

ГАЗЕТА

Издается с марта 1995г.

2#234 МАРТ 2017



НАСТЕЖ

Новости Студенческой Жизни

ИНТЕРЕСНО

Топ-10
ВЕСЕННИХ ДЕЛ
стр. 15

ЭКСПЕРИМЕНТ

Прийти в форму
к лету!
стр.14

«ВЕСЕННИЙ» ОПРОС:
О ЛЮБВИ, НАСТРОЕНИИ И
ЗДОРОВЬЕ
СТР.7

С МЕЖДУНАРОДНЫМ ЖЕНСКИМ ДНЕМ!

Поздравляем прекрасную половину человечества с праздником весны!

на стр.3

МИСС ПГУ-2017: ТОРЖЕСТВО

С наступлением весны в душе каждого человека происходят перемены, ведь мало существует равнодушных к этой поре года. Это время будто специально создано для приятных эмоций и интересных событий. Одним из таких стал конкурс грации и артистического мастерства «Мисс ПГУ-2017». Он прошел 6 марта в актовом зале нового корпуса нашего университета.

Ежегодное соревнование прекрасных девушек – долгожданное событие для многих. Одни стремятся показать себя на сцене, другие – стать зрителями этого по-настоящему весеннего мероприятия. Заполненный зрительский зал – обычное явление на таких конкурсах и нынешний не стал исключением.

Еще до начала конкурса в фойе нового корпуса царило оживление. Для студентов, сотрудников и гостей университета были организованы выставка женских украшений, мастер-класс по декупажу и стилизованная фотозона. Ростовые куклы приветствовали пришедших и дарили всем хорошее настроение.

Начало мероприятию положил неординарный танец в современном стиле от студии «TORYDANCE». Затем, под аплодисменты, на сцене появились ведущие и все участницы конкурса «Мисс ПГУ-2017». Начался первый тур под названием «Звуки современного города». Девушки продефилировали в нарядах в стиле casual, а ведущие познакомили зал с конкурсантами. Стоит отметить, что зрительская поддержка была колоссальной: плакаты, воздушные шары, бурные аплодисменты.

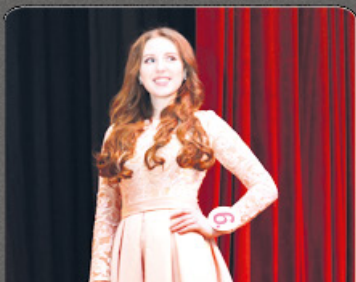
В ходе мероприятия проректор по воспитательной работе Павел Васильевич Коваленко поздравил прекрасную половину университета с первым весенним праздником. Он также отметил, что этот праздник – отличная возможность проявить себя для всех мужчин. Музыкальным по-

дарком для зрителей стало выступление Евгения Котенкова с песней «Лайки».

Затем настало время второго и одного из самых интересных туров – интеллектуального. Вопросы участникам задавали представители жюри. И здесь конкурсантки еще больше раскрылись перед зрителями, показав быструю сообразительность, находчивость и эрудированность. Некоторые рассказывали о планах и мечтах, а кому-то достались вопросы, требующие нестандартного взгляда на вещи.

Песней «Чырвоная ружа» Дмитрий Мрачко настроил зрителей на восприятие народной культуры. В третьем туре конкурса участницы в стилизованных национальных костюмах под инструментальную народную музыку раскрыли все многообразие белорусской культуры. В этом им помогал фольклорный ансамбль «Варган». Танец в сопровождении живой музыки получился удивительно самобытным и захватывающим. Хочется отметить, что это был один из самых необычных этапов конкурса.

Четвертым туром стало творческое соревнование. Здесь каждая из участниц показала сценический номер, продемонстрировав свои артистические таланты. Конкурсантки пели, танцевали, играли на музыкальных инструментах. Каждая из них превратила свое выступление в настоящее шоу, продуманное до мелочей: интересные костюмы, определенная тематика, сюжет. В этом



ОБАЯНИЯ, КРАСОТЫ И ГРАЦИИ

конкурсе участницы показали и свою коммуникабельность, и умение работать в команде, ведь в каждом из номеров им помогали другие студенты. Зрелищность выступлений поразила зрительский зал.

Затем настало время пятого, финального тура – дефиле в вечерних платьях. Этот этап получил название «Весенний бал». Участницы демонстрировали платья, подчеркивающие их красоту, а аккомпанементом к этому стала песня «You my heart» в исполнении Левона Гзиряна. И наконец жюри отправились в совещательную комнату для принятия долгожданного решения.

В это время выступления на сцене продолжались. Факультетские танцевальные коллективы отличались энергетикой и особым стилем. Пели участники студии сольного пения «Настроение» Софья Козловская и Ярослав Евтушевский. Зрители смогли увидеть видеоклип, в котором рассказывалось, как проходила подготовка к конкурсу «Мисс ПГУ».

И вот результаты конкурса! Номинации распределились следующим образом: «Мисс Обаяние» – Милана Рубаник, «Мисс Фото» – Марина Аладьева, «Мисс Грация» – Анастасия Спasiбёнок, «Мисс Белорусочка» – Виктория Гулакова, «Мисс Креатив» – Анастасия Суходольская,

«Мисс Артистичность» – Юлия Новикова, «Мисс Интеллект» – Елизавета Вергинская. Первой «Вице-мисс» стала Анна Пиртань, второй «Вице-мисс» – Елизавета Замыцкая.

Титул «Мисс ПГУ-2017» получила Римма Адаменок. Все участницы получили подарки от ректората, спонсоров, цветы и поздравления.

Мы поздравляем победительницу и всех участниц конкурса с заслуженным успехом. Желаем достигать новых высот, участвовать в жизни университета и всесторонне развиваться. Этот конкурс еще раз доказал – в нашем университете учатся прекрасные, умные, творческие и активные девушки!

П

Маша
Томашевская

фото Максим Моштыль

8 Марта

РЕДАКЦИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ ГАЗЕТЫ «НАСТЕЖЬ» СЕРДЕЧНО ПОЗДРАВЛЯЕТ ВСЕХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ ПРЕКРАСНОЙ ПОЛОВИНЫ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА С МЕЖДУНАРОДНЫМ ЖЕНСКИМ ДНЕМ! ПУСТЬ В ВАШЕЙ ЖИЗНИ БУДЕТ ВЕЧНАЯ ВЕСНА, ПУСТЬ ЯРКО СВЕТИТ СОЛНЦЕ, ПУСТЬ ПОЮТ ПТИЦЫ, ПУСТЬ ДНИ БУДУТ СВЕТЛЫМИ И БЕЗОБЛАЧНЫМИ. УЛЫБОК, ХОРОШЕГО НАСТРОЕНИЯ, РАДОСТИ, СЧАСТЬЯ!



АФИША

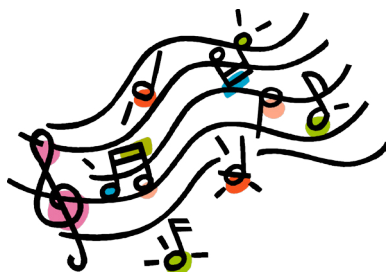
11 МАРТА
15.00

**АКТОВЫЙ ЗАЛ
НОВОГО КОРПУСА
СПЕКТАКЛЬ
«ЛЮБОВЬ.
ВРЕМЕНА ГОДА»**



15 МАРТА
11.45

**ФОЙЕ НОВОГО КОРПУСА
LUNCH-КОНЦЕРТ**



15 МАРТА
КОРПУС УНИВЕРСИТЕТА
АКЦИЯ
**«Я - ГРАЖДАНИН
БЕЛАРУСИ!»**



PSU WINTER 2017

Под таким названием 18-19 февраля на базе Полоцкого государственного университета состоялись открытые университетские соревнования по спидкубингу. В турнире приняли участие спортсмены из Беларуси и стран ближнего зарубежья. Участники соревновались в восемнадцати дисциплинах, среди которых были кубик 2x2, 4x4, 5x5, 6x6, 7x7, сборка Кубика Рубика одной рукой, вслепую; пирамидка, мегаминкс, скваер, сборка Кубика Рубика на количество ходов, Часы Рубика, скьюб.

Принимая участие в этих соревнованиях как зритель, заряжаешься положительными эмоциями, удивляешься тому, как ловко можно собрать эту популярную головоломку. Мне посчастливилось пообщаться с некоторыми участниками, узнать их личный рекорд, их первый результат и сколько лет они этим увлекаются:

Андрей Беседин (11 лет) рассказал мне, что кубик собирает с 9 лет. После того как начал собирать свои первые кубики, он на некоторое время забросил это дело, но скоро понял, что это увлечение запало ему в душу и он уже не сможет без него. Первый свой кубик он собрал приблизительно за 5 минут, сейчас же Андрей собирает кубик 3x3 за 15 секунд.

А вот Владислав Ушаков (21 год) свои первые кубики начал собирать в 17 лет. Первый результат был 6 минут (кубик 3x3). Сейчас же он специализируется на более сложных кубиках, таких как «Мегаминкс». Его он может собрать за 2 минуты. Но такие соревнования посещает не только, чтобы ставить новые рекорды, но и для того, чтобы найти новых друзей. Общение и обмен опытом с соперниками – ключ к развитию. Владислав мечтает вырваться на мировую арену, и первые шаги он уже сделал: летом поставил мировой рекорд в сборке кубика Рубика на количество ходов.

Никита Лойко (20 лет) собирает кубики с 17 лет. Первый свой кубик собрал за 3 минуты, сейчас же может ловко собрать кубик за 15 секунд. Больше отдаёт предпочтение головоломке «Пирамида». Любит такие мероприятия за общение с товарищами и новые знакомства.

Помимо моих респондентов, участие приняли так же гости из России Дмитрий Анискин, Дмитрий Дергунов, Илья Терешко и Дмитрий Крюзбан. Ребята отметили хороший уровень организации, оценили наше гостеприимство, дружелюбие и умение уважать противника.

Победителями стали: Дмитрий Дергунов - в направлениях Rubik's Cube, One-handed (Кубик Рубика одной рукой) и Кубик 4x4, Дмитрий Крюзбан - Кубик 5x5, Кубик 6x6, Кубик 7x7, Pyraminx (Пирамидка) и Square-1, Никита Лойко - Кубик 2x2 и Кубик Рубика с закрытыми глазами. Победителем по собиранию кубика наименьшим количеством ходов стал Виктор Данилов, Дмитрий Анискин одержал победу в направлениях Megaminx и Skewb. Первое место в направлении Часы Рубика занял Илья Терешко.

Организаторами соревнований выступили: Полоцкий государственный университет, первичная организация ОО «БРСМ» ПГУ, Новополоцкая городская организация ОО «БРСМ», Новополоцкая городская организация ОО «Белорусский фонд мира», студенты инженерно-строительного и радиотехнического факультетов университета Владислав Пятница и Владислав Ушаков.



Настя Незнаненко



БЕСЕДА ШЕСТЬДЕСЯТ ПЕРВАЯ, В КОТОРОЙ РЕЧЬ ПОЙДЕТ О СПОРТИВНЫХ ПРЕГРАДАХ

Здравствуй, дорогой друг! Ты любишь физкультуру? Или считаешь ее лишней дисциплиной? Как бы то ни было, твое мнение останется при тебе: физкультура – обязательна для посещения абсолютно всеми студентами за редким исключением. И каждый учащийся вынужден два раза в неделю посещать спортивные занятия, выполняя все предписанные требования.

В прежние времена, при удачном стечении обстоятельств, студенты могли рассчитывать на небольшое поощрение: посещение «качалки». Комплексные тренажеры, гантели и штанги, шведская стенка – все это было в их полном распоряжении.

Однако новый семестр принес новые правила. Отныне посещение тренажерного зала положено лишь тем, кто занимается на платной основе, то есть вне учебной программы. А студентам остается лишь бегать трусцой по периметру спортзала, где в холодное время температура достигает критической отметки в одиннадцать градусов по Цельсию. Отличная и очень полезная физкультура!

Стоит отдать должное преподавателям – они не дают студентам замерзнуть, прорабатывая с ними упражнения на все группы мышц. Они показывают себя профессионалами, обходясь и без дорогостоящего оборудования. Занятия проходят в высшей степени плодотворно. Однако многих студентов постоянно мучает один и тот же вопрос. Почему, обучаясь в столь оснащенном и продвинутом университете, они вынуждены заниматься по-старинке?

Нам не раз повторяют, что все в нашем учебном заведении сделано для студентов. Все делается на благо молодежи, не так ли? Только вот не сходится с этим реальное поло-

жение вещей. Университет переполнен коммерческими услугами. Ощущение постоянного нахождения на рынке не оставляет не на секунду. И ситуация с тренажерными залами – самый явный пример!

Особенно удивляет нововведение тех студентов, которые обучаются за счет собственных средств. Их рассуждения таковы: «Почему мы, выплачивая ежегодно большие деньги за учебу, не можем полноценно пользоваться всем, что есть в университете?». Это обида, которую студенты, возможно, затаят, не выскажут. А просто будут носить в себе, обсуждая лишь с одногруппниками и в социальных сетях.

Наверное, если новое правило о посещении тренажерного зала все-таки принято, оно несет в себе рациональность, у этого решения есть мотивы и причины. Но видимый результат только один: студенты станут еще реже появляться на парах по физкультуре. Вряд ли все бросятся покупать абонемент в тренажерку, скорее он окажется еще одним коммерческим явлением в университете. А студентам останутся лишь стадион и спортзал,

где они будут бегать по кругу, чтобы получить зачет в конце семестра. Позитивный сценарий, не правда ли?

P.S.: И помни, хуже всего закрывать глаза, как это делает большинство. А ты будь Альтернативным – будь неравнодушным!

Ваш Mr. Alter



«ЕСЛИ БЫ КАМНИ МОГЛИ ГОВОРИТЬ»

День защитника Отечества празднуется не только в Беларуси и России. 23 февраля отмечают во многих старнах постсоветского пространства. Представители студенческого актива и сотрудники ПГУ по традиции собрались на митинг, посвященный этому памяtnому дню.

Мероприятие проводилось у памятника советскому экипажу Ил-2, сбитому гитлеровцами 3 июля 1944 года. Погибли младший лейтенант Алексей Иванович Шкарпетов и младший сержант Григорий Иванович Каргин. Их имена высечены на каменной плите.

Митинг начался минутой молчания в память обо всех невернувшихся с полей сражений. Ведущие рассказали участникам историю возведения мемориала. Проректор по воспитательной работе Павел Васильевич Коваленко и заведующий кафедрой радиоэлектроники Владимир Кириллович Железняк поделились своими воспоминаниями, связанными с событиями Великой Отечественной войны. Закончился митинг возложением венка к памятнику героям, сражавшимся за освобождение Полотчины от немецко-фашистских захватчиков.

Проезжая по дороге на завод «Полимир», обязательно обратите внимание на указатель к мемориальному знаку в память о погибшем экипаже Ил-2. Найдите время, остановитесь и пройдите чуть глубже в лес. Здесь вы увидите забетонированную воронку с мемориальной доской и огромный валун. Каждый год сюда приходят юные и взрослые жители Новополоцка, чтобы вспомнить тех, кто ценой своей жизни оставил нам в наследство мирное небо.

И

Павел Урбан

СТИХИ НАШИХ СТУДЕНТОВ

В нашем университете есть много людей, которые любят писать стихи. Именно для них и для всех любителей поэзии мы решили опубликовать несколько стихотворений наших студентов.

НЕИДЕАЛЬНЫЕ СОЧИНЕНИЯ

Без боязни оказаться осмеянным,
Без малейшей доли сомнения,
Наслаждайся эгоистичным
уединением,
Не бойся душевных потрясений,
Предпочитай чувства новые,
Острые,
Не подписывая перемирий с ленью —
Пиши и перечеркивай собственные
Неидеальные сочинения.

Мы давно живем на корабле —
Наш Общий Дом спасает нас от
бурь.

Мы пассажиры разных классов,
направлений,
Мы стали как семья в прошлом
году.

Из разных мест, из городов, селений,
Приехали за новой взрослой
жизнью.

У каждого свои мечты, свое
стремление,
Но мы так молоды и нам не до
учения.

Мы спать ложимся не по расписанию,
А лишь тогда, когда утихнут раз-
говоры.

Друг с друга можем посмеяться,
зная,
Что из-за этого не вспыхнет ссоры.

Мы дети прошлого столетия, а
воспитанники нового.

Мы верим, что все дальше будет
здорово.

Не будем клясться мы друг другу
в вечной дружбе —

Мы здесь, сейчас а что еще для
счастья нужно?

Маша Томашевская

ЧИТАЛИ? СМОТРЕЛИ?

Сегодня мы решили спросить у старшего преподавателя кафедры мировой литературы и иностранных языков Людмилы Ивановны Семченко о ее литературных предпочтениях и любимых фильмах.

— Ваши вопросы о любимых фильмах и книгах просто поставили меня в тупик. Уже несколько дней раздумываю над ними и не могу найти однозначного ответа. Чувствую себя четырнадцатилетним подростком, которому в пионерском лагере подсунули под нос для заполнения очередную девчачью анкету, а в ней на каждой страничке новый вопрос из серии «Твоя любимая книга», «Твой любимый цветок», «Любимое имя мальчика» и т.д.

Я давно уже перестала делить книги по принципу «нравится-не нравится», потому что не раз убеждалась, что для многих вещей надо просто дорасти. Мне кажется, не мы выбираем книги, они сами находят нас в нужный момент, отвечая на вопросы, которые ставит перед нами жизнь. Судите сами, года два назад летом мне попался в руки один из исторических романов Л. Фейхтвангера «Еврей Зюсс». Тогда имя И.З. Оппенгеймера, ставшего прототипом главного героя романа Фейхтвангера, мне не говорило абсолютно ни о чем. Но роман я прочла, заинтересовалась и предложила его одной из своих студенток в качестве темы дипломной работы. А спустя несколько месяцев, по иронии судьбы, я оказалась в Людвигсбурге, в том самом швабском городке, где разворачивались трагические события, описываемые в романе, и где до сих пор сохранился дом, принадлежавший печально знаменитому придворному финансисту герцога Вюртембергского З. Оппенгеймеру. Вот и получается, что каждая новая книга что-то меняет в твоей жизни, поворачивая её то в одну, то в другую сторону. Более того, перечитывая со своими студентами программные произведения, я каждый год открываю их заново, обнаруживая в них новые смыслы, ускользнувшие при первом прочтении.

Так получилось, что чтение серьезной, качественной литературы стало частью моей профессии, а потому и занимает большую часть свободного времени. Иногда перед сном хочется отвлечься и просто насладиться книгой, заряжающей морем позитива, а так как по вечерам я работаю еще и мамой, то читаем все вместе. Мы выбираем книги интересные всем: и дочке-четвероклашке и сыну, 13-летнему подростку, и нам, родителям, давно уже выросшим из детства. Долгое время в списках нашего хит-парада значились и «Манюня» Нарине Абгарян, и «Вафельное сердце» с «Тоней Глиммердал» норвежской писательницы Марии Парр. Почему? Просто это истории про вечные ценности: дружбу, любовь и умение радоваться жизни.

Что касается фильмов, то с ними дела обстоят намного сложнее. Проще рассказать о фильмах, оставляющих меня абсолютно равнодушной, нежели о тех, что хочется пересматривать снова и снова. Последние годы ловлю себя на мысли, что никогда, даже на 9 Мая, не пересматриваю фильмы о Великой Отечественной войне и вовсе не потому, что они мне не нравятся. Просто очень больно: они так выворачивают душу, что возвращаться к ним еще раз — значит беречь старую рану. А вот что я действительно не смотрю, потому что не нравится, так это различного рода боевики и фильмы, главным достоинством которых является запредельное количество спецэффектов. Пересматриваю, как правило, классику советского кинематографа, потому что все мы родом из детства.

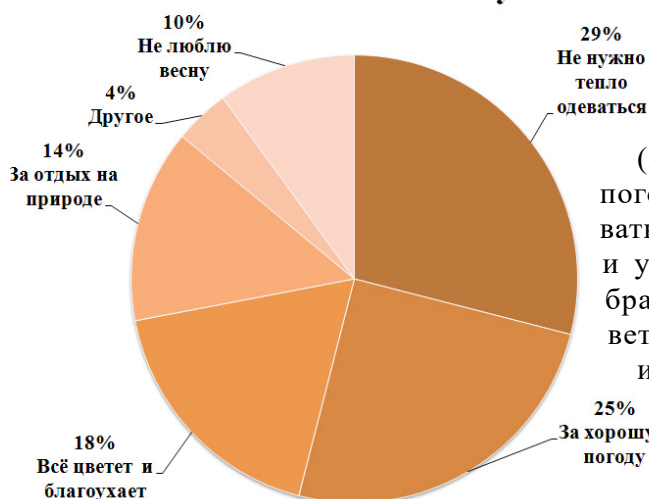
□

Вероника Даргель

«ВЕСЕННИЙ» ОПРОС

Как быстро летит время: не успеваешь оглянуться, а зима уже позади, весна стоит на пороге. Весна – прекрасное время года. У большинства людей она ассоциируется с расцветом природы, теплотой, любовью. Мы узнали об отношении наших студентов к весне и её особенностям.

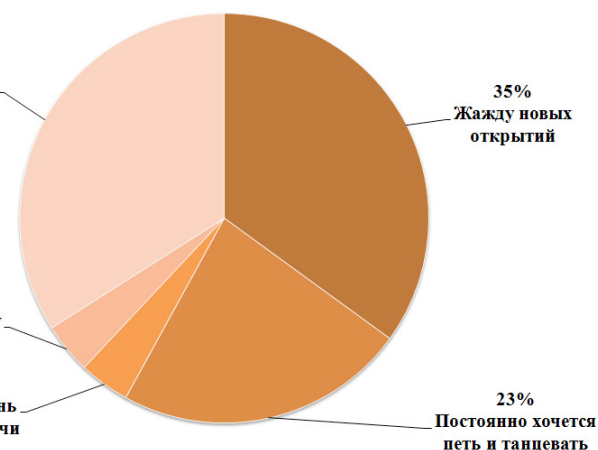
За что вы любите весну?



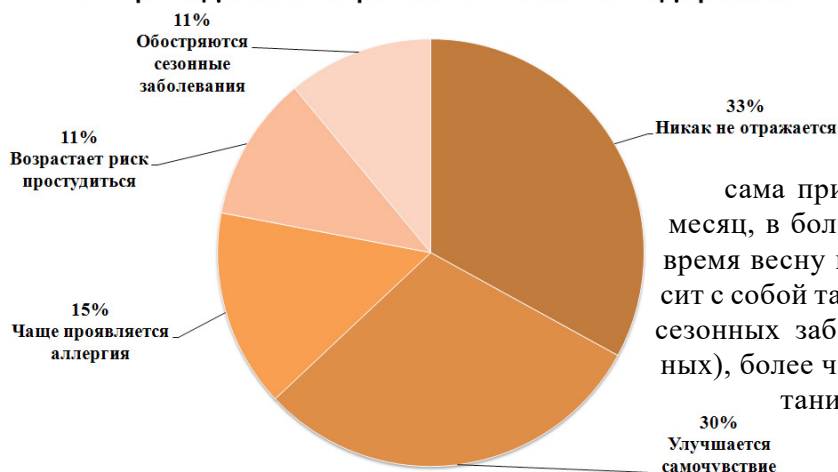
Всем нам хочется поскорее сбросить с себя вечные спутники зимы – тёплые свитеры и шубы, длинные сапоги и ботинки на меху, поэтому большинство студентов выбрали главной причиной, почему они любят весну: не нужно тепло одеваться (29%). На втором месте стоит вариант «за хорошую погоду» (25%). Весеннее солнышко не может не радовать. Оно способно не только поднимать настроение, но и улучшать общее самочувствие и внутреннее кровообращение. На третьем и четвертом месте опроса соответственно – варианты «всё цветёт и благоухает» (18%) и «отдых на природе» (14%). Лишь 4 % проголосовавших имеют свои причины радоваться весенним денькам, а 11 % студентов не любят весну.

Что происходит с вашим настроением весной?

Настроение зачастую зависит от поры года за окном. «Жажда новых открытий» – именно это происходит с большинством студентов (35%) нашего вуза с наступлением весны. Это заметно и в работе студентов в стенах университета: активное участие в студенческих конференциях, исследования в научной сфере, спортивные соревнования и не только. 23% опрошенных признались, что постоянно хотят петь и танцевать благодаря весеннему настроению. 4% проголосовавших всё время грустят весной. Другие 4% становятся очень влюбчивыми, ведь весной вся природа пробуждается, а с ней пробуждаются новые чувства, эмоции.



Как приход весны отражается на вашем здоровье?



Судя по результатам, в большинстве случаев весенняя пора никак не отражается (33%) на здоровье студентов, либо же улучшает общее самочувствие (30%). Весна – это время года, когда хочется быть в наилучшей форме, и кажется, что сама природа помогает в этом (первый весенний месяц, в большинстве случаев, не в счёт). Но в то же время весну можно назвать коварной, ведь она приносит с собой такие «приятные» моменты, как обострение сезонных заболеваний (проголосовали 11% опрошенных), более частое проявление аллергии (15%), возрастание риска простудиться (11%). Чтобы этого не допускать, нужно заботиться о своём здоровье и постоянно укреплять его.

Несмотря на все недостатки, весна – уникальная пора года. В течение целых трёх месяцев мы наблюдаем расцвет природы после сна. Весна – время перемен, преобразований, счастья и любви!

Мария Ядревская.

Посол своей страны

Преподаватели Полоцкого государственного университета идут в ногу со временем, стараясь улавливать все научные веяния, приходящие к нам из зарубежных стран, а некоторые из них сами едут навстречу новому. Вера Адамовна Гембицкая, преподаватель кафедры мировой литературы и иностранных языков, провела полгода в США в рамках программы Fulbright Scholar Program. В интервью она поделилась своими впечатлениями и планами на будущее

– Расскажите, как Вы получили стажировку в Америке?

– Ну, во-первых я её не получила, я её выиграла. Я увидела объявление о том, что происходит набор на эту стажировку. Стажировка называется «Fulbright faculty development program». Отбор был очень тяжёлый, состоял из многих ступеней, т.е. надо было написать проект, затем мотивационное письмо, заполнить очень много документов. Потом после первой стадии нас вызывали на ин-

тервью. Если интервью прошло успешно, то ты сдаёшь тесты, например TOEFL. Если ты его хорошо сдал, твои документы отправляются в США и там уже твоя кандидатура либо утверждается, либо отвергается. И уже на месте потом решается, в какой университет тебя посылать. Подготовка проходила с октября, и ответ я узнала только ближе к июлю.

– В чём была причина поиска стажировки за рубежом?

– Одна из главных причин – это повышение своей квалификации как преподавателя, также попадаешь в так называемую

среду of native speakers. Сколько бы не учил языки, всё равно остаётся так называемый психологический барьер, который у меня теперь пропал. Если сначала волнуешься, то потом перестаёшь беспокоиться и чувствуешь

себя как рыба в воде в среде носителей иностранного языка. Еще это дало мне возможность узнать много новых лексических единиц, так называемых слэнговых, потому что, когда заводишь мно-

го друзей среди американцев, ты слышишь, какие устойчивые выражения они используют.

– Где проходила Ваша стажировка?

– Всех участников этой стажировки распределили в разные университеты, мне же выпала возможность попасть в университет Аркан-

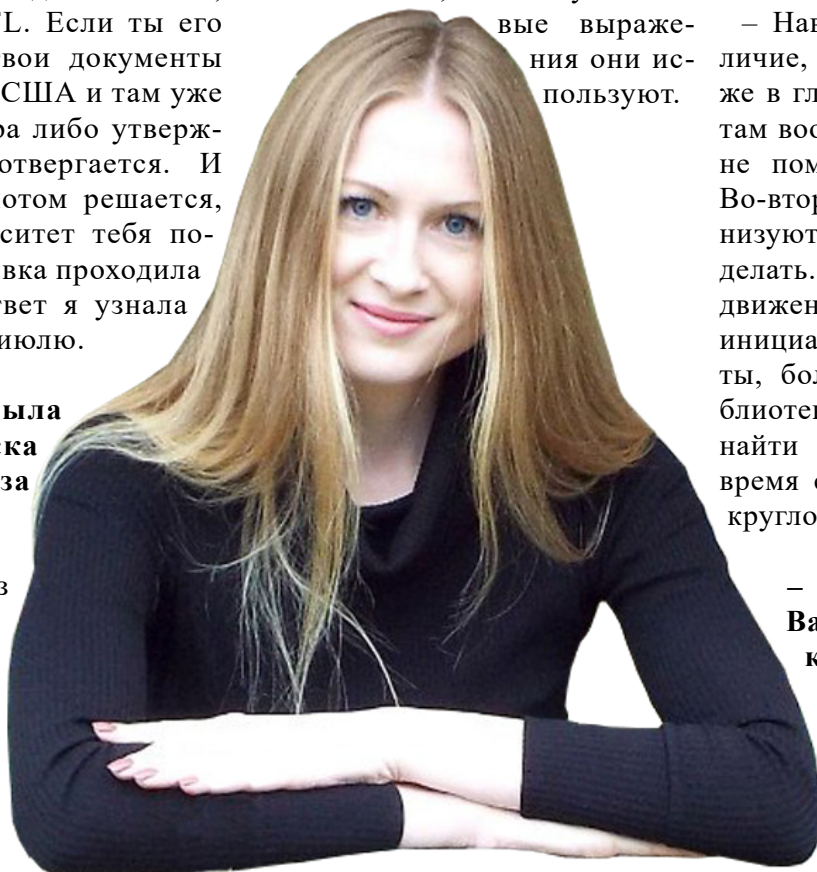
заса, в котором учился сам сенатор Фулбрайт. Еще могу сказать, что мне очень повезло с моим научным руководителем, которая меня всегда направляла не только в методическом, научном плане, но и в культурном.

– Назовите отличия в сфере образования США и Беларуси.

– Наверное, самое первое отличие, которое бросается сразу же в глаза, это то, что студенты там вообще не списывают. Даже не помышляют о списывании. Во-вторых, студенты самоорганизуются для того, чтобы что-то делать. Например, волонёрское движение. И они всё же более инициативны, чем наши студенты, более самостоятельны. Библиотеки там переполнены, не найти свободного места, а во время сессии работают и вовсе круглосуточно.

– С какими трудностями Вам пришлось там столкнуться?

– Вот удивительно, что вообще ни с какими. Потому что, мы попали в штат Арканзас, это южный штат, и он



считается одним из самых гостеприимных. Все были рады помочь, даже там, где и не нужно было. Люди видят, что ты идёшь по улице, останавливаешься, смотришь на дома, на карту. Они сами подходят и спрашивают: «Вы потерялись? Я могу Вам помочь?» Очень разговорчивые.

Или в автобус заходишь и спрашиваешь, когда такая-то остановка, и водитель скажет: «Вы не местная? Откуда Вы?» «Я из Беларуси.» «Из Беларуси? Тогда для Вас бесплатно.» Я говорю: «Ну как бесплатно? Т.е. совсем не надо платить за проезд?» Там просто принято в автобусах друг с другом разговаривать, водитель разговаривает с пассажирами, пассажиры друг с другом. И доносится от пассажиров: «Девушка, ну вам же сказали, что бесплатно. Это подарок, проходите, садитесь. Как там у вас в Беларуси? У вас там, наверное, холодно?» И потом вот так вот весь автобус разговаривает.

– Как относятся к белорусам в США? Знают ли они что-нибудь о нас и нашей стране?

– Да, знают. Очень часто спрашивают про Вторую мировую войну, потому что знают, что на территории нашей страны проходили активные военные действия. Также спрашивают о катастрофе в Чернобыле, про кухню, музыку. Всем очень нравится песня «Касіў Ясь канюшыну» и калыханку «Доўгі дзень». Иногда забудешь про эту калыханку и кто-то подойдет и скажет, а я вот переслушивала ее, «It is so quiet».

– Чем живет американская молодежь?

– Она абсолютно не отличается

от нашей, хотя немного есть различие в моде. Они более практичны в плане одежды, попроще. Еще они все время улыбаются, также принято говорить комплименты незнакомым людям. Они могут подойти и сказать, «Где Вы покупали это платье? Оно у Вас такое красивое, Вам так идет»

– **Что Вы можете сказать о материально-бытовых условиях студента США?**

– Так как я была там не в качестве студентки, мне сложно об этом говорить. Но у меня были друзья среди студентов, которые рассказывали, что многие студенты, так же как у нас, живут в общежитии, питаются либо сами, либо в столовой, на территории кампуса очень много кафе, которые всегда переполнены студентами, которые там общаются или учатся. Также бросается в глаза то, что наши студенты приходят на занятия с тетрадями, там это уже редкость, большинство студентов приносят на занятия свои ноутбуки. А еще все ездят на машинах, даже первокурсники. Там очень тяжело, если у тебя нет машины.

– **Как ощущалась разница культур?**

– Сразу могу сказать, что мне не хватает этих улыбок. Там постоянно люди друг другу улыбаются. Утром, когда едешь на занятие в автобусе, водитель напевает песенку, все друг с другом общаются, смеются, это очень поднимает настроение на весь день. Там люди менее стеснительны и не боятся сказать правду в глаза, они более открыты,

прямо выражают свои желания.

– Удалось ли путешествовать во время стажировки?

– Да, но это благодаря тому, что у них немного по другому устроен учебный процесс. У них есть пару дней отдыха во время семестра, для того, чтобы студенты передохнули. Я старалась выехать куда только могла. Во-первых я ходила в походы как минимум раз в 2 недели, также посетила несколько штатов – это Миссури, Оклахома, Невада, но и, конечно же, я была в Нью-Йорке, Лас-Вегасе.

– Какие идеи Вы можете предложить для реализации в нашем университете?

– На кафедре мировой литературы и иностранных языков я буду внедрять все знания, которые я получила. Это разработка курсов, которых я веду. Также я сейчас составляю такой «мини-договор», где преподаватель расписывает требования к своему курсу, указывает, что для него приемлемо, что нет, что он допускает в поведении на занятиях, что влияет и не влияет на отметку, как нужно участвовать в семинарах, можно ли пользоваться мобильным телефоном, т.е. прописаны все мелочи, чтобы не возникало никаких проблем между студентами и преподавателем.

– Что Вы можете пожелать студентам?

– Обязательно учите как можно больше языков, будьте открытыми для всего нового. А самое главное, это быть инициативным, не бояться предлагать новые идеи, выезжать за границу и хотеть что-то сделать для своей страны.

Таня Федченко

Рейтинг корпусов

Уже не первый год в нашем университете действует рейтинговая система, по которой преподаватели оценивают знания и навыки студентов. Но почему бы не применить рейтинг в оценке самого университета? Мы решили составить некий топ, который будет включать в себя оценку различных благ, предлагаемых университетом. Т.е. совокупная оценка будет вытекать из суммы всех прелестей учебных корпусов. И первые на очереди столовые.

Наш университет состоит из шести корпусов. В четырех из них есть столовая. Мы решили определить рейтинг каждого. Все корпуса пройдут так называемый экзамен по определенному предмету. Система оценки тоже, как на экзамене. За каждую часть корпус получит балл и соответствующий ему весовой коэффициент. Так, оценив все составляющие, мы получим итоговый балл. Знакомая система, ведь так? Первая аттестационная неделя началась для столовых нашего университета. На следующих обратим внимание на спортивные базы корпусов, библиотеки и непосредственно сами корпуса.

Достаточно сложно было оценить столовые, поскольку большинство из них весьма похожи между собой. Также все они были открыты в разное время. Следовательно, самая новая столовая будет смотреться лучше и современней других. Стоит отметить, что каждую столовую отличает и ее своеобразный интерьер. Мы старались избегать различного рода особенностей, чтобы составить максимально честный рейтинг.

Все столовые проходили экзамен с «заходной» оценкой 5 баллов. За максимальное количество удобств и минимальное количество недостатков у каждой была возможность получить максимальный рейтинг.

Главный корпус

Первой «жертвой» стал главный корпус. Столовая здесь (после ремонта) открылась 21 декабря 2012 года, в день предполагаемого конца света. Как видим, она неплохо сохранилась до наших дней. Атмосфера достаточно уютная, не обошлось без искусства. На стенах висят картины, за которые рейтинг повысился на +0,5 балла. Стоит отметить, что данный корпус является единственным, где предусмотрена столовая для преподавательского состава. За это дополнительно корпусу начисляется +0,5 балла.

Часто в столовой бывают большие очереди. Чтобы занести поднос из правой части столовой в мойку, приходится пробираться через толпу. За это было снято 0,2 бала.



В некоторых местах столы стоят очень плотно. С одной стороны это хорошо, поскольку мест больше. Но с другой стороны очень некомфортно сидеть. Либо же приходится тревожить рядом сидящих, что не совсем удобно. За это также было снято 0,2 бала.

Потеряла 0,2 бала столовая из-за отсутствия микроволновой печи. Согласитесь, еда (например, пирожок или пицца, которые в столовой тоже продаются) вкуснее, когда она разогрета.

Столовая главного корпуса обладает максимальным количеством мест по сравнению с остальными. Их количество равняется 160. За это к рейтингу был добавлен 1 балл. Но несмотря на большое количество мест, всегда находятся гениальные сту-

денты. Становясь в конец достаточно большой очереди, заблаговременно занимают места, где их вещи благополучно хранятся минут 7-10. За это время другие могли спокойно съесть свой обед. Это явление наблюдается во всех объектах университетского общепита.

Рейтинг главного корпуса: 6,4

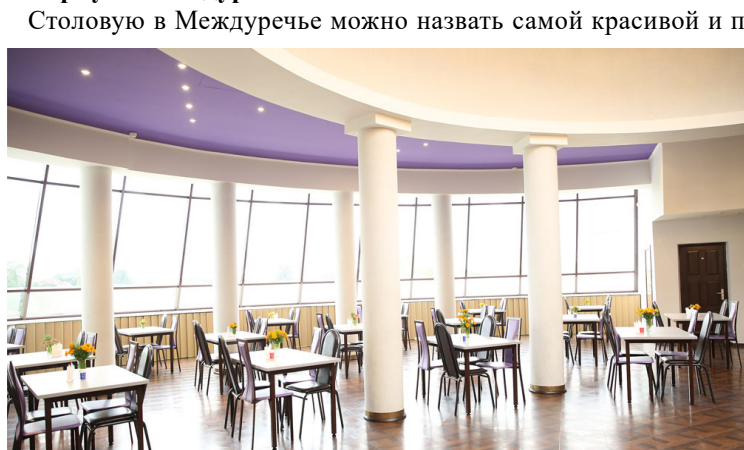
Новый корпус

Столовую в новом корпусе можно назвать самой просторной и простой. Здесь мы не увидим ни картин, ни каких либо других предметов интерьера. Нельзя сказать что простота и минимализм – плохо. Но слишком минималистичный интерьер.... Поэтому в оценке интерьера столовая осталась без баллов. Достаточно большое пространство позволяет вместить большое количество столов. И в данном случае они не стоят, плотно прижавшись друг к другу, есть возможность развернуться и проследовать за свой столик, не задевая при этом никого. За это было добавлено также 0,5 балла к рейтингу. Как и в столовой главного корпуса, здесь не было микроволновой печи, за что рейтинг также понизился на 0,2 балла. Данная столовая находится на втором месте по количеству мест. Она не добывает лишь 10 столов до вышеоцененной столовой. Вторая позиция приносит 0,75 балла.



Рейтинг нового корпуса: 6,05

Корпус в Междуречье



Столовую в Междуречье можно назвать самой красивой и просторной из всех конкурсантов. С одной стороны, это очевидно, поскольку данных корпус открылся совсем недавно, а новые помещения, мебель и оборудование дают свой эффект. За красоту и современность столовая получает +0,5 к рейтингу. Кроме того из окон можно наблюдать красивый вид на местные пейзажи. Еще плюс +0,5 в копилку столовой Междуречья. Стоит отметить, что столы стоят очень просторно. Здесь корпус № 6 обходит и новый корпус. За это к рейтингу добавляется 0,5 балла. Кроме того, эта столовая является единственной, где есть розетки, за такую особенность мы добавили еще 0,2 балла. Столовая рассчитана на 100 мест. Это минимальное значение в сравнении с остальными. В этом испытании столовая набирает только +0,25.

Рейтинг корпуса в междуречье: 6,95

Полоцкий колледж

Корпус Полоцкого колледжа отличается старинной архитектурой и особой атмосферой.

В отличие от других корпусов в Полоцком колледже столовая с двумя обеденными залами. Стиль столовых соответствует общему стилю колледжа. Кованые детали и деревянные панели изящно и гармонично сочетаются. За внешний вид рейтинг повышается на 0,5 балла.

Стоит отметить, что «нижняя столовая» Полоцкого колледжа представляла Витебскую область в конкурсе «На лучшую организацию питания учащихся в учреждениях, обеспечивающих получение высшего и среднего специального образования», где стала победителем. За это было добавлено еще 0,5 к рейтингу.

По количеству мест столовая находится на третьем месте. За почетное третье место было добавлено 0,5 балла.

Кроме того столовая пользуется популярностью не только у студентов, преподавателей и сотрудников университета. Часто приходят гости, которых столовые дружно и гостеприимно принимают. За популярность столовой за пределами корпуса было добавлено 0,5 балла.



Рейтинг столовой колледжа: 7

Итоговый рейтинг

1 место	7	Столовые Полоцкого колледжа
2 место	6,95	Столовая в Междуречье
3 место	6,4	Столовая главного корпуса
4 место	6,05	Столовая нового корпус

Сегодня оценивались только столовые учебных корпусов. В следующих выпусках вы узнаете, какая спортивная площадка лучшая в ПГУ, после чего аттестация будет проведена для библиотек и самих корпусов. Какой же корпус станет лучшим? Скоро узнаем!



Таня Федченко

ЭКСПЕРИМЕНТ: ПОДГОТОВКА К ЛЕТУ

Зима оставила на память несколько лишних килограммов, от которых я решила избавиться незамедлительно. Только вот каким образом? Диеты – это слишком мучительно, лучше спорт. Я долго не могла определиться между спортзалом и самостоятельными тренировками, поэтому решила попробовать сначала одно, а потом другое, и узнать, что именно подходит среднестатистической студентке.

Спортзал

День первый. С чего начать путь к идеальному телу? Конечно, с поиска тренажерного зала и покупки абонемента. Этим я и занялась. Вариантов уйма, остановилась на том, который ближе всего к дому. Приобрела абонемент за 20 рублей – сумма немаленькая. Зато, потратив столько денег, я точно не брошу занятия. Просто совесть не позволит.

День второй. Пора в тренажерку! Как бодрят и придают хорошего настроения эти слова. Придя в зал, я растерялась. Столько незнакомых тренажеров, даже не знаю с чего начать. Хорошо, что рядом оказался тренер: он и посоветовал начать с беговой дорожки. Пока я занималась, узнала от него и о правильном питании, и о режиме тренировок – как много важных вещей, о которых я и не подозревала! Потренировавшись определенное время, я ушла, пообещав себе вернуться обязательно.

День третий. На следующий день после занятий перерыв – это я также узнала от тренера. Мышцы нуждаются в отдыхе. Отлично, с таким расписанием тренажерный зал мне точно не надоедет! А пока пытаюсь настроиться на режим «правильного питания», что тоже немаловажно.

День четвертый.

Лекции, семинары, контрольная. Когда я добралась до дома, на улице уже горели фонари, а в голове пульсировала мысль: «Отдохнуть, срочно отдохнуть!». Еще один день занятий я пропустила.

День пятый. Сегодня мне не пришлось заставлять себя идти в тренажерку. Солнечный день напомнил о том, что нужно успеть привести себя в порядок к лету. И я помчалась заниматься. Вечером, вернувшись домой, я встала на весы: минус полтора килограмма. Хорошо, что я решила совместить занятия спортом с правильным питанием: так результата добьюсь еще быстрее. Однако, тратить такие деньги каждый месяц на абонемент для меня не под силу. Со следующей недели я решила попробовать бюджетный вариант.

Домашние тренировки

День первый. Поскольку абонемент в спортзал обошелся недорого, я решила привести фигуру в порядок, не затрачивая на это никаких средств. В моем распоряжении Интернет, стадион, домашний коврик – что же еще необходимо? В первый день все кажется таким легким, не зря я начала свои тренировки с понедельника. Придя с пар, я погрузилась в Интернет. И тут от разнообразия возможностей запестрило в глазах: йога, пилатес, аэробика. И практически везде есть видео-уроки! Скачала схему «накачки» пресса, расписание отжиманий, приседаний. Все просто: повешу на стену и буду следовать этим расписаниям. Пожалуй, на сегодня достаточно. Начать оказалось не так уж сложно!

День второй. Сегодня я встала пораньше: пора на пробежку! Стадион встретил меня безмолвно, наверное, ему часто приходится видеть подобных «героев». Первый круг, второй. Главное – не сбить дыхание. Поначалу еще получалось, на четвертом круге воздуха не хватало. В таком походе, взгляд

Срочно домой, закинула в сумку тетради и, тяжело дыша, снова побежала: на этот раз на учебу!
День третий. Чтобы не повторять вчерашних ошибок, я решила проснуться еще раньше. На сей раз подъем в 6 утра я едва осилила, но все-таки пришлось: пресс сам не накачается! Следуя графику тренировок, я сделала все упражнения. Получилось отлично, на это ушло всего двадцать минут. А вечером снова удалось побегать на стадионе – наконец-то я начинаю вливаться в спортивный режим!

День четвертый. Солнечные лучи пробились сквозь шторы и возвестили мне о том, что я проспала. Паника! Зато получилась отличная пробежка до университета. Сегодня как раз физкультура – еще один бесплатный шанс заняться спортом. Вечером я снова нашла время для упражнений и пробежки. С каждым днем все проще!

День пятый. Вчера я не учла одного – если на мышцы взвалить непривычную нагрузку, они будут болеть. Это со мной и случилось. А ведь меня предупреждали. Хорошо, что в субботу не надо на пары. Можно провести весь день дома: в моем случае лучше вообще не двигаться. Однако я заставила себя встать на весы: минус один килограмм. Что же, спорт начинает приносить свои результаты. Оказалось, в домашних занятиях довольно сложно соблюдать режим, нелегко заставить себя. Но теперь все пойдет легче, когда я знаю, что добьюсь результата!

Эксперимент не окончен, он будет продолжаться еще долгое время. Ведь придется мотивировать себя снова и снова, бороться с собственной ленью, отказывать себе во многом и заставлять себя двигаться. Однако определенные выводы сделаны уже спустя две недели: идеального способа похудения не существует. Каждый имеет свои недостатки и сложности. Главное: видеть перед собой смысл своих стараний и тогда ты не сойдешь с пути!



Маша Томашевская



ТОП-10 ДЕЛ ВЕСНОЙ

Весна – самая замечательная пора года. То время, когда природа пробуждается, на улице становится все теплее. Это отличное время заняться собой, своим внешним и внутренним миром. Не знаете, как провести солнечные весенние деньки? У меня есть парочка, а вернее, 10 дел, которые нужно обязательно сделать этой весной.

Дело №1. (Самое важное). Слепите снеговика из последнего снега и обязательно сфотографируйте это чудо. Позовите как можно больше друзей и знакомых. Пусть это событие станет последней каплей зимнего настроения. А куча полученных эмоций станут хорошим началом весенней поры.

Дело №2. Все знают, что за зиму мы слегка поднабираем в весе. И это не удивительно. Меньше двигаешься, больше спишь и т.д. Весна – как раз то самое время, когда необходимо попрощаться с лишними килограммами безо всякого сожаления. Пойдите в спортзал, займитесь бегом. Даже самое несложное занятие спортом поможет выглядеть намного лучше и увереннее. Приведите свое тело в порядок!

Дело №3. Обязательно кушайте витамины. После «зимней спячки» у вас ослаблен иммунитет. Так помогите же своему организму – употребляйте больше фруктов, овощей, купите витамины в аптеке. Недостающие микроэлементы человек может получить из бананов, грейпфрутов, апельсинов и яблок. Больше проводите времени на свежем воздухе.

Дело №4. Снега нет – достань велосипед. Езда на велосипеде или роликах прибодрит вас и поможет интересно провести свободное время. Если вы вдруг не умеете, то приход весны – самое время попробовать научиться. Берите друга и отправляйтесь колесить по городу.

Дело №5. Смените имидж. Весна – яркая пора года и требу-

ет такого же яркого настроения и внешнего вида от вас. Так что пора сменить гардероб или прическу. А лучше и то, и другое. Подумайте, что вместе со старыми вещами уйдут и грустные воспоминания. Откройте себя с

другой стороны. Подумайте, какие привычки вы хотите привнести в вашу жизнь: утренний бег, зеленый чай вместо кофе.

И делайте это ежедневно. Для того чтобы полезная привычка закрепилась, понадобится всего-навсего две недели!

Дело №6. Пейте больше воды. Вода поможет очистить ваш организм. Это лучший способ быть всегда в тонусе. Попробуйте отказаться от всевозможных газированных напитков и вы в скором времени увидите результат. Приятный цвет лица и хорошее настроение гарантировано.

Дело №7. Насладиться природой. Главное – это не упустить тот момент, когда цветы только распускаются и все вокруг начинает зеленеть. Обязательно выберите один из весенних дней и сходите прогуляться на природу. Сделайте много снимков. Вдохните этот чистый и ароматный воздух. Постарайтесь забыть обо всех про-

блемах и невзгодах и просто будьте наедине с природой.

Дело №8. Обновите плей-лист. Подберите новую музыку под новое настроение. Ведь важно, чтобы весенние моменты сопровождались яркими звуками. Попробуйте что-то необычное, откройте для себя совершенно другой жанр.

Дело №9. Этой весной обязательно необходимо осуществить то, что вы давно хотели, но, как правило, то времени не было, то сил, денег, вдохновения, да мало какие еще отмазки. Наверняка вы еще в том году пообещали себе записаться на курсы изучения английского или любого другого языка, танцевать, сесть на шпагат, научиться плавать, готовить и многое другое. Что вам мешает сделать это? Пусть эта весна откроет ваши таланты, они точно не станут лишними и пригодятся в жизни.

Дело №10. Составьте список дел на лето. И вовсе не рано. Спланируйте свой отдых как можно тщательнее. Выберите новые места, которые хотите посетить. Подумайте о том, как пройдет каждый день яркого лета. Сделав это, будьте уверены – лето пройдет намного ярче, интереснее и запомнится на долгое время.

Весна – незабываемая пора года и провести ее нужно незабываемо. Я надеюсь, что этот список дел поможет вам получить максимум удовольствия и хорошего настроения этой весной. Просыпайтесь!



Елена Шульга



°ВЕСЕННИЕ АТТРИБУТЫ°



ПОГОДА КОВАРНА
ЯСНОЕ НЕБО ОБМАНЧИВО

СНЕГ УЖЕ РАСТАЯЛ?
УСПЕЙ СОБРАТЬ БУКЕТ БЕСПЛАТНО!



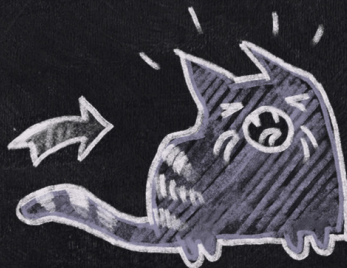
ПОМОГУТ ТЕБЕ ВЫЙТИ
СУХИМ ИЗ ВОДЫ

ВОССТАНОВИТ СПРАВЕДЛИВОСТЬ
В ТВОЕМ ОРГАНИЗМЕ



ДЕРЕВЬЯ ПРОСЫПАЮТСЯ
НО ИМ НЕ НАДО НА ПАРЫ

ЗОВ ПРИРОДЫ
ТЕПЕРЬ В ТВОЕМ ГОРОДЕ!



by MASHKALORD

Отпечатано в редакционно-
издательском отделе УО «ПГУ»

Редактор
Корректор
Фото на первой

Ольга Азарченко
Галина Полякова
Максим Моштыль

тех.редакторы

Наталья Красевич
Мария Мухоморова
Артем Карнацкий
Александр Крупенчик

Заказ.....266
Подписано в печать.....07.03.2017
Тираж.....900 экз.

Благодарим салон цветов «Iris» за помощь в
создании обложки