

# МИНИLife

Содержание: 13 проектов  
победителей

**ПРОфестиваль:**  
*в ритме студенчества*

**Квадратный медведь:**  
время походов!

# *Всё будет хорошо!*

Что знаменует собой март? Начало весны, новой жизни, новых побед и событий в жизни каждого из нас.

В этом месяце наши студенты как всегда были активными и принимали участие во множестве интереснейших событий. Они поделились с нами своими впечатлениями, ценным опытом, рассказали о своих проектах, достижениях и мыслях.

Надеюсь, что статьи этого выпуска вдохновят каждого читателя наполнить свою жизнь яркими впечатлениями и начать действовать. Потому что время не стоит на месте, а мир открывает перед нами огромные возможности, которые грех упустить. Да, на пути могут возникать трудности. Но именно через их преодоление мы достигаем новых побед, познаем себя, становимся сильнее и лучше. Пусть каждый день будет новым шагом на пути к счастью и осуществлению всех самых заветных мечт. Мы справимся. Мы всё преодолеем.

Действуй! И всё получится!

С любовью,  
от главного редактора  
КОРШАК АННЫ





**СОБЫТІЯ**

# ПРОфестиваль:

## в ритме студенчества



В марте состоялось много потрясающих событий, одно из них - «ПРОфестиваль: в ритме студенчества», который прошел 12 марта в Мининском университете.

ПРОфестиваль собрал огромное количество участников и болельщиков из разных вузов.

В программе были веселые старты, конкурс на самое вкусное диетическое блюдо, а также множество мастер-классов: по массажу, рисованию, бальным танцам, аэробике, футболу, чирлидингу, по современным хореографическим направлениям. Помимо этого, мастер-класс по экологии проводило

объединение «Зеленый Минин»: подготовили много заданий гостям - и с ними все без исключения справились.

Ярким финалом стала «Бумажная дискотека» и подведение итогов межвузовских соревнований.

Этот фестиваль - ежегодное физкультурно-оздоровительное мероприятие для студентов высших учебных заведений. И он, несомненно, дарит бурю самых лучших и положительных эмоций!

«На данном мероприятии я была впервые. Мне безумно понравилось! В следующем году хочу сама поучаствовать.

Очень классно было наблюдать, как ребята в одном из соревнований готовили полезные блюда. Эти шедевры нужно было видеть!

Коллективы очень сплоченные. Было видно, что ребята с удовольствием проводят время. Все команды выступили с захватывающими номерами и отлично проявили себя!»



*(Аня Щурова)*



«Я считаю, что ребята от нашего Мининского университета выступили достойно и смогли отстоять свою честь.

Больше всего запомнилась дискотека, было очень необычно!»

*(Анастасия Малышева)*



«Это было великолепно: каждый университет подготовил чудесное выступление, такое, что поразило оно всех зрителей. Команда нашего вуза не осталась в стороне - тоже заслужила море аваций. После выступлений проходили мастер-классы, в организации одного из них я поучаствовала. Мы были с командой от нашего студенческого объединения «Зеленый Минин».

Я считаю, что нам нужны подобного рода мероприятия, не для того, чтобы посоревноваться, а для сплочения наших университетов и веселого времяпровождения!»

*(Галина Горькова)*



Материал подготовила:  
Коршак Анна

Фотографии:  
Алина Бабкова, Аня  
Щурова, Анастасия  
Мальшева

# Спартакиада СОНО

***Все мы знаем, что такое спартакиада, но что же происходит на ней, если ее название «Спартакиада СОНО»? Мы расскажем об этом!***

«Спартакиада СОНО - это спортивное событие, на котором все отряды области соревнуются между собой за звание самого спортивного. Соревнования проходят в нескольких видах спорта: волейбол, стритбол, минифутбол, перетягивание каната, шахматы, бег на 1 и 2 км, прыжки в длину и эстафета. Так же проходит конкурс чирденса и конкурс болельщиков», - поделилась с нами Екатерина Чупрова, экс-командир СПО «Пазл», один из организаторов. Катя занимается организацией этого прекрасного события уже третий год.



«Мне приятно видеть искренние эмоции ребят от побед и поражений. Атмосфера спортивного духа просто захватывает и переполняет! Группы поддержки - это что-то невероятное! У меня складывается ощущение, что я нахожусь на огромном стадионе, это просто полное погружение в процесс! Очень рада, что Спартакиада проходит именно в такой атмосфере!»

**Мы пообщались с участниками Спартакиады из других студенческих отрядов. Впечатлениями поделился боец СПО «Medium» Максим Кузнецов:**

«Это уже вторая спартакиада для меня. Учитывая, что наш отряд не богат на парней и спортсменов, по сравнению с отрядами Политеха, она нам даётся не просто. Каждую победу приходится вырывать у других отрядов, но именно такие моменты и способствуют сплочению нашей команды.

В этом году с новичками повезло так же, как и в том, когда я пришёл. Мы опять в полуфинале по стритболу, а это наш основной вид спорта после шахмат».



**Кроме того, Максим не только участник, но и судья в Спартакиаде:**

«В этом году организаторы предложили роль судьи, так как за плечами большой игровой опыт, и, знаете, в этом году все спортсмены намного уважительнее и аккуратнее относятся друг к другу. Им не надо объяснять все дисциплинарные меры и правила, а также они понимают, что судиться все будет достаточно строго, но справедливо.

В первую очередь - это ответственность, что игра может перевернуться из-за любой твоей ошибки. Но мои коллеги мне в этом помогают, поэтому я думаю, что мы справляемся».



## **События Спартакиады охотно прокомментировал командир Студенческого строительного отряда «Эталон» Данила Серпов:**

«В первую очередь хочется отметить хорошую и сплоченную работу организаторов, которые помогли в решении любых вопросов, возникающих со стороны отряда.

Также я очень рад, что в этом году попытались ввести новую систему для честности игр и смотрели за состоянием здоровья игроков. И несмотря на

несчастный случай выбития из строя одного бойца, остальные отряды не остались равнодушными, сопереживали и поддерживали нас.

В целом, я бы дал положительную оценку данному мероприятию, а на вопрос: «Запомнится ли данная спартакиада Вам?» - я отвечаю: «Конечно!»..



## **Мы не забыли пообщаться и теми, кто дарит боевой дух и мотивацию к победе: с болельщиками! Своими эмоциями поделился Максим Дадабаев из студенческого строительного отряда «Фаворит»:**

«Я сам три года подряд участвовал в Спартакиаде, но в этом году, к сожалению, из-за травмы не смог принять участие в состязаниях и болею за свою команду с трибуны.

Впечатления самые яркие!  
Приятно наблюдать за той страстью

ребят-спортсменов, которую они показывают во время соревнований. Не менее интересно следить и за группами поддержки, которые очень живо поддерживают своих ребят».

Интервью брала:  
Наталия Совина



# Олимпиада «Я профессионал»

Финал олимпиады «Я – профессионал» проходил в Мининском университете. Наш вуз был организатором по направлению «Педагогическое образование (дошкольное)». Мининский принял 44 участника со всей страны. Будущие специалисты продемонстрировали свой профессионализм и мастерство. Было более 20 критериев оценки, среди которых: знания предметов, soft skills (гибкие навыки), артистичность, лаконичность речи и многое другое.

Мы решили узнать, какого это - участвовать в таком событии и задали несколько вопросов призёру олимпиады - Галине Горьковой.

## Как тебе удалось узнать про эту олимпиаду?

Я очень часто захожу на сайт нашего университета. И вот в один прекрасный день вижу новость: «Открыта регистрация на олимпиаду «Я-профессионал». Я и рискнула поучаствовать, проверить свои знания и научиться чему-то новому.



## Почему ты решила поучаствовать?

Вся жизнь состоит из ступеней. Пойдя в вуз, я поднялась ещё на одну ступеньку в своём развитии. На этом этапе раскрывается столько возможностей, о которых даже никто и не догадывается, даже я сама. Риск - это не ошибка, а помощник в открытии нового.

## Каким образом проходил отбор?

Он проходил в виде теста заочно. По результатам проходил отбор участников (приходило приглашительное письмо в очный этап).



## В какой форме проводилась олимпиада?

Эта олимпиада проходила в два этапа: 1- заочный, прохождение теста. 2 - очный. Он проходил в два этапа. 1 - заключительный и 2- финал. В заключительном этапе (по дошкольному направлению) участники должны предоставить комиссии план-конспект занятия и варианты развлекательных мероприятий в детском саду.

## Какие эмоции ты испытывала?

Олимпиада в любом случае может вызвать только положительные эмоции. Также не будем забывать и о тревоге. Ведь каждый участник перед и во время олимпиады переживает и волнуется. После олимпиады чувствовалось сильное истощение, но в тоже время в голове мелькала мысль: «Как здорово, что я решилась на этот шаг, несмотря на то, что я 1 курс».

## Каков итог?

На данный момент могу сказать, что для меня важнейшим результатом в этом испытании будет бесценный опыт и новые впечатления. То, что я прошла в финал, в первый раз участвуя в такой олимпиаде. Это является для меня большим достижением.

## Пару слов людям, которые хотят, но боятся...

«Главное не победа, главное-участие» гласит известная русская пословица. Не многие разделяют эту точку зрения. Каждый из нас мечтает достигнуть поставленных целей, мечтает воплотить в жизнь то, чего желает.

Ни в коем случае нельзя сдаваться. Проигрыш должен являться стимулом к новой попытке, должен ободрять и придавать сил, должен чему-то научить.

Не надо отождествлять себя со своим результатом. Многие люди рассуждают так: «Я – это мой интеллект, а мой интеллект – это мой результат». Следуя этой логике,

если плохо выступил на олимпиаде, значит, ты ноль. Но это неправда. Во-первых, олимпиада не измеряет интеллект: она измеряет конкретные знания по конкретным вопросам в конкретный момент времени. Во-вторых, у человека кроме интеллекта есть еще чувства, эмоции, переживания, есть творческое мышление.

Если ты будешь желать победы, если будешь стараться, прилагать все возможные усилия и действовать честно – ты уже победитель. Но самое главное в любой ситуации – оставаться человеком.



Интервью брала: Юлия  
Лушникова



# КВН

В Мининском прошел исторический КВН. Перед зрителями предстали герои средневековья, которые сразились за главный кубок. Было весело, интересно и познавательно. А взглянуть изнутри на это событие нам помогли его участники.



## Каким человеком нужно быть, чтобы участвовать в КВН?

Коммуникабельным и открытым. Это главное. А остальные качества откроются уже во время подготовки. Неуверенный и закрытый человек может попасть в команду, но будет ли ему комфортно?

Нужно не бояться, быть уверенным в себе и своих силах. КВН - не такое уж сложное, но очень весёлое мероприятие. Главное, чтобы было желание!

## Что сподвигло тебя на участие?

Я захотела разнообразить учебные будни и решила, что КВН - лучший способ сделать это.

## Как вы выбрали название команды?

Каждый член нашей команды придумывал по 3-5 названий, а потом вместе выбирали одно самое лучшее.

## Как шла подготовка?

Репетиции проходили 3 раза в неделю, длились по 1,5-2 часа. Каждая репетиция была очень весёлая (ведь это КВН), поэтому пролетала быстро.

## Какого выступать перед публикой?

Хоть наша команда и была победителем в этом году, но чтобы сразить наповал многочисленную аудиторию первого канала, нужно будет очень хорошо постараться!

(Алина Бабкова)



Во - первых, Мне было интересно, что же это за мероприятие в Мининском, и как именно оно проходит. Во - вторых, мне нравится, когда идёт какая-либо игра, какой-то движ, ребята хорошо проводят время. Ну и в-третьих, думаю, что у меня неплохое чувство юмора.

Мы собрались командой, обсуждали, как будет проходить КВН, да и по - большому счету – знакомились. На основании того, как у кого как обстоят дела с юмором, мы и придумывали название. Набросали немалое количество вариантов. Методом отбора определили самое подходящее на наш взгляд

Репетиции всегда проходили весело. Иногда долго, но без труда ничего и не получится. По-моему, ничего сложного не было. Но однозначно было классно!

А по поводу того, что КВНщиком надо родиться... Что за глупость?! Никто же не рождается сразу плотником или банкиром.

Им становятся, как в любой профессии и роде деятельности. Безусловно, задатки нужны - коммуникабельность, чувство юмора, яркость. Но самое главное - желание, только и всего!

Не нужно бояться! Даже если не уверен, сможешь ли ты шутить или нет, открытый ты или нет - это команда! Как мушкетёры. А ещё: ребята, когда вы подрастёте, станете старше, будете работать, и появятся дети, явно, большинству из вас, будет не до КВН. Студенческая пора для этого и существует, чтобы пробовать себя везде и по - настоящему достойно проводить данное время!

Если поработать, то можно всё. Безусловно. Кто если не мы?

*(Дмитрий Быстров)*



*Интервью брала:  
Ксения Шилкина*



# ПРОЕКТЫ

# СОдействие: 13 проектов победителей

(О том, как студенты  
меняют мир)

Ещё в феврале в Мининском завершился образовательный конвент для студентов «СОдействие». Из двадцати представленных на первом этапе проектов во втором этапе оказались только тринадцать. Победителями стали 13 лучших, по мнению жюри, проектов.

Творчество, IT-сфера, спорт, экология и множество других областей затрагивают проекты активных студентов. Мы расскажем о каждой из работ.

## PROЛидер

PROЛидер - это проект смелых, ответственных и уверенных в себе ребят, который был представлен на СОдействии в этом году.

СПО «Фокус» и СПО «Пазл» планируют совместно организовать Школу лидеров для учащихся средней школы Нижнего Новгорода, в ходе которой ребята будут посещать тренинги и мастер-классы, направленные на раскрытие их лидерских и организаторских способностей. По прохождении курса этих занятий лидерам предстоит самостоятельно организовать

одно школьное мероприятие, используя полученные знания на практике. Конечной целью проекта выступает формирование школьного самоуправления, которое составят участники Школы лидеров.

Защита самого проекта прошла довольно успешно, комиссией он был отмечен как один из лучших. Также подтверждением этого стали одобрение и финансовая поддержка со стороны Мининского университета. Реализация PROЛидер планируется в сентябре.





# Фабрика тепла



СПО «Тепло» - это чудесные люди, основная важная деятельность которых - работа с детьми разных возрастов. Сегодня ребята-школьники не всегда осознают, насколько велики их возможности, как они нужны обществу, особенно, в качестве волонтеров. У них есть интерес к этой теме, но нет знания точных путей, в которых они уверены, для развития этой идеи в самих себе. Волонтером быть здорово, но «зачем», «как» и «почему» им не всегда понятно, поэтому было принято решение создать школу волонтеров «Фабрика Тепла».

Этот проект реализуется уже второй год. Сама идея возникла довольно быстро, но детальная проработка, все минусы, плюсы, риски, особенности - всё это заняло больше месяца.

«Фабрика Тепла» - это Школа Волонтеров, такой своеобразный комплексный подход к обучению и вовлечению школьников в волонтерскую деятельность. Их учат как быть такими волонтерами, которые потом могли бы воплотить свои собственные идеи в жизнь (например, в создании своих проектов, как это сделали выпускники первой Школы Волонтера) и развиваться дальше, пробовать новое и выходить

за пределы ограниченного понимания «возможностей».

Цель СПО «Тепло» не была «отличиться», скорее, - заинтересовать. Не только руководство университета, но, самое главное, самих себя в первую очередь. Потому что если студенты видят возможность своей самореализации, то потом максимально используют эту практику, чтобы участники школы самореализовались тоже.

На этом этапе появляются главные и самые сильные эмоции, когда идея и желание небезразличных людей что-то изменить обретает поддержку. Часто можно услышать, что поддержки у проектов отрядов бывает недостаточно, но «Содействие» позволяет реализовать всё как можно лучше.

Мало кто верит, что, отдавая, приобретаешь больше. Важно учиться быть нужным.

Это касается не только проектов, но когда ты ими горишь и вкладываешься в них, ты это понимаешь. Вот об этом, наверное, оба наших проекта: и «Фабрика тепла», и «Бумеранг добра».

*(за предоставление материала благодарим Анну Садиеву)*

# Бумеранг добра



Так как ребята из «Тепла» выигрывают второй год подряд грант на реализацию данного проекта на олимпиаде «СОдействие», им с легкостью удастся воплотить в жизнь главный концепт.

Суть проекта состоит в том, что члены объединения прописывают определенную программу, утверждают ее и совершают выезды в различные детские дома, дома-интернаты, где живут и обучаются дети с ОВЗ. С ними новички, бойцы и даже «старички» СО «Тепло» проводят мероприятия, уроки, посвященные важным темам

человечества. Например: равнодушие, страх, уважение, любовь.

Также проводятся мастер-классы прикладного характера. Дети делают подделки из фетра, рисуют на определенную тематику. Это помогает им понять, что нет ничего невозможного и тепло – оно вокруг, его нужно просто почувствовать.

Реализуется «Бумеранг добра» с 2017 года и пишет свою историю каждый день.

# ЭКОfuture

В наше время проблема экологии становится все более серьезной. Тонны пластика, токсичные отходы и многое другое буквально разрушают наш мир ежесекундно! Уже сейчас нужно начинать заботиться об окружающем мире, ведь кто, если не мы, сможет спасти его?

Проект ЭкоFuture - это чудесная возможность для всех узнать, как сохранить и защитить наш хрупкий мир.

Тема проекта является достаточно актуальной и востребованной. Участники отряда «Пазл» только лишь доработали её и вывели к тому, что они умеют делать и чем хотят поделиться с ребятами - шить шоперы, которые сейчас в моде.

Проект сопровождается вводной лекцией по экологии в игровой форме, проведением мастер классов на экологическую тему. И в конце, конечно же, пошив сумок -шоперов. Таким образом, «Пазл» не только следует веяниям моды,

но и делает мир лучше.

В первую очередь для ребят создаются условия развития экологической грамотности. Это проект не на один раз. Он призван донести, что беречь нашу планету важно и достойно.

Что должен знать каждый, кто хочет внести свой вклад в сохранение экологии?

Что нужно:

- Экономить воду (выключать ее, когда намыливаешь руки или тело в душе);
- Пользоваться сумкой и многоразовыми мешочками вместо пакетов в магазинах;
- Ввести отдельный сбор мусора дома и периодически сдавать его на переработку;
- Носить свою бутылку с водой и покупать кофе, наливая его в свою кружку.

*(за предоставление материала благодарим Анну Антонову)*



# Квадратный медведь: водное направление



Туристический клуб «Квадратный медведь» – студенческое объединение, трёхкратный победитель Содействия, группа активных студентов, реализующих проекты в сфере спортивного туризма.

Турклубу уже 5 лет. Но из года в год возникают проблемы в связи с низким уровнем подготовки студентов и недостаточным количеством знаний о спортивном туризме в целом. Это приводит к снижению уровня безопасности на маршрутах и соревнованиях. Поэтому и был сформирован данный проект.

В этом году «Квадратный медведь» вновь берется за водный туризм: будет множество соревнований и сложных походов, которые требуют основательной подготовки. Туризм – это не просто отдых, а действительно сложная спортивная дисциплина!

Над проектом работали долго. За это время проект 4 раза был переписан с нуля, но в итоге получился желаемый результат.

Этот проект способствует достижению глобальной цели: привлечение современной молодежи к занятиям активными видами отдыха на природе, способствующих их оздоровлению. В рамках проекта будет готовиться команда спортсменов из числа студентов для участия в соревнованиях по спортивному туризму, повышения уровня их спортивного мастерства, участия в походах и ведения активного образа жизни.

*(за предоставление материала благодарим Ксению Завьялову)*

# Центр отдыха и развлечений

Суть проекта заключается в том, чтобы сформировать комплексную систему мер, способствующую эмоциональной разгрузке студентов Мининского университета через игровую деятельность. Это будет способствовать переключению внимания, а также наиболее эффективному решению учебных задач. Таким образом, создается некий прецедент, благодаря чему система будет жить и дальше развиваться.

Отличие его от других проектов в том, что он относится к сфере досуга и направлен только на студентов. До ЦОиРа проектов подобного типа в Мининском университете ещё не было, как утверждает команда МО НИТГС «Роза ветров». «Нам неизвестно также о таких примерах в других вузах. Однако же эта система работает и в некоторых школах Нижнего Новгорода и Нижегородской области. Увидев её эффективность, мы поняли, что было бы неплохо её воплотить в жизнь на базе НГПУ им. К. Минина», - говорит Олег Хитрюк.

Данный проект должен сплотить студентов Мининского университета, представляющих разные направления и профили подготовки всех курсов обучения. Однако организаторы проекта будут рады видеть на мероприятиях также и сотрудников вуза. Такое взаимодействие через игровую деятельность также является частью их грандиозного плана.

Основной и главной проблемой подготовки проекта, был выбор площадки для проведения мероприятий в рамках проекта.

А вот реализация проекта предположительно начнётся уже с мая текущего (2020) года. Но всё же, это будет зависеть от рекомендации руководства и может быть перенесено в связи с наступлением непредвиденного карантина, который смог сбить многие планы, касающиеся массовых мероприятий.

«Игровая деятельность является одной из тех сфер, через которую возможна реализация учебной задачи. По этой причине студентам педагогического вуза необходимо овладеть всеми необходимыми навыками, которые включает в себя эта сфера. Мы полагаем, что сформированные в результате игровой деятельности компетенции будут полезны будущим педагогам для наилучшего взаимодействия со своими будущими учениками. Впрочем, данные компетенции могут быть полезными и в любой другой деятельности, так как вся наша жизнь - игра. И мы должны в ней одержать как можно больше ярких побед!» (Олег Хитрюк)

*(за предоставление материала  
благодарим студентов ФГН  
и членов команды МО НИТГС  
«Роза ветров» Максима Волгина,  
Викторию Яловинскую, Олега  
Хитрюка)*

# Школа актива «Всё начинается с тебя»

Проект представляет студенческое объединение «АКС». Цель проекта - повысить уровень компетенций у ребят факультета естественных, математических и компьютерных наук, разработать и реализовать социальные проекты, которые пойдут на благо ФКМиКН и Мининского.

Проект создан для ребят, жаждущих изменить студенческую жизнь на факультете. Перед ними открываются различные спектры самореализации. К тому же, это - одна из ступенек, которая поможет ребятам в дальнейшей работе в СО «АКС». В школе актива «Все начинается с тебя» делятся своим опытом ребята, которые занимают определённые должности и уже достигли чего-то в самореализации.

Сложности возникают на стадии реализации проекта, но, как поделилась

Алёна Селезнева: «Если знаешь, для чего делаешь это, и какие эмоции после реализации испытывают и организаторы, и участники - оно того стоит».

Уже сейчас идет подготовка, сбор материалов, разработка и согласование логотипа. Сама же школа актива начнётся в сентябре-октябре. Проект больше рассчитан на студентов 1-2 курса.

Что получают участники? Ребята познакомятся с членами АКС, спецификой работы в активе, студенческой жизнью. В этом году несколько ребят смогли войти в координационный совет СО «АКС», а некоторые реализуют свои идеи и проекты на факультете уже сейчас.

*(за предоставление материала благодарим Алену Селезневу)*



# ВМЕСТЕ



Проект ВМЕСТЕ ориентирован на создание и подготовку единой команды организаторов ШСО «Спутник» для модернизации обучающей программы и повышения уровня обучения на следующих Школах проводников пассажирских вагонов «Зелёная волна» и «Школах вожатых Мининского университета».

Это - обучающая смена длиной в 2 дня, которая включает в себя мероприятия, различные мастер-классы, психологические тренинги, беседы, занятия по социальному проектированию, круглые столы. Предполагается привлечение экспертов в различных областях, стариков и почетных бойцов Штаба Студенческих Отрядов

Мининского Университета «Спутник». По факту этой сменой в 2 дня формируется команда и мероприятия на 1 год.

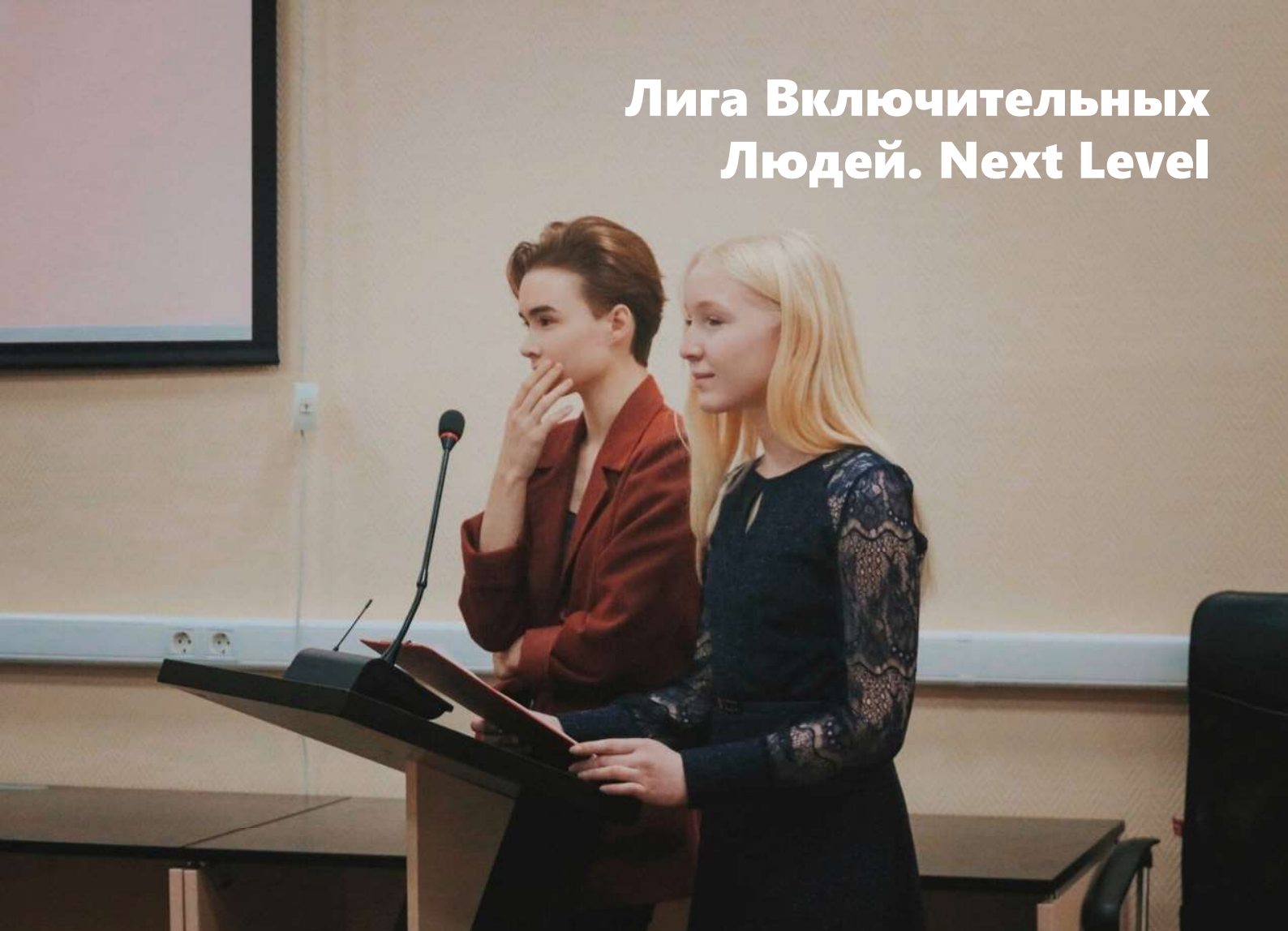
Отличается проект своей масштабностью, ведь захватывает 6 отрядов ШСО «Спутник»!

Это не первый проект, который Штаб Студенческих отрядов Мининского университета представляет на «СОдействии». Главное, чтобы была хорошая идея.

По поводу реализации пока неизвестно по многим причинам, потому что вопрос с финансированием остается открытым.

*(За предоставление материала благодарим Екатерину Крысину)*

# Лига Включительных Людей. Next Level



В ноябре 2019 года ЛИГЕ исполнился всего лишь один год, но вы только посмотрите, как проявили себя ребята, и чего добилась эта чудесная команда!

Что такое «Лига Включительных Людей»? Начнём с того, что это межрегиональное добровольческое инклюзивное объединение.

Его деятельность направлена на:

- просвещение населения об индивидуальных особенностях людей с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ);
- создание позитивного образа человека с ОВЗ и инвалидностью в обществе;
- обучение волонтеров взаимодействию с разными категориями лиц с ОВЗ и инвалидностью;
- включение лиц с ОВЗ и инвалидностью в волонтерскую и культурно-творческую

деятельность;

- расширение и углубление спектра социальных компетенций лиц с ОВЗ и инвалидностью.

Что же значит это объединение именно для его участника? Это особенное «место», потому что Лига - это:

- живые, активные и заинтересованные в идее инклюзии ребята;
- волонтерство совершенно другого уровня;
- возможность иначе посмотреть на личные стереотипы, «рамки» и условности;
- шанс стать ПРОактивным и образованным;
- повод погрузиться в хрупкий и мало известный мир «другого» человека.



На финальную защиту проектов в рамках образовательного конвента для студентов Мининского университета «СОдействие - 2019» «Лига Включительных людей» пришли с проектной идеей «Next Level». Данный проект - это «перезапуск» внутренней деятельности инклюзивного студенческого объединения.

В результате работы за год в «Лиге Включительных Людей» был выявлен ряд проблем, связанных с эмоциональным выгоранием участников. И чтобы повысить интерес волонтеров к участию в объединении, а также обеспечить им психологически комфортную обстановку, нам был необходим выход на «Следующий Уровень».

Цель заключалась в том, чтобы разграничить деятельность внутри инклюзивного студенческого объединения по 5 направлениям (образовательному, научному, культурно-творческому, ресурсно-управленческому и информационному (пресс-центр)) и делегировать обязанности его участников. Для чего? Это просто: чтобы активизировать все внутренние процессы и вновь зажечь огонь внутри «Лиги Включительных

Людей» в целом и каждого инклюзивного волонтера в частности.

Поскольку «Лига Включительных Людей» - это единственное инклюзивное студенческое объединение в нашем вузе, проект в рамках его деятельности выделился неслучайно. Это возможность продолжить уже начатое и рассказать о себе другим.

Участие в СОдействии предоставило участникам возможность иначе взглянуть на проектную деятельность. Они пообщались не только с участниками других проектов, но и с экспертами, узнали их мнение, получили ценные советы и выслушали рекомендации.

Это - незаменимый опыт, который можно получить, обучаясь в Мининском университете!

А среди финалистов данный проект оказался благодаря поддержке директора РУМЦ Татьяны Фёдоровны Краснопевцевой и ведущего специалиста Натальи Андреевны Кочетовой.

*(за предоставление материала благодарим Веронику Маланову)*





# Компьютерно-спортивное двоеборье - путь к здоровью

В настоящее время всё большее количество молодых людей увлекается компьютерными играми. С 2016 года киберспорт официально признан видом спорта в России, и на современном этапе это один из наиболее динамично развивающихся видов спорта. Однако, для занимающихся этим видом спорта остро встает проблема малоподвижного образа жизни. Как известно, современные проблемы требуют современных решений, поэтому был разработан проект «Компьютерно-спортивное двоеборье - путь к здоровью», основная идея которого заключается в том, что необходима целенаправленная работа по включению «геймеров» в физкультурно-спортивную деятельность. Это позволит значительно увеличить физическую активность, что будет способствовать улучшению состояния здоровья киберспортсменов.

Отличительная особенность и уникальность проекта, на наш взгляд, проявляются в сочетании киберспорта, где важны интеллектуальные способности участников, с классическими или новыми видами спорта, где присутствует двигательная активность. Таким образом, предлагается новый вид спорта – компьютерно-спортивное двоеборье.

Была ли подготовка проекта сложной? Нет. У каждого разработчика были свои задачи, с которыми все успешно справились. Конечно, были и споры в команде, но, как говорится, в споре рождается истина. Результат работы команды – проект, который прошёл критику жюри и готов к реализации (о сроках которой пока сложно говорить).

Деятельность проекта на данный момент ориентирована на «геймеров» Мининского университета. Но если соревнования пройдут на достойном уровне и заслужат хорошие отзывы, возможно их проведение между вузами.

Проект подготовили студенты факультета физической культуры и спорта и факультета естественных, математических и компьютерных наук. От всей команды проекта выражается благодарность заведующему кафедрой теоретических основ физической культуры к.псих.н, доценту Воробьёву Николаю Борисовичу и к.п.н, доценту Бурхановой Ирине Юрьевне за поддержку проекта и веру в своих студентов!

*(за предоставление информации благодарим Михаила Верякина)*

# Уникум - отличное начало в сфере IT

Проект «Уникум - отличное начало в сфере IT» направлен на повышение интереса школьников Нижегородской области к сфере высоких технологий и на мотивацию учащихся к приобретению технических знаний и навыков; а также нацелен показать, что IT специалистом можно стать не только в Политехе, Вышке, Лобаче, но и в нашем Мининском университете. Для развития в данной сфере главное - желание и уверенный настрой.

Осуществлять его будут при помощи серии мастер классов по трём направлениям: 3D - моделированию, созданию сайтов, программированию на языке C#.

На фоне других «Уникум» выделяется тем, что имеет техническое направление, а также будет иметь как очную, так и дистанционную часть.

Готовить сам проект, как говорят участники, было непросто, но сложнее будет этап подготовки методического материала. Ведь нужно учесть все

возрасты, типы детей, а также временные рамки и технические проблемы, которые могут возникнуть.

Проект создан для школьников 8 - 11 классов, которые задумываются стать IT-специалистами. И это именно тот возраст, когда они решают, на какую специальность пойти, в какой университет в дальнейшем поступать.

Реализация будет проходить в осенние каникулы 2020 года в виде очной и заочной частей, где ребята смогут изучить новый материал различных направлений, попробовать что-то сделать, приехать в университет и посмотреть на студенческую жизнь, поговорить со студентами данного направления, задать свои вопросы, пройти организационную часть.

Задача - показать, что программировать - это не сложно, интересно, ведь можно найти большое количество творческих направлений в данной сфере.



# Шаг в будущее

Это своеобразный курс по подготовке помощников для первокурсников. Во время участия в проекте студенты знакомятся со структурой университета и студенческими организациями, учатся основам проведения различных адаптационных тренингов, упражнений и игр для первокурсников.

Каждый год в наш Мининский приходят новые студенты. Университет для них нечто новое и неизведанное. Помощниками первокурсников каждый год вызываются быть студенты-кураторы, которые помогают ребятам освоиться на новом месте. Следовательно, необходимо им дать эти знания.

Основной целью программы является разработка и апробация (проверка) программы на активных студентах факультета ФУиСТС. Планируемые сроки реализации проекта конец апреля 2020 - декабрь 2020 г. Студенты, которые успешно пройдут данный курс, в следующем учебном году смогут сами побывать в роли куратора и применить полученные знания на практике.

Проект представлен от СО «Совет студенческих инициатив»

*(за предоставление информации благодарим Екатерину Севостьянову)*

## Вместе с Мининским

С помощью этого проекта студенты Мининского университета будут привлекать школьников на обучение в наш вуз, который всегда заинтересован в проведении профориентационной работы.

В контексте проекта будет осуществлен ряд мастер-классов, в которых школьники будут принимать активное участие.

Сейчас сложно говорить о какой-либо стратегии и сроках. Реализация проекта планировалась в два этапа: до летних каникул и после. В планах была поочередная работа с разными школами и

проведение мероприятий в них. Но теперь реализация планируется в следующем году и одновременно во всех школах. Такая стратегия будет осуществлена за счет того, что ответственность грамотно распределена среди участников-организаторов проекта: за каждую школу и за каждый мастер-класс.

Не нужно бояться трудностей. А ещё необходимо делать проект так, чтобы каждый из участников нашел что-то интересное для себя.

*(за предоставление информации благодарим Асю Булганину)*

# ОТДЫХ



# Квадратный медведь: время походов!

Как обычные люди проводят праздники? Участники турклуба «Квадратный медведь», скорее всего, не знают об этом. В любой непонятной ситуации у них всегда один выход - отправиться в поход. При чём это - отличная идея! Почему? Попробуйте взглянуть на это глазами участника похода, тогда поймете!

С 7 по 9 марта был запланирован семинар от ШБУ моего любимого Квадратного медведя (Опять он? Да!). Нормальный человек спросит: «Но как же так? 8 марта в походе?» А я отвечу: «А когда ещё-то? Время не ждёт».

Отправилась я на машине - меня подхватили у Мининского, после этого мы поймали ещё Женю (новые знакомства - это здорово). Уговорила водителя на первом сидении ехать -

ура! Вчетвером мы приехали раньше группы - начали готовить лагерь, искать место для палатки, разжигать костер - всё как положено. Вскоре и остальная группа приехала.

Макароны с тушенкой, лыжные палки как крепления для нашего дома-шатра... Некоторые из нас и по деревьям успели ползать - тент от дождя сам себя не закрепит...





Самое привлекательное время для каждого туриста - костер. Новые знакомства, общение, рассказы о походах-приключениях, медведях и других животных, с которыми встречался рассказчик. Когда истории рассказаны, а каждый участник «нает» (наелся), мы начинаем играть в «Контакт» - куда вообще без этой игры в походах? Для тех, кто подмерзал, было найдено решение - в нескольких метрах от костра лежали брёвна. Наверное, каждый, кому не лень, попробовал и пилить, и колоть дрова, и сидеть на бревне для того, чтобы тем, кто пилит, было легче.

Время позднее - залезли в палатку, к печке. Распределили кто за кем будет дежурить и легли спать.

Ну, тут и настало моё время! Было очень приятно, что некоторые ребята решили нести эту «службу» вместе со мной, веселили меня - время-то детское для некоторых студентов - сразу понятно, кто сидит по ночам, совсем спать не хотелось! Успели сделать несколько фотографий для будущих поколений, поговорить о жизни, а всё-таки, только принимаешь горизонтальное положение - отправляешься гулять по снам. Вообще, я побоялась заморозиться, поэтому взяла 2 спальника - еле-еле забралась в них, почувствовала себя гусеничкой (не так-то просто уложиться между других ребят). Это был самый тёплый мой поход - во всех смыслах.

На следующий день - то, ради чего мы приехали в Тарасиху - ориентирование на местности (именно там проводились раньше соревнования по ориентированию много лет подряд). Позавтракав, собравшись в путь и разделившись на две группы, мы отправились искать контрольные пункты. Как ни странно, немного заблудиться мы все же успели - это не так-то и просто - работать с картой и компасом после того, как ты привык либо следовать за тем, кто ведет, либо ориентироваться в городе

по навигатору. Тогда мы ещё не знали, что на пути нас ждет болото, талый снег и тропинки, которые невозможно найти (на карте присутствуют, а сами они - бермудские треугольники). Хорошо, что с каждой группой шел как минимум один опытный «походник». Мы, всё-таки выбравшись из леса, дошли до ближайшей деревни, перекусили и отправились обратно в лагерь по обычной дороге. Другая группа нас уже ждала там.





Добрались до лагеря - сменили мокрую одежду, сели играть в Уно и Эволюцию. Игры - тоже классное времяпровождение, ведь они всегда сопровождаются смехом и шутками. Ребята подготовили для нас торт - 8 марта же! Как же это было мило.

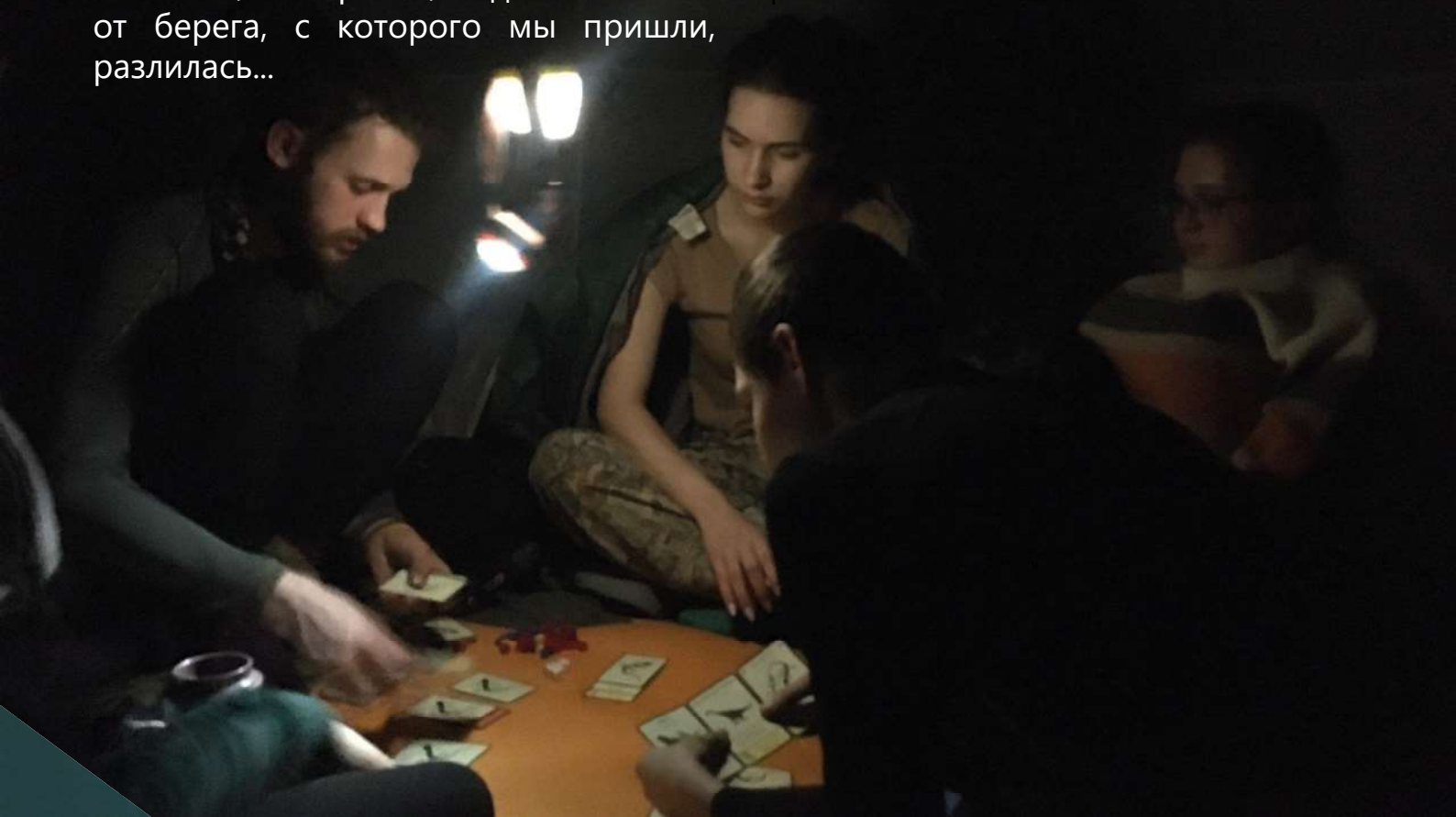
Выбравшись наружу для подготовки дров на ночь, мы успели вскипятить воду. Заварили чай, съели торт. Вот и время быстро пролетело.

Наутро, когда пошла умыться, заметила, что речка, отделявшая нас от берега, с которого мы пришли, разлилась...

Затем самые быстрые сборы на электричку, переправа через воду, дорога до Тарасихи и... Мы опоздали на электричку на 2 минуты! Ну как же так? А вот так! Хорошо, что станция очень уютная - вот и позавтракать успели, и в крокодила поиграть, и 2 часа пролетели!

Теплые спальники, теплая ночь, теплые игры, теплые люди и самая теплая поездка! Спасибо, мне было очень приятно снова быть с вами!

Просто бесконечная любовь!



Несмотря ни на что, не забывайте жить! Что если больше не будет шанса? Когда, если не сейчас? Молодость нужна для того, чтобы не только делать то, что нужно, но и наслаждаться ей! Любите ее и она будет любить вас!

Автор статьи:  
Полина Шувалова



# МЫСЛИ



# Женственность

*гармония, естественность и  
чувственность*

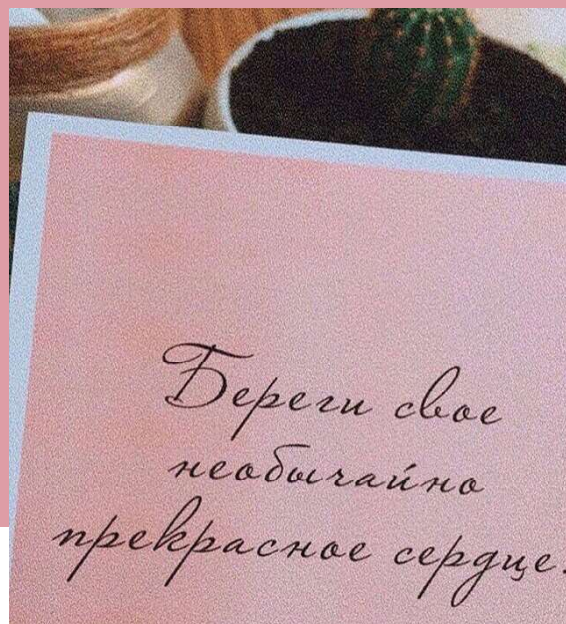
Женственность. При произнесении этого слова у каждого возникает в голове какой-то особенный образ, чаще всего люди представляют милостивую опрятную девушку с безупречной укладкой и макияжем, стильно одетую. Она разбирается в брендах, никогда не выйдет на публику без маникюра. Обычно в слово «женственность» вкладывают совсем неглубокий смысл, относя такое качество лишь к внешним параметрам. Но это не так! Женственной сможет быть не каждая девушка, ведь духовную работу над собой совершить гораздо сложнее, чем просто создать красивую маску посредством денег. Вы

только задумайтесь, может ли девушка быть по-настоящему женственной, если за её «сладкой» внешностью скрывается мрачная и скупая душа?

Женственность – это совокупность таких качеств, как чувствительность, нежность, мягкость, жертвенность, сострадание и милосердие. В современном мире люди настолько помешаны на достатке, успехе и славе, что в борьбе за этим они перестают быть человеческими. На девушках это отражается особенно сильно.

В погоне за популярностью и карьерой они перестают замечать окружающих их людей, становятся хладнокровными, а некоторые даже пытаются вынести какую-то выгоду из чужих неприятностей и бед. А, казалось бы, какие приятные и нежные с виду дамы, какие женственные!

В нынешнее время многие женщины никак не хотят следовать обычным привычным «правилам», как должна выглядеть поистине красивая девушка. Они коротко стригутся и надевают брюки, не носят платья и не посещают салоны красоты, а некоторые даже служат в армии. Но ведь именно такие женщины зачастую оказываются более женственными, нежели те самые красотки, которые делают всё возможное, чтобы выглядеть неотразимо. Неважно, как женственность отражается на внешнем виде, важно, какую роль она играет в становлении характера девушки. Поэтому часто можно наблюдать, что



с виду грубоватая женщина оказывается самой нежной и любящей матерью, от которой всегда веет теплом. Именно она оказывается самой заботливой женой и отзывчивой подругой, да и просто равнодушным прохожим. Она живёт просто, не пытается построить себе идеальную богатую жизнь, она делает то, что ей нравится, а потому она наслаждается своей жизнью и готова помочь насладиться ею другим. В её глазах и улыбке отражается та самая женственность, нежность и хрупкость, которая должна быть в каждой девушке. Внешность – не главное! Не зря говорят, что судить книгу по обложке не стоит.

Автор статьи:  
Василиса Веретенникова



Автор статьи:  
Хусеин Исмаилов



## Взрослая жизнь...

«Я вырасту и буду взрослым»! Примерно так я себе представлял это в детстве... Помимо этого - полную свободу, легкую жизнь, работу, семью, отсутствие забот и т.д.

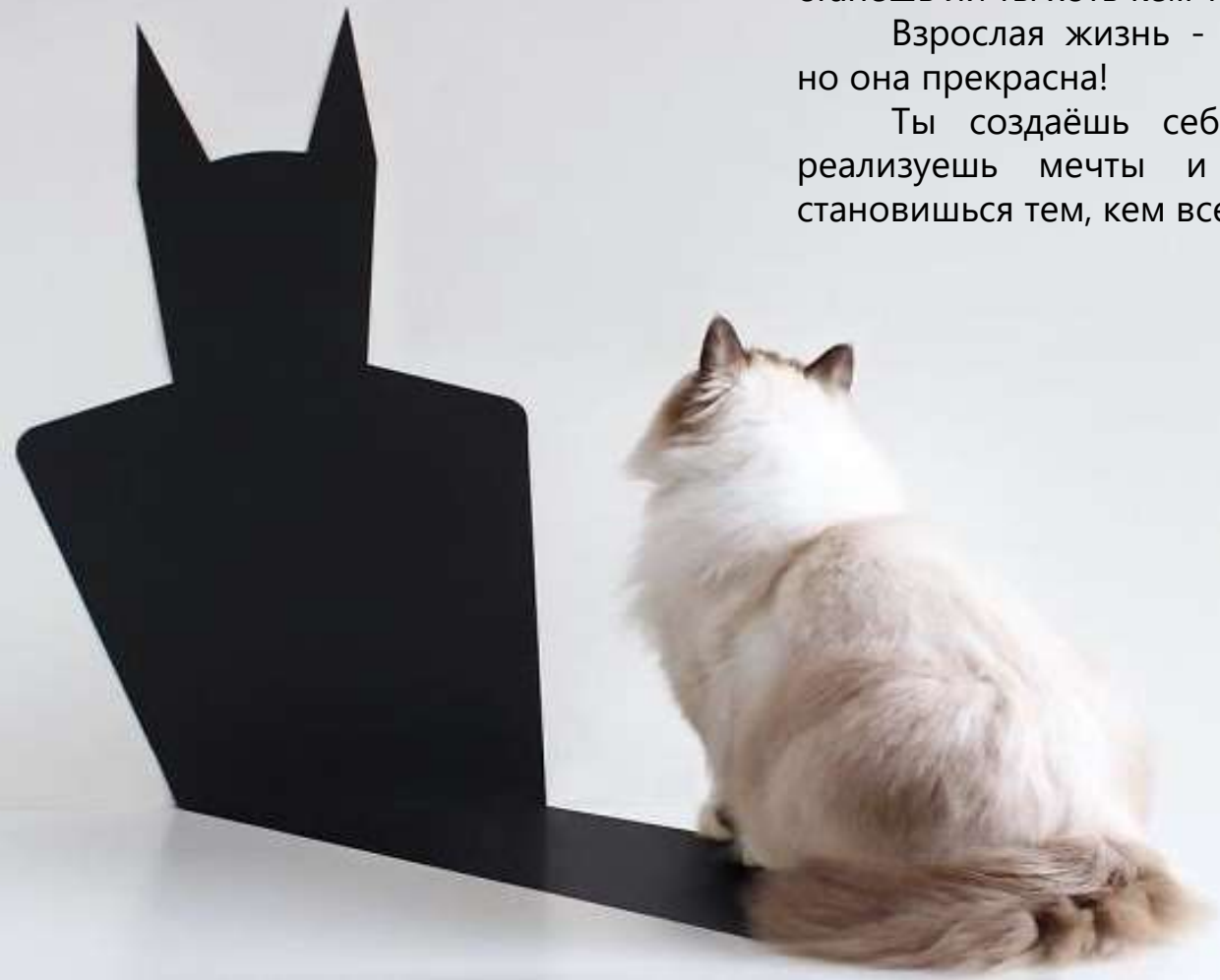
Однако, помимо этого пришлось наткнуться на уйму проблем. При чём глупых. Да, глупых. Это именно те проблемы, которые выдуманы твоими мыслями, головой. Понимаете о чём я? «Да, я бы мог это сделать лучше, значит я не на столько хорош, мне нужно завязать. Нужно сделать то, нужно сделать это - зачем вообще?» Как-то так: перфекционизм, желание отложить всё «на потом» и прочие отвратительные вещи.

Взрослая жизнь - сплошная ответственность. И ладно бы только за себя, но ты в ответе за своих родных. Всё тяжелее, чем кажется. «Поэтому я пойду спать!» - не-е-ет, такое уже не прокатит, вот что бесит. Тебе приходится все делать самому - искать работу, делать домашку, пытаться найти время на себя, пытаться уговорить деканат не отчислять тебя, потому что ты прогуливал учебу, ради работы, чтобы накопить и оплатить учёбу. Круговерть!

Приходится думать о каждом сказанном слове (нет), о том, что ты делаешь, как ты делаешь. Теперь ты ответственен за свою жизнь. Как нынешнюю, так и будущую. Только от тебя зависит то, кем ты станешь и станешь ли ты хоть кем-нибудь!

Взрослая жизнь - череда задач, но она прекрасна!

Ты создаёшь себя, свой мир, реализуешь мечты и фантазии и становишься тем, кем всегда мечтал.



## Журнал НГПУ им. К. Минина «Минин-Life»

Информационно-развлекательное издание.  
Учредитель: ФГБОУ ВО «Нижегородский  
государственный педагогический университет  
им. К. Минина»

Главный редактор: Коршак Анна  
Над номером работали:  
Балдина Елизавета, Веретенникова Васелиса,  
Исмаилов Хусеин, Шилкина Ксения, Совина Наталия,  
Лушников Юлия, Сорокина Юлия.

Корректурa: Корепанова Полина, Коршак Анна  
Дизайн и верстка: Коршак Анна

Фото: Открытые интернет-источники  
Адрес редакции: г.Нижний Новгород, ул.Ульянова, д.1

Ежемесячное издание. Распространяется  
бесплатно.

Ещё больше информации  
в нашем официальном  
сообществе Минин-life! Будь  
в курсе свежих новостей!

<https://vk.com/mininlife>

