

НАША АКАДЕМИЯ

Газета Новосибирского государственного университета экономики и управления



СЕГОДНЯ НА ОБЛОЖКЕ:

**Победитель первенства
Новосибирской области
по самбо Мария Юрева**

стр. 14–15

**«Ты — предприниматель I
Students»: стимул
к реальным действиям**

стр. 6–9

А ТАКЖЕ...

**Анна Володько:
«Волонтер —
маленький энергичный
двигатель большого
механизма»**

стр. 12–13

**Павел Надеин:
«Сотрудничество
с НГУЗУ — это
возможность
поиска лучших
на рынке кадров»**

стр. 5–6

**Исмаила Берте:
«Мэр города
выделил
наш проект»**

стр. 10–11

В рамках Фестиваля науки в НГУЭУ состоялись семинары, организованные кафедрой психологии, педагогики и правоведения вуза. Психологи-практики рассказали школьникам и студентам о возможностях человеческого мозга с точки зрения современной науки.

В НГУЭУ рассказали об актуальных направлениях в современной психологии

В семинарах, основная цель которых — привлечение молодежи к научному поиску, приняли участие более 140 слушателей. Семинар «Концепция Mindfulness как стратегия саморегуляции» провела кандидат биологических наук доцент кафедры психологии, педагогики и правоведения НГУЭУ Наталья Мозолевская. Были рассмотрены нейрофизиологические аспекты феномена «осознанности» и саморегуляции. Слушатели получили практические навыки управления вниманием на основе развития индивидуальных стратегий психофизиологического реагирования на стресс.

Старший преподаватель кафедры психологии, педагоги-

ки и правоведения, директор АНО Академии инновационных и классических технологий в образовании «Аструм» Елена Сапина познакомила слушателей с возможностями мозга с точки зрения современной науки — она прочла лекцию «Потенциал человеческого мозга: скрытые возможности саморегуляции».

Особый интерес у студентов и школьников вызвали закономерности и принципы управления эмоциями, которые для них визуализировали с помощью регистрации электрических потенциалов головного мозга. Участникам продемонстрировали приемы и возможности достижения состояния оптимального функционирования с использованием специализированного комплекса психологи-



ческой и психофизиологической диагностики.

По словам организаторов, и студенты, и школьники заинтересовались актуальными направ-

лениями в современной психологии, отметив, что полученные навыки саморегуляции могут быть полезны как в учебе, так и в повседневной жизни.

Участники проекта — учащиеся 8–11 классов и студенты колледжей — смогут бесплатно посещать лекции и мастер-классы известных предпринимателей и чиновников, проявить себя в спортивных и культурных мероприятиях, побывать на экскурсиях и квестах в университете.

В НГУЭУ стартовал четвертый сезон образовательного проекта «Университет 2.0»

На торжественном открытии нового сезона проекта, для участия в котором зарегистрировались ребята более чем из 15 школ Новосибирска, аудиторию поприветствовал проректор по учебной работе НГУЭУ Владимир Ромашин.

Начальник управления дополнительного образования вуза Эдуард Коложвари рассказал о программах для школьников, которые реализуются в НГУЭУ, руководитель проектного офиса «Предпринимательский университет» Денис Обуховский познакомил участников с мероприятиями, мастер-классами, играми, которые уже сейчас помогут развить предпринимательские компе-

тенции. А выпускник третьего сезона «Университета 2.0», студент НГУЭУ Михаил Миронов поделился своим опытом участия в проекте.

Напомним, что за посещение мероприятий в рамках «Университета 2.0» участнику проекта начисляются баллы (от 1 до 7), которые можно обменять на призы и поощрения от НГУЭУ. Набравшие наибольшее количество баллов получают дипломы, дающие право на дополнительные баллы в качестве индивидуального достижения при поступлении в университет. Конкурсные очки фиксируются в зачетной книжке абитуриента и в сводной ведомости, которая публикуется еженедельно в разделе «Рейтинг участников». Та-



ким образом, каждый имеет возможность следить за своим положением в общем рейтинге участников.

Подробнее о «стоимости» каждого мероприятия, возмож-

ностях обмена конкурсных очков на призы и о способах начисления дополнительных баллов в качестве индивидуального достижения можно узнать в положении на сайте НГУЭУ.

В рамках VI Фестиваля науки, который проходит в Новосибирской области, в НГУЭУ состоялся научно-практический региональный круглый стол «Исполнение наказаний, связанных с лишением свободы».

В НГУЭУ состоялся региональный круглый стол «Исполнение наказаний, связанных с лишением свободы»

В мероприятии приняли участие специалисты правоохранительных органов, представители государственных и общественных организаций, студенты и преподаватели юридических факультетов новосибирских вузов.

Цель круглого стола — анализ научных и практических проблем в области исполнения наказаний, связанных с лишением свободы, а также обмен мнениями представителей научного сообщества и практиков, выработка предложений о повышении эффективности исполнения наказаний в современных условиях.

Среди приглашенных вузов-участников на круглом столе присутствовали Сибирский институт управления — филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации (СИУ РАН-ХиГС), Новосибирский юридический институт (филиал Томского государственного университета), Сибирский университет потребительской кооперации, Новосибирский государственный педагогический университет.

— Наука и практика неразрывны, ведь именно из практических потребностей должны вытекать научные исследования, — приветствуя участников дискуссии, отметил декан юридического факультета НГУЭУ Дмитрий Савченко. — По той же причине мы проводим наш круглый стол, который имеет практическую составляющую, в рамках Фестиваля науки. Реализация наказаний является важнейшей задачей уголовно-исполнительной системы, а вопросы совершенствования процессов исполнения наказаний, в том числе связанных с лишением свободы, действительно актуальны. Очень здорово, что к обсуждению этих вопросов неравнодушны студенты новосибирских вузов, и мы надеемся, что традиция проводить подобные дискуссии, которую заложила кафедра уголовного права и национальной безопасности НГУЭУ, успешно продолжится.

На круглом столе с докладами выступили доцент кафедры уголовного права и национальной безопасности НГУЭУ Лю-



бовь Разбиринна, прокурор Новосибирской прокуратуры по надзору за соблюдением законов в исправительных учреждениях, старший советник юстиции Игорь Нарубин, старший инспектор отдела воспитательной и социальной работы с осужденными ГУФСИН России по Новосибирской области Юлия Гутова, председатель общественной наблюдательной комиссии Новосибирской области, председатель комиссии по общественному контролю, общественной экспертизе и взаимодействию с общественными советами Общественной палаты Новосибирской области Максим Фоминих, заместитель начальника ФКУ ИК-9 ГУФСИН России по Новосибирской области Валентина Тетерина, начальник отдела по воспитательной работе с осужденными ФКУ ИК-8 ГУФСИН России по Новосибирской области, капитан внутренней службы Алексей Дежкин, заместитель директора Областного комплексного центра социальной адаптации граждан Антон Молодавский, заместитель начальника ФКУ СИЗО-1 ГУФСИН России по Новосибирской области Константин Восканян.

Участники обсуждения рассмотрели вопросы, касающиеся международно-правовых норм в области исполнения наказания, особенностей правового положения разных категорий осужденных к лишению свободы в Российской Федерации, а также особенностей социально-демографической характеристики осужденных, их ресоциализации и социальной адаптации после освобождения.

НГУЭУ провел программу повышения квалификации «Государственный и муниципальный финансовый контроль в субъектах Федерации».

В НГУЭУ прошло обучение сотрудников контрольно-счетных органов

Обучение прошли сотрудники окружных, городских и муниципальных контрольно-счетных органов Новосибирской, Тюменской, Томской, Кемеровской областей, Республик Алтай, Саха (Якутия), Хакасия, а также Приморского края и Ямало-Ненецкого автономного округа.

Программа курса, который длился 11 дней в объеме 72 академических часов, включала следующие блоки: государственное и муниципальное управление; контрактная система в сфере закупок товаров, работ, услуг для государственных и муниципальных нужд; бюджетирование; налоговая политика; аудит эффективности.

Особое внимание было уделено вопросам работы органов государственного и муниципального финансового контроля в условиях изменений законодательства, проведению финансово-экономической экспертизы проектов законов субъектов Российской Федерации, нормативно-правовых актов органов государственной власти субъектов и органов местного самоуправления.

— Разрабатывая программу, мы старались сделать ее максимально практико-ориентированной и актуальной для слушателей, — прокомментировала менеджер программ Центра повышения квалификации и профессиональной переподготовки НГУЭУ Анастасия Ротанова. — Были приглашены 20 лекторов, большая часть которых — действующие сотрудники контрольно-счетных палат Новосибирской, Кемеровской областей, Республики Татарстан. Кроме того, обучение провели начальник правового отдела Новосибирского УФАС Елена Максимейко и профессор Высшей школы государственного аудита МГУ Анатолий Саунин.

В завершение обучения слушатели получили удостоверения о повышении квалификации установленного образца, которые вручили руководитель аппарата контрольно-счетной палаты Новосибирской области Олег Иванов и начальник управления дополнительного образования НГУЭУ Эдуард Коложвари. Сотрудники контрольно-счетных органов отметили высокий уровень организации образовательного процесса и качественный подбор спикеров.



«Интересно наблюдать за изменениями проблематики Нобелевской премии по экономике»



Александр Новиков

Каждую осень люди, интересующиеся экономической наукой, ждут присуждения Нобелевской премии по экономике. На самом деле это неофициальное название, Альфред Нобель не учредил премию по экономике. Она была учреждена значительно позже, в 1969 году, Банком Швеции в память ученого.

Премия Шведского национального банка по экономическим наукам памяти Альфреда Нобеля вручается ежегодно, и мне всегда интересно наблюдать за дискуссиями вокруг этого события. Интересно, как меняются темы и проблематика исследований, получающих такое признание. Например, было время, когда пристальное внимание было обращено на изучение проблем поведенческой экономики. В этом году лауреатами премии стали американские экономисты Уильям Нордхаус и Пол Ромер, они были отмечены за достижения в области долгосрочного макроэкономического анализа — оценку факторов роста в области человеческого капитала и влияния экологии на экономический рост.

Глобальная проблема заключается в том, должна ли экономика постоянно расти. И должна ли расти чем быстрее, тем лучше? Это утверждение для многих является очевидным, и, если с ним согласиться, то возникает вопрос: а за счет чего экономика должна расти? При этом такой подход имеет важное прикладное значение. Например, Россия длительное время находится в стагнации, и важно понять, за счет каких факторов экономический рост может ускориться.

По этому поводу идут большие спо-

ры — например, сейчас в указах Президента и общей концепции развития страны мы вернулись к тому, что рост возможен через инвестиционную активность, в том числе со стороны государства и частных инвесторов. Были и другие подходы — например, что нужно заниматься не инвестированием, а стимулированием активности потребителей. Не переводить сбережения в инвестиции, а активно тратить эти сбережения на удовлетворение текущих и перспективных потребностей. Понятно, что растущий потребительский спрос также может быть фактором роста, особенно в условиях турбулентности: к

составляют 17,6% от всего потенциального объема накопленных населения. Если стимулировать инвестиционную активность населения, то 20,6 трл. руб. находится на банковский счетах, и 4,8 трл. руб. в ценных бумагах, что составляет значительный и невостребованный инвестиционный потенциал.

Поэтому нужно выбрать правильный вектор развития. И задача выявления факторов роста — очень актуальная задача. На мой взгляд, большое значение имеют инвестиционные факторы, хотя они могут быть не самыми очевидными, не про все из них написано в учебниках. Всегда следует искать новые подходы. Я эти подходы называю драйверами роста. О некоторых из них я неоднократно писал в моем блоге. При разработке проекта Стратегии социально-экономического развития Новосибирской области мы несколько раз пытались обсудить подобные сценарии, возможность использования неочевидных подходов. Были и другие дискуссии на эту тему, например, в рамках «Технопрома-2018» профессор Владимир Иванович Супрун блестяще провел панельную дискуссию, на которой ставились макроэкономические вопросы, проблемы развития региона, определения региональной политики и выявления факторов роста — что в принципе соответствует идеологии нобелевских лауреатов.

Как я уже отметил, премии за достижения в области экономической науки присуждаются ежегодно. Можно составить список — за что их вручали, насколько полезны эти исследования для конкретной страны, региона. При желании можно составить таблицы идей нобелевских лауреатов: что предлагается и как это может быть использовано для России в целом, отдельного субъекта Федерации и конкретного муниципалитета.

Я — за внедрение достижений науки в практику!

Глобальная проблема заключается в том, должна ли экономика постоянно расти. И должна ли расти чем быстрее, тем лучше?

например, когда Россия переходила от социализма к капитализму, у людей практически ничего не было, и спрос был абсолютно ненасыщенным. Или когда только начала решаться жилищная проблема, люди всеми способами старались зайти на этот рынок и купить квартиру — тогда бурно развивалась ипотека.

На каком этапе мы находимся сейчас? Рекомендациями каких нобелевских лауреатов следует воспользоваться? Если стимулировать внутренний спрос в рамках формирования поведенческой модели, мы имеем на начало 2018 г. около 5,4 трл. руб. остатков наличных денег, которые не используются как инвестиции. Эти средства

Павел Надеин: «Сотрудничество с НГУЭУ — это возможность поиска лучших на рынке кадров»

В период с сентября по декабрь студенты НГУЭУ проходят курс «Деятельность коммерческого банка в РФ» на примере Сбербанка. Территориальный менеджер направления по работе с состоятельными клиентами ПАО «Сбербанк» Павел Надеин провел для студентов несколько лекций, а корреспонденту «НА» рассказал о том, как крупная компания может взаимодействовать с НГУЭУ и в чем цель этого сотрудничества.

— Павел, расскажите о своем направлении работы.

— Направление по работе с состоятельными клиентами, или «Сбербанк Первый» — это бренд для наших значимых частных клиентов. Это работа с крупнейшим частным капиталом — классические банковские продукты, инвестиции, брокерское обслуживание.

— А сами где учились?

— Сам я имею непрофильное для нашего бизнеса образование — закончил мехмат НГУ. Так что мне вдвойне интересно общаться со студентами — я узнаю у них многие академические вещи.

— Какие лекции вы проводили для студентов НГУЭУ? В каком формате работали?

— Я провел две лекции. На первой мы разбирали практику инвестирования в России. Многие слышали про акции, облигации, золото, недвижимость — нужно отметить, что у студентов НГУЭУ прекрасные теоретические знания. А у «Сбербанка Первого» — очень большая практика работы с этими инструментами, и мы обсудили, как лучше использовать инструменты фондового рынка в реальной жизни.

Вторая лекция была посвящена современным трендам — мы обсудили то, что сейчас внедряется не только в Сбербанке, но и во всех передовых компаниях — AI, BigData, EQ, Agile и т. д.

— Что представляет собой курс от Сбербанка?

— Сбербанк — огромная компания, и в банке сосредоточено

большое количество направлений бизнеса. Мои коллеги рассказывали, что делают именно они, какие у них «фишки», сложности, победы. Это позволяет слушателям лучше понимать, что значит работа современного банка в России сейчас.

— Что вам понравилось в работе со студентами?

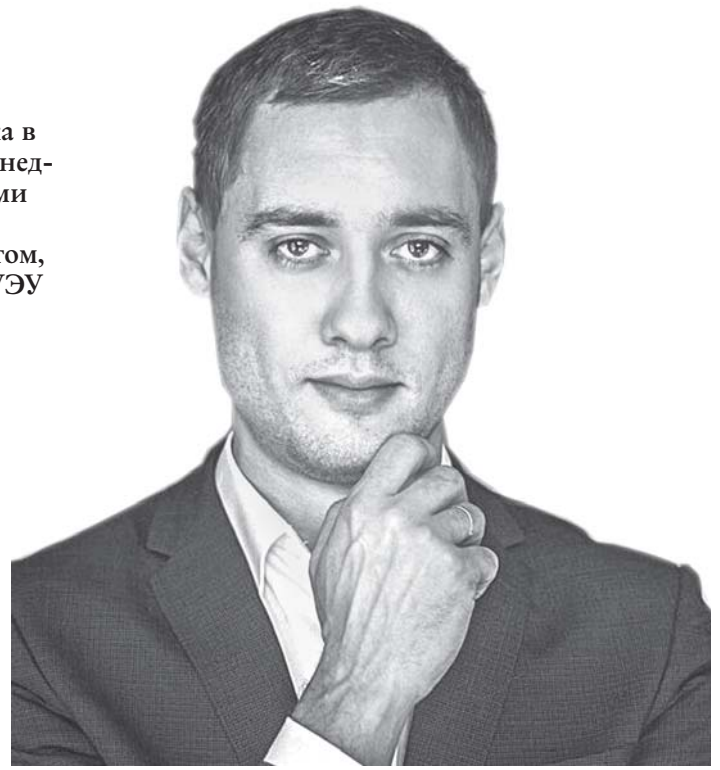
— Сами студенты, конечно же. Когда выступаешь перед коллегами, тебя всегда слушают, хотя бы формально. Студенты же внимательны только когда им реально интересно. Поэтому мы пытались в формате диалога находить интересные нам всем темы и обсуждать их совместно. Для меня это — источник новых и актуальных тем.

— Чему вы успели научить студентов? Какие знания им передали?

— Мы подробно разобрали, что делать, если вы неожиданно стали долларовым миллионером (улыбается). На самом деле мы посмотрели, куда и как прямо сейчас крупный российский инвестор может разместить свой капитал, и какие возможности развития у него есть.

— Могли бы вы назвать сотрудничество с НГУЭУ важным для вас аспектом деятельности? Что важно для этого сотрудничества?

— Безусловно. Сотрудничество с НГУЭУ — это возможность поиска лучших на рынке кадров, а также возможность направлять, ориентировать их профессионально. Если на лекции студент заинтересовался определенным направлением



Как попасть на стажировку в «Сбербанк Первый» и получить шанс на высокооплачиваемую и престижную работу? Читайте это интервью очень внимательно — ответ где-то рядом!

деятельности банка, после лекции он может сразу обсудить, какие знания ему необходимы для работы в этой области, какие компетенции и навыки необходимо развивать.

— Много ли студентов НГУЭУ приходят к вам работать?

— Сбербанк — один из крупнейших работодателей региона, а НГУЭУ — признанный высокий стандарт профильного образования. Мы всегда рады видеть студентов у нас.

— Что дает студенту сотрудничество с профильной организацией?

— В конце августа три самых желанных работодателя мира — Google, Apple и IBM — объявили, что им больше не нужен

диплом о высшем образовании при приеме на работу. Мне кажется, это начало нового тренда — как среди работодателей, так и среди университетов. Все меньшую роль будут играть «формальные» признаки — престижность диплома, средний балл, профильность, все большую — реальные знания и умения кандидата, его softskills, способность обучаться. В этом ключе сотрудничество с профильной организацией будет просто необходимым — чем раньше студент поймет область, в которой он будет двигаться, тем быстрее он сможет развиваться.

► Со стр. 5

— Как вы думаете, каковы перспективы развития отношений университетов и крупных организаций?

— Это очень большой вопрос. Для полного ответа я рекомендовал бы желающим посмотреть в youtube сессию «Образование в транзитном мире» на ВЭФ-2018 (ее модерировал Герман Греф) и прочитать книгу «Университет третьего поколения» Йохана Виссема. Если кратко — в современном мире человек учится всю жизнь, и корпорации, как и университеты, должны будут встраиваться в этот процесс.

— Действительно ли крупным организациям интересно брать студентов на стажировку?

— Тут я бы хотел рассказать о нашем проекте для студентов выпускных курсов. Мы готовим программу кадрового резерва на позицию клиентского менеджера «Сбербанк Первый». Клиентский менеджер — финансовый консультант, который работает с портфелями клиентов, рекомендует финансовые решения, максимально соответствующие потребностям клиентов. Мы — самый большой банк, в «Сбербанк Первый» — самые крупные клиенты, поэтому клиентский менеджер здесь — это лучший финансовый советник региона. Работа с одной стороны высокооплачиваема, с другой — это возможность общения с первыми лицами города (крупнейшие бизнесмены, политики, топ-менеджеры), возможность учиться и развиваться. Сейчас мы приглашаем студентов десяти лучших вузов Сибири участвовать в этой программе. Она начинается с десяти вебинаров, которые закончатся в апреле. После защиты диплома лучшие студенты получают предложение о работе на позицию клиентского менеджера «Сбербанк Премьер». Показавшие высокие результаты в течение года будут приглашены в команду «Сбербанк1».

— Что бы вы пожелали студентам НГУЭУ?

— Только одно! По моему мнению, студенчество — один из самых ярких жизненных этапов любого человека, поэтому наслаждайтесь жизнью и ищите ту область занятости, к которой у вас лежит душа.

«Ты — предприниматель Students»: стимул к реальным действиям

В середине октября в НГУЭУ в рамках программы «Ты — предприниматель» в Новосибирской области стартовал бесплатный образовательный курс «Ты — предприниматель | Students». НГУЭУ входит в число организаторов проекта, на его площадке объединились участники из 21 учебного заведения Новосибирска — более 400 инициативных студентов, мечтающих начать свой бизнес уже сейчас.

Программа по поддержке и развитию молодежного предпринимательства «Ты — предприниматель» реализуется в Новосибирской области с 2010 года Агентством поддержки молодежных инициатив при содействии управления молодежной политики области и Федерального агентства по делам молодежи (Росмолодежь).

Среди проектов программы — обучающие курсы для школьников, начинающих и действующих предпринимателей, онлайн-обучение, а также конкурс «Молодой предприниматель России» и конгресс «Молодые миллионеры Сибири». Для студентов самым масштабным событием является именно образовательный курс «Ты

— предприниматель | Students», который в этом году продлится до 28 ноября.

На торжественном открытии курса участников приветствовали начальник отдела молодежной политики управления молодежной политики и высшей школы областного министерства образования Наталья Гергерт, первый проректор



НГУЭУ Павел Новгородов, куратор обучающих курсов «Ты — предприниматель» в Новосибирской области Антон Гусев, совладелец сети «Дядя Денер» Антон Горестов и другие.

— НГУЭУ как вуз, где реализуется концепция предпринимательского университета, активно взаимодействует с академической средой, бизнесменами, изучает американский, европейский и азиатский опыт в сфере предпринимательства, — отметил Павел Новгородов. — Мы уверены в том, что предпринимательству можно и нужно учиться, ведь это определенный тип мышления, который пригодится не только наемному менеджеру или чиновнику, но и в любых других областях. Данная концепция НГУЭУ внедрена не только в рамках основного, но и дополнительного образования: в вузе существует свой бизнес-инкубатор, внеучебные траектории, ориентированные на развитие предпринимательских навыков, а также различные межвузовские проекты, к участию в которых мы приглашаем всех желающих.

Курс «Ты — предприниматель | Students» состоит из основной обучающей программы, дополнительных модулей, занятий с тьюторами и бизнес-наставниками, заключительного краш-теста. В рамках основных модулей рассматриваются такие темы, как основы предпринимательской деятельности и генерация бизнес-идей; бизнес-моделирование и планирование; калькуляция себестоимости; маркетинг и продажи;



Занятия с тьюторами предполагают командную деятельность, которая включает в себя определение товара или услуги для дальнейшего продвижения, апробацию, подготовку к итоговой экспертизе.

стартовый капитал; основы менеджмента; деловая коммуникация; поддержка бизнеса; юридические аспекты бизнеса.

В дополнительные модули входят следующие дисциплины: креативная экономика и экономика впечатлений; предпринимательская «картина мира» — тренды, технологии, рынки будущего, инструменты анализа и оценки; основы истории предпринимательства (интересные

кейсы, личности); «бизнес-баттл» — взаимоотношения с конкурентами; цифровая экономика — технологии блокчейна и криптовалюты; экономическая безопасность; франшизы и франчайзинг — преимущества и риски.

Занятия с тьюторами предполагают командную деятельность, которая включает в себя определение товара или услуги для дальнейшего продвижения,

апробацию, подготовку к итоговой экспертизе.

Однако курс «Ты — предприниматель | Students» состоит не только из обучающих модулей, но и включает в себя насыщенную корпоративную программу. Это бизнес-среды с участием успешных предпринимателей и другие активности, например, экшн-флешмоб, предпринимательский квиз, кейс-турнир.

Максим Товолошкин,
бизнес-тренер по коммуникациям, основатель и директор агентства технологий влияния «Аманит»:

— Откуда вообще берутся идеи для бизнеса? Это не так-то просто. Некоторые богатые люди готовы платить немаленькие деньги за хорошие идеи, и существуют даже целые биржи бизнес-идей. Первая отправная точка — рынок и ниша. Вы можете посмотреть, что сейчас популярно на рынке и встроиться в этот процесс (например, все так же востребованными сейчас остаются квесты и кофейни). Однако та или иная модная ниша не всегда может соответствовать вашим внутренним потребностям, то есть придется подстраиваться.

Второй вариант — исходить из собственных ресурсов: можно продавать свои знания и навыки — ресурс может быть как интеллектуальным, так и техническим. Третий пункт чем-то



похож на второй — это ваши увлечения и таланты. На мой взгляд, это самая работающая отправная точка. Потому что если вы действительно обладаете каким-то талантом и выгодно отличаетесь этим от других, то это формирует вашу ценность на рынке. Спросите себя, что вы умеете делать лучше всего, вспомните, какие интересные хобби у вас имеются. Если у человека есть увлечение или мечта, то найдутся и ресурсы, и время. И последний пункт — исходить из «боли» или потребностей рынка, то есть мы смотрим, какие реальные проблемы на нем существуют и начинаем их решать.

Запомните: вы должны своей идеей гореть — только в этом случае вы будете хорошо зарабатывать и жить счастливо. Люди, у которых есть стартовый капитал и даже больше, но которые не увлечены тем, что они делают, быстренько спускают эти деньги в никуда, как бы банально это ни звучало. Подумайте, чем бы вы занимались, если бы у вас уже сейчас все было? Вот это и есть ваша идеальная бизнес-идея. В то же время не забывайте, что мы с вами предприниматели, а это значит, что необходимо так адаптировать свою идею и внедрить ее в жизнь, чтобы она приносила доход.

Со стр. 7

Антон Горестов, совладелец сети фастфуда «Дядя Денер»:

— В ближайшем будущем я и моя команда запускаем новый проект. Это сеть коворкингов, куда я с огромным удовольствием приглашаю участников «Ты — предприниматель | Students». Мы предоставим ребятам льготы и площадки, где они смогут разместиться на время, пока нет своего офиса. У них появится возможность общаться и реализовывать в этой деловой среде свои бизнес-идеи.

Мой личный опыт подсказывает, что самоотверженно трудиться — это важно. Причем во всех сферах нашей жизни — на работе, в учебе, спорте и творчестве, в отношениях с людьми. Будьте честными сами с собой и чувствуйте свои желания. Если выбранная сфера не ваша, не приступайте к активным действиям — ищите дальше. Всем участникам «Ты — предприниматель | Students» я желаю огромного успеха, найти себя и любить себя. Однажды один человек сказал мне о том, что любовь — внутри нас. Я серьезно задумался над этой фразой, и это понимание очень помогло мне во многих сферах жизни. Когда вы полюбите себя, то будете относиться и к другим с этим чувством, не сможете гневаться на кого-то, завидовать и т. д. Если что-то не получается, и вы расстраиваетесь, не нужно никого винить в этом — ищите причину в себе.

Желаю научиться генерировать в себе отличное настроение, улыбаться по утрам, ведь улыбка запускает химические процессы в нашем организме и заряжает мозг на положительные эмоции и достижение результата. Не забывайте об этом и будьте предпринимчивыми.



Денис Обуховский, куратор курса «Ты — пред- приниматель | Students», руководитель проектного офиса НГУЭУ «Предпри- нимательский университет»:



— Задача проекта — не просто научить участников чему-то из области маркетинга, менеджмента, бизнес-планирования, а подтолкнуть к реальным действиям: попробовать на практике свои идеи, совершить первые продажи, испытать первые неудачи и успехи. Только тогда придет понимание того, как двигаться дальше. НГУЭУ может стать хорошей площадкой для таких первых шагов. Например, мы планируем провести две мини-ярмарки — «Фуд-фест» и «Бьюти-фест», чтобы ребята показали, что они уже реально могут делать.

На нашем обучающем курсе участники работают над самыми разными проектами. Из наиболее реалистичных — «Студия игры на гитаре», «Туристическое агентство», «Школа киберспорта», «Пышечная», «Студия красоты», «Ремонт моторных лодок», «Сервис по аренде дорожных сумок и чемоданов» и т. п. Продолжать можно еще долго! Важно, что в каждом проекте есть своя уникальность, а для того, чтобы их «раскрутить», ребята должны быть готовыми вкладываться в процесс интеллектуально, морально и физически. Нам постоянно задают вопрос: ну, хорошо, вот вы их выучите, отдадите сертификаты, дальше — выпуск... И все? До свидания?

Нет, не все так просто. В проекте «Ты — предприниматель | Students» участвуют студенты со всего Новосибирска, и после окончания курса данные о выпускниках мы передадим в соответствующие вузы — почти везде сейчас есть бизнес-инкубаторы и центры поддержки молодежных активностей. Их задача — заниматься дальнейшим сопровождением. Мы же со своей стороны обязуемся на базе бизнес-инкубатора НГУЭУ обеспечивать поддержку проектов именно наших студентов.

Как это происходит? Например, ребятам необходимо разработать сайт для своего проекта. Мы можем заказать его на информационно-техническом факультете, оформив как соответствующую курсовую или дипломную работу. Правовое сопровождение может оказывать юридическая клиника НГУЭУ, по воп-



росам бухгалтерии и маркетинга готовы подсказывать наши кафедры. Еще планируем готовить наших ребят к участию в специализированных школах Новосибирского Академпарка («А-Старт»). Также они могут получить поддержку со стороны структур — такие программы всегда запускаются в начале календарного года, то есть зимой 2019 года у ребят появится еще один шанс для продвижения своих стартапов. Кроме того, есть предварительная договоренность о возможности расчета инвестиционных схем для наших молодежных студенческих стартапов с научно-образовательным центром «Региональные финансовые рынки и инвестиции», который работает на базе НГУЭУ.

В целом, если кто-то думает, что с окончанием проекта «Ты — предприниматель | Students» все процессы остановятся, то он не прав. Для участников начнется самая ответственная пора — запуск своего дела, а для НГУЭУ — старт долгосрочного продуктивного партнерства.

Дмитрий Москвин,

директор центра делового обучения «Мастер-Класс»:

— С чего начинать строить бизнес? Ответы часто дают такие: нужно иметь стартовый капитал, саму бизнес-идею, цель, ресурсы или команду... Это все верно и правильно, но вторично. Самое главное при организации бизнеса — это принятие решения: да, я буду заниматься бизнесом. Держась за свои стереотипы и привычки, вы оставляете себе шанс сдать назад. Знаете историю создания батутного центра Сообер? Ребята продали свою недвижимость для того, чтобы вложиться в это дело. То есть не просто решили проверить, а как оно там в бизнесе, а отрубили концы. Люди рискнули поступить так, что не оставили себе шанса для ошибки.

Предприимчивые люди отличаются системой мышления. Как рассуждают люди неэффективные? Они начинают сомневаться



— получится или не получится. И ориентируются на чужое мнение из разряда «зачем тебе это?», «только время потеряешь» и т. п. В итоге человек либо вообще не занимается этим бизнесом, либо делает это очень поверхностно. Эффективные же люди сразу рвутся в бой и начинают действовать. Потом в процессе они могут усовершенствовать начатое и в итоге делают еще больше и лучше.

Итак, вы приняли твердое решение делать свой бизнес. Далее алгоритм будет такой: поиск бизнес-идей (сюда входит их тестирование на соответствие ценностям целевой аудитории и поиск финансовых источников); исследование рынка (целевая аудитория, продукт, конкурентный анализ); маркетинг-планирование (лидогенерация — поиск потенциальных клиентов с определенными контактными данными; выбор каналов продвижения, разработка уникального торгового предложения); планирование продаж (оффлайн и онлайн-продвижение); бизнес-план или сборка (разработка документа, презентация заказчику, финансирование); юридическое оформление бизнеса и старт.

Немаловажную роль играет структура вашего бизнес-плана. Как правило, в нее входит резюме плана, анализ рынка и маркетинг-план, производственный план, организационный план (включая пункт про подбор персонала), финансовый план, оценка рисков, календарный план реализации и приложения.

Много вопросов возникает при работе с производственным планом (или процессом оказания услуги). Здесь нужно кратко описать процесс производства или оказания услуги (в виде потоковой блок-схемы). Затем указать производственные мощности предприятия или потребность в площадях, источники обеспечения сырьем. Важно доказать преимущества вашего производственного процесса по сравнению с конкурентами и указать мероприятия по контролю над качеством. В конце нужно представить программу производства и реализации продукции на один год в поквартальной разбивке.



Исмаила Берте: «Мэр города выделил наш проект»

Чтобы поступить в НГУЭУ, Исмаила Берте несколько лет назад приехал из Мали и начал изучать русский язык с нуля в Евразийском языковом центре нархоза. Сегодня он владеет русским языком почти в совершенстве, этот навык помогает ему принимать участие в интересных мероприятиях — например, в форуме «InterАктив», о котором он рассказал корреспонденту «Нашей Академии».

— Исмаила, многие студенты НГУЭУ тебя уже знают, но не все. Давай для начала познакомим с тобой наших читателей. Как ты решил поехать в Россию учиться?

— Я мечтал об этом с детства. Моей целью было поехать учиться в Россию, поэтому я всегда хорошо учился в школе. Я знал, что уровень образования в России намного выше, чем в нашей стране.

— Почему твоя мечта была именно такой?

— У меня есть старшие братья, которые рассказывали мне о России. Они тоже получили образование не в нашей стране. Я слушал их рассказы, как сказки на ночь, и представлял, что когда придет время, я тоже сдам все необходимые экзамены, получу визу и сделаю шаг навстречу к своей мечте. Университеты в Мали — это совершенно другой мир. Там нет таких больших потоковых аудиторий, как в нархозе. На лекции может присутствовать 100 человек студентов, а аудитория вмещает не больше 30. Я не преувеличиваю! Студенты сидят на подоконниках, на полу, на люстре (смеется). Как можно не мечтать учиться в городе с такой инфраструктурой, как Новосибирск? Университет оснащен современным оборудованием, есть все необходимое для учебы, есть огромная библиотека, которую я сейчас очень люблю посещать. Единственное, что меня расстраивает — это климат. Действительно очень холодно зимой!

— Что ты почувствовал, когда узнал, что твоя мечта сбывается?

— Когда я узнал, что поеду изучать русский язык в НГУЭУ, я не мог уснуть целую ночь — меня переполняло счастье и радость.

— Расскажи, в каких проектах удалось участвовать за время учебы?

— Я ездил в Сочи на Всемирный фестиваль молодежи и студентов, участвовал на конференции в НГТУ по русскому языку, там я занял второе место. В прошлом году у нас в НГУЭУ была научно-практическая конференция для иностранных студентов, мы готовили доклады на русском языке об экономике, и я занял первое место. И это еще не всё!

— Да, ты, наверное, один из самых активных иностранных студентов нашего университета. В конце сентября ты участвовал в еще одном крупном форуме...

— 28 сентября я был на Межнациональном молодежном форуме «InterАктив». Наша смена называлась «Активный город друзей».

— Было много участников?

— Нас было около 50 человек. В форуме принимали участие студенты разных национальностей.

— В каком формате он проходил?

— Форум проходил в формате выезда в лагерь. Мы — иностранные студенты — приехали за город, расположились в своих комнатах. Там нас ждала насыщенная программа: с утра мы делали зарядку, нас вкусно кормили, ну и, конечно, мы готовили свои проекты.

— Получается, что на форуме были исключительно зарубежные студенты разных вузов?

— В основном да. Но было и несколько русских студентов, заинтересованных в развитии комфорта в общении с иностранными студентами. У нас были наставники, присутствовали психологи, которые помогали установить отношения среди людей разных национальностей, приехал мэр города Новосибирска Анатолий Локоть.

— Расскажи о проектах, которые вы там готовили.

— Наши проекты были направлены на то, чтобы облегчить жизнь иностранного студента в России, создать комфортные условия для его коммуникации с представителями других национальностей.

— Сколько человек было в твоей команде?



— В моей команде было восемь человек. Я был капитаном, занимался презентацией нашего проекта на публике. Не все еще могут свободно говорить на русском языке.

— Какой проект подготовила твоя команда?

— Мы подготовили проект, который называется «Мобильная этно-школа». Это цикл выездных культурно-просветительских мероприятий в школах города Новосибирска, возможность познакомиться с традициями и обычаями разных народов, коммуникация школьников и носителей культуры.

— А в чем цель вашей «Мобильной этно-школы»?

— Мы бы хотели восполнить недостаток знаний у школьников Новосибирска о культуре разных стран. Ведь на самом деле соотношение местных и приезжих учеников в школах примерно 50 на 50.

— Расскажи, собираетесь ли вы реализовать этот проект?

— Мы планируем сформировать поликультурную команду из числа представителей разных народов и разработать информационно-методические материалы, которые расскажут школьникам о культурных особенностях разных национальностей.

— Как вы видите этот проект в действии? Можешь коротко описать программу?

— Да, конечно! Программа включает в себя изучение приветствий на разных языках мира, демонстрация мест жительства разных народов на карте мира, знакомство с алфавитами каждого народа, с танцами разных национальностей. Также в программе — видеопрезентация о спортивных играх, праздниках, традициях, декоративно-прикладной мастер-класс и изучение фразы «До свидания» на разных языках мира. В результате культурно-просветительского мероприятия «Мобильная этно-школа»



каждый ребенок унесет с собой частичку культуры разных народов и брендированный альбом «Этнический дневник».

— Почему ты решил участвовать в форуме «ИнтерАктив»?

— Мероприятие объединило нас — представителей разных национальностей. И мы общались так легко, словно мы все одна большая семья, мы понимали друг друга. Когда существовал СССР, не было никаких конфликтов, все поддерживали друг друга. Я бы хотел, чтобы в будущем люди разных национальностей снова были едины. Данное мероприятие способствует объединению народов. Меня вдохновляют такие встречи, такое общение. Должна быть дружба. Кроме того, я получил бесценный опыт создания мультимедийных проектов. У нас был куратор, который помогал нам, давал советы, обучал. Я узнал, как живут представители разных национальностей, какие у них традиции, как они относятся к другим. Я получил огромный опыт общения.

— В заключение форума выбирали лучший проект?

— Нет, мы собрались, чтобы работать над проектами, дискутировать, слушать мнения наставников о наших проектах. Это был не конкурс. Это площадка для обмена мнениями и новых знакомств.

— Что тебе запомнилось больше всего?

— Мэр города Анатолий Локоть выделил наш проект и сказал, что он имеет право быть реализованным! Еще он рассказал, что в студенческие годы у него было много иностранных друзей.

— А какие были проекты у других команд?

— Детские и спортивные площадки, курсы, социальная реклама.

— Какой из них тебе особенно понравился?

— Мне очень запомнился проект другой команды. Он называется «Международная интеграция между вузами». Цель проекта — объединение зарубежных студентов из разных вузов по национальным группам и их быстрая адаптация к учебе и жизни в городе. Если говорить конкретнее, то этот проект помогает узнать особенности сдачи экзаменов, зачетов, психологии общения в определенных ситуациях.

— Тебе самому сложно было адаптироваться в России и в НГУЭУ?

— Когда я только приехал в Новосибирск, я ни слова не знал по-русски. Я два года учился в Евразийском языковом центре НГУЭУ. Конечно, было сложно, но я очень старался. Теперь я студент выпускного курса, и многие говорят, что я очень хорошо говорю по-русски. Я поверил в себя, когда смог объяснить на русском языке своему товарищу, как пройти в языковой центр. Меня похвалили, и я понял, что могу многое. Тогда изучение языка становилось все проще, стали появляться новые друзья, я очень рад этому. Очень важно, чтобы в тебя поверили. Было время, когда я приходил в супермаркет и на любой вопрос кассира просто кивал. «Есть карта?» — киваю, «Пакет нужен?» — киваю, «18 есть?» — ну вы поняли.

— В этом году ты заканчиваешь НГУЭУ. Чем ты планируешь заниматься дальше?

— Я надеюсь в этом году защитить диплом и поступить в магистратуру на «Экономику». Мне совсем не хочется покидать стены любимого вуза. Я очень люблю НГУЭУ. Отношения с преподавателями у меня очень хорошие. Это дорогого стоит.

— А о работе уже думал? Может, есть долгосрочные планы?

— Я очень хочу в будущем заниматься политикой. Я читаю много книг о политике. Моя цель — установление дружбы между Россией и Африкой, как было в СССР. Кроме того, я бы хотел оставаться со студентами на связи, помогать им. Я до сих пор помню, сколько поддержки я получил в Евразийском языковом центре НГУЭУ, и я понимаю, что эта поддержка необходима будет иностранным студентам всегда.

— Есть ли те, кому бы ты хотел сказать спасибо?

— Я благодарен всем преподавателям и наставникам, которые шли со мной все эти шесть лет. Я буду советовать своим друзьям и знакомыми из Мали ехать учиться в НГУЭУ. Нархоз, на мой взгляд, один из самых престижных университетов России.



Анна Володько: «Волонтер — маленький энергичный двигатель большого механизма»

Студентка факультета государственного сектора НГУЭУ Анна Володько уже четыре года состоит в штабе волонтеров университета. О «подводных камнях» волонтерства и о поездках на крупные форумы страны она рассказала корреспонденту «Нашей Академии».

— Аня, почему ты решила стать волонтером?

— На самом деле со мной получилось так, что я сначала стала волонтером, а потом уже решила. В университете иногда просили помочь на мероприятиях, я соглашалась, первый курс — энергии было много. И только в 2016 году после Дня открытых дверей среди таких же помощников, как я, родилась идея создания штаба волонтеров НГУЭУ. Светлана Юрьевна Свистина, которая на тот момент была начальником управления молодежной политики вуза, посодействовала получению волонтерских книжек и формально я стала волонтером.

Изначально мне было просто интересно работать в сформировавшейся у нас в вузе команде активистов. Мы все хорошо друг друга знали и общались между собой, поэтому работало весело и легко. А летом мне посчастливилось побывать на международном молодежном форуме «Бирюса-2016», который проходил в Красноярском крае, и куда поехали четыре человека от нашего штаба (я, Вика Коробова, Марина Рябова и Настя Львова). И там, узнав о предстоящих крупных федеральных проектах, а также пообщавшись с более опытными волонтерами со всей страны, я твердо решила посвятить себя волонтерской деятельности. Летом 2018 года мне удалось принять участие в работе всероссийского образовательного форума «Таврида».

— Конкурс в волонтерский корпус «Тавриды» в этом году был 16 человек на место. Как тебе удалось пройти его?

— Да, конкурс был действительно большой. Считаю, как в вуз поступить. Отбор волонтеров проходил в три этапа. Сначала подала заявку в информационную систему «Молодежь России» — это платформа, где собраны самые крупные и интересные события для молодежи нашей страны, всем советую зарегистрироваться. Заявки я пишу хорошо, и в 2017 году уже пробовала попасть в волонтерский корпус «Тавриды», успешно пройдя первый этап. К сожалению, на втором этапе — собеседовании по скайпу — я провалилась.

подавая заявку в 2018 году, в своей анкете я решила сделать акцент на том, насколько сильно мое желание стать частью «Тавриды», я писала очень эмоционально. И это сработало. Дальше было собеседование. В этот раз я его не боялась, потому что знала,

чего ожидать, и успешно справилась. Третьим этапом были вебинары и домашнее задание, которое мы отправляли организаторам форума. После прохождения всех этих ступеней, оказавшись самыми лучшими, мы отправились на обучение в Москву, где с нами три дня работали профессиональные коучи и опытные волонтеры «Тавриды». Вот такой вот путь мне пришлось проделать, чтобы стать частью команды в полосатых футболках.

— А почему тебе захотелось оказаться на «Тавриде»?

— Мой тайный двигатель в сфере волонтерства — это Вика Коробова, которая рассказала мне о своем опыте участия в форуме «Таврида». Я фанат любого творчества, а танец и музыка особенно меня вдохновляют. Мне очень сильно захотелось оказаться среди самых лучших представителей творческой молодежи страны (участники ведь тоже проходят нелегкий отбор), окунуться в невероятную атмосферу, которая царит на крымском побережье, зарядиться энергией. Я стала думать, как это можно сделать, и тут мне помогло волонтерство. Я добила своего и очень этим довольна.

— Что тебе больше всего запомнилось на форуме?

— Я увидела, какая масштабная работа проводится для организации форума и создания той атмосферы, из-за которой участники хотят возвращаться сюда из года в год. На самом деле огромное количество служб работает для того, чтобы «Таврида» стала незабываемым событием в жизни каждого участника.

В отличие от тех, кто приезжает на одну смену, волонтер работает три недели лета на побережье Черного моря с самыми лучшими в своей сфере творческими людьми нашей страны. На смене «Экспериментальная сцена» собирались актеры театра, поэты, писатели, барды. Ребята довольно спокойные, погруженные в свой мир, здесь они вдохновлялись. За время работы смены было поставлено пять небольших спектаклей, написаны песни и стихи о «Тавриде».

Смена «Лето, джаз и рок-н-ролл» была самой шумной и эмоционально яркой. Ребята-музыканты постоянно придумывали что-то интересное. Идешь по территории форума, а со всех сторон доносятся звуки: кто-то поет, кто-то на саксофоне играет, слышится битбокс вместе со скрипкой, ка-



хон с укулеле. В общем масса интересных звучаний.

— Аня, а что тебе дает волонтерство?

— У меня море знакомых по всей стране, я имею представление о том, как устроена изнанка крупных федеральных и международных проектов. Помимо «Тавриды» в октябре прошлого года я побывала в Сочи на XIX Всемирном фестивале молодежи и студентов — это огромное событие, которое прежде наша страна принимала в 1957 и 1985 годах. Вы только представьте, когда это может случиться в следующий раз? Наверное, уже не на моем веку! Но удача улыбнулась мне, и я стала одной из 5000 «Волонтеров Мира», была причастна к историческому событию. Да, волонтер, как правило, выполняет несложные задачи. Я, например, работала аниматором на церемонии открытия и закрытия фестиваля, танцевала, заряжала зрителей во время шоу. Но, несмотря на такую простую функцию, для тех иностранцев, которые сидели в моем секторе в Большом ледовом дворце Олимпийского парка, мои действия, эмоции и энергия стали лицом страны. Очень сложно передать те ощущения, которые ты испытываешь, когда незнакомые люди обнимают тебя и благодарят за твою энергию — ты перезаряжаешься, наполняешься и готова свернуть горы. Вот что дает волонтерство — понимание того, что даже самая мелочь важна!

— Кто такой волонтер, на твой взгляд?

— Для меня волонтер — это человек неравнодушный. Мотивация к этой деятельно-

сти у каждого своя. Кто-то хочет помогать людям, кто-то выражает так свою любовь к Родине, кто-то хочет получить новые знакомства, но каждый увлечен своей идеей и готов ради нее трудиться и отдавать свою энергию. Волонтер — маленький энергичный двигатель большого механизма.

— Что самое сложное в работе волонтера?

— Самое сложное — справиться с эмоциональным выгоранием. Повторюсь, мы выполняем несложные задания, но при этом они важны и необходимы для того, чтобы общая картина мероприятия была идеальной. Иногда кажется, что твоя деятельность слишком примитивна и бессмысленна, становится скучно, но если ты четко понимаешь, как все работает и для чего именно ты нужен в этом процессе, то справиться с негативом нетрудно.

— Что тебе больше всего нравится в работе волонтера?

— Мне нравятся возможности, которые открывает волонтерство. Например, путешествия. Да, ты работаешь, но, например, ни в Крыму, ни в Сочи я никогда не была, а волонтерство меня туда привело. Люди. На форумы всегда приезжает множество важных людей, которые в обычной жизни вне зоны твоей досягаемости, а тут — пожалуйста, напрямую можно обратиться со своим вопросом. Чувство сопричастности. Для меня это важно, ведь приятно осознавать, что ты внес свой вклад во что-то столь значимое для страны.

— Какими качествами, на твой взгляд, должен обладать волонтер?

— Неравнодушие, энергичность, искренность, стрессоустойчивость, оперативность, ответственность. Бонусом будет умение улыбаться.

— А чем ты занимаешься сейчас?

— Сейчас я учусь на последнем курсе и нужно уже подумать о дипломе, плюс работа. Поэтому в небольших мероприятиях участвовать времени нет — берусь за то, что считаю действительно важным. Не так давно приняла участие в проведении Дня донора, думаю, что на Дне открытых дверей я тоже пригожусь.

— Есть ли у тебя планы на будущее?

— Они связаны еще с одним важным для нашей страны событием. Надеюсь, что смогу поработать там волонтером. А после, как знать... время покажет.

— Что ты пожелаешь тем, кто хочет стать волонтером, но пока не решается?

— На мой взгляд, стоит попробовать. Волонтерство очень разнообразно. Это я выбрала для себя событийное, а вы можете попробовать нечто иное. Помогать одиноким людям, детям, животным, заботиться об окружающей среде, вступить в поисковый отряд. Главное, чтобы было само желание помогать, а оно везде пригодится. Тем более, благодаря волонтерству кто-то находит друзей, работу, даже любовь! Пробуйте, и вокруг вас появятся добрые, отзывчивые люди, готовые всегда прийти на помощь, а значит, ваш мир станет чуточку лучше!

Наталья Филиппова



Представители Штаба волонтеров НГУЭУ рассказали об участии в таких важных акциях, как «День донора» и «Свеча памяти».

Марина Рябова,

студентка четвертого курса профиля подготовки «Экономическая социология»:

— Уже третий год наш штаб помогает в проведении акции «Свеча памяти». Кроме тех, кто участвует в ней целенаправленно, есть немало людей, которые просто, проходя мимо, приобщаются к акции. Волонтер должен не только ответить на возникающие вопросы о мероприятии, но и заинтересовать, привлечь к участию в нем.

Важно и то, что сами волонтеры — это не только организаторы, но и участники, которые вместе со всеми могут вспомнить о той трагедии, которая произошла в Беслане, почтить память погибших. Особенно ценно то, что большинство волонтеров «Свечи памяти» — это впервые пришедшие в штаб первокурсники, которые могут и не помнить о тех событиях в силу своего возраста.

Участие в этом мероприятии — это не только акт проявления патриотизма, но и стремление сделать свой вклад в сохранение исторической памяти россиян.



Ольга Хрякова,

студентка четвертого курса профиля подготовки «Сервис во внешнеэкономической деятельности»:

— Это был четвертый раз, когда я участвовала в Дне донора, и второй из них — в качестве жугуриста, который помогает врачам и по сути общается с донором во время сдачи крови. Я считаю, что День донора по праву можно назвать лучшей акцией из существующих в НГУЭУ. Очень радует, что каждый раз приходит большое количество людей: как студентов, так и сотрудников, которые горят желанием принять участие в ней. Приятно видеть новых неравнодушных людей, а особенно первокурсников. Жаль, что в этом году нам выделили всего один день. Надеюсь, в конце учебного года мы сможем еще раз провести акцию уже в более крупном масштабе.



Екатерина Дорошенко,

студентка третьего курса профиля подготовки «Бизнес-статистика и аналитика»:

— Я принимала участие в важном и ответственном мероприятии «День донора». Впечатления смешанные — с одной стороны, чувство гордости за наших студентов, которые, если и не стали донорами, то помогли в организации и проведении данного мероприятия. С другой стороны, становится немного грустно при мысли о том, что мы помогли лишь малой части людей, ведь есть еще очень много нуждающихся.

Сначала среди желающих быть волонтером на Дне донора провели отбор (в первую очередь брали тех, у кого уже был подобный опыт работы), затем прошел инструктаж, где рассказали о всей процедуре от момента регистрации и до момента выдачи донорам награды за их поступок. Лично я занималась регистрацией участников акции и старалась настроить их на нужный лад.



Мария Юрьева: «Нельзя расслабляться даже летом»

Студентка НГУЭУ Мария Юрьева начала заниматься в университетской секции самбо год назад. За этот год она похудела на девять килограмм, обзавелась новыми знакомствами, а совсем недавно взяла золото в первенстве Новосибирской области по самбо.

— Мария, расскажи, почему тебя заинтересовало самбо? Как давно ты занимаешься?

— Пришла в самбо на первом курсе университета, когда услышала, что в НГУЭУ планируют открыть зал для борьбы. Мне было интересно научиться техникам самозащиты, и с осени 2017 года стала посещать тренировки.

— Что тебе дают тренировки?

— Регулярные тренировки повышают функциональную выносливость, гибкость, улуч-

шают координацию и отлично снимают стресс. После тренировки настроение улучшается, и я чувствую себя сильнее. И, конечно, все это помогает поддерживать тело в тонусе и, если это необходимо, похудеть. Благодаря тренировкам я сбросила девять килограмм веса.

— Это очень хороший результат! Тебе удалось похудеть только благодаря тренировкам? Или пришлось пересмотреть питание?

— Конечно, питание тоже

немаловажно, но я не могу сказать, что пришлось кардинально менять рацион. Просто во всем нужна мера.

— Сколько тебе понадобилось времени, чтобы добиться такого результата?

— Примерно шесть месяцев.

— Наверное, появилось много новых знакомств?

— В процессе тренировок я значительно расширила круг друзей и знакомых. В начале первого курса познакомилась с ребятами с разных направлений и факультетов НГУЭУ, а на занятиях летом мы тренировались со студентами других вузов и теми, кто уже работает. Тренировки посещают люди из самых разных сфер деятельности: как служащие правоохранительных органов, так и представители творческих профессий. И все оказались очень амбициозными и интересными. Есть те, кто по каким-то причинам ушел из спорта, но связь мы поддерживаем и по сей день.



77 **Н**а соревнованиях наша команда выступила весьма неплохо. Наши девочки привезли медали: Мария Григорьева завоевала серебро, а Даша Алехина — бронзу. Еще одно третье место занял Галбадрах Усухбаяр. Те из наших спортсменов, кто не занял призовых мест, тоже выступили очень достойно.

— А как проходят летние тренировки?

— Наши летние тренировки направлены на поддержание и улучшение функциональной выносливости, повторение изученного. Самое главное — не потерять уже имеющуюся форму. Нельзя расслабляться даже летом.

— Для тебя это больше хобби или планируешь заниматься профессионально?

телось освоить навыки борьбы. Время у нас сейчас неспокойное, нужно уметь постоять за себя в любой ситуации. Первые шесть месяцев тренировки проводил Евгений Александрович Мульгин. Сначала он учил нас основам: как правильно падать, как нужно группироваться. Постепенно мы изучали броски и болевые приемы, но на все это нужно было время, и непосредственно бороться



— Когда я только начала заниматься самбо, речи о спортивной карьере не шло вообще, участвовать в соревнованиях я тоже не собиралась. А на данном этапе это уже явно больше, чем хобби, хотя загадывать наперед я не стану.

— Как ты попала на тренировки в университете? Расскажи, как они проходят?

— На самой первой лекции по физической культуре преподаватель рассказывала нам обо всех спортивных секциях в НГУЭУ. Для себя я выделила баскетбол, так как занималась этим видом спорта два года в школе, и самбо, потому что хо-

с я мы начали только к зиме.

С января 2018 года и по сей день я хожу на тренировки с более опытными спортсменами-разрядниками. Эти занятия проводит мастер спорта СССР Валерий Владимирович Плеханов. Традиционно тренировка начинается с разминки. Иногда классической (мы отдельно разминаем части тела), а иногда в формате регби. После интенсивной разминки (20–30 минут) тренер может дать задание на отработку изученных ранее бросков, может показать новые приемы или дать задание на силовую выносливость. Это зависит от целей тренировки и

” Регулярные тренировки повышают функциональную выносливость, гибкость, улучшают координацию и отлично снимают стресс. После тренировки настроение улучшается, и я чувствую себя сильнее.

— К первенству по самбо мы начали готовиться примерно за месяц: нужно было подать заявку, получить допуск в диспансере, сделать страховку и еще подогнать вес, чтобы попасть в желаемую весовую категорию. Первенство проходило в спортивном центре «Энергия». На соревнованиях наша команда выступила весьма неплохо. Наши девочки привезли медали: Мария Григорьева завоевала серебро, а Даша Аলেখина — бронзу. Еще одно третье место занял Галбадрах Усуббаяр. Те из наших спортсменов, кто не занял призовых мест, тоже выступили очень достойно. Уровень конкуренции в весовых категориях был разный, и многое зависело от судейства. Я считаю, что все они достойны наград.

— Победа далась тебе сложно?

— Про свою победу могу лишь сказать, что это было психологически нелегко, поэтому многие мои соперницы предпочли сняться с соревнований после контрольного взвешивания. Но меня очень поддерживали, и я не пожалела, что осталась. И хотя самбо не командный вид спорта, мы все друг другу помогаем.

— Довольна ли ты своими результатами в спорте?

— Всегда есть к чему стремиться.

— Готовишься ли ты сейчас к каким-то соревнованиям?

— До следующих соревнований еще есть время, поэтому пока тренируюсь в обычном режиме.

— Чему тебя учит самбо?

— Самбо учит человека уметь концентрироваться, правильно распределять свои силы, быть устойчивее физически и духовно, идти к своей цели и в конце концов ее добиваться. Самбо дисциплинирует.

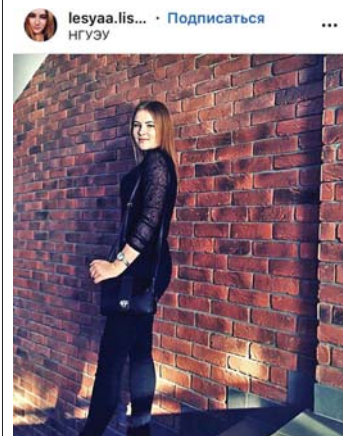
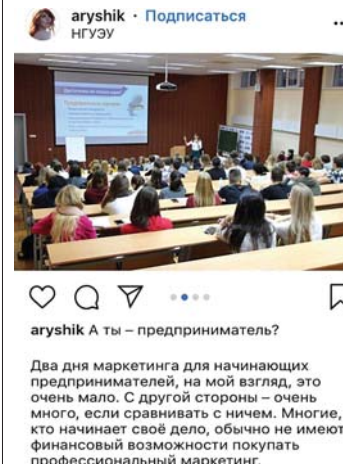
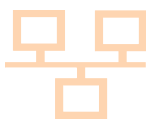
количества человек в зале. По воскресеньям в любую погоду мы бегаем кросс.

— У тебя уже есть определенные достижения. Расскажешь о них?

— Так как я занимаюсь немного (год — это очень мало для новичка в борьбе), успела поучаствовать только в первенстве вузов по дзюдо (апрель 2018), где стала серебряным призером, и в первенстве Новосибирской области по самбо в октябре этого года, где взяла золото. На данный момент это моя самая «свежая» победа.

— Как прошли эти соревнования? Как готовилась к ним?

Наталья Филиппова



Газета зарегистрирована в Сибирском окружном межрегиональном территориальном управлении Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Свидетельство № ПИ 12—0959 от 30 ноября 2001 г. Ответственность за содержание рекламных публикаций несут рекламодатели. Учредитель — Новосибирский государственный университет экономики и управления.

Главный редактор: Ю.А. Торопова. Адрес редакции и издателя: 630099, Новосибирская область, Новосибирск, ул. Каменская, 56, офис 1-24. Тел.: 243-94-64. E-mail: u.a.toropova@nsuem.ru

Номер отпечатан в типографии «Офис-Лидер». Адрес типографии: 630015, г. Новосибирск, ул. Электrozаводская, 4, корпус 3

Номер подписан: 26.10.2018. Время подписания в печать по графику: 17.00, фактическое: 18.00. Дата выхода в свет: 31.10.2018. Заказ № 20116. Тираж: 500 экз. Бесплатно.

Над номером работали: Валентина Локтионова, Наталья Филиппова. Выпускающий редактор: Анастасия Смирнова. Корректор: Олег Костман. Верстка: Александр Самосюк.