

Дважды
первые



Стр. 3

Донбасс:
история,
память, жизнь



Стр. 6-7

В ритме
Non-Stop



Стр. 11

УНИВЕРСИТЕТСКИЙ ОБОЗРЕВАТЕЛЬ

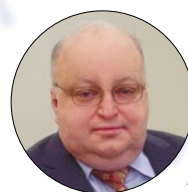
ГАЗЕТА ЛЕНИНГРАДСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ИМЕНИ А.С. ПУШКИНА

№8 (119) ОКТЯБРЬ 2025 ГОДА

С днем рождения,
любимый
университет!



Рисунок Светланы Тетериной



Уважаемые коллеги!
Дорогие преподава-
тели и студенты!
Сегодня мы отме-
чаем день рожде-
ния нашего любимо-
го университета!

С момента основания ЛГУ им. А.С. Пушкина прошло 33 года, наполненных достижениями, открытиями и успехами. Мы являемся системообразующим вузом Ленинградской области и гордимся тем, что ежегодно выпускаем тысячи высококвалифицированных специалистов, которые за годы учебы приобрели не только глубокие знания и профессиональные навыки, но и нашли здесь верных друзей и надежных наставников, стали настоящими патриотами России. Наш университет — не просто учебное заведение, это пространство для творчества, научных изысканий и личностного роста. Хочу выразить искреннюю благодарность преподавателям и сотрудникам за терпение и мудрость, преданность университету и своему делу, студентам — за неугасающую энергию и стремление к знаниям, а выпускникам — за то, что вы помните свою альма-матер и достойно несете высокое звание воспитанника ЛГУ им. А.С. Пушкина. Давайте продолжать развивать наши традиции, стремиться к новым вершинам и всячески поддерживать друг друга. Желаю всем здоровья, вдохновения, новых свершений, счастья и благополучия!

Ректор ЛГУ им. А.С. Пушкина
Григорий Викторович Двас

На государственной службе



АКТУАЛЬНОЕ
ИНТЕРВЬЮ

Как студентка ЛГУ стала сотрудником Минобрнауки России

Ни для кого не секрет, что в ЛГУ учатся самые ответственные и серьезные студенты, которые готовы трудиться на благо целой страны. Так, например, студентка 3-го курса магистратуры (заочная форма обучения) факультета психологии **Кристина КУДРИЦКАЯ** стала победителем проекта «Стажер Минобрнауки России». Поговорим о том, как ей удалось добиться таких результатов.

— Расскажите про проект, в котором вы участвовали.

— Проект «Стажер Минобрнауки России» — программа подготовки кадров для государственного управления в сфере науки и высшего образования. Цель проекта — формирование кадрового резерва для государственной гражданской службы. Победители, прошедшие успешно все этапы, попадают на оплачиваемую стажировку в Минобрнауки России, а также получают диплом о профессиональной переподготовке по программе «Государственное и муниципальное управление».

— Чем именно вы занимались?

— В течение нескольких месяцев участники, в том числе и я, проходили различные испытания. Мы решали различные кейсы, делились видеовизитками, демонстрировали свое портфолио в научно-исследовательской деятельности. Помимо этого, мы сдавали тестирование на знание основ Конституции РФ, русского языка, законодательства о противодействии коррупции, законодательства о государственной гражданской службе и информационно-коммуникационных технологий. Успешно справившись с этапами конкурса, а также получив высокий рейтинговый балл, мне удалось попасть в топ-100 из 4675 претендентов, а затем в топ-30. Так я и стала победителем проекта.



После этого было организовано дополнительное профессиональное обучение по направлению «Государственное и муниципальное управление». Затем я прошла стажировку в департаменте координации деятельности организаций в сфере сельскохозяйственных наук министерства науки и высшего образования Российской Федерации.

— Что дает победа в этом проекте?

— Победа в конкурсе открыла для меня новый путь — перспективный и невероятно значимый. На данный момент я являюсь сотрудником Минобрнауки России на должности главного специалиста-эксперта отдела программ и проектов в сфере АПК (Агропромышленного комплекса). Я развиваю компетенции, принимая активное участие в работе департамента координации деятельности организаций в сфере сельскохозяйственных наук. Я счастлива быть здесь. Это мой путь.

— Как вам удается совмещать учебу в магистратуре и такую ответственную работу?

— Совмещать работу и учебу возможно, когда находишься в постоянном движении. Я живу в активном

действии «тут и там». Обязанность государственного служащего — постоянно повышать свой профессиональный уровень, поэтому нужно привыкнуть к тому, что обучение в жизни будет присутствовать всегда. Однако важно научиться грамотно распределять время и ресурсы, не забывать отдыхать. Находясь в таком балансе, возможно совмещать несколько видов деятельности и не выгорать.

— Не так давно вы приняли участие во встрече с министром науки и высшего образования Валерием Фальковым. Расскажите, пожалуйста, как это было?

— На встрече с министром мы, выпускники проекта, задали Валерию Николаевичу интересные нас вопросы и озвучили предложения по совершенствованию работы ведомства. Во время беседы Валерий Николаевич отметил важность реализации проекта для молодых и амбициозных людей, а также рассказал об особенностях государственной службы и поделился своим жизненным опытом.

Наталья Баталова,
студентка 3-го курса
филологического ф-та

Дважды первые

Наши студенты — победители регионального этапа конкурса «Студент года»



С 20 по 22 октября в центре «Молодежный» во Всеволожском районе студенты нашего университета принимали участие в региональном этапе Российской национальной премии «Студент года» и завоевали два первых места. **Ксения БЕЛЯЕВА**, студентка 3-го курса факультета психологии, была признана «Спортсменом года». В номинации «Студенческое медиа года» одержали победу представители Медиацентра ЛГУ: **Денис ГРОМЦОВ**, магистрант 1-го курса факультета философии, культурологии и искусства, а также **Милана АГАФОНОВА** и **Любовь МАРМУЗОВА**, студентки 3-го курса филологического факультета.

Открытие регионального этапа началось с испытания «Самопрезентация». Каждый участник должен был представить себя, рассказать о достижениях и мотивации. На второй день участникам предстояло провести мастер-класс в своей номинации — это позволило продемонстрировать практические знания и навыки. Мастер-классы были ориентированы на обмен опытом и передачу профессиональных умений другим участникам. Кроме того, все номинанты проходили тестирование, посвященное 80-летию Победы в Великой Отечественной войне. В заключительный день премии прошла церемония награждения победителей и вступления всех желающих в Российский союз молодежи.

Премия «Студент года» стала не только платформой для выявления талантливых студентов, но и настоящим испытанием для участников. **Ксения БЕЛЯЕВА** рассказала о подготовке к конкурсу и о непредвиден-

ных обстоятельствах, с которыми пришлось столкнуться.

— Как проходила подготовка к конкурсу?

— До этого я уже участвовала в «Студенте года» и в этот раз планировала представить себя по-новому. Мне хотелось изменить формат, поэтому я придумала сказку о себе. При выборе материалов для мастер-класса поняла, что участники имеют разный уровень подготовки, поэтому важно было сделать тренировку доступной для всех. Заранее разработала программу, показала знакомым и получила обратную связь.

— Что оказалось для вас самым трудным или неожиданным в ходе испытаний?

— В целом, я не столкнулась с трудностями, так как заранее тщательно подготовилась. Правда, площадка для проведения тренировки не была идеальной, но я считаю, что важно уметь адаптироваться к имеющимся условиям. В итоге все прошло хорошо.



Любовь МАРМУЗОВА рассказала об источниках мотивации и поделилась впечатлениями от участия в конкурсе.

— Что вас вдохновило участвовать в «Студенте года»?

— Мне хотелось показать, что наш Медиацентр способен на многое, ведь заявку на конкурс мы подаем уже несколько лет. Раньше нам еще не удавалось пройти на всероссийский этап, и этот факт, несомненно, усиливал интерес, стремление и мотивацию.

— Какой момент запомнился вам больше остальных?

— Больше всего мне запомнился момент проведения мастер-класса. Наша команда быстро придумала идею, как интересно передать свои знания в сфере медиа. Мы рассказали другим участникам о правилах проведения интервью, рассмотрели распространенные ошибки и устроили иммерсивную практическую часть. Участники придумывали вопросы, используя журналистские приемы, и задавали их жюри.

Федеральный этап конкурса пройдет в Москве в конце декабря. Победители регионального этапа уже начали подготовку к финалу, где им предстоит соревноваться с номинантами со всей России.

Милана Агафонова,
студентка 3-го курса
филологического ф-та.

Фото автора и из сообщества в ВК
«РСМ / Ленинградская область»

Сохраняя историческую память



НИКО
НЕ ЗАБЫТ

Клуб военно-исторической реконструкции «10-я стрелковая дивизия» — это коллектив любителей истории Великой Отечественной войны. Члены клуба принимают активное участие в военно-патриотических мероприятиях, проводят выставки амуниции и обмундирования Красной армии. Заместитель главы клуба, аспирант 1-го курса кафедры истории Артем ЧИЖОВ рассказал нам о появлении объединения, его деятельности и планах на будущее.



— Как и когда был создан клуб «10-я стрелковая дивизия»?

— Идея его создания появилась в 2021 году. Это был своеобразный синтез, то есть студенты и преподаватели факультета истории и социальных наук были заинтересованы в том, чтобы организовать еще один клуб исторической реконструкции, только в этот раз посвященный Великой Отечественной войне. Официально клуб существует с 2022 года.

— Почему было выбрано именно пехотное отделение 10-й стрелковой дивизии для реконструкции?

— Такое название было выбрано, потому что это воинское формирование принимало участие в обороне Ленинграда. Сама 10-я стрелковая дивизия была создана в 1918 году. Войну встретила в Прибалтике и была вынуждена в период приграничных сражений противодействовать целому немецкому армейскому корпусу, ведя кровопролитные сражения. В 1941 году военнопленные дивизии обороняли Урицк, сейчас это район Лигово на юго-западе Петербурга.

— Что вдохновило вас присоединиться именно к этому клубу?

— У меня было несколько причин. Во-первых, ранее я состоял в клубе «XIII век», который посвящен эпохе Средневековья. Там я реконструировал сначала русского воина, потом европейского, однако со временем



охладел к Средним векам. Во-вторых, я всегда интересовался историей Второй мировой войны, изучал предвоенные конфликты в Европе и Азии. Помимо этих обстоятельств у меня достаточно большое число родственников, которые во время войны защищали Родину не только на передовой, но и в тылу, на производстве. Так и началось мое общение с Тимофеем Владимировым, главой клуба «10-я стрелковая дивизия», студентом 5-го курса факультета истории и социальных наук, и я начал принимать активное участие в деятельности объединения.

— Какова главная цель вашего клуба?

— Сохранять историческую память о героях войны, а также рассказывать современному поколению, как жили, сражались и побеждали наши предки. У нас цель — не только воссоздать фрагмент сражения, но и передать дух эпохи и переживания людей того времени.

— Расскажите о деятельности клуба.

— У нас есть два направления деятельности. Первое — это участие в исторических реконструкциях. Например, недавно мы были вовлечены в одно из крупнейших реконструкторских событий в центральной части России — фестивале «Москва

за нами!». Все проходило на территории музея-заповедника «Бородинское поле», где в 1941 году была создана оборонительная линия, которая прикрывала подступы к столице. Второе — мы проводим просветительские встречи в школах, а еще нас приглашают участвовать в выставках. Например, не так давно мы начали сотрудничать с музеем «Красная горка» и общественной организацией «Десантное братство Ленинградской области».

— Какие навыки и знания нужны для участия в клубе?

— Не нужно обладать какими-то специальными навыками и знаниями, главное — желание заниматься реконструкцией. Мы дружный коллектив, поэтому я и Тимофей Евгеньевич всегда поможем и подскажем начинающему реконструктору с направлением.

— Какие у клуба планы на будущее?

— Сначала нам необходимо расширить сам клуб, увеличить число участников. Еще у нас есть цель — принять участие в большем количестве реконструкторских и просветительских мероприятий.

Любовь Мармузова,
студентка 3-го курса
филологического ф-та.
Фото ООД «Клубы исторической
реконструкции России»

Что вы знаете о спорте?

Всероссийский спортивный диктант прошел в стенах ЛГУ им. А.С. Пушкина



— Какова главная цель проведения Всероссийского спортивного диктанта, на твой взгляд?

— Я считаю, что главная цель спортивного диктанта — популяризация здорового образа жизни. Проведение этого мероприятия способствует просвещению россиян в области физической культуры, а также приобщению их к спортивной деятельности.

— На кого был рассчитан диктант?

— Мне кажется, он рассчитан на людей всех возрастов. Только молодежь узнаёт что-то новое, а старшее поколение закрепляет имеющиеся знания.

— Чем этот диктант отличается от других просветительских акций?

— Диктант нацелен на аудиторию, которая вовлечена в спортивную среду или хочет стать ее частью. Выполняя задания, участники одновременно углубляются в историю спорта и проверяют свои теоретические знания по физической подготовке.

— Как проходила организация мероприятия? Какие возникали сложности?

— Во время организации мероприятия никаких сложностей не возникло. Мы придумали сценарий, и весь диктант проводился четко по нему. До начала акции комитет по физической культуре и спорту Ленинградской области прислал нам видеоролики с вопросами, которые воспроизводились на экране в течение всего мероприятия.

— Что бы ты хотела пожелать участникам независимо от результатов?

— Я желаю всем участникам диктанта больше вникать в историю российского спорта. Мне кажется, каждый гражданин должен знать об успехах своей родины в этой области, у нас невероятное количество ярких побед,

5 октября в стенах ЛГУ впервые прошел Всероссийский спортивный диктант, в ходе которого студенты нашего вуза смогли продемонстрировать свои знания в области физической культуры и спорта. На мероприятии в качестве почетного гостя в онлайн-режиме присутствовал ректор университета — Григорий Викторович Двас. Подробнее об особенностях мероприятия, отличии спортивного диктанта от других просветительских акций и целях его проведения рассказала организатор, председатель студенческого спортивного клуба, студентка 3-го курса филологического факультета Ульяна БУГАЕВА.

которые вызывают чувство гордости за свою страну.

— Как вы оцениваете общий уровень сложности заданий?

— На мой взгляд, задания были разными по сложности. На одни вопросы ответы можно было дать за несколько секунд, над другими необходимо было какое-то время подумать.

Я считаю, диктант мы провели на достойном уровне. Мне хочется поблагодарить студентов и преподавателей, которые пришли в свой выходной и помогли в организации акции. На мой взгляд, у всех остались положительные эмоции от мероприятия. Ждем с нетерпением следующего года!

Вероника Волобуева,
студентка 2-го курса
филологического ф-та.
Фото: https://vk.com/sportsclub_lgu



Донбасс: история, память, жизнь

Каждый уголок России уникален по-своему: от знойных пустынь до суровых горных хребтов, от бескрайних степей до величественных равнин. Ко Дню народного единства мы решили познакомить вас с новым уголком нашей страны: Донецкой Народной Республикой. Мы взяли интервью у Льва Веденёва, студента 2-го курса магистратуры факультета истории и социальных наук, который вырос на Донбассе, ставшем недавно частью России. В канун праздника мы расспросили его о родных местах и составили путеводитель по новому региону страны.



— Лев, с чего бы вы посоветовали начать знакомство с вашей малой родиной?

— Я родился в городе Дружковка. По легенде он был основан казаком Дружко в XVIII веке. Историки же предполагают, что его образование связано с освоением Донбасса при императоре Александре II, когда в 1870 году появилась железнодорожная станция и рабочий поселок вокруг нее. Дружковский машиностроительный завод — градообразующее предприятие, его помогали строить французские инженеры. Их дома сохранились по сей день.

Я люблю Дружковку за то, что ухоженность ее улиц ломает стереотипы о рабочих городах. Они обычно представляются как депрессивные и серые, но Дружковка полна деревьев, красивых аллей и мест для отдыха. В ней уютно и всегда солнечно.

— Расскажите о ваших любимых местах в городе?

— Любимое место — парк каменных фигур, основанный нашим местным богатырем Юрой Артёмовым. Высеченные из камня герои русской истории и деятели культуры стоят в чистом поле недалеко от спальных районов. Часть фигур установлена на искусственном холме, напоминающем о могилах скифов — они жили тут задолго до появления Руси.

Еще люблю аллею Космонавтов — она пересекает большую часть города. Мы с бабушкой жили на разных концах аллеи, мне часто приходилось ее пересекать, и потому вот эта дорога ассоциируется с детством.

Также, говоря о Дружковке, нельзя не рассказать про каменные деревья. В Алексеево-Дружковке есть место, где прямо возле реки лежат окаменевшие деревья. Им примерно 300 миллионов лет, их не нужно копать — все лежит на поверхности. Всего в мире два таких места, где в большом количестве на поверхности лежат окаменелости, — еще одно есть в США, в штате Аризона.

— Если выйти за пределы города, что стоит увидеть в Донбассе?

— Самое захватывающее, что есть на территории ДНР, на мой взгляд, это Саур-Могила. В детстве захватывало дух, когда поднимался к стеле и рассматривал по пути памятные знаки каждого рода войск. После боев 2014–2015 гг. памятник превратился в символ новой воинской славы Донбасса, позже он был одним из первых отреставрированных объектов при участии российских специалистов. Духовный центр Донбасса — Святогорская лавра. Меловые горы с пещерами, внутри которых вырублены монашеские кельи, а также соборы, расположенные вдоль мелового берега Северского Донца, — здесь в одном месте соединились красота природы, история и духовная культура.



Еще в городе Соледаре есть шахты по добыче каменной соли. Раньше там были санаторий, подземный храм и вырубленное в толще соли футбольное поле. Здесь так много этого ценного минерала, что запасов хватит на тысячу лет.

— Какие диалекты и традиции есть в вашем регионе?

— Всегда сложно говорить о диалектизмах, которые ты всю жизнь считал обыденными. Мои друзья из Петербурга начинали смеяться, когда я произносил: ставок (небольшой водоем), стружилка (точилка для карандашей), лайба (велосипед), бульбашки (мыльные пузыри) или баклажка (бутылка воды емкостью более пяти литров).

Самые лучшие наши традиции, которых здесь мне очень не хватает, — это колядование, щедрование и посевание. В рождественский сочельник люди в тулупах, со звездами из фольги на шестах, поют песни, рассказывают «колядки» и ходят по домам. При посевании мужчины засыпают пол в квартире разной крупой — это добрая примета на удачный год, потому замечать сразу нельзя, колом ноги о горох и пшеницу несколько дней.

А еще у нас очень развито землячество. Где бы я ни был, если вдруг оказывается, что вижу земляка, мы обнимаемся, расспрашиваем, как у человека дела. Если работаем в одном месте, то держимся рядом. Это у нас очень развито.

Таков мой любимый и родной край степей и терриконов. Край с глубокой историей, сильными традициями и людьми, которые чувствуют связь друг с другом — что и является настоящим единством.

Анастасия Гаркуша,
студентка 4-го курса
филологического ф-та.
Фото с сайтов: ria.ru, inok.info,
geocaching.su, topnews.ru



Восстановленный комплекс Саур-Могила



Успенская Святогорская лавра



Дружковские окаменевшие деревья



Соляные пещеры Соледара

Хеллоуин vs Масленица

Что общего у традиций разных народов?

Говорит ли вам о чем-нибудь древнеирландское слово «Самайн»? А если мы скажем, что это языческий праздник, который отмечали в ночь с 31 октября на 1 ноября? Примерно две тысячи лет назад кельты верили, что именно в эту ночь невидимая перегородка между царством живых и мертвых становится настолько тонкой, что души умерших могут свободно приходить в земной мир. Ничего не напоминает? Хеллоуин, который ежегодно отмечают примерно в сорока странах, появился несколько столетий назад. А есть ли в России похожие праздники, принято ли у нас «играть» со страхом? Давайте попробуем разобраться.

Самайн символизировал завершение светлого сезона и начало темного, то есть проводы лета, сбор урожая и подготовку к зиме и холодам. По сути, так отмечали новый год, начало нового жизненного цикла. Неотъемлемым элементом празднования становились костры, которые помогали духам переправляться из загробного мира, а также отпугивали зло. Особое внимание уделялось еде. Кельты создавали алтари с подношениями умершим родственникам, в качестве даров использовались тыквы, яблоки, овощи и хлеб.

Похожий обряд совершали и восточные славяне, а называли его Масленицей. Только проводжали они холодную и голодную зиму, которую вместе со всеми бедами и невзгодами сжигали на костре. Изначально чучело, которое называли Марой или Мареной, символизировало не саму зиму, а богиню смерти, имя которой произошло от слов «мор», «мрак» и «мороз». Встречали славяне урожайную весну и славили бога солнца и плодородия Ярило. Блины не зря стали символом проводов холодов, уж очень они на солнышко похожи.

Есть у ирландцев легенда, она рассказывает о скупом и хитром Джеке, который не раз обманул самого дьявола и вынудил его дать обещание не забирать свою душу после смерти. Джек умер, но ни в рай, ни в ад попасть не сумел. Бог не принял его за грехи, а дьявол сдержал обещание. Так Джек и остался скитаться с горящим угольком, который освещал путь. Чтобы носить огонь было удобнее, он положил его в репу, в которой проделал отверстия. Позже американцы заменят репу на тыкву, и появится главное украшение Хеллоуина — Джек-фонарь, который будет служить для отпугивания злых духов.

Вообще, история Хэллоуина берет свое начало в XIII веке, когда папа Григорий III перенес День всех святых на 1 ноября. Вечер 31 октября стал называться «канун Дня всех святых» (по-английски All Hallows' E'en). Со временем название All Hallows' E'en превратилось в привычное нам «Хэллоуин». По-настоящему народным праздник становится к концу Средних веков. На улицах появляются мимы, «гайды» (личности в масках), которые ходят от двери к двери, прося угощения или милостыню.

Похожая традиция была и на Руси, колядовать было принято на Святках. Люди надевали костюмы, чаще всего животных, и ходили по домам, исполняя песни и небольшие сценки. Встречали колядующих всегда радушно, щедро одаривали их угощениями и деньгами. Считалось, что прогнать коляду — значит навлечь беду на свой дом.

— Как правило, везде, куда приходило христианство, до этого существовала политеистическая культура, которую христианству приходилось как-то «осваивать», — рассказывает Ольга Анатольевна Бокова, кандидат фи-



лософский наук, доцент кафедры философии. — То же самое происходило и у восточных славян. Обычаи святочных гаданий, ряжения, хождения по домам, особенно детей, чтобы получить гостинец, пение колядок — во многом дохристианские по сути своей. Церковь пыталась с ними бороться, что-то смогла «христианизировать», но что-то сохранилось до наших дней.

А знаете ли вы, почему у Бабы-Яги одна нога костяная? Она позволяет хранительнице леса находиться в двух мирах одновременно: в нашем и потустороннем. Костюм именно этого мифического персонажа пользовался особой популярностью у славян во время празднования Велесовой ночи, которая по старинному славянскому календарю отмечалась как раз с 31 октября на 1 ноября. Посвящена она богу скота, богатства, а также покровителю мира мертвых и языческим волхвов Велесу. Древние славяне верили, что в эту ночь загробный мир приближается к миру живых.

Вот и получается, что задолго до появления интернета, наступления эпохи глобализации, даже до возникновения почты люди из разных уголков нашей планеты даже не подозревали, что отмечают такие похожие праздники. Глядя на это из XXI века, понимаешь, что все люди похожи на много больше, чем кажется.

Ксения Шадрунова
студентка 3-го курса
филологического ф-та.
Иллюстрации с сайтов:
buketleta.com, klev.club



Гигиена детства в школе XIX века



СТРАНИЦЫ
ИСТОРИИ

19 октября 1811 года был открыт Императорский Царскосельский лицей — привилегированное учебное заведение, созданное для подготовки молодых людей к государственной службе. В качестве воспитанников туда принимались только дети потомственных дворян. Однако в России были и другие учебные заведения для детей. С какими проблемами сталкивались учащиеся школ в дореволюционной России — ответ на этот вопрос ищут историки ЛГУ.

Если Царскосельский лицей был привилегированным учебным заведением, в котором так или иначе заботились о здоровье своих воспитанников (как физическом, так и нравственном), то как обстояли дела в других учебных заведениях Российской империи?

Последние несколько лет эту тему исследует научный коллектив сотрудников ЛГУ им. А.С. Пушкина в ходе работы над грантовым проектом «Гигиена детства в Санкт-Петербурге и Петербургской губернии в середине XVIII — начале XX вв.» под руководством доктора исторических наук, профессора Валентины Александровны Веремко.

Когда мы говорим о гигиене детства, то подразумеваем разные аспекты: соблюдение санитарно-гигиенических условий, медицинскую помощь, образование и воспитание в учебных заведениях и в кругу семьи, питание, оздоровительные процедуры, физкультуру, трудовое обучение и целый ряд других направлений. Одно из них — школьная гигиена.

Однако внимание общества к санитарно-гигиеническим проблемам, поддержанию и сохранению физического здоровья детей в школе сформировалось не сразу. Только во второй половине XIX века стал проявляться особый интерес к теме охраны здоровья обучающихся, их физическому и психическому состоянию. Современники начали ставить острые вопросы в своих публикациях в периодической печати и призывали обратить внимание на то, что же происходило в школах.



Занятия в земской школе XIX века

Перегруженность учебного процесса и зачастую несоответствующие санитарным нормам помещения школ приводили к таким проблемам, как искривление позвоночника, болезни легких, ухудшение зрения. В журнале «Учитель» за 1865 год писали: «Промучив детей несколько часов в классе, их отпускали домой с огромным количеством заданных уроков, выучивание которых поглощало большую часть остального времени».

Переутомление сильно подрывало здоровье учащихся. В существовавших санитарно-гигиенических условиях школ во второй половине XIX — начале XX вв. были распространены такие болезни, как скарлатина, корь, краснуха, оспа, холера, коклюш, дифтерия, дизентерия, падающая болезнь, чесотка, заушница, вши. Передаче и распространению инфекций способствовали тесные помещения, превышение норм численности учеников, пренебрежение правилами гигиены. Некоторые болезни при отсутствии правильного лечения, должного ухода в период выздоровления могли стать причиной развития других заболеваний, переходящих в разряд хронических, таких как болезни глаз, ушей, суставов, легких, почек и сердца.

Еще одной проблемой было употребление детьми школьного возраста алкоголя, причем статистика здесь была крайне неутешительна. Проис-

ходило это по многим причинам — из-за наследственных факторов, неблагоприятных примеров со стороны взрослых, отсутствия достоверных знаний о вреде спиртных напитков, недостаточного контроля за их продажей, тяжелых условий жизни и стремления уйти от личных сложностей посредством употребления алкоголя.

Что предпринимали современники, зная обо всех этих проблемах? Во-первых, работали над распространением среди населения правильных знаний о возможностях сохранения здоровья детей. В школах вводились такие дисциплины, как гимнастика и физкультура, что уже вносило большой вклад в решение вопроса. Проводились санитарные инспекции для выявления нарушений. При школах появлялись медики, которые должны были следить за состоянием учеников. Дискуссии, которые бурно велись в обществе, приносили свои плоды, хотя до комплексного решения всех сложностей даже в начале XX века было еще далеко. Да и можем ли мы быть полностью уверены, что ряд обозначенных проблем не присутствует и в современной школе?

Анастасия Жукова,
кандидат исторических наук,
научный сотрудник
НОЦ исторических исследований
и анализа.

Фото с сайта: wikimedia.org

Работа из дома — лучший вариант для студента?

Многие студенты задаются вопросом, как и где можно подработать так, чтобы это не мешало учебе? И фриланс рассматривается как один из возможных вариантов. В этом материале мы попытались разобраться, каким образом можно заработать, не выходя из дома.

Плюсы у такой работы очевидны: не приходится тратить деньги и время на дорогу, как правило, нет необходимости вставать рано. График в основном свободный. Заняться работой можно даже по дороге на занятия или в обеденный перерыв. Вся деятельность совершается по договоренности с заказчиком (работодателем). В век информационных технологий такая работа доступна каждому. Нам удалось поговорить со студентами, которые работают или работали удаленно в самых различных сферах.

Кира ИСАЕВА, студентка 1-го курса филологического факультета.



— В какой сфере ты работала?

— Я работала в сфере копирайтинга. Печатавала и редактировала тексты разных жанров: от древнерусских источников до произведений XXI века.

— Было ли тебе удобно этим заниматься?

— Да, так как это была подработка, но приходилось тратить много времени. В день я работала по пять-шесть часов, чтобы переделать один текст, а в неделю примерно 15–20 часов.

— Достаточно ли ты зарабатывала на такой работе?

— За один текст я получала от двух до пяти тысяч рублей, и 30–50 тысяч в месяц.

— Хотела бы вернуться обратно?

— Нет, так как эта работа отнимала слишком много времени.

Дарья МЕСЯЧЕНКО, студентка 1-го курса филологического факультета.



— В какой сфере ты работаешь?

— Я работаю в сфере онлайн-образования, готовлю ребят к ЕГЭ по русскому языку.

— Удобно ли тебе этим заниматься?

— Да, очень, у меня достаточно гибкий график. Когда освобождается время, проверяю сочинения и отвечаю ребятам, иногда провожу видеоконференции.

— Достаточно ли ты зарабатываешь на такой работе?

— С моим уровнем нагрузки достаточно неплохо — 20 тысяч в месяц.

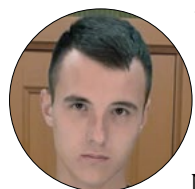
— Появлялось ли желание уволиться?

— Нет, мне очень нравится моя нынешняя работа.

— Рекомендуешь ли работать на удаленке?

— Да, однозначно, очень удобно совмещать такую работу с учебой.

Иван ИВАНОВ, студент 1-го курса филологического факультета.



— В какой сфере ты работаешь?

— Продаю светодинамические конструкции в различных городах Российской Федерации для украшения территории перед Новым годом. Занимаемая должность — менеджер по продажам.

Моя работа строится не только на звонках, но и на длительном контакте с клиентами.

— Удобно ли тебе этим заниматься?

— Да, вполне. Я занимаюсь этим уже не первый год. Когда я учился в школе, мне было очень удобно совмещать учебу с работой, так как я учился во вторую смену. В университете стало еще проще.

— Достаточно ли ты зарабатываешь на такой работе?

— Мне вполне хватает того, что я зарабатываю. Кроме постоянных трат, я могу позволить себе откладывать.

— Рекомендуешь ли работать на удаленке?

— Рекомендую, потому что это очень удобно. Особенно, если ты совмещаешь работу с учебой, но если речь идет не о подработке, то я бы предпочел работать в офисе, а не из дома.

— Продолжишь ли работать в данной сфере?

— Скорее всего это последний год моей работы в данной сфере. Сейчас приоритетом для меня является все-таки учеба.

Варвара Байкачева,
студентка 1-го курса
филологического ф-та



freepik.com



В ритме Non-Stop

Ослепительные улыбки, яркие костюмы и сложные элементы танца... На взгляд со стороны, чир-спорт — это всегда праздник. Но за каждым таким выступлением стоят часы изматывающих тренировок, синяки и моменты, когда приходится преодолевать себя. Мы поговорили с капитаном сборной университета по чир-спорту Non-Stop студенткой 4-го курса факультета физической культуры Юлией ВАСЯШИНОЙ о том, что происходит за кулисами и как дисциплина помогает выстроить здоровый образ жизни в команде.



— Расскажите, как ваша команда выстраивает режим тренировок, питания и восстановления?

— Наша команда тренируется ежедневно по часу в обеденное время. Этого достаточно, чтобы не перегружать организм, к тому же, мы отдыхаем в субботу и воскресенье. В питании мы исключаем мучное и сладости, стараемся употреблять больше белка и витаминов.

— Как бы вы сами сформулировали, что является здоровой физической формой для спортсменов?

— Безусловно, здоровая физическая форма спортсмена — это залог победы. А тренировки укрепляют организм и снижают риск травматизма. На мой взгляд, в современном мире это стало проверкой на силу воли. Студенческая жизнь очень насыщенная, и трудно находить

в ней время на правильное питание и спорт. К сожалению, сегодня очень распространены вредные привычки в виде курения и употребления алкоголя. Поэтому для студента это настоящее испытание — выбрать правильный путь и следить за своим образом жизни.

— С чего следует начать свой путь в спорте новому члену команды?

— Изначально стоит наладить питание. Избавиться от чрезмерного употребления фастфуда, энергетиков, газировок. Когда внутри будет порядок, то двигаться дальше уже будет легче, и все начнет получаться.

— Жизнь команды — это строгий график. Как вам удается совмещать тренировки, выступления, учебу/работу и личную жизнь?

— Спорт — это дисциплина и ответственность. Если наладить свое расписание, то времени будет хватать на все сферы жизни!

— Что для вас является самой большой сложностью в подготовке номеров?

— Сложность в синхронном исполнении программы. Должно пройти достаточно много времени, чтобы команда работала как единый организм. Это постоянная отработка материала до автоматизма.

— Что дает вашей команде больше всего энергии: адреналин

от выступлений, радость от общения или удовлетворение от преодоления сложных элементов? Как вы поддерживаете этот «общий энергетический уровень» и боретесь с выгоранием?

— Любой артист будет счастлив слышать поддержку зала. Так и нам большую часть энергии придает поддержка: со стороны друзей, родителей, тренерского состава. Поддерживать настрой очень тяжело. В этом процессе главное — не перегибать палку на тренировках и давать мозгу переключаться на что-то еще, например, изменить формат занятия или провести какой-то мастер-класс. Это позволяет перенаправить свои мысли в другое русло и получить другие эмоции, что дает перезарядку всему организму.

— Как влияет недосып на результаты тренировок и общее самочувствие?

— Регулярный недосып может привести к печальным последствиям: переутомлению, различным заболеваниям, а на тренировках и вовсе к травме из-за усталости. Лучше всего стараться спать не менее семи-восьми часов в сутки, даже перед сессией.

Варвара Крайнева,
студентка 3-го курса
филологического ф-та.
Фото Любви Мармузовой

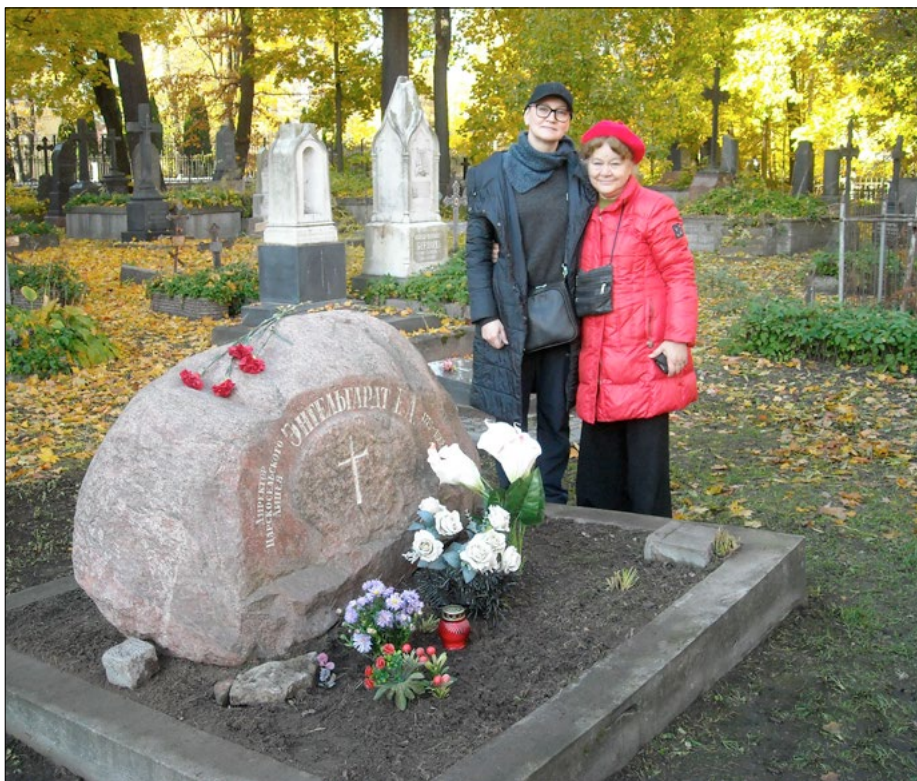
«Отечество нам Царское Село...»



19 октября в атмосфере безусловно праздничной, но в то же время традиционно отмеченной особым, каким-то камерным, теплым ощущением духовного единения, собравшиеся на «лицейском пространстве» отметили 214-ю годовщину со дня основания Царскосельского лицея.

Не буду давать оценки состоявшейся в Лицейском саду литературно-музыкальной композиции «Приношение поэту», исполнителями которой были молодые чтецы, певцы и музыканты, и тем более рассказывать о великолепной, обновленной и существенно расширенной в прошлом году, ко дню 225-летия Поэта, лицейской экспозиции: вот ее-то настоятельно советую посетить. Кому, как не студентам университета, носящего имя Пушкина, важно не только почувствовать бесценность сформировавшейся в этих стенах традиции лицейского братства, но и понять, как много общего — как бы неожиданно это ни звучало — у Лицея и вашего родного университета.

Лицей занимал особое место в системе национального просвещения, будучи фактически уравнен в правах и привилегиях с университетами. По заложенным в его основу принципам воспитания и обучения коллектив преподавателей воплощал в жизнь многие прогрессивные педагогические идеи своего времени. Высокий профессионализм и незаурядность личностных качеств наставников, их искренняя любовь к ученикам, поддержка в развитии их индивидуальных способностей обусловили атмосферу особой доверительности в отношениях педагогов и воспитан-



ников. Эти отношения многие хранили всю жизнь.

Но и достойный рейтинг нашего университета, подобно репутации Лицея, тоже во многом определен и оптимальной организацией обучения и быта студентов, и успешным применением современных достижений в образовательном процессе, и не только безусловным профессионализмом, но и широким кругозором преподавателей ЛГУ, умением организовать коллектив на успешное выполнение стоящих перед ним задач.

Призывая вас дружить с пушкинским Лицеем, хочу сообщить, что первый шаг в этом направлении сделан. Накануне дня Лицея, 18 октября, на Смоленском лютеранском кладбище состоялся заключительный, проводимый ежемесячно Союзом реставраторов и КГИОП субботник во-

лонтерского сезона по реализации проекта «Возвращая имена. Русские патриоты иностранного происхождения».

Одним из таких людей, внесшим большой вклад в воспитание целой плеяды наших выдающихся соотечественников, был второй директор Царскосельского лицея Егор Антонович Энгельгардт. Годы его служения воспитанники называли «золотым веком Лицея». Отдавая дань его памяти, мы вместе с хранителем музейного собрания Лицея Оксаной Николаевной Базановой привели в порядок место упокоения одного из самых уважаемых наставников лицеистов.

Татьяна Покровская,
документовед

НОЦ краеведческих исследований.

Фото из личного архива

