

Студенческий ЛЕГИОН

№ 4
(63)

Краски осени

Чем запомнится начало учебного года

При поддержке Алтайского государственного университета

Слово редакции

С первым осенним холодком жизнь начнется сначала
Фрэнсис Скотт Фицджеральд



Маргарита Кретина,
политолог, 3 курс:

Период с сентября по ноябрь – это уже не летний теплый отдых, но еще и не зимняя хандра. В такое непонятное время года нужно самому постараться раскрасить свои будни.

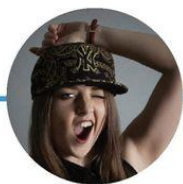


Осень – очень хорошая пора для чего-то нового, чего давно хотелось, но ты отмахивался: «не время». Пока летят желтые листья – самое время!



Екатерина Шахова,
журналист, 3 курс:

С наступлением осени не нужно впадать в депрессию! Лучше взгляни за окно: листья покрыты золотой стружкой и отливают багряным цветом. Даже если на улице дождь, это лишний повод закутаться в махровый плед и с кружкой горячего чая стать поэтом или художником. Осенняя пора – время творить!



Анастасия Борисова,
журналист, 4 курс:

Осенняя пора – это вдохновение, поиск нового, неизведанного. Новую жизнь я привыкла начинать не с нового года, а именно с золотого времени года, так как в сентябре я отмечаю день рождения.

Именно осенью я анализирую прожитый год и строю планы на предстоящий.



Валерия Зубова,
политолог, 2 курс:

Для меня осень – это, прежде всего, начало учебного года. Это новый шанс для развития своих навыков и получения новых знаний.

А еще это встреча с любимыми одноклассниками, которых я не видела почти все лето. Проще говоря, осень для меня – это маленькое начало новой жизни.



Татьяна Луценко,
журналист, 4 курс:

Осень – повод начать все с чистого листа. Наконец-то добраться до чтения книги, с жанром которой я еще не встречалась.



Обзавестись новым хобби, заняться, например, нумизматикой. Открыть для себя новые места, где можно прогуляться с друзьями или же побродить одной.



Мария Криксунова,
журналист, 3 курс:

Фраза «Что такое осень?» обычно произносится голосом Юрия Шевчука. Но осень – это не ветер, не камни и не небо, а самое правильное время для больших дел. Недаром 1 сентября начинается учебный год, а у славянского народа открывался год календарный.

Природа готовится к холодам и увяданию, а человек сменяет outdoor activities на давно оставленную кабинетную работу. Выходит, что осень – самый продуктивный сезон. Не упустите это время!



Твоя реакция, когда понял, что лето закончилось, а столько всего еще не сделано!

Новая волна

Татьяна
Луценко

Как не затеряться в пучине учебы, найти новых друзей и увлечения? Инструкция по применению, подходящая как первокурсникам, так и бывалым студентам.

Студенчество – один из самых интересных и ярких периодов в жизни. Но, как и к любому важному этапу, к нему нужно адаптироваться. Вот несколько советов, как погрузиться в студенческую жизнь без негативных последствий.

В поисках потраченного времени

Типичное расписание студента: с утра мчишься в универ, на парах впитываешь знания до позднего вечера, а ночью сидишь за компьютером в поисках ответов к очередному семинару.

А еще с друзьями хотелось увидеться, в театр сходить... Казалось бы, где взять столько времени, чтобы его на все хватало? Правильно спланировать свое время тебе поможет тайм-менеджмент –

технология организации времени и повышения эффективности его использования. Не ленись – составляй расписание дня, в которое ты сможешь вместить все, что твоей душе угодно. Плюс этой технологии состоит хотя бы в том, что ты не будешь опаздывать на пары. Ну, или засыпать на них.

Есть контакт

К сожалению, не всегда удается сразу завести друзей. Наладить новые связи и укрепить старые помогут несколько методик. Например, тимбилдинг. Ничто так не объединяет, как взаимодействие. Наверняка старшекурсники уже проводили упражнения на объединение для вашей группы.

Или вам посчастливилось стать участником Школы студенческого

Иногда очень сложно привыкнуть к новым людям, тем более в университете, где собираются представители разных социальных слоев. Общение с одногруппниками – важная часть комфортного существования в новой обстановке.

актива, опытные тренеры которой знают, как из группы незнакомых людей сколотить команду. Это только начало. Как ни крути, ты будешь проводить много времени со своими одногруппниками.

Вот здесь начинается реальный тимбилдинг – поставить номер для Посвящения и не переругаться. Тебе потребуется применить максимум толерантности и понимания, быть добрее и относиться к вещам чуть проще, потому что это и есть залог успешного общения в команде.

Не забывай о поповых советах психологов: протягивай руку помощи окружающим, научись слушать и слышать своих собеседников.



Мероприятия на открытом воздухе

Тимбилдинг совмещенный с выездом из города или сменой обстановки с аудиторий на открытое пространство.

Плюсы: можно познакомиться с большим количеством людей

Минусы: погода, дискомфорт.



Не нравится ни одна секция? Это повод основать новое направление!



Театральная студия

Тренинги на раскрепощение, репетиции, постановки.

Плюсы: развивает искусство публичных выступлений, поднимает важные проблемы.

Минусы: Театр входит в повседневную жизнь и остается там навсегда.



Спортивная секция

Тренировки на расширение возможностей человека.

Плюсы: совершенствование физической формы. На пляже вам не будет равных. ЗОЖ способствует долголетию.

Минусы: тренировки утомляют и занимают время



Совет с седьмых лет: чаще собирайтесь с одноклассниками, ходите друг к другу в гости, играйте в настолки, гуляйте, обсуждайте все, что только можно обсудить: от событий, творящихся в мире, до нового сезона «Американской истории ужасов». Тогда твое студенчество будет наполнено не только новыми знаниями, но и полезными знакомствами.

Наш пострел везде поспел

В школе был активистом, и руки чешутся «замутить» что-то этакое в университете? Милости просим в актив факультета. Студенческая администрация всегда рада новым лицам.

И неважно, какие у тебя таланты: умеешь подтягиваться, ангельски поешь или артистично



**Главное –
желание
работать
в команде,
создавать
новые проекты
и развиваться.**

выступаешь на сцене: в университете тебя сделают настоящего универсального солдата, который легко впишется в любую компанию.

Если этот вариант не совсем тебе подходит, но проявить себя хочется, смело отправляйся в одиночное главание. Скоро в университете будут проходить различные конкурсы, подробнее о которых ты можешь узнать на стр. 18-19. Успей принять участие!

Помимо факультетского актива, в стенах Алтайского государственного можно найти уйму других занятий по душе.

Например, записаться в хореографический коллектив, вокальную или театральную студию. Если в школе ты активно занимался

спортом, то свое увлечение можно продолжить в студенческой жизни.

В вузе хорошо развиты многие направления физического воспитания. Приходи в СОК, общайся с тренерами и записывайся в подходящую спортивную секцию.

Если сочетать приятное с полезным, то есть спорт и учебу, или учебу и общественную деятельность, то очень скоро студенческая жизнь наладится, ведь повседневная загруженность уберет из головы проблемы, душевные переживания и страхи.

Надеемся, наша подборка рекомендаций поможет тебе обрести ту самую «зону комфорта» в студенческой жизни. В добрый путь!



Музыкальные группы

Объединения по музыкальным предпочтениям и интересам

Плюсы: творческая удовлетворенность, слава и известность.

Минусы: бывает, что слушатели не ценят творчество.



Танцевальный коллектив

Заучивание танцевальных движений для публичных показов.

Плюсы: совершенствование физической формы. На танцполе вам не будет равных.

Минусы: тренировки утомляют и занимают время



КВН

Юморогенераторы, надежные поставщики шуток и мемов

Плюсы: Хорошее настроение, творческая удовлетворенность, слава и известность.

Минусы: Нельзя просто взять и придумать что-то смешное. Нужно быть хорошим актером.



Другие кружки

Объединения по интересам

Плюсы: постоянные встречи единомышленников для обсуждения интересных вопросов и тем.

Минусы: мало ресурсов для реализации задумок, поэтому все идеи остаются на бумаге.

СЛ // ЛИГБЕЗ

Знаешь ли ты, как важна социальная идентификация для молодежи? Проще говоря, как это важно – быть частью чего-то? Уже став частью своего факультета и академической группы, ты не раз слышал словосочетание «Лига студентов».

Есть предположения, о чем речь? Если нет – самое время составить впечатление.

Что такое Лига студентов?

Общественная организация, одна из крупнейших на Алтае. Через нее осуществляется взаимодействие студенчества и администрации университета, ведь между администрацией вуза и Лигой заключено Соглашение о сотрудничестве.

Исполком состоит из председателя Лиги, глав студенческих администраций каждого из факультетов, представи-



Де-ЛИГА-ЦИЯ

Маргарита
Кретинина

телей спортивного, культурного, научного совета, а также председателей студенческого совета общештита.

Это показывает, насколько широкий круг вопросов замечается и решается членами комитета.

Где проявляются преимущества от членства в Лиге?

Такая общественная организация, как Лига, понимает важность

студенческой инициативы и заинтересованности молодежи в активной общественной жизни.

Помимо этого, активным студентам оказывается поддержка для поездок в другие города на форумы, конгрессы и конференции.

Еще одной целью деятельности Лиги является культурное развитие студентов, чему способствует постоянная программа «Культура Алтайского университета». Постоянными пар-



Если у тебя есть классная идея, проект или просто желание «что-то делать», то для тебя проводятся:

Университетская Школа Актива;
Школа социального проектирования;
Конкурс грантов Лиги студентов;



**Все просто: члены
Лиги могут посетить
любой театр Барнаула
практически
БЕСПЛАТНО!**



Проводятся встречи ректора и проректора с Исполнительным комитетом Лиги, где интересы студентов обсуждаются и представляются от вопроса к вопросу по трем направлениям:

- социальная защита студентов
- спорт, творчество и наука
- отдых, здоровье и культурно-развлекательная деятельность

тнерами АлтГУ и Лиги являются Алтайский государственный театр музыкальной комедии, Алтайский краевой театр драмы имени В.М. Шукшина, Молодежный театр Алтая и Государственная филармония Алтайского края.

Все просто: члены Лиги могут посетить практически любой театр Барнаула, отдав за билет менее 50 рублей! Заговорив о ценах и льготах, также расскажем по секрету,

что важным направлением является реализация льготных проездных билетов. Покупай проездной дешевле и приезжай на пары вовремя.

Когда я могу стать членом Лиги студентов?

В любое удобное время ты можешь подняться на 4 этаж корпуса С. Вход в Лигу находится возле актового зала. Отвечаем и на прочие «как», «кто», «сколько», «почему» и «отчего».



Как присоединиться к Лиге?

Просто напиши заявление, и ты сможешь пользоваться всеми вышеописанными преимуществами.

Сколько это стоит?

Как и профсоюзы во времена наших родителей, Лига удерживает процент от наших «зарплат». То есть, 3% от каждой

твоей стипендии будут направлены на организацию студенческих мероприятий и соревнований. А если ты учишься на дополнительном наборе, можешь производить одновременную оплату в 300 рублей каждый семестр.

Добро пожаловать в нашу дружную делегацию!

С корабля на бал

Екатерина
Шахова

Ежегодно Лига студентов радуется и удивляется многообразием реализуемых проектов. В 2016 году родились сразу два новых крупных мероприятия – «Бал отличников» и «Битва факультетов».



Ни для кого не секрет, что в АГУ много умных и талантливых студентов. Их ставят в пример преподаватели. Они не боятся сессии, ведь большинство экзаменов и зачетов получают автоматом. Именно для таких студентов впервые был организован «Бал отличников».

Забыв об учебниках и конспектах, на один вечер умники и умницы превратились в принцев и принцесс. Девушки в элегантных платьях, юноши в строгих костюмах купались в лучах славы. Учеба в вузе –

труд нелегкий, и за свое усердие ребята получили достойную награду. Выступления творческих коллективов, теплые слова, почетные грамоты и шоколадные фонтаны ждали отличников этим вечером.

По словам одного из организаторов бала, Екатерины Бабушкиной, главы факультета социологии, готовить такое масштабное мероприятие было довольно трудно, так как оно в университете проходило впервые. Но для Исполнительного комитета Лиги студентов АГУ нет непосильных задач!

– Мы высылали студентам приглашения, многие фотографировали их и выставляли в социальные сети, очень радовались и благодарили. Уже сейчас многие студенты и даже абитуриенты спрашивают, будет ли на следующий год «Бал отличников», – рассказывает Екатерина.

Изюминкой вечера стало награждение круглых отличников за весь период обучения. Их чествовали с особым почетом.



Мария Криксунова
(ФМКФил, 3 курс):

Отмечать талантливых, активных и старательных студентов просто необходимо. Поощрение должно быть не только материальным, что, безусловно, в нашем университете тоже есть, но и эмоциональным. Если твои заслуги ценит кафедра, факультет и тем более университет, это всегда дает стимул и дальше развиваться и добиваться успехов. Единственное, я бы добавила своеобразную красную дорожку и фотозону, где сфотографировали бы каждого отличника. В остальном, праздник оставил исключительно приятные впечатления. Я буду очень рада, если в новом учебном году снова попаду на бал отличников.



Анастасия Фокина
(ФС, 4 курс):

Я рада, что для нас организовали такое событие. Я ощутила, что все мои годы обучения на одни «пятерки» не прошли напрасно, и я являюсь частью одного большого сообщества. Знаете, там, где я обучалась раньше, про отличников говорили «больше остальных надо», «лучше бы делом занялись».

А это мероприятие заставило меня ощутить гордость, подняло престиж отличных отметок. Это был первый раз в моей жизни, когда я поняла, что мой перфекционизм действительно важен и достоин награды!



Анна Селина
(ЮФ, 1 курс магистратуры):

Бал поразил своим масштабом и яркостью. Студенты-выпускники, которые на протяжении всего обучения не получили ни одной «четверки», были занесены в «Отличную книгу почета АлтГУ», в которой оставили напутствия будущим студентам-отличникам.

Мы навсегда останемся в истории Университета, и я могу этим гордиться! Мне понравилось, что торжественная часть закончилась задуванием свеч на огромном торте. Всем зрителям было предложено загадать заветное желание, которое обязательно сбудется!

Весной 2016 года вновь разгорелся спор на тему «Какой факультет АГУ самый лучший?». Чтобы узнать ответ на него, Лига студентов в честь своего 20-летнего юбилея организовала «Битву факультетов».

Первоначальная задумка мероприятия принадлежит Нелли Боровец, которая на тот момент была студенткой первого курса исторического факультета. Нелли предложила изменить формат весенней Школы актива, а «старички» эту идею поддержали и помогли реализовать.

Мероприятие проходило в два этапа. На заочном этапе была создана группа «ВКонтакте», где команды презентовали себя,

свои названия и девизы, а также ролики-вызовы, адресованные другим командам.

Также в социальной сети проходил конкурс репостов, который приносил командам дополнительные баллы и возможность заселиться в VIP-домики на базе учебных практик «Озеро Красилово», которая принимала второй, очный этап конкурса. Команды сражались не на шутку. С раннего утра участники были вовлечены в

насыщенную программу, включавшую 20 различных испытаний. Наука, творчество, спорт – участники команд закаляли разум, дух и тело.

Все участники получили памятные подарки с символикой битвы, а также призы от партнеров, в том числе сертификаты на игру в боулинг и прохождение реалити-квестов. Победители были удостоены переходящего кубка «Битвы факультетов».



Алена Казачек
(ФС, 4 курс):

«Красилово» – это место, после которого всегда остается море положительных эмоций! Привычная всем Школа актива приняла необычный формат. Это была настоящая битва! Когда ты не спишь ночами, упорно готовишься к предстоящим испытаниям и действительно готов бороться за каждый балл, который хоть немного, но приблизит к победе! Благодарю всех организаторов этого крутого и масштабного проекта, командам-участникам и, конечно же, моей любимой команде «Будущее Мария-Ра!» Пусть мы немного не дотянули до победного первого места, я безумно рада, что вы были рядом все это время.



Александр Кудрявцев
(ФПП, 5 курс):

Новый формат Школы актива нам понравился сразу. Если честно, когда мы узнали, какие этапы и конкурсы нас ждут, я сначала не поверил, что это все можно будет сделать за два дня.

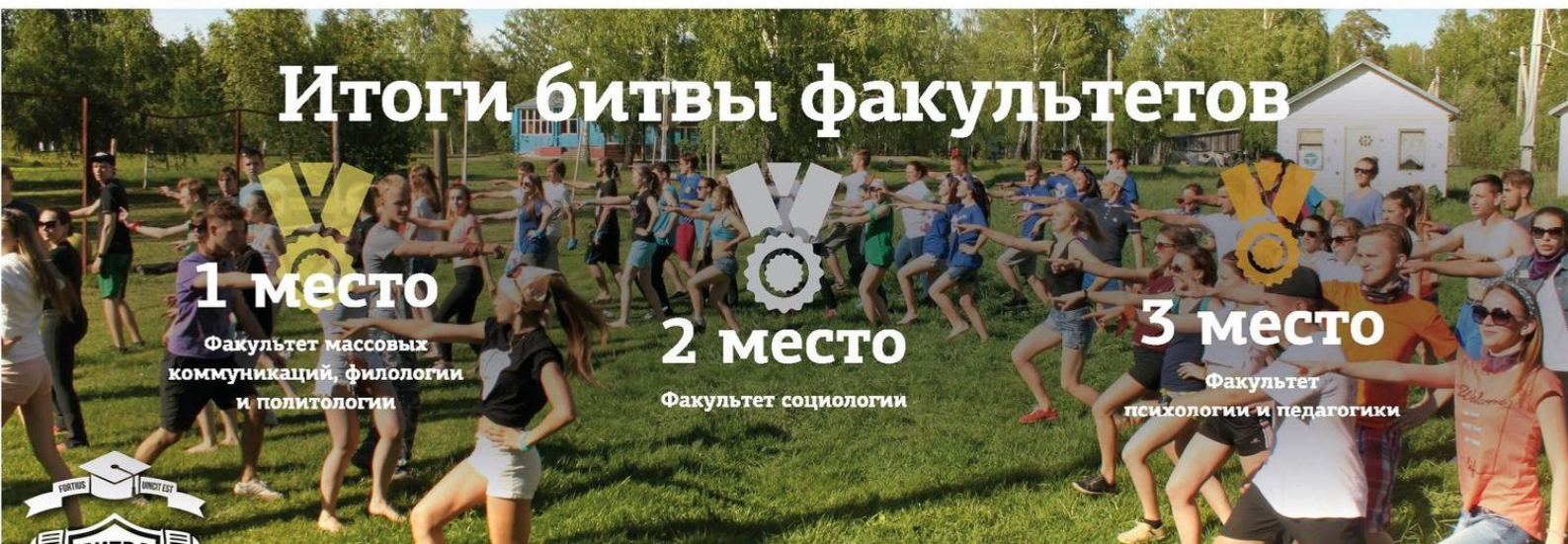
Мы с командой решили, что поедем туда веселиться и получать удовольствие. Больше всего я боялся рафтинга, но наша команда, несмотря на дождь и волнение, смогла показать хороший результат – пришла первой! Итог всей «Битвы факультетов» порадовал меня. Особенно приятно было видеть улыбки и радость моей команды.



Юлия Подольян
(ФМКФил, 4 курс):

«Битва факультетов» останется ярким студенческим воспоминанием для каждого участника. От подготовки к состязаниям до их завершения мы полностью прониклись соревновательным духом, каждый вкладывал частичку себя. «Битва» научила нас слушать товарищей по команде и помогать соперникам, ведь, несмотря на напряжение и конкуренцию, прежде всего мы остаемся людьми. Мы очень старались доказать, что ФМКФил – это лучший факультет АГУ.

Особенно почетно и значимо, что мы являемся первыми победителями «Битвы факультетов»!



Как на Лиги именины...

Анастасия Борисова

Лига студентов АГУ – общественная организация, существующая с 1996 года. За 20 лет она стала одной из самых многочисленных и авторитетных студенческих организаций в Алтайском крае, объединяющей более шести с половиной тысяч студентов Университета. «СЛ» собрал поздравления с юбилеем от друзей и теплые пожелания.



Иван Субочев,

глава студ. администрации ЮФ

Дорогая Лига, поздравляю тебя с юбилеем! В жизни любого человека третий десяток лет является определяющим, самым важным!

Желаю тебе укрепить свои позиции в студенчестве, успехов, активных и любящих единомышленников и долгого процветания.



Светлана Привалова,

руководитель Совета культурного Лиги студентов АГУ

Дорогая Лига студентов! Я хочу пожелать, чтобы в твоих рядах всегда были лучшие студенты, лучшие активисты, которые будут приносить только новые идеи и делать все, чтобы ты стала известной далеко за пределами Сибири!

Спасибо за то, что я являюсь твоей частью и мои лучшие годы связаны с тобой.



Сергей Максимов,

экс-глава студ. администрации ФТФ

Хочу сказать, что для меня значат эти два слова – "Лига студентов". Прежде всего, это команда, с которой можно работать продуктивно, команда, с которой ты растешь, на которую можно положиться.

Кроме того, Лига студентов – это куча эмоций и драйва! А самое главное – это ярчайшие воспоминания и знакомства. Буду краток: поздравляю!





Дарья Бирюкова,
экс-глава студ.
администрации ИФ

Лига студентов – одна из крупнейших студенческих организаций, ее активом можно свернуть горы: организовать мероприятие любой сложности, решить любую проблему, задумать и воплотить любую идею!

Хочу пожелать как можно больше инициативных студентов, чьи идеи и проекты будут реализованы с помощью Лиги!

И очень хотелось бы, чтобы те традиции, которые в организации живут годами, сохранялись и появлялись новые, например, вечер встречи выпускников. Ну что, Лига, сделаем?



Андрей Шалыгин,
руководитель Совета
спортторгов Лиги студентов АГУ

Хотелось бы от всей души поздравить горячо любимую Лигу студентов АГУ со вторым в жизни юбилеем! Человек к 20 годам находит себя и свой путь, он молод, перспективен и востребован.

Лига студентов АГУ не просто нашла себя на просторах студенческого самоуправления нашей Родины, она по праву является лидером молодежного движения на территории Барнаула и Алтайского края в целом.

Именно члены и выпускники Лиги являются наиболее компетентными и всесторонне развитыми людьми в интересующей их сфере. Члены ЛС вносят частичку себя на благо любимой организации, и она отвечает им тем же. Так процветай же, кузница талантов нашего университета и края, будь вечно молодой и энергичной и не по годам зрелой и состоявшейся, как сейчас.

С праздником!



Дорогая моя Лига!

За годы нашего знакомства ты стала для меня настоящей, преданной подругой! Мы росли с тобой вместе, и вот сегодня ты уже совсем взрослая. Тебе – 20! К своему столь юному и одновременно богатому возрасту ты достигла больших успехов!

Но самое главное, ты обрела настоящих друзей! От всей души желаю тебе, чтобы круг твоих друзей только расширялся, чтобы каждый из них оставлял в твоей жизни яркий, памятный след! Желаю тебе быть самой счастливой! Пусть океан удачи помогает приумножать твои безграничные успехи!

Исполнения желаний! (Главное, чтобы они были). А там уже, как говорится, вся Вселенная будет способствовать их исполнению.

С любовью,

Лилия Личаченко,
председатель Лиги
студентов АГУ



Подслушано в АГУ

Маргарита
Кретинина

Каждый год админов паббликов, связанных с Университетом, тьюторов, кураторов и просто не успевших вовремя спрятаться студентов старших курсов накрывает лавина вопросов о том, каково это – быть студентом Алтайского государственного. Мы решили вспомнить самые часто задаваемые и ответить на них.



- Как узнать, какое у меня расписание?

Проще простого! Для этого достаточно зайти на сайт asu.ru и кликнуть в верхнем меню «Расписание занятий». Введя номер своей группы, ты с легкостью узнаешь, на какой паре ты сейчас должен быть.



- Когда будет стипендия и кто ее получает?

Стипендия теперь будет начисляться 3 числа каждого месяца. Например, 3 ноября придет стипендия за октябрь и так далее.

А вот не получают ее студенты, обучающиеся платно, и обладатели академических задолженностей. Тем, кто с замиранием сердца ждет заветного 3 числа, подскажем, что средства поступают на банковскую карту, которую вы можете завести самостоятельно, принеся номер своего счета в бухгалтерию.



- Почему меня не пускают в университет?

Возможны варианты. Может быть, сегодня воскресенье или ты просто подозрительно выглядишь. Но самый популярный ответ –

ты забыл студенческий и/или пластиковую карту для турникета. Эти две вещи служат твоим пропуском в университет, как, кстати, и зачетная книжка! А не пускают без них потому, что охрана университета заботится о нашей безопасности.



- Зачем нужны куратор и тьютор?

Давай вернемся в школьные годы. Помнишь своего классного руководителя? В университете ты встретишь его подобие – куратора. Это преподаватель, который поможет тебе в решении учебных, организационных и многих других проблем, так что не стесняйся обращаться к нему.

А тьютором в школе для тебя был старшеклассник, который «подтягивал» по непонятным предметам, решал за тебя задачки, да и просто подавал хороший жизненный пример. В университете ты встретишь тьютора, который вдобавок быстро познакомит и подружит группу, а еще задаст настроение на будущий год.



- Как узнать, какие предметы меня ждут?

План. Учебный план. Он содержит список предметов, количество лекций и практиче-

ских занятий, информацию о предстоящих зачетах и экзаменах. Попроси его на своей кафедре у методиста, и вот ты уже владеешь всей информацией!



- Где в университете можно перекусить?

Бежать в магазин за булочкой – идея, честно говоря, так себе. В каждом корпусе есть столовая или буфет, которые куда лучше позаботятся о твоём (более-менее) правильном питании.



- Как мне влиться в студенческую жизнь?

Не переживай и просто найди любимое дело! Хочешь петь? Приходи на прослушивание в хоровую капеллу или вокальные студии. Ты артистичный? Театральная студия обязательно откроет для тебя свои двери. Еще Университет предоставляет массу возможностей участвовать в форумах и конференциях по всей стране и за рубежом.

Для того чтобы посещать самые веселые и масштабные университетские тусовки на льготных условиях, вступай в Лигу студентов и вливайся в активную и разностороннюю жизнь Алтайского государственного!

(He) все так страшно



Милана
Краснянская

Первые впечатления «зеленых» об Алтайском государственном

Тоска и грусть, боль и разочарование, а может, первые признаки самой что ни на есть настоящей депрессии. Как? Зачем? Вдруг не то? И – внимание! – мое самое любимое: а что будет дальше?

Именно такая палитра эмоций преследует нас, отворивших дверь в самостоятельную жизнь первокурсников. Хочется все бросить, улететь, уехать, убежать скорее туда, где ждут родные и близкие. Страшно это все, страшно и волнительно до потери пульса.

Так как же быстрее преодолеть эти эмоциональные недуги?

На самом деле, стоит отдать должное Алтайскому государственному университету, ведь администрация действительно заботится о скорейшей «адаптации» первокурсников в совершенно новом для них обществе. По прошествии всего лишь нескольких недель студенты успели побывать на двух ярких и запоминающихся мероприятиях, которые, безусловно, помогли нам освоиться.

Началось все с первосентябрьской церемонии посвящения в студенты. Слова напутствия и вдохновляющие речи людей высшего ранга, ритуал разбивания тарелки, прямо как в начале процесса съемки любого масштабного фильма, яркие выступления музыкальных и танцевальных групп – это помогло мне расслабиться и отвлечься от переживаний и навязчивых мыслей о будущем. А потом я даже подумала: «А что если не все так страшно? И все четыре года пройдут так же, как это 1 сентября?».

«Третья способность души после ума и воли – творчество».

Василий Андреевич Жуковский

В подлинности этой мудрости мы убедились на промо-концерте творческих коллективов Центра студенческого творчества и досуга. Именно здесь нам дали почувствовать себя частью одной большой семьи. Именно здесь у каждого первокурсника есть уникальная возможность найти собственное «я» в любом творческом коллективе, будь то танцевальные группы «Джуманджи» и «Energy Style», вокально-инструментальная группа АГУ и коллектив «Сибирия», молодежная академическая хоровая капелла, экспериментально-психологический театр «UNO» или театральная мастерская «Homo Artisticus».

Если честно, этот концерт чем-то напомнил мне Фестиваль красок. Столько талантливых и ярких людей предстали перед нами, а их не менее яркие выступления показали первокурсникам, что знание и наука не могут идти вразрез с творчеством и искусством...

Но кое-что все-таки остается. Приятное волнение. Волнение от того, какие еще сюрпризы принесет тебе увлекательная и ни на что не похожая студенческая жизнь в Алтайском государственном университете.



Оказалось, победить своих эмоциональных «паразитов» не так уж и сложно. С каждым днем я все больше убеждаюсь, что АГУ – действительно «мое» место. Улетучиваются страх и неуверенность в себе.

«Ревизорро» одобряет!

Валерия
Зубова

Что студенты любят больше всего? Здоровый сон и вкусную еду! Редакция «СЛ» попробовала выяснить, где лучше всего спится и кушается студентам нашего университета.

Недолго думая, мы решили, что спать студентам удобнее всего на мягкой подушечке и под пушистым одеялом. Второй вопрос оказался немного сложнее. Корреспондент «СЛ» Валерия Зубова взяла на себя непростую задачу: пройтись по самым популярным заведениям вблизи корпусов, где питаются голодные АГУшники.



День №1. «KFC»

Полковник Сандерс всегда рад видеть студентов у себя в гостях. А студенты-то как любят Полковника!

Оно и понятно: кафе на Димитрова находится прямо напротив Политеха и всего-то через дорогу от одного из корпусов АГУ. Шаговая доступность придает этому месту еще большую популярность среди студентов.

На наш ограниченный бюджет тут можно довольно вкусно пообедать. Каждый сможет найти идеальный для себя вариант.

День №2. «Грильница»

Кто не знает «Грильницу»? Самое популярное место среди студентов и молодежи. Здесь ты можешь съесть не только самую вкусную в мире шаурму, но и пиццу, кесадью, восточную коробочку WOK, хот-дог и даже роллы.

Цены в «Грильнице» гостей радуют. Тут и бизнес-ланчи есть. Честно говоря, вариантов очень много, глаза разбегаются. Мой выбор – шаурма «Народная» и кофе. 105+55=160 рублей. Я наелась на весь день! На оставшиеся деньги, кстати, можно купить мороженое.

День №3. «Универ-кафе»

В корпус «Д» ходит весь АГУ. И вообще все, кто учится, работает или живет неподалеку. В «Универ-кафе» очень уютно, играет «Планета радио», есть розетки для зарядки гаджетов. И цены здесь весьма демократичные. Чудо, а не место!

Почти каждый АГУшник знает, что на 200 рублей тут можно здорово подкрепиться.

Мой выбор – грибная солянка со сметаной, морковь по-корейски и морс. 38+4+10+20=72 рубля. Денег хватит еще на один такой обед.

14

111 85

рублей рублей

«Зингер» Капучино

105 55

рублей рублей

Шаурма Кофе
«Народная»

38 20 10

рублей рублей рублей

Грибная морковь Напиток
солянка по-корейски «Морс»

Как девушка, я наелась. Но вот парень во мне требует еще как минимум картошечку фри.

Сколько стоит обед студента?



200

рублей

среднестатистическая
стоимость обеденного
приема пищи

Подвожу итог:
сытнее всего, имея в кармане
200 рублей, можно поесть в

«Грильнице» или
в «Универ-кафе»



День №4 «Сковородовна»

Практически весь корпус «К» питается блинчиками. Я не могла не заглянуть на огонек. Цены на блины с начинкой – от 60 рублей. Очень много сытных начинок. Мое внимание привлек блин с ветчиной, сыром и помидорами, и я решила взять его. К нему – чай.

После университетской столовой и «Грильницы» я не наелась. $105+20=125$ рублей. Можно было взять еще какой-нибудь салатик... Мне мало, мало, мало еды!

День №5. «РыбаРис»

Место для тех, кто любит и почитает японскую еду. Сегодня пятница, а это значит, что я еще успеваю пообедать по акции «Все роллы за 119 рублей». Я выбрала «Томато маки».

Также взяла клюквенный морс. В заданную сумму уложилась. $119+80=199$ рублей.

Для парня такого обеда будет маловато, а вот девушка вполне сможет со вкусом утолить голод.

День №6. «Кузина»

Место, сразу говорю, скорее для девочек. Вкусная свежая выпечка и чудесный кофе всегда радуют посетителей кофейни.

Чем я пообедала тут? Латте с карамельным сиропом (сироп, кстати, бесплатный и на выбор) и кусочек торта. $95+75=170$ рублей.

Это место не для сытного обеда, а, скорее, для получения удовольствия от поедания вкусняшек.

105 **20**
рублей рублей
Блин Чай
с ветчиной

119 **80**
рублей рублей
«Томато маки» Клюквенный морс

Питайтесь правильно,
получайте удовольствие от еды.

Но не забывайте, что профицит
калорий может привести к
нежелательному набору веса.
Так что в сочетании с вкусными
местами не лишним, пожалуй,
будет посещение спортзала.

Как прожить на стипендию и не потерять человеческое достоинство

Советы бывалого

Мария Криксунова

Конечно, прожить на стипендию – задача слишком непосильная (если вы, разумеется, не относитесь к студентам-активистам, молодым ученым и стобалльникам ЕГЭ). И никто на свете не ответит вам на этот вопрос, не порекомендовав продать душу дьяволу. Но уберечь вновь прибывших от ошибок и научить экономить без вреда для здоровья – долг старшекурсников. Раскрываем основные секреты финансовой выгоды.

Еда – беда?

По статистике, на питание уходит почти 2/3 расходов. Чтобы эти траты были разумными, пользуйтесь несколькими правилами.



Полюбите готовить

Если вы все еще верите в то, что фастфуд дешевле домашней еды, снимите розовые очки. И пельмени в упаковке тоже не дешевле. И бутерброды. И еще многое, не требующее долгого приготовления.

А вот домашняя еда по уникальному суперэкономному рецепту – это и здоровая пища, и сэкономленные деньги, и повод для гордости.



Вегетарианцы тратят на еду не меньше. Да, мясо – один из самых дорогих продуктов, но это не причина отказываться от него совсем (разве что по этическим причинам).

Разбавляйте мясо кашами, любите супы – так останетесь и с деньгами, и со здоровьем.



Скидки – это классно

Но только на нужное. Увидев акцию «Купи две банки зеленого горошка и получи скидку 50%», задумайтесь: а нужен ли вам зеленый горошек в таком количестве?

Если нужен, тогда посчитайте, сколько сэкономите на продукте. В магазин без калькулятора ни-ни!

Еще одна нужная вам акция – уценка продукта с истекающим сроком годности. Если уверены, что съедите йогурт сегодня, – берите. Сэкономите половину стоимости товара.



Не отказывайтесь от помощи.

Если ваши друзья угощают вас чем-то, не отказывайтесь: они хотят помочь, а не унижить.

Предлагайте помощь и сами: например, вскопанный по просьбе друга огород может вылиться в пару килограммов картошки осенью.



Аркадий Шабалин, студент 3 курса ФМКФП:

Однажды я решил сэкономить на мясе в нашей столовой. Вместо отбивной взял салат, гарнир и две булочки. В итоге заплатил, как за отбивную, но чувство голода вернулось намного раньше.





Образ жизни

Если все деньги уходят на развлечения, не удивительно, что рацион состоит из доширака и корочки хлеба. Учимся экономить в повседневной жизни.

Погуглите или узнайте у старосты все привилегии, данные вместе со студенческим билетом. Скидки на походы в музей вам гарантированы. А вот про другие услуги нужно уточнить.

Если живете в двух остановках от университета, ходите пешком. Экономите дважды: на спортзале и проезде. Если живете дальше, купите проездной.

Помните пословицу «Готовь сани летом...»? Это про вас. Покупать пуховик лучше весной, а летнюю обувь – в разгар летнего сезона. Экономия, плюс отсутствие внеплановых трат. К слову, планирование бюджета – ваш верный спутник в финансовых делах.

Дружите! Только дружите искренне. Тогда вам и денег одолжат, и домой подвезут, и переночевать пустят...

«Экономика должна быть экономной – таково требование времени», – заявлял Л.И. Брежнев. Вот и ваше желание сберечь деньги – временное.

Учитесь, обретайте знания и знакомства, используйте ресурс времени с пользой, любите свое дело и точно обретете успех, в том числе и финансовый. Тогда экономия из необходимой меры станет просто полезной привычкой.



События АГУ

Валерия
Зубова

Сентябрь



Торжественная линейка

Вот и остались в прошлом для многих ребят по всей стране дежурства в классе, школьная форма и дневники. Теперь их жизнь будет измеряться не четвертями, а семестрами.

АГУ вновь открыл свои двери для тысяч выпускников школ, гимназий, лицеев и средне-специальных заведений. С началом учебного года, товарищи! Ура!



Месячник первокурсника

Сколько корпусов в АГУ и где все они находятся? Как расшифровывается аббревиатура СОК? Как проехать на лыжную базу? Что такое Лига студентов? Куда пойти танцевать? Что делать, если я хочу заниматься баскетболом?

Тысяча вопросов. Сложно привыкнуть к переменам. Не бойся, первокурсник! Администрация и старше-

курсники позаботятся о тебе! Тебя ждут тренинги на знакомство и тимбилдинг, промо-концерт творческих коллективов Центра студенческого творчества и досуга и привлекательные тьюторы во главе со студенческой администрацией, которые всегда готовы ответить на твои вопросы и помочь в любой ситуации.

Спортивный праздник «Неформат»

Мероприятие проводится в рамках межвузовского праздника «Заряжайся!».

В Парке спорта Алексея Смертина наряду с творческими и интерактивными площадками пройдет турнир по нетрадиционным видам спорта. Студенты сойдутся в футбольном фристайле, настольном хоккее, сыграют в «камень-ножницы-бумагу» и попытаются собрать кубик Рубика быстрее всех. Организует турнир Совет спортивных организаторов АГУ. А это значит, что веселью точно быть!



Форум «Алтай-Азия 2016»

Наш университет активно сотрудничает с вузами других стран. Форум предполагает обсуждение лучших российских и зарубежных образова-

тельных практик в целях повышения качества образования и международной конкурентоспособности вузов, их успешной интеграции в Евразийское образовательное пространство. Все желающие могут посмотреть на выступления других участников и, конечно, презентовать свои доклады, предварительно пройдя регистрацию.



Осенняя Школа актива

Организаторы, тренеры и «старички» с нетерпением ждут встречи со старостами первого курса.

Самые активные юные студенты соберутся вместе, чтобы генерировать идеи, заводить новые знакомства, получать знания и заряжаться позитивной энергией на весь предстоящий год. Первая школа актива не забывается!

Октябрь

День рождения Лиги студентов АГУ

Быть членом Лиги – это почетно! В октябре Лига празднует свой двадцатилетний юбилей. В один из дней празднования пройдут выборы нового председателя организации. Впереди большое торжество, куча гостей и праздничный концерт.



Посвящение в студенты

В октябре на каждом факультете традиционно проходит официальное посвящение в студенты. Группы первокурсников усердно готовятся к этому дню. А после новичкам предстоит неофициальное, клубное посвящение. Не все же время грызть гранит науки.



Кубок Лиги студентов АГУ по бамперболу

Необычная игра в футбол. Человека помещают в шар по поясу, словно в скафандр, который надежно защищает от травм в процессе игры. Огромный плюс бампербола в том, что он абсолютно безопасен. Ударный шар выполняет функцию воздушной подушки, в которой вы можете толкаться, падать, кувыркаться, не боясь получить повреждения. Отличный способ выпустить на волю свою энергию и повеселиться! Одобрено Советом спорторгов.



Кубок первокурсника по футболу и стритболу

Дорогой первокурсник! Именно для тебя целых два кубка проводят университет и спортивные организаторы. Гарантируем много новых знакомств и атмосферу, полную радости и веселья!



Фестиваль студенческого творчества АГУ

Маститые и начинающие таланты Университета покажут всем зрителям и друг другу, на что они способны. Участвуй! Твори! Развивайся!



День учителя

В честь праздника можно заглянуть в школу. Чем не повод для встречи с бывшими одноклассниками и любимыми учителями?



Студенческий экологический десант

Студенты АГУ неравнодушны к будущему нашей планеты и искренне переживают за экологическую обстановку в мире. А ты?



Международный сетевой портал для молодых предпринимателей СНГ, ШОС, БРИКС «UniFront.biz»

Мероприятие для тех, у кого есть коммерческая жилка и желание развивать свой бизнес.



Ноябрь

Кубок КВН АГУ

Самые остроумные люди АГУ сойдутся в юмористической схватке. Кто шутит лучше? Приходи и увидишь!



Конкурс «Я волонтер АГУ»

Быть волонтером – это сложно, ответственно и почетно. Каждый волонтер отдает всего себя другим людям. Люди, которые горят, чтобы светить.



Региональный научный форум «Дни молодежной науки»

Мероприятие, на котором собираются все, кто хочет узнать что-то новое или же, наоборот, поделиться своими мыслями и опытом.



Профориентационная конференция «Мы выбираем будущее»

Серьезное мероприятие с огромной значимостью не только для каждого участника, но и для всех окружающих. Ведь будущее – это дело каждого, и оно в наших руках.



Студенческий ЛЕГИОН

№ 4 (63) 2016 г.



vk.com/studleg

тел.: 29-65-61

пр. Социалистический, 68 а,
каб. 11ф



Учредитель:

Лига студентов АГУ



Отпечатано в типографии

«Пресс-Т»

тел. 65-38-70

press-t@bk.ru

Тираж 500 экз.