I understood that I wanted to do my own work. It is my art work with my vision and it is much more satisfying for soul, but of course, commercial work, without any work basically, I would not be able to create my own project.

Actually we have mixed emotions about the exhibition. It was unusual to see familiar pictures in a different way, but is it bad? Each of us to decide.

«There is nothing more inspiring than dreaming. Each of us has dreams. Be careful listening to the critics and do not let them stop your work. Everybody has talents, but to become a master, you need something else: great patience and work. Hard work, belief in your dreams and stamina that is what will bring you to your dream career».

With those inspiring words by Sandro Miller to Krasnoyarsk students we are finishing our story. We can only agree with it and go conquer the world.

How do you choose your pictures? Which one was the most expensive and the most difficult?

When I got to know about my disease, all I could do was using my imagination.

НА ОДНОЙ СТОРОНЕ ОРИГИНАЛЫ ФОТОГРАФИИ, А НА ДРУГОЙ – РАБОТЫ, ВЫПОЛНЕННЫЕ САНДРО МИЛЛЕРОМ / IT IS AN ORIGINAL PHOTOGRAPHIES AND PICTURES MADE BY SANDRO MILLER

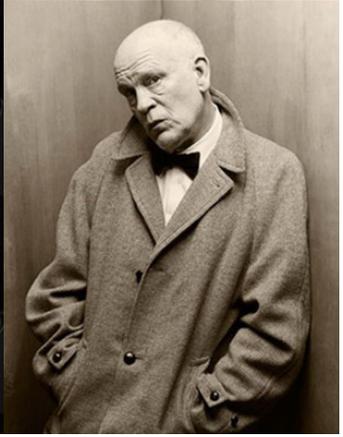
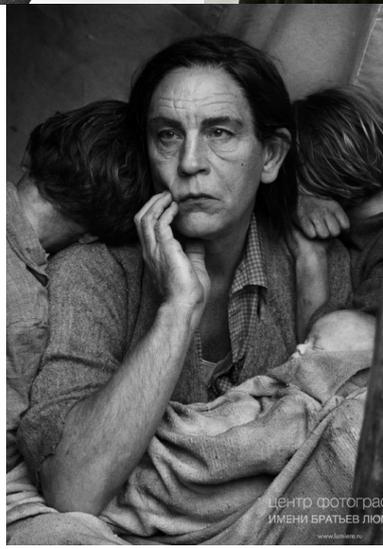
I AM AN ARTIST AND I SEE

IT LIKE THIS

We express our ideas in many ways. Somebody needs a piece of paper and a pencil, somebody needs a pen and a pile of letters in the right order, but for the character of our story the most important thing is a photocamera.

When I closed my eyes I could see certain pictures which every American knows. Those pictures are the icons of the last century, it is impossible to forget them. They lead you, inspire and make you move forward, so it was very easy to choose the photos. I used the pictures I had seen with closed eyes. Answering the question i can refer to the picture by Annie Leibovitz with John Lennon and Yoko Oko wich was taken the morning famous musician was killed.

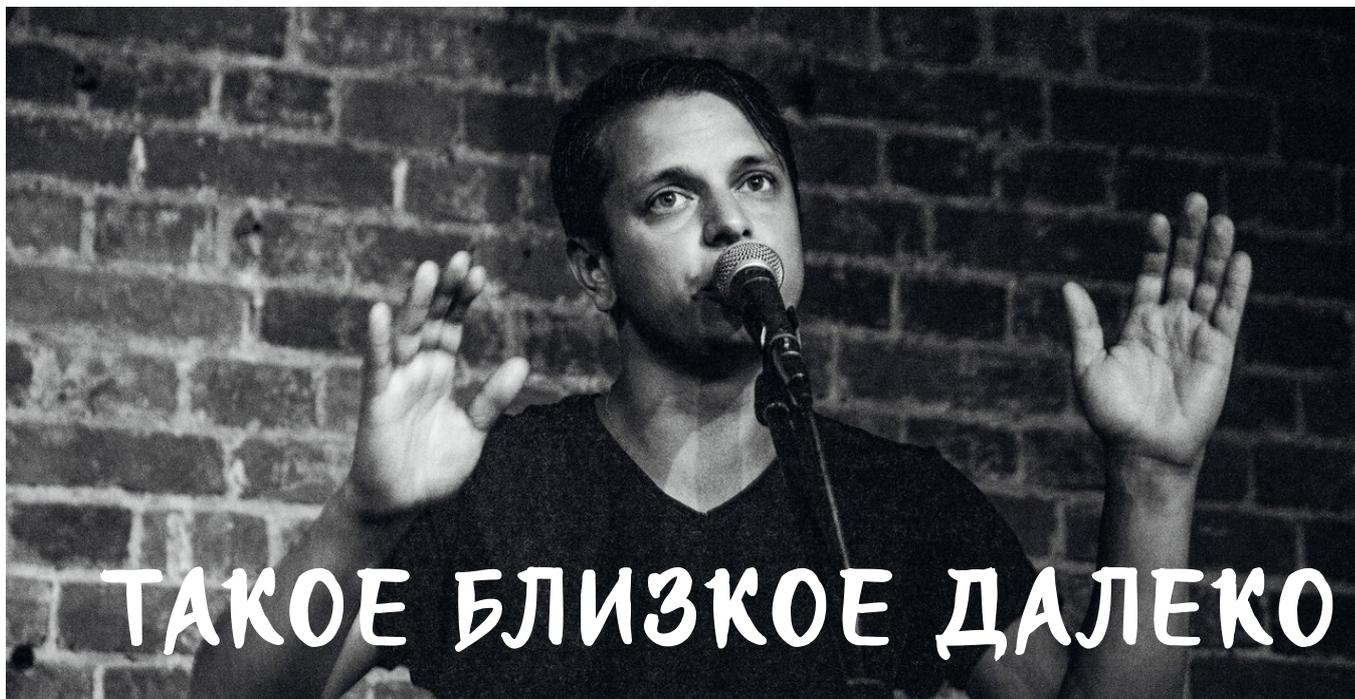
Also the master said that the hardest picture to take had been the «Beekeeper». The difficulty was to put to sleep the bees (there was a lot of them, actually), and then to place the insects on John Malkovich's body in the right order. John could not only move, he could not even breathe at that moment because the bees could fall with every movement.



journalists and was showing them why and how that art project was created. From his words that idea was born when he got to know about a serious disease and had no idea about his future. Sandro Miller and his friend, actor John Malkovich created their most famous photo as a respect to masters and the opportunity to explain his love to photography and art.

It is just a part of interview but we are glad to present it to you.

What is your opinion on the difference between commercial photography and art?



ТАКОЕ БЛИЗКОЕ ДАЛЕКО

Наверняка почти каждый из нас начинает свой день с музыки (противная мелодия будильника не в счёт!), а дорогу в институт вообще сложно представить без любимой песни в наушниках. Да что там говорить, мы можем к каждой своей эмоции без труда подобрать музыкальное сопровождение! Именно поэтому сегодня я объявляю торжественное открытие нашей новой рубрики, которая будет посвящена целиком и полностью музыкальным коллективам нашего города и исполнителям, работающим в самых разных жанрах.

Прежде чем рассказать о наших первых героях, хочется поговорить о том, какова «на вкус» ваша любимая музыка. Да-да, именно на вкус, вы не ошиблись. Кисло-сладкая, пряная или с едва заметной горчинкой? Ведь это так здорово, представлять себя музыкальным гурманом! Например, ребята, о которых пойдет речь сегодня, лично для меня как рожок освежающего мятного мороженого. Давайте скорее с ними знакомиться.

Представляем вашему вниманию синти-поп группу «Твоё далеко», которая была образована не так давно, но уже завоевала сердца слушателей по всей России! Описывать эмоции, которые вызывает музыка, безусловно, сложно, это нужно именно почувствовать на себе. Но с уверенностью можно сказать одно: услышав этих ребят, вы точно не сможете не танцевать! Нашей газете удалось взять небольшое интервью у вокалиста «Твое далеко» *Сергея Пастуха*.

Для начала расскажите немного о себе: где учились, с чего началось увлечение музыкой.

Учился я в СибГТУ на ле-соинженера, параллельно ходил в студенческий хор. Там меня, кстати, заметил мой нынешний шеф и пригласил после окончания университета в Красноярский государственный ансамбль песни «КрасА», где я по сей день и работаю, вот уже 8 лет.

Из музыкального же образования у меня только

музыкальная школа. Одним из первых был совместный с Сергеем Кузнецовым проект «Кузнец и Пастух», исполняли каверы на рок-группы, но постепенно начал появляться и свой материал.

Потом в 2012 году с Сергеем сделали летний проект — выступали на открытых площадках города, например, в КИЦ каждую субботу на протяжении всего лета.

Но, конечно, всегда хотелось петь что-то своё.



А как создавалась сама группа «Твоё далеко»?

Проект «Кузнец и Пастух» мы закрыли, я погрузился в себя. Репетировали с ребятами дома, так появился проект «Дом культуры». Это была своеобразная дань советской эстетике с долей определенной наивности. Писали песни, которые просто нам нравятся, даже хотели выпустить альбом под названием «Айфон». Спустя два года советской эстетики мы наигрались и изменили формат, в первую очередь, хотелось, чтобы не возникало ассоциаций с московской группой «ДК». Мы решили, что «Твоё далеко» ни с чем не ассоциируется, каждый может вложить в это название свой смысл. Вот в таком формате проект и существует уже примерно два года.

Увлечение музыкой пошло еще из детства?

Да, лет в 10 я начал сочинять, в 9 классе окончил музыкальную школу, но мы с родителями решили, что в музыкальное училище поступать не нужно. В 10 классе начал сочинять произведения для фортепиано, но это никуда не пошло, а желание заниматься музыкой, разумеется, осталось.

Получается, родители поддерживали в этих творческих порывах? Просто зачастую близкие не очень одобряют увлечение музыкой, так как в будущем это, как правило, не приносит особого дохода.

Да! Мне очень нравилась всегда позиция моих родителей, они говорили:

«Занимайся тем, чем хочешь, не будем ничего навязывать».

Конечно, это всегда некоторая жертвенность, но ведь так важно заниматься любимым делом, когда чувствуешь, что не просто ходишь на работу, а наслаждаешься тем, что делаешь.

В вашем коллективе вы все на одной волне или больше дополняете друг друга?

Безусловно, мы дополняем друг друга, так как есть распределение обязанностей: я пишу песни и музыку, Андрей Овчеренко оформляет материал, помогает с аранжировкой, а Сергей Кузнецов играет на гитаре, когда мы выступаем в близлежащих городах, и является нашим концертным звукорежиссером. Когда выступаем в Москве, Виктор Михайлов на гитаре — он перебрался туда, так что передаём материал на дистанции.

Что вы вкладываете в своё творчество, что хочется донести до слушателя?

Смыслы всегда приходят потом, я не руководствуюсь тем, что это должно значить. Ощущения всегда разные, что приходит, с тем ты и работаешь. Изначально это процесс бессознательный, потом уже начинаешь оформлять, но прежде всего эмоции, которые ты с помощью каких-то внутренних механизмов вытаскиваешь наружу. Тут всё зависит от фантазии и стиля мышления человека. Каждый должен находить свой смысл.

Относите ли вы свою музыку к какому-то определенному жанру? И что обычно слушаете сами?

Все любят разножанровую музыку, нет желания как-то противопоставлять себя. Мозг так устроен, ему всё время хочется всё как-то классифицировать, чтобы было понятнее. Но стилевые рамки — это очень условно, ты просто делаешь музыку, а как её назвать — это необходимо, наверное, чтобы было людям понятно, но я не отношусь к ограничениям серьезно.

Есть ли разница в приеме здесь, в Красноярске, и в других городах?

Везде по-разному и везде есть плюсы. Нужно понимать, что мы едем не «потусоваться», мы везем музыку и понимаем это, как её примут — уже другой вопрос. У нас же есть желание показать людям, как и чем мы живем, что здесь есть, показать нашу музыкальную культуру, наши эмоции.

Что вас вдохновляет?

Люди, природа, переживания, события внутренние и внешние. Но я не отслеживаю этот процесс. Просто накапливается энергетический потенциал, и в какой-то момент приходит определенное понимание или непонимание, но ты хочешь это делать и пытаешься как-то выразить.

Сергей, можете дать небольшой совет для тех, кто хочет реализоваться в творческом плане?

Бояться чего-то не смочь — это самый главный фактор, который мешает самовыражаться творческим людям, так что важно не останавливаться, работать над собой каждый день, упражняться в своем деле, совершенствоваться и уделять этому большее количество времени, это самое главное.

И с этим не поспоришь, действительно, все зависит только от нас. Говоря о группе «Твоё далеко», не возникает сомнений, что ребята нашли свой путь и получают удовольствие, занимаясь любимым делом. А самое главное, что при этом они дарят частичку себя и своих эмоций нам, слушателям. Наверняка все согласятся, что в этом и есть основное предназначение музыки — возможность переносить тебя в другой мир, позволять чувствовать и представлять что-то новое.

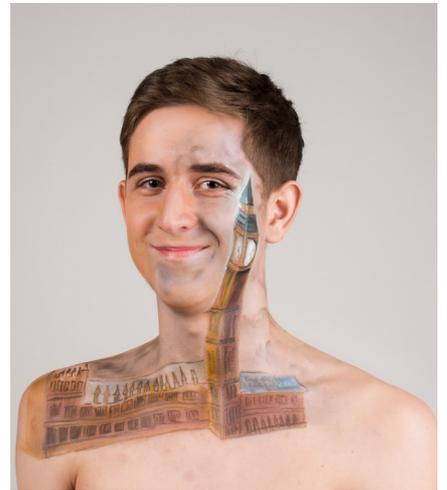
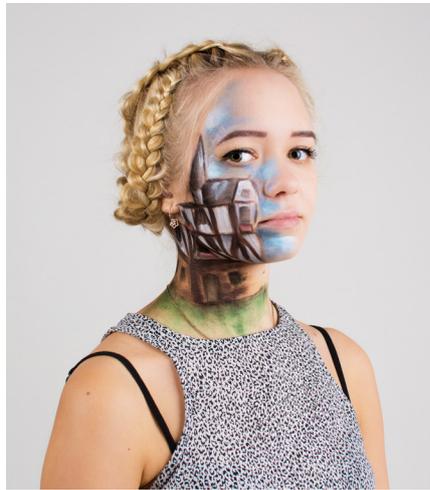
Так что, друзья, если холодным осенним вечером вам захочется немного полетать и потанцевать в космосе или переместиться, закрыв глаза, в теплый, но свежий летний денек, то вы теперь знаете, каким должно быть музыкальное сопровождение.



Стилевые рамки — это очень условно, ты просто делаешь музыку...



Эта группа, для меня, как рожок освежающего мятного мороженого



МИМЫ. ЭДИТ ПИАФ. РОМАНТИКА.
МЮЗИКЛЫ. ПОЦЕЛУИ. СЫР. ЭЙФЕЛЕВА
БАШНЯ. АРАБЫ. ИМПРЕССИОНИЗМ.
ФАНТОМАС. СЕНА. ГАЗЕТА LE MONDE.
ЛЯГУШАЧЬИ ЛАПКИ. ВИНО.

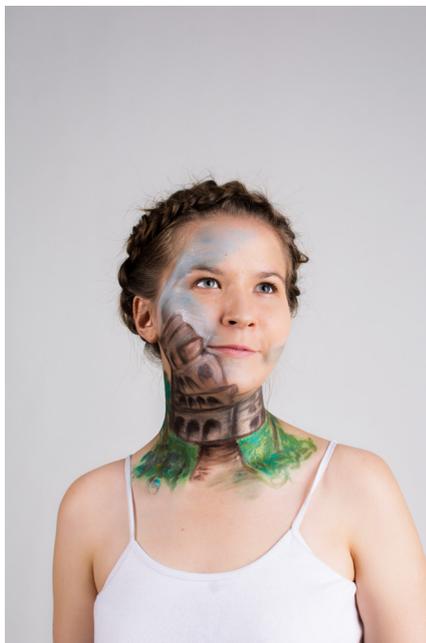
РЕЙХСТАГ. ПУНКТУАЛЬНОСТЬ.
БЕРЛИНСКАЯ СЕНА.
ДРЕЗДЕНСКАЯ ГАЛЕРЕЯ. БАВАРСКИЕ
КОЛБАСКИ. ФАШИЗМ. НОВШЕСТВА.
СКУРТУЛЕЗНОСТЬ.

КОРОЛЕВСКАЯ СЕМЬЯ.
ПРИНЦЕССА ДИАНА. ШЕРЛОК ХОЛМС.
BIG BEN. ДОЖДЬ. МОНАРХИЯ.
АЛЬФРЕД ХИЧКОК. ВВС. THE BEATLES.
5 O'CLOCK TEA.





ЗАГАДКА. СТРАННЫЕ ФИЛЬМЫ. БЕДНОСТЬ. КРАСОТА ПРИРОДЫ. ТРУД. БУДДА. СЛОНЫ. ТАДЖИ-МАХАЛ. КРИШНА. БОЛЛИВУД. МЕХЕНДИ. САРИ. ХОЛИ. МОТОРИКША. ЧАЙ.



ЖАРА. АРХИТЕКТУРА. ПИЦЦА. ПИЩА. ЖГУЧИЙ ТЕМПЕРАМЕНТ. СКОРОСТНЫЕ ПОЕЗДА. VODAFONE. МОПЕД. ДЖЕЛАТТО. РОДЕО.



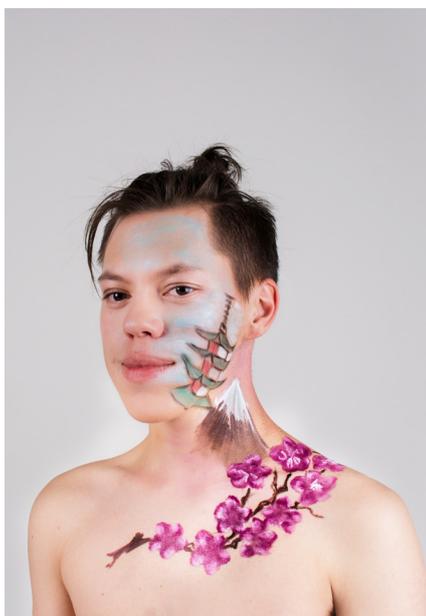
КАПИТАЛИЗМ. ИНДИВИДУАЛИЗМ. ИНТЕРНАЦИОНАЛИЗМ. ТОЛЕРАНТНОСТЬ. ПЕРЕНАСЫЩЕННОСТЬ. СТРЕМЛЕНИЯ. СВОБОДА. ВОЗМОЖНОСТИ. САМОВЫРАЖЕНИЕ.

Мы – смесь самых разных народностей, живших до нас. Мы потомки великих людей: Леонардо Да Винчи, Бетховен, Ломоносов.

Мы – жители мира, а не какой-то определённой страны. Мы – непохожие, но составляем одно целое.



ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ. МОРЕПРОДУКТЫ. ТЕХНОЛОГИИ. АНИМЕ. ИЕРОГЛИФЫ. ДОЛГОЖИТЕЛИ. ОКЕАН. РИС. РАССВЕТ. САКУРА. МИНИМАЛИЗМ. УВАЖЕНИЕ.



НЕПОХОЖИЕ



ЧЕТВЕРТЬ ЭКВАТОРА ЗА ГОД: СПОРТ, КОТОРЫЙ МЕНЯЕТ ВСЁ

«Наши футболисты уже давно умерли бы от такой работы! Вы что, бегать два дня на третий, нет! А тут каждый день! Это не для них».

Дмитрий Губерниев



«Бывает очень тяжело, и ты ничего не можешь с этим сделать, тебе приходится просто терпеть...»

Андрей Мельниченко

Мастер спорта по лыжным гонкам и служебному двоеборью, член сборной России по лыжным гонкам

ВОЗРАСТ: 24 год

РОСТ: 174 см

ВЕС: 69 кг

Тысячи километров по лесной лыжне в тридцатиградусный мороз, сотни часов в тренажерном зале и бег в летнюю жару на лыжероллерах — лишь малая часть того, что переносит организм этих спортсменов в течение года. Не так много дней осталось до старта зимнего соревновательного сезона, менее двух с половиной лет — до старта Универсиады в нашем городе, и газета «УМЫ» продолжает знакомить вас с самыми разными видами спорта и яркими их представителями из нашего университета. На очереди — один из самых значимых видов спорта — лыжные гонки.

Порою остаются в тени истинные труженики спортивного тыла. Те, кто комфортным теплым залам предпочитают лютые сибирские морозы и тренировки в летний зной. Те, кто делают свое дело не в погоне за славой и миллионными контрактами, а просто понимая, что кроме него этого не сделает никто. В спортивных новостях им часто отводится роль менее значимая, чем они заслуживают: короткий сюжет в середине или конце программы на 5-7 минут почему-то считают достаточным, чтобы показать этот вид спорта. И это в лучшем

случае... В худшем — «запихнут» на какой-нибудь платный канал, где посмотрят этот сюжет единицы. При том, что побед наших спортсменов в этой дисциплине предостаточно: вспомнить, например, финал **Олимпийских Игр в Сочи**, где весь пьедестал в самой престижной гонке на **50 километров** заняла сборная России! Сколько теперь человек вспомнят имена триумфаторов: **Александра Легкова**, **Максима Вылегжанина** и **Ильи Черноусова**? Зато каждый знает игроков, составляющих бесславную сборную России по футболу, хотя надо отметить, и не из-за их «многочисленных» побед.

Знакомьтесь, человек со стальным характером и диетой Фелпса, любящий лыжи больше, чем Губерниева, мастер спорта России по лыжным гонкам и служебному двоеборью — **Андрей Мельниченко**, студент Института физической культуры, спорта и туризма СФУ!

Во время данного интервью Андрей находился на тренировочных сборах в **Болгарии** на легендарной спортивной базе Бельмекен в рамках подготовки к чемпионату России по лыжероллерам и кроссу, который пройдет в **Тюмени** в конце сентября. Вы прочтаете это только

в октябре, но уже можете запастись настрой на старт зимнего сезона, где можно будет увидеть Андрея в основном его занятии — лыжных гонках.

Здравствуйте, Андрей! С места в карьер, сразу задам вам банальный вопрос: сколько уже лет занимаетесь лыжными гонками, кто и когда вас впервые привел в лыжную секцию?

Занимаюсь я с 4 класса, получается уже около 14 полных лет, из которых 9 — профессионально. Помню, как начала существовать спортивная секция по лыжным гонкам в моей родной школе, тогда мой первый тренер ходил по классам и записывал желающих, звал на первые тренировки, и я тоже решил попробовать.

Никогда не было проблем с дисциплиной, отношением к тренировкам?

Многим людям не сразу начинает нравиться тот спорт, куда их приводят. Тем более что лыжи — один из наиболее сложных и энергозатратных видов.

Во время моего обучения кроме стандартных школьных секций не было ничего. Я очень интересовался данным видом спорта. Настолько, что сначала я тренировался в своей возрастной группе, потом приходила старшая, и с ними я тоже занимался.

Какое количество времени уходило на две тренировки подряд? Вы сильно уставали?

Вряд ли, когда занимаешься тем, что нравится, устаешь меньше, а на тренировки уходило по 2-3 часа.

Как профессиональный спортсмен скажите, какая специализация у вас в рамках лыжных гонок: длинные или более короткие дистанции?

Я больше предпочитаю длинные гонки коньковым ходом. Классикой я тоже бегаю, но там результаты похуже. Также бегаю более короткие,

спринтерские дистанции, но только «коньком».

Какие аспекты подготовки отличают именно лыжников от спортсменов в других видах спорта, а какие наоборот похожи с другими циклическими видами?

Больше циклической работы и объема тренировок в летний период, так как календарь соревнований такой.

Самый любимый и нелюбимый этап подготовки в годичном цикле тренировок? Какой примерно общий объем нагрузок преодолеваете в течение года?

В прошлом году у меня вышло около 9500 километров общей дистанции. Любимых и нелюбимых этапов нет, все одинаковые.

Когда поступали в СФУ, какие достижения уже были у вас и как они помогли вам? Чем собираетесь заниматься после окончания спортивной карьеры?

Я был кандидатом в мастера спорта по лыжным гонкам. Ничем это мне не помогло, поступал своими силами. На эту тему я пока не думал, как закончу — тогда и буду думать.

Опишите ваш спортивный реним.

Две тренировки в день: первая в 8:30 на 3-3,30 часа, вторая в 16:00 на 2,30-3 часа, подъем в 7:20, и в 22:00 отбой.

Над чем активно работаете на данный момент?

Проводим большой объем силовых и скоростно-силовых работ.

Можете расшифровать для человека, который будет впервые читать о лыжнике, в чем они заключаются? Работа в тренажерном зале? Бег на лыжах в гору?

Да, силовые работы проходят в тренажерном зале и на лыжероллерах. Также есть специальные тренажеры, которые позволяют нам имитировать лыжные толчки.



«За год мой объем работы на дистанции составляет 9500 километров...»

Недавно видел на сайте СФУ новость о том, что вам присвоено звание Мастера Спорта России по служебному двоеборью, опишите этот не слишком знакомый широкой публике вид спорта, в чем он заключается, чем он интересен?

Это звание присваивается на российских стартах по структуре МВД, для этого необходимо выиграть дисциплину. Сначала нужно сделать 16 выстрелов из пистолета Макарова, в результате можно набрать 160 очков максимально, потом эти очки переводятся в секунды. На следующий день ты бежишь гонку длиной 15 километров, естественно, побеждает тот, кто показал самое быстрое время по сумме двух этапов.

Стрелять вы уже умеете, никогда не думали про карьеру биатлониста?

Пока нет, меня все устраивает в моем виде спорта.

Вот, что значит преданность своему виду спорта и целеустремленность! А как обстоят дела со сборной России? Уже входите в ее состав или собираетесь попасть туда в ближайшее время? Какой шанс увидеть вас на зимних Олимпийских играх 2018 года и Универсиаде 2019?

Я уже 3 года в сборной России по лыжным гонкам, но до Олимпиады еще 2 года, все может измениться. А вот на Универсиаду я уже не попадаю из-за возрастного ограничения, которое ввели в этом году, несмотря на то, что учусь в университете.

Знакомы лично с Александром Легковым? (олимпийский чемпион зимних игр 2014 года)

Конечно, мы все друг с другом знакомы, так как в одной сборной команде, вместе тренируемся, встречаемся на соревнованиях.

Каковы ощущения во время гонки, когда начинает «накрывать» и приходится терпеть, переступать через себя, чтобы победить?

Бывает очень тяжело, и ты ничего не можешь с этим сделать, тебе приходится просто терпеть. Зачастую не получается сделать даже одно лишнее движение, выходящее за пределы твоего текущего ритма, так как уровень закисления очень высок в соревновательном процессе.

К какой минуте или части дистанции это происходит?

У всех это бывает по-разному, но в основном к концу дистанции.

Когда сбавается 2-3 километра?

Часто бывает, что и за 1 километр или всего за 500 метров до финиша.

Любимое блюдо во время отдыха между тренировочными циклами?

Я вообще никогда не соблюдаю диеты, ем все, что хочу, ни в чем себя не ограничиваю.

Это положительно сказывается на результате?

В какой-то степени да, так как чисто психологически нет никаких ограничений в плане питания. Ем я много, но при этом вес практически не меняется, так как все восполняется и уходит в тренировочном процессе, с учетом того, что по частоте и длительности наши тренировки очень «объемны».

Любимая книга, фильм, исполнитель?

На литературу и фильмы на сборах практически нет времени. А вот в музыке... я слушаю самые разные жанры, в зависимости от настроения

Ваш любимый спортсмен? Какие другие виды спорта любите и смотрите? А какими бы вы никогда не стали заниматься?

Любимого спортсмена у меня нет. Из других видов спорта часто смотрю футбол и играю в него и волейбол. А над тем, какими никогда бы не занялся, не задумывался, каждый вид спорт чем-то хорош!

Цели и планы на ближайшие 10 лет в спорте и в личной жизни?

Не люблю загадывать на будущее, пускай будет, как будет.

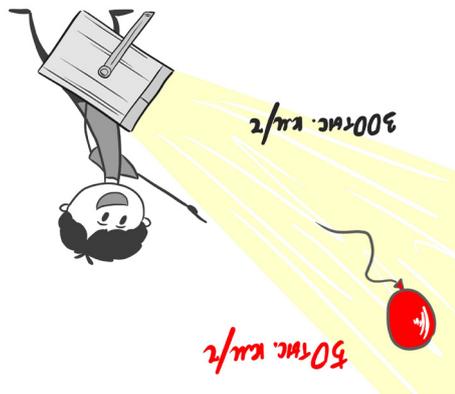
Лыжные гонки не для всех. Организм спортсмена испытывает колоссальные нагрузки в процессе тренировок и соревновательных выступлений: суточные затраты энергии при занятиях лыжными гонками составля-

ют 7000 кКал и больше, в то время как в различных игровых видах спорта эти цифры редко достигают 5500 кКал в день. Схожую с лыжниками нагрузку испытывают пловцы на средние и длинные дистанции, марафонцы, бегуны-стайеры на дистанции в 10000 метров и шоссейные велогонщики. Многие слышали о диете легендарного пловца — Майкла Фелпса, который на обед помимо большой пиццы съедает еще около 400 грамм пасты. Разумеется, не каждый организм имеет такой быстрый обмен веществ, чтобы полностью израсходовать энергию, полученную из данных продуктов, но и лыжникам приходится употреблять за день насыщенный с точки зрения калорийности рацион. Но помимо затраты энергии на тренировки приходится постоянно преодолевать суровые условия внешней природной зоны...

«Winter is coming», и это будет наша зима, пожелаем Андрею дальнейших успехов в подготовке к соревнованиям и надеюсь на его успешное выступление на ближайшей Олимпиаде!



«Я уже 3 года в сборной России по лыжным гонкам, но до Олимпиады еще 2 года, все может измениться...»



Вот уже прошло 60-летнее десятилетие, как немецкий физик Макс Планк ввел в жизнь термин «Теория относительности». Все мы в школе встречались с этим понятием, и я готов поспорить, что большинству уже было понятно, а то и не понимало его до конца. Ну что ж, давайте вспоминать и разбираться!

Концепция относительности была разработана Альбертом Эйнштейном в начале XX века. Законы физики и механики не зависят от движения наблюдателя. Это никак не связано с механикой Ньютона и Галилея. Подумайте, если мы отправим шарик в воздух, он будет двигаться с определенной скоростью, а затем выстрелит из светового пистолета со скоростью 300 тыс. км/с, по формулам Галилея, то, по формулам Эйнштейна, который полагает, что световая скорость постоянна, а для уравнения разности времени и пространства — другие. Вскоре выяснилось, что это не так, а для уравнения разности времени и пространства — другие. Вскоре выяснилось, что это не так, а для уравнения разности времени и пространства — другие. Вскоре выяснилось, что это не так, а для уравнения разности времени и пространства — другие.

1905 год. Нидерландский физик-теоретик Хендрик Антон Лоренц сформулировал для уравнения Максвелла новые формулы пересчета координат неподвижной системы отсчета относительно движущейся. Но вопрос все равно оставался открытым. Получалось, что для уравнения Ньютона нужно использовать один преобразований, а для уравнения Максвелла — другие. Но вопрос все равно оставался открытым. Получалось, что для уравнения Ньютона нужно использовать один преобразований, а для уравнения Максвелла — другие.

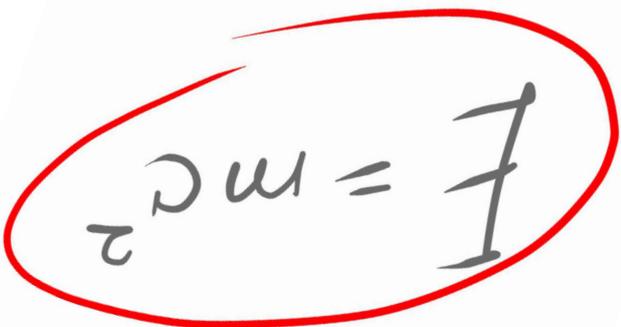
1904 год. Нидерландский физик-теоретик Хендрик Антон Лоренц сформулировал для уравнения Максвелла новые формулы пересчета координат неподвижной системы отсчета относительно движущейся. Но вопрос все равно оставался открытым. Получалось, что для уравнения Ньютона нужно использовать один преобразований, а для уравнения Максвелла — другие.

1905 год. Нидерландский физик-теоретик Хендрик Антон Лоренц сформулировал для уравнения Максвелла новые формулы пересчета координат неподвижной системы отсчета относительно движущейся. Но вопрос все равно оставался открытым. Получалось, что для уравнения Ньютона нужно использовать один преобразований, а для уравнения Максвелла — другие.

НЕМНОГО ПРЕДЫСТОРИИ...

ВСЁ ОТНОСИТЕЛЬНО...

КОРОТКО О ТЕОРИИ ОТНОСИТЕЛЬНОСТИ



Альберт Эйнштейн

Теория относительности.

Когда сидишь на раскаленной печи одну минуту, кажется, что прошел целый час. Когда сидишь на холодной скамье, кажется, что прошла одна минута.

*Автор вдохновлялся материалом из журнала «Популярная механика» (№10, август 2003)

А она очень и очень велика. Но СТО верна только в одном случае, когда движение прямолинейно и равномерно. Если же материальное тело ускоряется или сворачивает в сторону, законы СТО уже не действуют. Тогда берет на себя ответственность Общая Теория Относительности (СТО).

Почему Альберт Эйнштейн достиг успеха? Дело в том, что он ставил экспериментальные данные выше теоретических. Когда в ряде экспериментов обнаруживались расхождения, противоречащие общепринятой теории, многие физики решали, что эти эксперименты ошибочны. Эйнштейн был одним из первых, кто решил построить новую теорию на базе новых экспериментальных данных. Вот с кого нужно нам брать пример!

Он вводит теорию, объясняющую устройство нашего мира на макроуровне, и делит ее на две части: специальную, которая рассматривает физические процессы в равномерно движущихся объектах, и общую, которая рассматривает ускоряющиеся объекты и объясняет процесс гравитации.

Специальная Теория Относительности (СТО) появилась раньше и, по сути, является частью Общей. В основу этой теории Эйнштейн положил принцип относительности, согласно которому любые законы природы одинаковы относительно неподвижных и относительно движущихся с постоянной скоростью тел. Куда проще? Но из этого следует, что скорость света одинакова для всех тел!

Ньютона нужно доработать!».

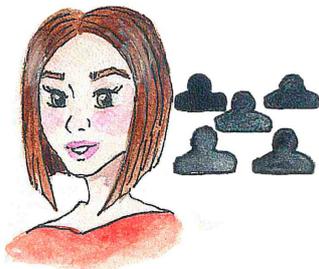
Он вводит теорию, объясняющую устройство нашего мира на макроуровне, и делит ее на две части: специальную, которая рассматривает физические процессы в равномерно движущихся объектах, и общую, которая рассматривает ускоряющиеся объекты и объясняет процесс гравитации.

Специальная Теория Относительности (СТО) появилась раньше и, по сути, является частью Общей. В основу этой теории Эйнштейн положил принцип относительности, согласно которому любые законы природы одинаковы относительно неподвижных и относительно движущихся с постоянной скоростью тел. Куда проще? Но из этого следует, что скорость света одинакова для всех тел!

10

СПОСОБОВ
НАЙТИ
ВДОХНОВЕНИЕ
В ОКТЯБРЕ

Чем ближе подступают зима и морозы, тем больше хочется впасть в спячку и замедлить жизненный темп: дольше спать и греться под одеялом, слушать приятную музыку и кутаться в шарфы, внести в дом уют и огромное количество тепла, полученное от всех грелок мира. Только вот жизнь идет своим чередом: учеба, работа, различные дела, которые хочется иногда отложить в дальний ящик. Так, где же искать вдохновение, чтобы быть продуктивным и не сбивать свой внутренний компас, направленный на достижение целей? Возможно, именно эти 10 «вещей» вдохновят вас на новые свершения и чувства.

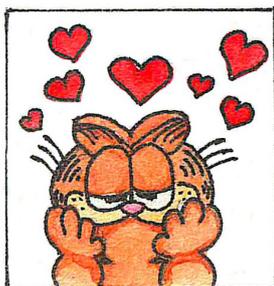
1 ПРАВИЛЬНОЕ
ОКРУЖЕНИЕ

Есть огромное количество психологических техник и бизнес-тренингов, где речь идет об окружении, потому что оно оказывает колоссальное влияние на вас и вашу жизнь. Здесь все просто: когда вокруг все жалуются и бездействуют, вам сложно будет долго быть стойким оловянным солдатиком и пробивать себе дорогу, и однажды «нытье» друзей просто сломит вас. Это так же, как сидеть на строгой диете, когда лучший друг у вас под носом уплетает пончики. Или если вы развиваетесь: книги читаете, в театр ходите, устраиваете себе интересный досуг, а друг смеется над всем этим и лежит на диване дома, говоря, что вам «нечем заняться», вероятность расхождения пути слишком велика. Просто помните, что с сильными и интересными людьми рядом вы сами растете. Очень важно найти «свою стаю». Ищите единомышленников.



2 ТВОРЧЕСТВО

У каждого человека есть то, что приносит ему огромную радость в процессе создания: приготовление блюд, вышивание крестиком, зарисовка скетчей, изготовление глиняных фигурок или написанные книги. Просто делайте то, что любите не реже 2-3 раз в неделю, творите, и это будет греть вашу душу и помогать развить новые навыки.



4 ЛЮБОВЬ

Когда мы влюблены, мир кажется лучше в тысячу раз, а глаза способны осветить даже самые темные улицы в подворотнях. Просто любите и не просите ничего взамен. Если вы сможете открыть свое сердце, то увидите, счастье не заставит себя ждать.

3 РАСЧИЩАЙТЕ
ДОМ ОТ ГРЯЗИ,
А ГОЛОВУ
ОТ СТАРЫХ ОБИД

Очистите балкон от хлама, не жалея выбрасывайте всё, что уже лет пять собирает дома пыль. Простите старые обиды и отпустите злость. «Прощать» с санскрита переводится как развязывать — так и не оставляйте в своей душе ненужные узелки. Очистив дом, мысли и сердце, вы обязательно притянете что-то новое и приятное.



5 ИСКУССТВО И МУЗЫКА

В сентябре я посетила несколько очень долгожданных концертов и выступлений, например, вечер стихов Ах Астаховой. И каждую секунду этого концерта создавалось впечатление, что тело наполняется теплом. Это было настолько великолепно, что после вечера хотелось учить все ее стихи наизусть и обнимать весь мир. Найдите те песни, спектакли или концерты, которые помогут зажечь в вас внутренний огонь, и обязательно сходите на них, причем, не слушая никого, кто называет ваш художественный вкус «дурацким». Хочется оперы? Вперед! Русский рэп? Если вас вдохновляет, то отлично — скорее покупайте билеты.



6 ЛЮБИМАЯ РАБОТА (ПОДРАБОТКА).

Просто найдите то место, куда приятно приходиться, где, по вашему мнению, труд оценивают честно и вам там приятно находиться. Не нравится — ищите новое, пока вы молоды — смело рискуйте. Давайте вспомним, как говорил Джим Рон: «Если вы недовольны тем местом, которое занимаете, смените его, вы же не дерево».



7 ДОБРЫЕ ДЕЛА

Пару дней назад я стояла в кофейне, и рядом с кассой переминался с ноги на ногу мальчик лет 10-ти с огромным рюкзаком. Каково было мое удивление, когда ребенок дождался свой огромный стакан с кофе и с горящими глазами начал есть сливки, водруженные сверху напиток. Как только он ушел, я вопросительно посмотрела на бариста (в 10 лет кофе? Я фишки «покемонов» собирала и жвачку за 50 копеек жевала, но речь не об этом). Бариста улыбнулся и сказал: *«Простой мальчишка, не “мажор”. С бабушкой живет. Мы с ним познакомились как-то и договорились, что если бабушке вместо троек будет 4-ки и 5-ки носить в дневнике, я ему раз в неделю буду самый вкусный напиток делать. Так он поднял успеваемость, теперь раз в неделю с дневником приходит за своим заслуженным стаканчиком»*. И в этот момент у меня по всему телу словно банда ежиков пробежала. Настоящие добрые поступки — это не вещи, которые мы считаем хламом и просто «сплавляем», и не 100 рублей, которые переводим на счет нуждающимся, ставя галочку — мол, дело сделано. Это то, что действительно может кому-то помочь или даже изменить чью-то жизнь. Не обязательно бежать спасать мир, просто подумайте, кому вы можете помочь именно сегодня. И сделайте это.



8 ДУША

Капучино с осенними сиропами в городских кофейнях, катание на роликах по хрустящим листьям и любые другие радости, цв которых нуждается ваша душа. Слушайте ее.



9 СПОРТ

И здесь речь идет не о физкультуре или утренней зарядке, которыми нас «прокачивают» чуть ли ни с рождения, а о том, чего душа требует. Пусть это будет зумба утром в субботу, фигурное катание, прыжки на батуте, походы в горы, бальные танцы, плавание. Дайте себе возможность пробовать разные виды спорта и найти именно свой, чтобы не приходилось искать «отмазки» для пропуска, а хотелось лететь на занятие со скоростью света.



10 САМО-ОБРАЗОВАНИЕ

Новые знания всегда заставляют двигаться дальше, а если они интересные и уникальные — так вдвойне! Пользуйтесь возможностями, которые дает вам жизнь: хотите развить навыки журналиста — бегом на курсы «Пиши интересно», хотите открыть свой бизнес — как раз в октябре стартует Краевая молодежная бизнес-школа, хотите найти свое призвание — участвуйте в #селфквест. И помните, отмазка «дорого» не принимается, у нас в городе огромное количество абсолютно бесплатных программ, тренингов и воркшопов.

Ищите вдохновение в мелочах, дарите его другим и всегда помните о том, что у жизни нет репетиций. Тепло вам октября!

НЕ ЖЕНСКОЕ ЭТО ДЕЛО!

Современный мир играет по своим правилам. Никого не удивляют женщины, выбирающие тяжелые мужские профессии. Роль мужчины и женщины претерпевает значительную трансформацию. Чем обусловлены такие социальные изменения?

ОПЫТ ПРОШЛЫХ ЛЕТ

В одной из сцен фильма, созданного по мотивам одноименного романа «первой леди» английской литературы Джейн Остин, «Гордость и предубеждение», герой сказал своей сестре примерно следующие слова: «Как же сложно быть женщиной! Нужно научиться и петь, и танцевать, и играть на инструменте, и языки изучать, и литературу...». С тех пор подход к образованию существенно изменился...

ЧТО МЫ ИМЕЕМ?

Российские девчонки и мальчишки получают знания в одних школах, сидят за одними партами, стремятся к успеху и получают равнозначные оценки, что, конечно же, не может быть плохо. Повсюду ценится дух соревнования. А если вспомнить не столь далекое прошлое? Как долго к этому шли?

Немного фактов: До XIX века избирательное право женщины имели только локально, да и то с целым рядом ограничений, и лишь в 1893 году в Новой Зеландии впервые его ввели на постоянной основе, в России же оно появилось незадолго до окончания первой мировой войны (1918г.). А что было до этого? Невозможность участвовать в выборах, отсутствие права голоса, и никаких возможностей!

Возвращаемся в 21 век. Борьба женщин за право голоса сместила гендерные ценности настолько, что женственность и нежность уже не ценятся, правда ли это?



Женщины – нежные, возвышенные существа, порой нелогичные и многогранные

ОБРАТИМСЯ К ПРОФЕССИОНАЛАМ

Ситуацию комментирует практикующий семейный психолог — Елена Александрова:

«Изменение гендерных ролей в современном обществе может происходить по нескольким причинам. Во-первых, женщины приобрели возможность иметь образование и финансовую независимость. Во-вторых, женщины имеют лучшую приспособляемость к быстро меняющимся реалиям современного общества. Кроме того, в случае, когда семья остаётся без мужчины (войны, революции и т.д.), женщина вынуждена брать на себя мужскую роль главы семьи, кормильца, добытчика. Девочки, выросшие в такой семье, свою семейную жизнь строят по этой модели. Для них быть кормильцем и добытчиком — норма. Современная система совместного воспитания и образования мальчиков и девочек происходит по мужской модели. А поскольку большинство работников системы образования — женщины, воспитание строится по-женски, что проявляется в манипулятивном стиле общения, наказаниях за проявления мужских способов решения, конфликтов, что порождает формирование женских качеств у мальчиков, и не развивает мужских»

”

“

КАК НА ДЕЛЕ?

Мы провели опрос среди студентов, обучающихся в институтах, традиционно считающихся мужскими. Каждой из них был задан вопрос: «С чем связан выбор твоей профессии?», вот некоторые из ответов, которые мы получили:

Имя: Екатерина
Институт: ВИИ
Специальность: переводчик

«Нельзя сказать, что наш институт полностью соответствует метафоре — «с мужским лицом». Не секрет, что мы получаем две специальности, одна из которых — военная. Если нравятся две эти области, почему бы их ни совместить? Повторюсь, лицо у нас вовсе не «мужское». Да, мы курсанты, и выбрали вовсе не девчачью профессию, но это не означает, что мы обязаны быть пацанками. Наоборот, в нашем институте много добрых и обаятельных девушек. Единственное, профессия обязывает нас быть сильными, как физически, так и психологически, смелыми и храбрыми.»

Имя: Екатерина
Институт: ВИИ
Специальность: радиоэлектронные системы и комплексы

«Когда я была маленькая, моя тетя работала в военной части, я часто приезжала к ней и видела людей в зеленой форме. Еще тогда я поняла, что хочу стать «военной-здоровенной», и вот, моя судьба определилась, когда сдала экзамены и поступила в наш замечательный институт. Мне нравятся форма и построения, а также нравится выполнять задачи, которые ставят офицеры.»

БЫТЬ ИЛИ НЕ БЫТЬ?

С одной стороны, стоит ли оправдывать выбор кажущейся нам мужской профессии стремлениями к лидерству и организованности? Разве в таких областях, как экономика, образование и медицина не нужны профессионалы? Женщины — нежные, возвышенные существа, порой нелогичные и многогранные, вероятно как раз в силу своих особенностей и зефирной воздушности привносят неповторимое очарование и необходимые элементы в такие, казалось бы, чисто мужские профессии! Успеха бояться не стоит, и если душа тянется к тому, чтобы носить погоны, тогда вперед к покорению новых вершин, лишь бы это делало вас счастливыми и позволяло сохранить женственность и очарование.

Мы живем в мире больших возможностей, выбор за вами!

Имя: Наталья
Институт: ВИИ
Специальность: перевод и переводоведение

«Когда мне было 7 лет, в преддверии праздника 9 мая по телевидению крутили старую пленку, снятую во время войны. Глядя на отважность и мужество мужчин и не уступающих им женщин, я поняла, что хочу стать офицером! Человек, любящий свою Родину, обязан защищать её. Что может быть благородней, чем профессия военного? Служба во имя покоя и блага русского народа, вот что по истине является почётным.»

Имя: Анастасия
Институт: ИФКСИТ
Специальность: рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

«Свою профессию я выбрала еще много лет назад, целенаправленно шла к поступлению в этот институт. Моя профессия отличается от всех тем, что только в ней сочетаются такие особенности, как грация, сила, ум и красота, поэтому я решила развиваться именно в этом направлении.»

Имя: Екатерина
Институт: ИНИГ
Специальность: эксплуатация транспортных и транспортно-технологических машин и комплексов

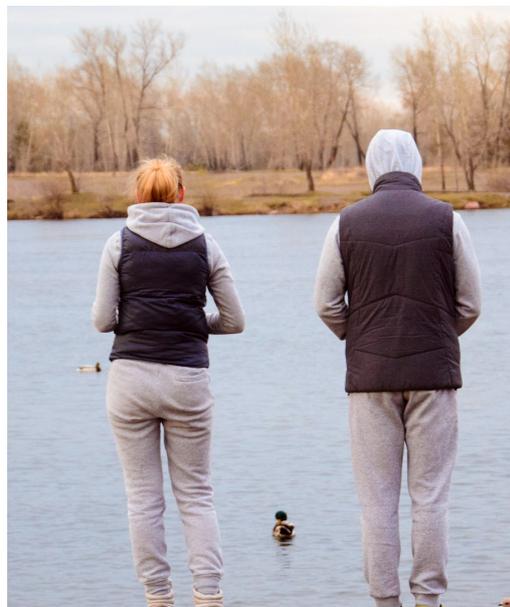
«Физика была одним из моих любимых предметов в школе, интерес к специальности подогревал и преподаватель, поэтому выбор был сделан практически без сомнений. Руководство моего института активно способствует дальнейшему трудоустройству выпускников, что также делает мой выбор обоснованным. Моя специальность востребована и высокооплачиваема на рынке труда.»

Имя: Арзу
Институт: ВИИ
Специальность: автоматизированные системы управления

«Быть офицером — красиво! Это почетно! Как и во многих других профессиях: специалистов много, а хороших мало. Чтобы быть хорошим командиром, необходимы сильные лидерские качества, сила воли и мужественный голос. Настоящего офицера слушают не потому, что у него звёздочки на погонах, а потому, что признают его авторитет. Командир обязан быстро соображать в критических ситуациях, чтобы не подвергать опасности своих подчинённых и мирных людей, которых он обязан защищать. Офицеры — это гордость страны!».



Форма и девушкам к лицу



Девочки, выросшие без отца, свою семейную жизнь строят по этой модели. Для них быть кормильцем — норма

Здравствуй, инициативный и любознательный студент! Рады приветствовать тебя на странице рубрики «Студент прав», где ты, надеемся, каждый раз черпаешь для себя что-то раннее неизвестное, но очень важное о своих правах и Университете в целом. Сегодня мы расскажем об ученом совете и Совете обучающихся нашего Университета. Ты готов зарядиться знаниями?.. Поехали!

УЧЕНЫЙ СОВЕТ

Согласно п. 4 ст. 26 Федерального закона №273 «Об образовании в Российской Федерации» в образовательной организации формируются коллегиальные органы управления, одним из которых и является **ученый совет**.

Согласно **Уставу СФУ** состав ученого совета утверждается конференцией работников и обучающихся (высшим органом управления Университета). В него входят: ректор Университета (он же и председатель Совета), президент Университета, проректоры, а также деканы факультетов, директора институтов и представители ППОС. Другие члены ученого совета избираются конференцией путем тайного голосования. Срок полномочий ученого совета составляет **5 лет**, а заседания проводятся не реже **1 раза в 3 месяца**, кроме летнего периода.

К компетенции ученого совета относятся:

- определение основных перспективных направлений развития Университета;
- нормативное регулирование основных вопросов;
- рассмотрение и принятие решений по вопросам образовательной, научно-исследовательской, информационно-аналитической и финансово-хозяйственной деятельности;
- заслушивание ежегодных отчетов ректора и отчетов руководителей структурных подразделений и др.

Решения ученого совета оформляются в протокол и являются обязательными для исполнения всеми работниками и обучающимися СФУ.



ЕСЛИ ХОЧЕШЬ ВСЁ ЗНАТЬ!

СОВЕТ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Также в целях учета мнения обучающихся по вопросам управления Университетом и при принятии локальных нормативных актов, затрагивающих их права и законные интересы, по инициативе студентов создается и функционирует совет обучающихся.

В соответствии с Положением «О Совете обучающихся СФУ» и в соответствии с законом № 273 он формируется из числа обучающихся. Его членами могут быть представители институтов СФУ, выбранные путем голосования в своих институтах, и представители (руководители) общественных объединений обучающихся, входящих в состав Совета. Полномочия представителей от институтов действуют **2 года**, от общественных объединений — на срок руководства объединением. Таким образом, состав Совета обучающихся постепенно обновляется. Что касается общих собраний Совета, они проходят не реже **1 раза в месяц**.

Совет обучающихся основной целью своей деятельности признает выработку консолидированного мнения обучающихся по вопросам управления университетом для более эффективной реализации образовательного процесса и молодежной политики. В рамках этой цели Совет оказывает содействие в реализации общественно значимых молодежных инициатив, поддерживает деятельность студенческих исследовательских бюро и лабораторий, центров профориентации, развития карьеры, волонтерского движения, творческих клубов и др. а кроме того кури-

рует вопросы Об участии обучающихся в форумах, конкурсах, событиях различного масштаба. И так же, реализует деятельность направленную на развитие становление квалифицированных кадров, реализации профессиональных интересов.

ОТКУДА ОНИ ПОЯВИЛИСЬ?



Наверное, никто не станет спорить, если мы скажем, что Университет — это целостная система, отдельные единицы которой находятся во взаимосвязи и взаимодействии, обеспечивая тем самым единство, устойчивость и дальнейшее развитие. Эффективное социальное партнерство, учёт мнения студента, реализация точек развития молодых специалистов — залог эффективности университета, качественного образования и позитивного вектора развития всего города.