

Видеть
и достигать
цели



Стр. 3

Баскетбол:
больше,
чем игра



Стр. 6-7

Знания
и спорт
против наркотиков Стр. 10



УНИВЕРСИТЕТСКИЙ ОБОЗРЕВАТЕЛЬ



ГАЗЕТА ЛЕНИНГРАДСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ИМЕНИ А.С. ПУШКИНА

№4(85) АПРЕЛЬ 2022 ГОДА



steshka.ru

*Дорогие коллеги,
соотечественники!*
Все дальше и дальше от нас победная весна 1945 года, огни салютов над советскими городами, слезы радости, парад на Красной площади... Уходят ветераны, все реже на улицах можно встретить седых людей с боевыми советскими наградами — уходит поколение победителей. Но остается память благодарных потомков о великом подвиге предков, сумевших отстоять свободу и независимость нашей Родины, сломать хребет жестокому и подлому врагу, и, как казалось совсем недавно, навсегда покончить с фашистской нечистью.
Память — это то, что сейчас придает нам силы в борьбе с мировым злом, наполняет отвагой и мужеством сердца бойцов, участвующих в специальной военной операции. Ведь наши ребята борются не только с нацизмом, но и с мировой русофобией, с объединенными силами, желающими ослабления, поражения России.
Но мы это уже проходили. Патриотизм и память, доброта, человеколюбие и справедливость — вот духовные скрепы всего русского народа. Мы не начинаем войны, мы их заканчиваем.
Наша сила в правде!
В преддверии великого и самого главного нашего праздника — Дня Победы — обращаясь к коллективу университета, студентам и преподавателям: будем достойны подвига старших поколений нашего народа, народа-победителя. Будем каждый на своем месте вносить вклад в развитие и процветание России. Будем сплоченны и сильны! С праздником! С Днем Победы!

Ректор
ЛГУ им. А.С. Пушкина
Г.В. Двас

Домашняя повседневность глазами историков



НАУЧНАЯ
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

С 7 по 9 апреля в ЛГУ им. А.С. Пушкина прошла международная научная конференция на тему: «Домашняя повседневность населения России: история и современность». Организатором мероприятия выступил факультет истории и социальных наук. Мы попросили рассказать об итогах конференции декана факультета Вадима Олеговича Левашко.



— Как проходила подготовка к конференции?

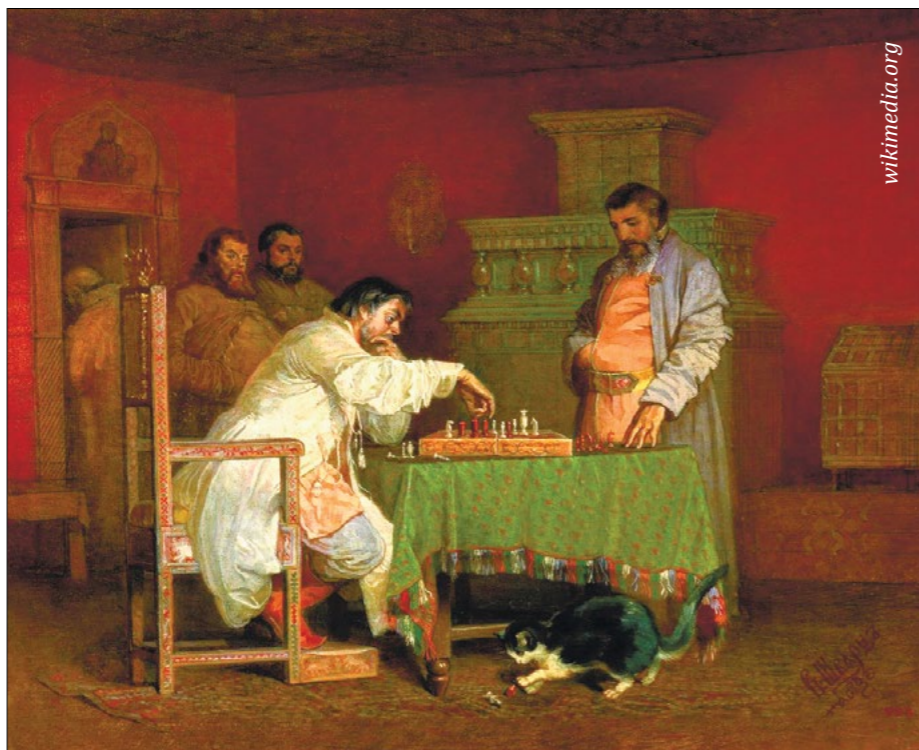
— В течение всего года. Для нас это главное и довольно масштабное событие, поэтому на протяжении всего года формировался контингент, рассылались письма, определялись вопросы. Это непростая работа, поэтому подготовка нынешней конференции началась сразу после того, как завершилась предыдущая, которая проходила с 1 по 3 апреля 2021 года.

— Кто принимал участие в мероприятии?

— В работе конференции приняли участие представители более 100 российских организаций, а также ученые из шести стран ближнего зарубежья.

— Из каких стран приехали участники? И как они узнали о конференции?

— Несмотря на все перипетии, на конференции были наши коллеги из Германии, Казахстана, а также историки с Украины. Это свидетельствует о том, что наша конференция по-прежнему остается большим международным форумом. Данное событие хорошо известно среди историков повседневности, а также историков социальной и гендерной истории, поэтому об этой конференции узнают заранее. Ученые из Германии, харьковские историки и наши казах-



wikimedia.org

ские друзья, с которыми мы взаимодействуем, давно начали готовиться к этому мероприятию.

— Какое значение имеет эта конференция для факультета и для университета в целом?

— Для факультета и для университета в целом это, на самом деле, выход в мировое пространство в прямом смысле слова. Также, когда к нам приезжают представители большей части российских высших учебных заведений, где есть исторические факультеты, безусловно, это прекрасная реклама университета и свидетельство высокого уровня нашей работы. Подобные мероприятия имеют большое значение для всех нас.

— Вадим Олегович, можете рассказать про историю появления конференции?

— История конференции и ее проблематика напрямую связаны с именем нашей заведующей кафедрой истории России Валентины Александровны Веремченко. Самая первая конференция была проведена 12 лет назад. Как начиналась эта работа, точно сказать не смогу, но могу отметить, что тема была выбрана

очень удачно. Шло время, и с каждым годом проблематика повседневной истории, микроистории, социальной истории становилась все более и более востребованной в исторической науке.

— Какую тему планируете осветить в следующем году на конференции?

— Конференция будет посвящена повседневности детского населения России.

— Что вам запомнилось больше всего?

— Вы знаете, обычно на таком мероприятии трудно что-то запомнить. Но я точно могу сказать, что традиционно отмечают наши гости. Все эти три дня, в течение которых проходит конференция, наши студенты присутствуют на секциях, внимательно слушают, участвуют в работе секций, а также всегда оказывают необходимую помощь гостям. Наши гости отмечают подготовленность наших студентов, их понимание ситуации и глубину вопросов, которые они задают.

Анастасия Лукьянченко,
студентка 2-го курса
филологического ф-та

Видеть и достигать цели



СПРАШИВАЕМ
У ДЕКАНА

Сегодня герой рубрики «Спрашиваем у декана» — человек, без которого невозможно представить жизнь экономического факультета. Мы поговорили с Надеждой Михайловной Космачевой и узнали, чем живет факультет.

— Надежда Михайловна, что входит в обязанности декана ЛГУ?

— В обязанности декана входит колоссальное количество задач. Основная, конечно, — организация и контроль учебного процесса. Но на деканат также ложатся обязанности, касающиеся воспитательной, культурной и научной работы. У нас в университете декан зачастую еще и заведующий кафедрой или штатный преподаватель. Поэтому определить, где кончаются управленческие функции кафедры и начинается работа деканата, сложно. Ситуация меняется настолько стремительно и трансформируется так быстро, что помимо закрепленных обязанностей приходится выполнять и новые.

— Какие качества ценятся в студентах вашего факультета?

— Наверное, стоит сказать про учебную работу, моральные и организаторские качества. Если говорить про учебную работу, нас интересуют трудолюбие и способность. Если говорить о коммуникативных функциях, то, с моей точки зрения, очень важны коммуникативные навыки, доброжелательность, искренность в отношениях.

Нам важно, чтобы студенты были творческими личностями. Важно, чтобы во время обучения они уже определились, чего хотят. Ценно, если у студента есть творческие способности: человек великолепно танцует, поет, играет в театре, может себя подать. Если человек хорош в спорте — это тоже для нас актуально.

Для меня ценно, чтобы студент был вдумчивым. Чтобы он не поддавался внешнему воздействию, не принимал без анализа, без своего мироощущения чужую точку зрения.

— Какие достижения факультета за текущий год, на ваш взгляд, были самыми важными?



— Достижение — это когда мы занимаем ведущие места. Когда наших студентов приглашают на пленарные сессии научных конференций не только в нашем университете. Достижение — это когда у нас большое число обучающихся получают повышенную стипендию, когда 95% студентов заканчивают наш университет успешно, при этом у нас практически 100% трудоустроенных. Достижение — то, что к нам стали приходить хорошие студенты, особенно на бюджет. Это дети, которые умеют учиться, организовывать свое время и участвовать не только в образовательной деятельности, но и в общественной жизни.

Я с годами пришла к выводу: можно, конечно, рассматривать покорение тех или иных вершин как достижение. Но для каждого существует свой уровень. Преодолеть лень — это уже достижение. Иногда жизнь подчиняют одной цели, например, карьерному росту. Но повышается ли качество жизни человека, становится ли он счастливее от этого? Я считаю, что самый главный успех — когда человек гармоничен внутри и когда ему хочется радоваться жизни.

— Как, на ваш взгляд, изменилась сфера экономики и экономического образования за последнее десятилетие?

— Очень существенно изменилась. Наверное, ни одна сфера так стремительно не меняется, как наша. Цифровизация привела к колоссальным сдвигам и в экономической, и в управленческой деятельности. Соответственно, сейчас мы живем в рамках новых стандартов, они у нас появляются достаточно быстро, прямо как грибы. Если мы берем за основу формирования определенных компетенций профессиональные стандарты, соответственно, мы меняем профили и образовательные подходы.

— Что пожелаете студентам?

— Больше всего я желаю студентам внутренней гармонии. Желаю, чтобы у них внутри был стержень, на который можно опереться, чтобы мысли не «расползались» в разные стороны. Желаю, чтобы они радовались весне, успешно сочетали учебу, общественную работу и личную жизнь. Желаю, видеть и достигать цели.

Дарья Мамаева,
студентка 2-го курса
филологического ф-та

На пути к финалу «Студенческой весны»

В этом году у 34 студентов ЛГУ им. А.С. Пушкина появилась возможность стать участниками самого масштабного мероприятия для молодежи — фестиваля «Студенческая весна». Сейчас они борются за место в региональной делегации, которая будет представлять наш город на грандиозном празднике в Самаре.

Чтобы глубже окунуться в атмосферу «Студенческой весны», мы попросили участников — студентов ЛГУ им. А.С. Пушкина — ответить на несколько вопросов.

ЮЛИЯ ВДОВИНОВА, студентка 4-го курса факультета естественных наук, географии и туризма, танцевальное направление:

— С каким номером ты выступала? В чем его задумка?

— Я выступала с сольным номером «Золушка» в направлении «Народный танец». Мой танец — это незамысловатая история о девушке, мечтающей о красивой любви и о чем-то большем, чем ежедневная уборка в избе.

— Ты сама ставила номер, или кто-то помогал?

— Номер мне помогала ставить подруга, Анастасия Степанова, которая так же, как и я, представляет русские народные танцы. Последние корректировки и улучшения вносил наш хореограф Елизавета Григорьева.

— Кто занимается выбором и покупкой костюмов?

— Выбор костюма — всегда очень сложная и ответственная работа, поэтому мы занимаемся этим вместе с хореографом, за которым последнее слово.

— Твой сценический образ был продуман заранее?

— Мой образ был изменен в последний момент перед первым выступлением, и, я думаю, это лучший вариант из возможных. Было много ненужных деталей, из-за которых образ казался тяжелым. На сцене танцор должен выглядеть легко, тут важное значение имеет сценический образ.

— Как ты считаешь, сильными ли были соперники?

— Текущий год — юбилейный для «Студенческой весны», и я думаю, что многие основательно подготовились к этому событию. Все соперники имеют разный уровень подготовки. В моей номинации, по сравнению с прошлым годом, стало больше участников, и их уровень стал намного выше.



— Рассчитываешь ли ты поехать на финал «Студенческой весны» в Самару?

— Поскольку в прошлом году я попала на финал, выступала там и почувствовала его атмосферу, то и в этом году надеюсь снова там оказаться.

— Какие впечатления остались от мероприятия?

— Мероприятие организовано ничуть не хуже, чем в прошлом году, надеюсь, так будет и в будущем. Атмосфера создана правильная: весело, душевно и немного напряженно, но это, как ни странно, помогает держать себя в тонусе.

АНГЕЛИНА ШИШКИНА, студентка 2-го курса филологического факультета, вокальное направление (номер совместно с Данилкой Сабеккиной):

— Какую песню вы выбрали для исполнения? Почему именно ее?

— Мы выбрали зажигательную песню, ведь хочется наполнить энергией весь зал, а именно студентов, которым, возможно, надоела рутинная будней.

— Твой сценический образ был продуман заранее?

— Сценический образ очень часто сложно подобрать, но мне помогла моя подруга, и я уверена, что была на высоте!

— Как ты считаешь, сильными ли были соперники?

— Я считаю, что в каждом номере была изюминка и многие запомнились своей уникальностью, так что Питер и правда богат талантами.

— Настроена ли ты на победу?

— О победе не хочу заводить речь, хотя это было бы здорово. На таком масштабном мероприятии ты забываешь про призовые места и просто наслаждаешься времяпрепровождением, ведь именно там я чувствую себя максимально комфортно.

— Какие впечатления остались от мероприятия?

— Я участвовала в Студвесне впервые и считаю, что это стоит затраченных усилий. Эмоции переполняют, потому что вокруг тебя столько творческих и харизматичных людей. Это хорошая возможность показать себя и просто весело провести время!

МАРК МУХАМЕТОВ, студент 4-го курса факультета естественных наук, географии и туризма:

— Какой номер вы показывали на конкурсе?

— Мы показали «Жениха и папеньку» А.П. Чехова. Задача бала — рассмешить людей. И я слышал, что нам это удалось.

— Вы сами ставили номер или кто-то помогал?

— Как же можно обойтись без помощи гениального Аркадия Давидовича, художественного руководителя театральной студии ЛГУ им. А.С. Пушкина.

— Как ты считаешь, сильными ли были соперники?

— По-большой части, нет. Но были и те, кто явно выделялся на фоне остальных, с ними мы и соревновались.

— Какие впечатления остались от мероприятия?

— Только положительные, организация была на уровне.

Екатерина Закутайло, студентка 2-го курса филологического фа-та

«Большая сцена 2022»: как это было?

Ломоносовский районный фестиваль-конкурс «Большая сцена» на протяжении трех лет собирает таланты и радует зрителей яркими и невероятными выступлениями. Анастасия Цыбина, студентка 3-го курса филологического факультета, направление подготовки «Педагогическое образование», получила диплом I степени в номинации «Вокально-исполнительское искусство». Мы побеседовали с Анастасией о фестивале, начале ее музыкальной деятельности и дальнейших планах.

— В каком возрасте ты начала петь?

— Пою сколько себя помню. С раннего детства. И уже с трех лет я начала выступать на сцене.

— Планируешь ли ты связать свою дальнейшую жизнь с вокалом, или это скорее хобби?

— Дальнейшую жизнь с вокалом связывать не планирую. С музыкой мы тесно связаны, это не увлечение и не хобби, которое я бы продолжила и учила этому других. Музыка — это мое настроение. Я не буду петь веселые песни, когда на душе скребут кошки, и наоборот. Для меня спеть — это как поговорить с собой.

— Что тебе больше всего нравится в твоей творческой деятельности?

— Выходя на сцену, ты несешь свои эмоции в зал. В то время, как ты стоишь там или просто где-то на площадке, ты отдаешь всю себя зрителю и в ответ получаешь в два раза больше эмоций. Это именно то, ради чего хочется всегда возвращаться. Стоит отметить, что после очередного выступления очень приятно встречать незнакомых людей, которые узнают тебя и с улыбкой делают тебе комплименты.

— Обязательно ли заниматься с преподавателем, чтобы научиться петь? Как выбрать педагога?

— Я убеждена в том, что каждый сам принимает решение, нужен ему преподаватель или нет. В моем случае я сама себе руководитель. Очевидно, что опытный наставник хуже не сделает. В качестве преподавателя нужно выбирать грамотного музыканта, вокалиста, и все же самое главное — чтобы в человеке была та самая любовь и страсть к своему делу.

— Как выбрать свое направление?

— Стоит попробовать все! Никогда не знаешь где найдешь, где потеряешь. Методом проб и ошибок всегда приходишь к необходимому результату. Когда это твое, ты это чувствуешь.

— Как ты считаешь, вокалисту нужно знать музыкальную теорию?

— Профессиональному вокалисту музыкальная теория необходима. Знания, как брать терцию, умение отличать сопрано от альтов — без этого никуда.

— Расскажи про участие в конкурсе «Большая сцена». Как это было? Какая атмосфера царил на фестивале?

— На этом фестивале я выступала впервые. Все началось с отборочного этапа: в тот день я поняла, что это не очередное мероприятие, куда позвали спеть. На отборочном этапе присутствовали больше 50 участников. Были представлены такие направления, как хореография, театр мод, изобразительное искусство и другие. Среди участников оказалось много талантливых детей Ломоносовского района, которые поражали зрителей и судей своим мастерством и яркостью номеров. В каждом направлении выделялись различные возрастные группы. Я выступала в категориях «профессионал» и «любитель». Не могу сказать, что сильно переживала. Для меня сцена — это очень родное место, захожу всегда со спокойствием и улыбкой. Выступив на отборочном этапе,

я и не думала, что попаду в финал. Результаты не заставили долго ждать, уже через два дня вывесили списки с оценкам жюри.

— Какие эмоции ты испытала, когда узнала, что стала победителем?

— Финал — это всегда яркое событие, на котором волнуются даже ведущие. Из-за того, что большинство участников — это дети и подростки, я чувствовала себя примером для младшего поколения, ведь творчество — оно не покидает нас. Не могу сказать, что стать победителем было для меня волнительно, во мне всегда присутствуют уверенность и мысль «иначе и быть не может». Пополнить список своих достижений удалось!

— Что можешь посоветовать нашим читателям, которые хотят петь, но боятся, что ничего не получатся?

— Главное — верить в себя. Потому что нет ничего невозможного. Важно понимать, что мы все делаем для себя и ради себя. Поэтому пойте, танцуйте, не бойтесь выступать и наслаждайтесь творчеством!

Арина Громова, студентка 1-го курса филологического фа-та





Баскетбол: больше, чем игра

В сезоне 2021/22 игроки баскетбольной команды ЛГУ им. А.С. Пушкина вернули себе первое место в регулярном чемпионате, а также заняли четвертое место в сильнейшем чемпионате студенчества России из ныне существующих — студенческой лиге РЖД. О других успехах команды мы поговорили с ее главным тренером Дмитрием Константиновичем Василевским, а капитан Александр Черевко и защитник Владимир Соловьев поделились своими историями становления в этом виде спорта.

Обладающий высокой динамичностью и эмоциональностью, баскетбол по праву считается одним из самых зрелищных видов спорта. В 1995 году первый заведующий кафедрой физической культуры и спорта Юрий Михайлович Новиков создал в ЛГУ им. А.С. Пушкина баскетбольную команду. Достоверна дата первого официально-го матча — 5 декабря 1995 года. Игра состоялась между командами университетов ЛГУ и СПбГАУ. После смерти тренера команда два года занималась самостоятельно, однако накопленный опыт и желание играть привели к тому, что в 2002 году ее участники впервые стали бронзовыми призерами чемпионата вузов СПб. С декабря 2003 года пост главного тренера команды занял мастер спорта, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры и спорта Дмитрий Константинович Василевский. С того времени началась тщательная, полномасштабная работа по принципу: тренировать не только обучающихся университета, но и юных баскетболистов из спортшкол, готовящихся к поступлению в университет. В 2004 году спортсмены впервые поучаствовали в чемпионате мира среди студентов и заняли первое место. Кроме того, команда является десятикратным победителем чемпионата вузов СПб, двукратным чемпионом России среди студентов и двукратным серебряным призером чемпионата Европы среди университетов.

**ДМИТРИЙ КОНСТАНТИНОВИЧ
ВАСИЛЕВСКИЙ,**
главный тренер команды:

— Мой путь в баскетболе был пре-
дetermined еще до рождения.



Моя мать, чемпионка Советского Союза, тренировала ленинградский «Спартак» и стала моим проводником в этот вид спорта. После армии я окончил НГУ им. П. Ф. Лесгафта, начал тренировать детей, играл в дублирующей команде мастеров «Спартака», также являюсь чемпионом Советского Союза. Команду ЛГУ имени А.С. Пушкина «Зенит-ЛГУ» тренирую с 2003 года. Она названа в честь известного баскетбольного клуба Санкт-Петербурга, с которым у нее заключен контракт. Кроме того, университетская команда входит в структуру развития «Зенита». Со стороны руководства университета оказывается необходимая поддержка нашему коллективу: игроки носят такую же форму, что и профессиональные спортсмены. Для ребят это большая мотивация и стимул выкладываться по полной. Особо отличившихся «Зенит» даже забирал играть за детско-юношескую лигу и молодежную сборную. Совсем недавно, 13 апреля, на базе Академии БК «Зенит» состоялся выставочный матч с участием нашей команды.

Он был организован в рамках социальной программы по поддержке баскетболистов с невысоким ростом. Рост всех участников этого матча не превышал 175 см. Тем самым руководство «Зенита», ректор нашего университета Григорий Викторович Двас, а также игроки и тренерский штаб поддержали профессиональных спортсменов из лиги в азиатском регионе, вынужденных платить деньги, если их рост ниже 175 см. Думаю, решение провести такой матч несет правильный посыл, ведь при упоминании слова «баскетбол» все сразу вспоминают про высокий рост, забывая про ловкость, координацию и развитие стопы.



АЛЕКСАНДР ЧЕРЕВКО,
капитан команды:

— Баскетболом я занимаюсь уже 13 лет, из них три года являюсь игроком «Зенит-ЛГУ». В этом сезоне тренер назначил меня капитаном команды, чему я был приятно удивлен. Думаю, больше всего в этом виде спорта меня привлекла дисциплина в плане тренировок, питания и режима. Баскетбол дал мне возможность открыть для себя новые границы, познакомиться с интересными людьми на выездах. Я никогда даже не задумывался, чтобы бросить заниматься. О стереотипе про рост баскетболиста могу сказать только то, что он важен преимущественно на начальном этапе. С возрастом разница между более



и менее высокими игроками сглаживается. Так, например, находящийся на позиции разыгрывающего для центрального должен строить игру и помогать использовать данные более высоких игроков. Ввиду того, что баскетбол является командным видом спорта, очень важно уметь признавать свои ошибки, поддерживать других игроков и осознавать, что только сплотившись можно добиться высоких результатов. На самом деле, команда у нас очень дружная. Помимо занятий спортом мы часто проводим время вместе, гуляем. В этом есть большой плюс, ведь когда вы дружите в реальной жизни, гораздо легче взаимодействовать во время игры.

ВЛАДИМИР СОЛОВЬЕВ,
атакующий защитник:

— Почему я решил заниматься именно баскетболом? Дело в том, что в моем родном городе Ржеве не было особого разнообразия спортивных секций. Все парни во дворе играли в футбол, и я изначально пошел туда. Потом узнал про баскетбол и захотел попробовать. В команде «Зенит-ЛГУ» я уже четыре года. Со многими парнями был знаком до поступления в университет. Думаю, это тоже повлияло на дружескую атмосферу внутри команды. Коллектив у нас очень сплоченный и, несмотря на небольшое количество



ваться уверенным в себе и сосредоточенным на игре, не надевать чего-то лишнего из-за переживаний и эмоций. И, конечно же, не расстраиваться в случае неудачи, а усердно работать над ошибками.

Ксения Горшкова,
студентка 1-го курса
филологического ф-та.
Фото взяты из личных архивов
Дмитрия Константиновича
Василевского, Александра
Черевко, Владимира Соловьева,
а также из официальной группы
«БК Зенит-ЛГУ»
в социальной сети «ВКонтакте»

совместных тренировок, мы отлично понимаем друг друга. Также в вопросах коммуникации помогают ветераны команды, поэтому все новички свободно входят в коллектив. В моей спортивной карьере был момент, когда после истечения срока контракта с БК «Зенит» я хотел уйти. Тогда встал выбор: заниматься ли новым видом баскетбола (3 на 3) или заключить контракт на Урале без особых перспектив в будущем. Я сделал выбор в пользу первого и ни разу не пожалел. Как и в любом другом деле, в баскетболе есть свои особенности. Самым сложным, по моему мнению, является умение оставлять голову холодной как до игры, так и во время и даже после нее. Важно не перенастроиться, не допустить лишних мыслей, оста-



Наши пловцы — призеры чемпионата вузов



С 30 марта по 1 апреля в спортивном комплексе «Центр плавания» прошел чемпионат вузов Санкт-Петербурга. Команда ЛГУ в общем зачете заняла третье место. Ребята уступили пловцам из НГУ им. П.Ф. Лесгафта и СПбПУ. В общей сложности студенты ЛГУ принесли вузу 10 медалей: 4 золотых, 1 серебряную и 4 бронзовых.



Ольга Николаевна ФЁДОРОВА, доцент кафедры физической культуры и спорта, ответила на несколько вопросов о выступлении нашей команды.

— Как вы оцениваете выступление наших пловцов?

— Я довольна выступлением команды, поскольку в сегодняшнем составе это лучшее, что мы могли показать. Ребята боролись достойно, среди 34 вузов мы заняли 3-е место!

— Расскажите про наших медалистов, кто какие места занял?

— Макар Марченко принес команде две бронзы. Ярослав Пахомов завоевал золото и серебро. Полина Симакова заняла 2-е и 3-е места. Особенно отличилась Лидия Нечитайлова, она завоевала три золотые медали. Также наши девочки Лидия Нечитайлова, Полина Симакова, Нигора Мамджонова и Елизавета Оненко заняли 3-е место в эстафете.

— В каких соревнованиях команда планирует принять участие в будущем?

— Надеемся выступить на Всероссийской универсиаде с лучшими личными результатами, но там будут команды, занявшие 1-е и 2-е места на всероссийских соревнованиях — серьезные соперники.

— Какие цели вы ставите перед нашими пловцами?

— Постараемся привлечь к соревнованиям студенток, которые не смогли принять участие в этом этапе Универсиады по причине травм.



Елизавета ОНЕНКО, мастер спорта России по плаванию, студентка 3-го курса факультета физической культуры, рассказала о команде ЛГУ и о своем отношении к плаванию.

— Сколько занимаетесь плаванием?

— Уже десять лет, начала заниматься профессионально с 4-го класса.

— Было ли время, когда хотели уйти из спорта?

— Сложности были в основном из-за здоровья. Хотела уйти из плавания в 7–8 классе из-за сложных взаимоотношений с тренером.

— Что помогло побороть желание уйти из спорта?

— Тогда мне помогли поддержка родителей и моя любовь к плаванию. Сейчас я плаваю только за команду вуза. За свою спортивную карьеру я достигла цели — получила звание мастера спорта России.

— Расскажите о команде.

— Команда в этом году у нас хорошая. На первый курс поступили отличные пловцы, но из команды ушли два пловца уровня мастера спорта международного класса.

— Влияет ли плавание на вашу личную жизнь и учебу?

— Если есть желание, найдется время и на личную жизнь. Я считаю, тяжело совмещать спорт и учебу, если у тебя нет индивидуального графика.



Тимофей ТУЛКИН, мастер спорта России по плаванию, студент 4-го курса факультета физической культуры, ответил на несколько вопросов о том, как пришел в спорт, и о результатах прошедшего чемпионата.

— Как вы пришли в плавание?

— Плаванием занимаюсь последние 15 лет. В первом классе вместо физкультуры мы ходили в бассейн. Там меня заметил тренер, у которого я потом и занимался 11 лет.

— А как попали в команду вуза по плаванию?

— Еще на первом курсе в команду меня пригласила руководительница, когда узнала, что я действующий спортсмен. Я без раздумий согласился.

— Довольны ли вы своим результатом на чемпионате вузов?

— Последние годы не могу выйти на свои лучшие результаты, поэтому сложно сказать, доволен я или нет. Но поставленные задачи я выполнил.

— Что посоветуете нашим студентам, которые занимаются спортом?

— Могу посоветовать только одно — не отчаиваться и стараться. Всегда есть шанс попасть в команду и продолжить заниматься любимым видом спорта.

Ксения Седоусова, студентка 1-го курса филологического ф-та

Новая жизнь в СКК «Импульс»

В нашем университете уже несколько лет работает и активно развивается спортивный компьютерный клуб «Импульс». Студенты с разных факультетов могут войти в ряды киберспортсменов ЛГУ. О том, какие направления развиваются в клубе на данный момент, как осуществляется набор и что ждет «Импульс» в будущем, рассказал новый руководитель клуба Владислав Спиридонов.

— Владислав, расскажите, как вы стали новым руководителем спортивного компьютерного клуба?

— Начать стоит с того, что больше года назад я устроился в наш киберклуб администратором. Я сразу дал понять, что у меня очень серьезные намерения. Спустя некоторое время наш прежний руководитель оставил свое место, и мы искали человека, который смог бы его заменить. В итоге коллектив выбрал меня. С 10 января я исполняю обязанности руководителя клуба.

— Расскажите, что из себя представляет киберклуб? Чем занимаются его участники?

— Спортивный компьютерный клуб «Импульс» является отдельной структурой университета, а также студенческим объединением. Мы помогаем развивать киберспорт в ЛГУ и в Ленинградской области. У нас неоднократно проходили всероссийские и даже международные соревнования. Но мы не собираемся останавливаться на этом и стараемся умножать свои успехи. Интересы участников клуба не ограничиваются только компьютерными играми, они состоят еще и в других клубах университета. У нас проводятся мероприятия на сближение коллектива, например, кино вечер или вечер настольных игр. В такие дни мы собираемся и проводим время вместе.

— Какие направления сейчас действуют в клубе?

— В клубе много разных направлений. К основным командным дисциплинам относятся: Dota 2, Counter Strike, Rainbow Six Siege, Overwatch, League of Legend. Этими дисциплинами занят основной состав клуба, помимо них у нас есть еще множество других направлений, которые готовы развиваться. Среди одиночных видов спорта мы тренируемся в FIFA 22, «Мортал комбат», Hearthstone. В по-

следнее время мы особенно активно стали развивать мобильный гейминг. В команды этого направления активно ведется набор. Новые дисциплины появляются по мере выхода новых киберспортивных игр.

— У вас сейчас ведется набор новых ребят? Что необходимо сделать, чтобы попасть в ряды киберклуба «Импульс»?

— Да, у нас ведется постоянный набор участников. Мы всегда открыты и рады принять новых игроков. Попасть к нам можно двумя способами: 1) прийти в 301-ю аудиторию и заполнить заявку на вступление в клуб; 2) можно заполнить электронную заявку в нашей группе «ВКонтакте». При вступлении в клуб есть одно обязательное условие — нужно быть либо студентом, либо сотрудником ЛГУ им. А.С. Пушкина.

— Какие основные цели ставит перед собой клуб на ближайший год?

— Планов и целей много. Мы хотим расширить штат игроков и тренеров. Сейчас активно развиваемся в социальных сетях для продвижения нашего клуба. Известность помогает наладить контакт с другими сообществами, а также найти спонсоров. Предстоит большая работа по популяризации клуба в Ленинградской области. Мы планируем за семестр провести шесть игровых турниров и уже активно работаем над этим.

— Какие новые направления вы хотите внедрить в деятельность клуба?

— Планируем сделать базу клуба в стриминге. Сейчас это очень развито, мы не хотим отставать, это привлечет аудиторию. Многие наши участники проводят стримы самостоятельно.

— Сколько человек сейчас состоит в клубе? Киберспорт как-нибудь сказывается на качестве их образования?

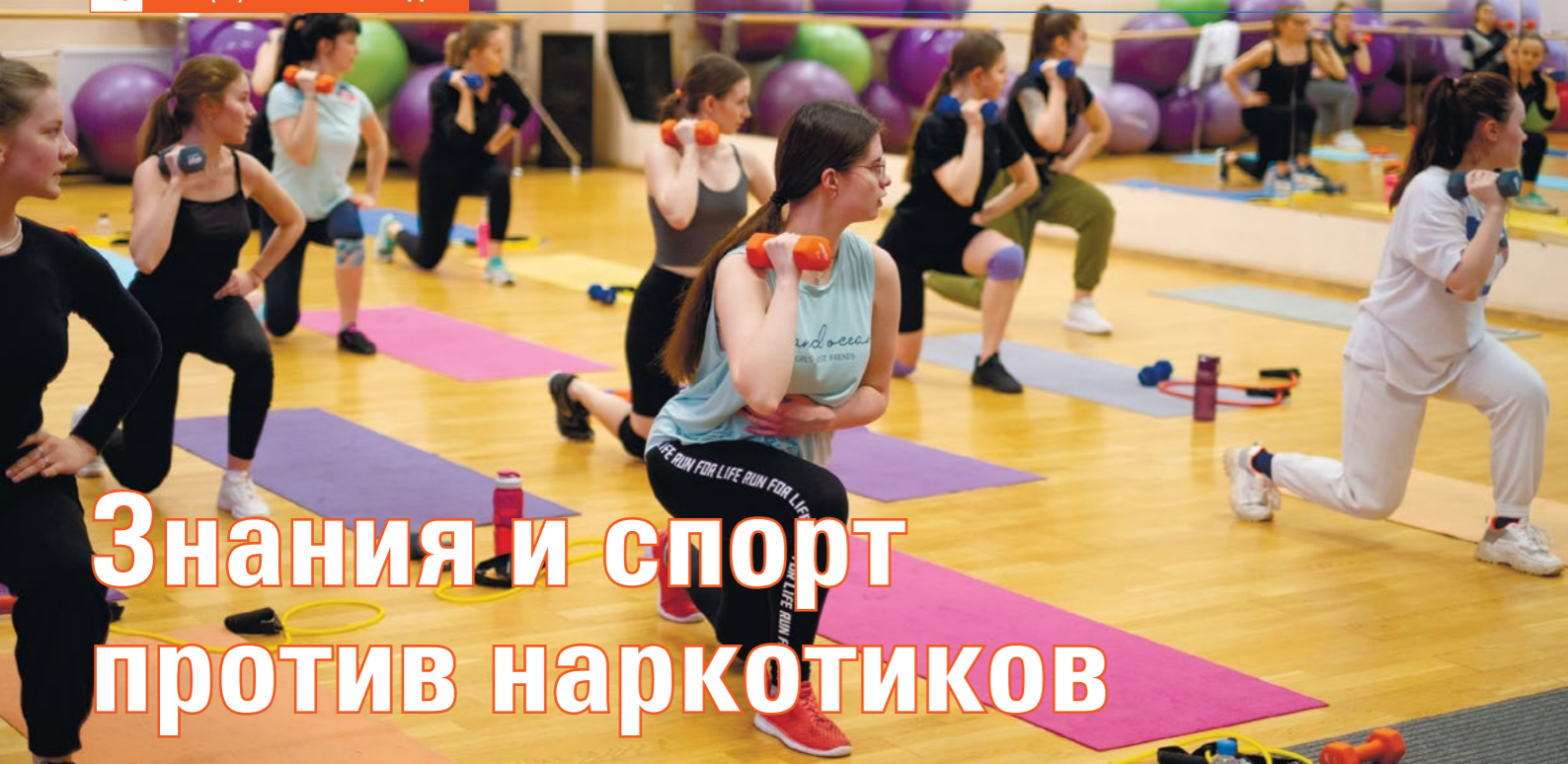


— Сейчас в клубе приблизительно 85 человек. Мы всегда рады новым участникам. Ждем сентябрьский набор, так как в клуб приходит много первокурсников. Наши администраторы всегда учитывают, что наши участники — это в первую очередь студенты очного отделения, которые активно учатся. В связи с этим все турниры, тренировки и собрания проводятся не в ущерб учебе. Коллектив всегда готов войти в положение каждого участника и оказать ему помощь при необходимости.

— В каких соревнованиях вы планируете принимать участие в ближайшее время?

— Мы планируем не только участвовать, но и самостоятельно проводить их. Десятого апреля состоялся турнир, организованный РАНХиГС. От нашего клуба в нем принимали участие 9 человек. Три человека из нашей команды заняли призовые места. Ребята получили медали, кубок и денежные призы. В ближайшее время пройдет крупный студенческий турнир АССК ФЕСТ, в котором будут участвовать игроки нашего клуба. Будем надеяться, что они выигрывают и отправятся на финал в Казань. К концу апреля в планах — организовать собственный турнир. Как только решим основные организационные вопросы, эта информация обязательно появится в наших социальных сетях, весь университет будет знать об этом.

Анастасия Матвеева, студентка 2-го курса филологического ф-та



Знания и спорт против наркотиков

С развитием интернет-технологий преступникам стало легче вовлечь молодежь в употребление и распространение наркотиков. Почему молодые люди встают на этот путь? Легкий способ заработка? Интерес к чему-то запретному? Правоохранные органы активно изучают этот вопрос и принимают соответствующие меры.

Одной из таких мер являются мероприятия в учебных заведениях, направленные на пропаганду здорового образа жизни. Школьникам и студентам рассказывают о вреде наркотиков и о проблемах, которые могут возникнуть при их употреблении.

Для борьбы с этим явлением реализуется комплекс оперативно-профилактических мероприятий «Дети России-2022».

5 апреля под руководством опытного тренера **Елизаветы Анатольевны Григорьевой** в танцевальном зале нашего университета прошла открытая тренировка спортивной секции MissFIT. Посетить ее мог любой желающий: от студента до работника университета. Обычно тренировки секции проходят в течение года два раза в неделю. Во время тренировки Елизавета Анатольевна рассказала об особенностях занятий фитнесом для новичков и профессионалов. Отзывы участников не заставили себя ждать.

Надежда КЛЕМЕНТЬЕВА, студентка 1-го курса филологического факультета:

— Елизавета Анатольевна — профессионал своего дела, именно она делает тренировки не только эффективными, но и веселыми. Мне нравится то, что нагрузка распределяется равномерно на все мышцы, да еще так, что на следующий день почти ничего не болит. Я занимаюсь под любимую музыку, отдыхаю, несмотря на то, что физически работаю. Каждое занятие — небольшая разгрузка, чтобы выдохнуть, вдохнуть и продолжить.

6 апреля в актовом зале нашего университета прошла лекция по профилактике употребления психоактивных веществ. На ней присутствовали студенты университета. Обучающимся филиалов была предоставлена возможность слушать лекцию в онлайн-формате. Врач-нарколог **Дмитрий Николаевич Капустин**, опираясь на данные исследований, отметил, что возраст людей, употребляющих наркотики, уменьшается. Разрушение физического и психологического здоровья молодежи становится социально-опасным явлением и может негативно повлиять на будущее страны.

Герман СЕРПУЧЕНКО, студент 1-го курса экономического факультета:

— Мне было интересно слушать эту лекцию, потому что **Дмитрий Николаевич** хорошо подобрал материал. Вся информация для меня и, думаю, для многих была новой. Меня порадовало, что он не стал использовать

привычные методы, которые иногда больше похожи на запугивания, и смог с помощью интересной информации привлечь внимание студентов.

14 апреля в актовом зале прошла лекция «Психология зависимости. Я или он» кандидата психологических наук, доцента кафедры психофизиологии и клинической психологии **Светланы Сергеевны Вьюшковой**.

Светлана Сергеевна рассказала студентам об особенностях зависимого поведения, отличиях зрелой личности от инфантильной, стадиях развития наркомании и алкоголизма. В завершение встречи лектор привела примеры людей, одни из которых выбрали путь саморазвития, а другие — саморазрушения и употребления наркотических веществ и алкоголя. Студенты с интересом слушали выступление и отвечали на вопросы лектора. К трансляции лекции подключились также студенты филиалов ЛГУ.

Максим НОВИКОВ, студент 1-го курса юридического факультета:

— Подобные мероприятия необходимо проводить регулярно и систематически в образовательных заведениях с подростками и молодежью. Лекция была наполнена примерами из жизни, содержала много интересного материала, поэтому **Светлана Сергеевна** смогла удержать внимание аудитории на протяжении часа и напомнить об опасности употребления наркотиков и алкоголя.

Матвей Данилов, студент 1-го курса филологического факультета. Фото Елизаветы Емельяновой

«ПРОСТО»: бери и делай!

У студентов часто возникает необходимость заниматься учебной или работой в тишине. Однако дома или в кафе это желание бывает трудно осуществить, поэтому многие прибегают к услугам платных коворкингов. Альтернативой такому решению является молодежное пространство «ПРОСТО». Директор по развитию «ПРОСТО» **Руслан Петрушихин** рассказал нам о проекте.

— Что такое молодежное пространство «ПРОСТО»?

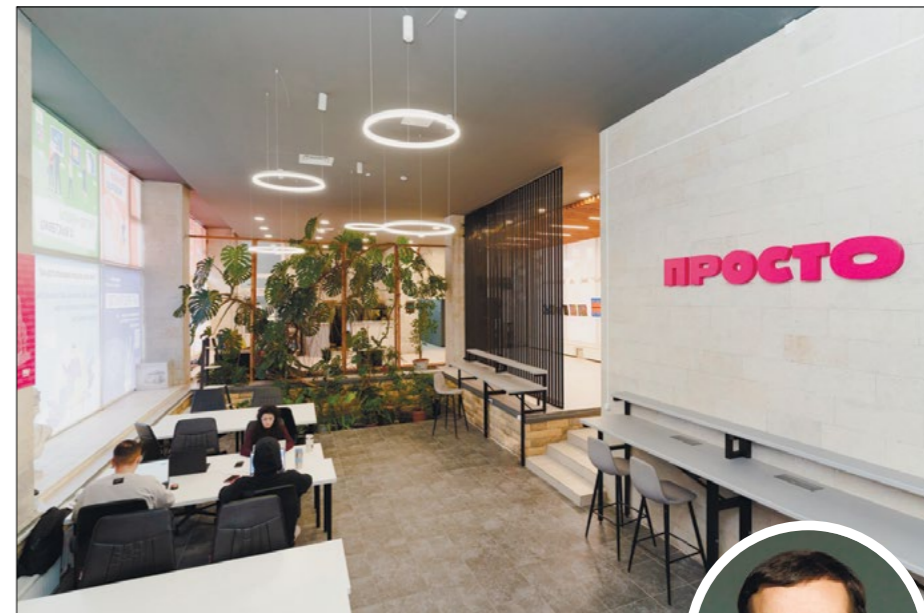
— «ПРОСТО» — это проект комитета по молодежной политике и взаимодействию с общественными организациями Санкт-Петербурга. Проект состоит из инфраструктурной и интеллектуальной составляющих. Для комфортной работы и учебы у нас есть зона коворкинга, в которой также можно воспользоваться ноутбуком, принтером и другой офисной техникой. Для разного рода встреч и собраний имеются переговорные комнаты, лектории, зоны амфитеатра. Важной частью являются мероприятия разного формата, отвечающие на реальный запрос молодежи. Мы видим интерес нашей аудитории к рекламе и маркетингу, молодежному предпринимательству, созданию и реализации проектов, поэтому в этих сферах развиваем более масштабные проекты.

— Кто может прийти к вам?

— Наше пространство открыто для молодежи в возрасте от 14 до 35 лет. Прийти в «ПРОСТО» можно абсолютно бесплатно.

— Какие мероприятия проходят в «ПРОСТО»?

— Лекции, мастер-классы и воркшопы на интересующие молодежь темы. Существуют и более крупные формы: тематические циклы, программы наставничества, образовательные треки. В формате тематических клубов наши посетители собираются поиграть в настольные игры, попрактиковаться в изучении иностранных языков, познакомиться с йогой, посмотреть кино или обсудить прочитанные книги. Теплый отклик находит Open Talk — встречи с лидерами мнений и кумирами молодежи, в рамках ко-



торых предоставляется возможность неформального общения с экспертом в той или иной области.

— Какие у вас есть филиалы? В чем особенности каждого из них?

— Сейчас у нас четыре филиала. 5 сентября 2019 года появился ПРОСТО.ORIGINAL, наше первое пространство, где мы изучали запросы молодых людей, скрупулезно выработывая формулу идеального места для молодежи. Осенью 2021 года открылся ПРОСТО.PRODUCTION — филиал для творческой молодежи, посвященный медиа, искусству, креативным индустриям. В нем появились первые в Санкт-Петербурге бесплатные фото- и видеостудии. Третий филиал ПРОСТО.2SMART, выросший из программы наставничества 2SMART, нацелен на проектную деятельность и поддержку молодежных инициатив. «ПРОСТО.Калининский» — это наш первый районный коворкинг, открытый в коллаборации с комитетом по молодежной политике и администрацией Калининского района. Мы мечтаем, что со временем такие коворкинги появятся в каждом районе Санкт-Петербурга.

— Вы упоминали, что любой желающий может попасть в коворкинг на мероприятие в качестве гостя, но если у кого-то возникает желание выступить в качестве спикера, как это организовать?

— На сайте есть возможность бронирования переговорной комнаты и лектория для проведения собственных мероприятий. Это значит, что любой может создать встречу

и поделиться своими знаниями и опытом с аудиторией.

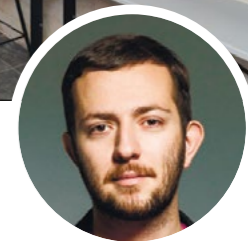
— Существует ли отбор среди поданных заявок?

— Аудитория понимает, какие встречи здесь можно проводить, и соблюдает правила пространства. Мы лишь смотрим тематику, следим, чтобы мероприятие было бесплатным, в нем не было деструктивного содержания, а аудитория соответствовала возрасту.

— Какие есть возможности трудоустроиться в «ПРОСТО»?

— Весной приглашаем на научно-исследовательскую практику тех, кто для своей дипломной или курсовой работы хочет взять «ПРОСТО» в качестве объекта исследования. Попробовать что-то поделаться руками можно на стажировке после прохождения факультатива. Это серия мероприятий, в рамках которых мы делимся своими знаниями со всеми желающими. Мы просматриваем нашу почту для резюме, рассказываем о появляющихся вакансиях в соцсетях. Важно, что вся команда «ПРОСТО» — энтузиасты с горящими глазами, которым не все равно, что они делают. Если вы увидели в этом описании себя и имеете желание работать с нами, мы ждем и вас!

Алина Толстихина, студентка 1-го курса филологического факультета. Фото из группы «ПРОСТО» в ВК: <https://vk.com/prostospb>





«Сладость или гадость»: как жить в условиях тревожных новостей?



В последние два месяца популярность информационных сообщений и программ достигла апогея. Просмотр новостей у большинства людей превратился в ежедневную потребность. Популярными средствами получения информации являются социальные сети. По данным РБК, начиная с 25 февраля по 14 марта ежедневная аудитория мессенджера Telegram взлетела с 31 млн до 45 млн пользователей. На почве частого просмотра новостей у людей возникают тревога, страх и даже неконтролируемая агрессия.

Мы попросили ответить на несколько вопросов заведующего психологической службой ЛГУ им. А.С. Пушкина Ивана Дмитриевича Головешкина. Он не только готовит будущих психологов, но и помогает всем желающим студентам разобраться со своими проблемами.

— **Стало ли больше людей обращаться к вам за помощью в последние два месяца?**

— Да. Количество обращений увеличилось. У людей стали возникать тревожности и обостряться страхи. Обращавшиеся за помощью уточняли, что причиной возникновения психологических проблем послужила обострившаяся политическая ситуация. Постоянное обсуждение происходя-

щего со стороны крупных медиа способствовало ухудшению эмоционального состояния людей.

— **Какие психологические проблемы чаще всего беспокоят граждан?**

— Страхи, тревога, ослабленная способность саморегуляции и повышенная агрессивность. Людям стало тяжелее себя контролировать. Они начали позволять себе резкие высказывания, необдуманные действия. Причиной этому послужило переключение внимания с бытовых проблем на политические. Резкая смена вектора внимания создала тяжелую преграду для психики.

— **Чем грозит ежедневный просмотр новостей?**

— Все зависит от просматриваемого контента. Не секрет, что на информационных каналах идет преднамеренный показ событий в выгодном для медиа ракурсе. Постоянная демонстрация зрителю пожаров, терактов, землетрясений или других общественных потрясений формирует у человека понимание «опасного мира». Он постоянно думает, что его жизни вечно что-то угрожает. На этой почве обостряются страхи, может возникнуть депрессия из-за чувства обреченности. Появляется бязнь социума.

— **Пользователи сети часто говорят о необходимости «интернет-детокса». Как вы относитесь к этому методу отдыха?**

— Метод известен давно. Изначально он предполагал отказ от гаджетов

для молодежи школьного возраста. Со временем он стал распространяться на все возрасты, а также преобразовался в отказ от взаимодействия со всем информационным полем. Сегодня из-за неконтролируемого потока новостей «интернет-детокс» стал как никогда актуальным и необходимым для каждого человека.

— **Понятно, что полностью покинуть информационное поле нельзя. Как можно сократить свое время пребывания в нем?**

— Стоит начать с дифференциации источников. Необходимо выбрать те СМИ, к которым вы относитесь с доверием. Читать те издания, которые дают официальную, объективную информацию. Устанавливать рамки по просмотру новостей при помощи самоконтроля. В целом — не зачитываться.

Если говорить о других способах борьбы со страхом, то необходимо ограничить свое время пребывания в информационном поле. Перестать обсуждать со своими близкими политическую повестку. Рекомендуются почитать книгу, поиграть в компьютерную игру или прогуляться на свежем воздухе. Ежеминутное обновление ленты новостей в социальных сетях не приведет ни к чему хорошему. Отдых, спорт и взаимоподдержка — лучшее, что может помочь вам оставаться в психологической безопасности.

*Данила Борисов,
студент 1-го курса
филологического ф-та*

