

# МИНИИife

A city street at dusk with a tram, pedestrians, and a lit-up structure. The sky is a mix of blue and orange, and the street is wet, reflecting the lights. A tram is visible in the middle ground, and several people are walking. On the right, there is a modern, lit-up structure that looks like a bus stop or a public display case.

## **ШКОЛА ВОЖАТЫХ**

найди свою роль в мире детства!

## ***Love is ...***

Любовь - это...

## **Запомнить всё!**

Техники развития памяти

# *В преддверии Весны*

Февраль был очень насыщенным на события месяцем. В этом номере мы расскажем о том, как самые активные ребята проводят время: об их проектах; о том, как они заряжают позитивом сердца других людей, а также как они отдыхают!

Молодость - пора бурного развития, покорения новых вершин, познания себя, а ещё, конечно же, веселья.

Не стоит тратить время на негатив, возвращаться в прошлое, тревожиться о будущем. Оставим все старое и прожитое далеко позади, пусть оно уйдет вместе с зимой, освободив место в жизни для нового, светлого, доброго и приятного!

Двигайся дальше, навстречу приключениям. Не бойся делать непривычные вещи и выходить из зоны комфорта - это определенно сделает тебя лучше!  
Да здравствует Весна!

С любовью,  
от главного редактора  
КОРШАК АННЫ





# СОБЫТІЯ

# Интервью о «СОДЕЙСТВИИ»

Нашему корреспонденту, Юлии Сорокиной, удалось провести очень интересную беседу с председателем Межвузовской организации Научно-инициативной творческой группы студентов "Роза ветров", Олегом Хитрюком. Он поделился с нами своими впечатлениями о Конвейере проектов и раскрыл секреты, которые узнал благодаря своему огромному опыту участия в подобных мероприятиях.

## 1) Что такое конвейер проектов?

На мой взгляд, конвейер проектов - это эффективная практика, зародившаяся в нашей стране не так давно. На конвейере происходят консультации авторов проектов с квалифицированными специалистами в той или иной сфере для того, чтобы на защите концепция проекта была доведена до совершенства. Это позволит выступающему быть уверенным в своих силах и быть готовым к самым каверзным вопросам.



## 2) В чем по вашему мнению состоит секрет успешной защиты?

Секрет успешной защиты состоит в качественной проработке проекта и в глубоком изучении его материала. Следующие немаловажные части успешной защиты - это уверенное выступление и творческий подход. Это достигается лишь многочисленными репетициями. Известно, что знаменитый британский политик Уинстон Черчилль от природы совсем не имел ораторских дарований, но он смог стать одним из самых лучших ораторов XX века благодаря тому, что наизусть учил свои речи. Убежден, что у каждого человека это получится, если он будет кропотливо работать над собой.

### 3) Расскажи коротко, на что направлен каждый из ваших проектов.

На данный момент у нашего объединения имеется более 10 проектов. Некоторые из них уже реализованы, но большее количество их находится на стадии реализации.

Один из приоритетных наших проектов - это «Хранители прошлого. Летописцы настоящего». Он направлен на создание краеведческих центров на территории Нижегородской области. В рамках его сейчас реализуется международный конкурс «Летописцы настоящего», к участию в котором мы приглашаем всех читателей «Minin life»!

На «СОдействии» в прошлом и в этом году был представлен и ещё один наш проект «Музей народов России», который направлен на создание музейного уголка этнографической направленности, а также на его виртуальную версию в 3D реальности.

Упомянуть стоит и Литературный вечер «Между строк», который проводится в Мининском университете дважды в год, благодаря тому, что в 2017-ом году получил на «СОдействии» грант на реализацию.



Фото с мероприятия «СОдействие» 2016 года

К слову, проекты «Зелёный Минин» и Дискуссионный клуб «Колокол» также были представлены участниками нашего объединения на этом форуме. Прошли годы, и вот сейчас это уже самостоятельные и процветающие студенческие объединения!

Среди проектов-новичков можно выделить «Центр отдыха и развлечений» и «Школу старинного танца и исторической реконструкции». Этим проектам только ещё предстоит завоевать любовь мининцев. Будем надеяться, что всё сложится благополучно и проекты будут воплощены в жизнь в самом лучшем виде!

#### 4) Подготовка проектов заняла много времени?

Как известно, любое большое дело требует больших жертв. Жертвовать приходится многим, чаще всего свободным временем. Как ни печально, но иногда приходится жертвовать даже учёбой, а потом навёрстывать упущенное. Да, разумеется, хороший проект нельзя сделать быстро



---

Да, разумеется, хороший проект  
нельзя сделать быстро.

---

#### 5) Чему учит участие в данном мероприятии?

Одним из самых важных компетенций, необходимых для достижения успеха, пожалуй, в любой деятельности. Убеждён, что в современном мире без навыков самопрезентации не обойтись! На них строятся те самые Soft skills (гибкие навыки), позволяющие достичь успеха в любой профессиональной деятельности. Это и ораторские навыки и умения

работать в команде, знания о том, как оформлять презентации и многое другое. Что касается непосредственно социального проектирования, то эта сфера сейчас является одной из самых востребованных в нашем быстро меняющемся мире. Особенно тесно навыки в этой области пересекаются с педагогикой.



## 8) Что можно было бы улучшить в ваших выступлениях и в целом, в организации Конвейера проектов?

Хоть я уже и являюсь ветераном «СОдействия», но всё же есть то, чему можно было бы поучиться и то, что можно было бы улучшить. Абсолютно нормальным является то, что во всех выступлениях присутствует тот самый человеческий фактор, из-за которого может всё пойти не так, как нужно. Выходя к трибуне че-

ловек может сбиться, потеряв уверенность. Разумеется, и я сталкиваюсь с этим, иногда теряясь перед экспертами. Но ведь это того стоит, так как все неудачи двигают нас к новым успехам. Главное в нашем деле - побороть свой собственный страх для того, чтобы добиться воплощения в жизнь всех самых сме-



---

Убеждён, что у каждого человека это получится, если он будет кропотливо работать над собой.

---

Мы выражаем Олегу благодарность за предоставленную информацию и желаем огромных успехов в реализации будущих проектов и работе над уже существующими!



Интервью брала:  
Юлия Сорокина

# День открытых дверей в Мининском

9 февраля в Нижегородском Государственном Педагогическом университете имени Козьмы Минина прошел День открытых дверей!



День открытых дверей - мероприятие, организованное как для потенциальных будущих абитуриентов, так и для их родителей. Именно во время экскурсий по корпусам университета желающие могут узнать обо всём, что их интересует.

Если говорить о конце зимы и весне, нужно помнить, что это самые напряженные периоды поступающих. Подготовка к ЕГЭ, бесконечные КИМы, справочники, сочинения, эссе, алгоритмы решения задач, формулы, мысли о том, куда подавать документы, куда поступать в принципе...

голова идет кругом, мозги кипят. Но существуют «красные» дни календаря, которые помогают абстрагироваться и на 40% разложить мысли «по полочкам»

Так вот момент настал и это случилось! Мининский принял гостей!

Перед началом официального мероприятия в фойе главного корпуса танцевали самые активные и позитивные ребята, дарили радость и заряжали энергией. Множество волонтеров помогали ориентироваться в здании, по времени, локациям и многому другому.

Представители от каждого факультета, занимая определенные места в уголках университета, рассказывали о направлениях подготовки, проходных баллах разных лет, перспективах трудоустройства по окончании вуза и многом другом. В 12:00 в актовом зале ректор университета, Елена Юрьевна, обратилась с мотивирующей речью, сказав, что с нетерпением ждет нового учебного года, новых активных амбициозных студентов. Также пообещала не останавливаться на достигнутых вершинах, продолжать дарить знания и совершенствовать образование.

После этого гости разошлись по аудиториям, в каждой из

которых были организованы отдельные мероприятия-рассказы о факультетах и их направлениях. Будущие абитуриенты попробовали себя в языках, познакомились с естественными науками, методикой преподавания.

Кроме всех академических аспектов, многих интересуют бытовые вопросы по типу размещения в общежитиях и объёмов стипендий, поэтому волонтеры делились информацией и такого рода.

Уверены, всем понравилось и запомнилось данное событие и уже летом многие из пришедших подадут свои документы именно в наш вуз!



Будучи прошлогодним абитуриентом, я опоздала на один день на День Открытых дверей и была расстроена. Но несмотря ни на что, теперь поучаствовала в этом мероприятии в качестве корреспондента MininLife и

Автор статьи и фотограф:  
Юлия Лушникова



# ШКОЛА ВОЖАТЫХ

## НАЙДИ СВОЮ РОЛЬ В МИРЕ ДЕСТВА!

Открытие ШВ  
2020: как это было?  
Ярко, динамично,  
душевно.

4 февраля 2020  
года Студенческие  
отряды провели  
невероятный  
концерт, который  
захлестнул волной  
драйва и позитива  
каждого, кто его  
посетил. Чувство  
восторга не  
отпускало до самого  
конца! Это было не  
только красочное  
представление,  
а погружение в  
невероятный фильм  
о том, что же такое  
на самом деле –  
школа вожатых.

Подготовив  
такое яркое  
мероприятие,  
ребята показали,  
насколько это круто  
– быть креативными,  
активными,  
творческими и на  
своей волне. А  
самое главное,  
заряжать своим  
позитивом других  
и делать этот мир  
лучше!

- это знания!
- это опыт!
- это гарантированное трудоустройство!
- это сертификат государственного образца
- это эмоции!
- это друзья!
- это твоя поддержка и опора!
- это вдохновение!
- это один раз и навсегда!



Методист ШСО «Спутник» Анастасия Чернова дала интервью для Минин-life о том, что же такое Школа вожатых!

Руководитель  
#ТвояШВ2020



**Чернова  
Анастасия**

## **Что такое «Школа вожатых»?**

Школа вожатых - это ежегодный проект Мининского университета и студенческих педагогических отрядов «Фокус», «Фортуна», «Пазл» и «Тепло».

## **Как давно она начала проводиться?**

Наша Школа вожатых имеет богатую историю и берёт своё начало в далёком 2004 году! За эти годы так много всего успело поменяться, но мы точно знаем, что нам есть чем удивить в этом году!

## **На протяжении какого времени обычно длится?**

Школа вожатых длится 3,5 месяца, то есть уже в мае наши выпускники получат свои заслуженные и долгожданные сертификаты! Время пролетает незаметно, ведь обучение состоит не из сухих лекций и скучных бумажек, а из творчества, практики, единомышленников рядом и самых полезных знаний от опытных преподавателей, которые точно пригодятся при работе с детьми!

## Кто может участвовать?

Мы принимаем на Школу вожатых всех ребят, достигших восемнадцатилетнего возраста и тех, кому исполнится восемнадцать этим летом, из всех ВУЗов и СУЗов

Если ты активный, трудолюбивый и любишь узнавать всё новое, то нам по пути!

## Что ребята будут там делать?

Самое главное, что ребята будут делать на Школе вожатых - это учиться! Учиться общаться с детьми, учиться находить выход из любой ситуации, учиться организовывать мероприятия, планировать своё время, работать в команде и многое другое! С нами вы прокачаете себя практически во всех возможных сферах! Почему практически во всех? Потому что только от наших участников, от их настроения и включённости будет зависеть, чему они научатся!

## Что это даст участникам?

Каждый человек найдёт здесь то, что будет искать! Для кого-то это будут лучшие друзья на всю жизнь, для кого-то крутые эмоции и заряд вдохновения, для кого-то это станет отправной точкой в новую жизнь, НО! Самое главное, что наши участники найдут - это, опять же, знания!

## Сколько обычно участников и сколько их будет в этом году?

Ежегодно мы выпускаем около 200 квалифицированных вожатых. Школа вожатых Мининского университета - это самая масштабная Школа вожатых Нижегородской области!



Ещё специально для наших читателей мы собрали отзывы участников Школы вожатых разных годов!

Школа вожатых - это большая семья людей, которые горят одним делом и которые помогут и поддержат тебя.

Именно такое воспоминание осталось у меня о ШВ 2019! Горящие глаза, желание работать и дарить себя детям...

Среди множества горящих сердец ты сам действительно меняешься.

Я бесконечно благодарна всем-всем организаторам, преподавателям и кураторам нашей ШВ!

Спасибо за ваш огонь!

Аня Оглоблина (Кандидат в бойцы СПО Тепло)



Я проходила школу вожатых в 2019 году. С первого шага в актовй зал, на открытии, я поняла, что хочу через год быть здесь, быть частью всего этого. Школа вожатых очень сильно меня поменяла, раскрыла во мне, то для чего раньше не хватало смелости, возможностей. Да школа вожатых, это одна огромная возможность. Самая большая. Она помогает себя раскрыть по новому для себя и для других. Это новые, полезные знания, которые ты можешь применить в лагере, работая с детьми. Это реально интересные занятия, очень веселые, с крутыми преподавателями. Ну и школа вожатых - это атмосфера, которую создаём мы сами. Я благодарна ШВ за то, каким человек я сейчас являюсь. Она открыла мне дверь в новый мир.



Аня Сямтомова (выпускник 2019 года,  
боец СПО «Тепло»)

Школу вожатых я прошла в далеком 2017 году и с тех пор уже третий год подряд являюсь частью команды организаторов.

Я видела ШВ с разных сторон: как участник, как куратор команды, как преподаватель. И самое прекрасное в ней - видеть, как ШВ постоянно меняется, не стоит на месте. Школа вожатых дарит не только эмоции и какой-то положительный опыт - она дарит тебе нового себя и новых людей рядом с тобой. Она помогает тебе сформировать те компетенции и навыки, которые пригождаются не только в лагере на работе, но и в повседневной жизни. И поэтому, наверное, она так привлекает: мы ежегодно выпускаем на целину более сотни вожатых, которые горят своим делом.

О школе вожатых трудно говорить - надо прийти и почувствовать самим.

Ирина Бандурина  
(Выпускник 2017 года  
и экс - комиссар  
СПО «Пазл»)



Материал подготовила:  
Коршак Анна

# ОТДЫХ



# «Квадратный медведь»

отсутствие комаров и соли  
или все прелести зимних походов

Все привыкли отдыхать по-своему: для кого-то это выходные, проведенные дома, с чашкой чая и хорошей книгой; кто-то гуляет по городу, ходит в кино или на выставки. А участники студенческого объединения Мининского университета «Квадратный медведь» не могут представить свою жизнь без туризма! О том, как они наполняют свою молодость приключениями и незабываемыми моментами, рассказал Иван Тарасов.



## **Ты основатель этого клуба?**

Основатель и наш первый руководитель - мой однокурсник Максим Петров. Но в турклубе я с самого его зарождения, уже больше пяти лет.

## **Сколько длился этот зимний поход?**

Наш зимний поход длился с пятницы по воскресенье - в выходные все отдыхают по-разному.

## **Какие этапы были?**

Добрались на электричке до места старта, поспали, а на следующий день махнули весь маршрут - 25 километров. Дошли до другой станции и оттуда домой.





## **В зимний поход лучше ходить большой группой?**

Большой командой веселее. Если набирается больше шести человек - берём палатку-шатёр с печкой - уютно, тепло и просторно. Ночью по очереди дежури́м у печки, очень романтично.



## **Такие походы - это тяжело или скорее весело?**

Походы выходного дня созданы для веселья - много времени на общении, любовании природой, отстранение от городских проблем. Если хочется больше впечатлений и трудностей - для вас категорийные походы.





## **Много вещей с собой надо брать? Что вообще надо с собой?**

Много не надо, только необходимое. Об этом можно и нужно рассказывать часами или отдельное интервью устроить.

## **Инвентарь, как мы знаем, выдается от университета. А что за инвентарь? Лыжи, палатки?**

Палатки, спальники, коврики и костровой набор, а также альпинистское снаряжение для тренировок - каждый год дополняем наш набор чем-то новым.

## **Не холодно было? Как грелись?**

Зимой от холода спасаются тремя вещами: активной деятельностью (переходы, заготовка дров, лагерные работы), костром и снаряжением - тёплые спальники, палатка, зимняя одежда. Всё это у нас было.

## **Кому будет интересно сходить в зимний поход? Каждый может осилить такое?**

Пытаемся ответить на этот вопрос уже несколько лет, надеемся, что нашим студентам. Было бы желание, а возможность всегда найдётся.

## **Сколько зимних походов было совершено за время существования «Квадратного медведя»?**

Восемь зимних, из них на лыжах три, включая этот .

## **Что вы там кушаете? Это вкусно?**

Кушаем те же самые продукты, что и в городе. Приготовленные на огне костра, они становятся ещё вкуснее.

## **Какими тремя словами ты можешь охарактеризовать минувший зимний поход?**

Блин, соль забыли!





## Это вообще опасно?

Конечно опасно - в лесу холод, сырость, звери всякие бегают. Но всё это нивелируется правильно подобранным снаряжением, одеждой «по погоде» и опытом руководителя

## Что тебе больше всего нравится в зимних походах?

Отсутствие комаров!



Своими впечатлениями об одном из зимних походов поделилась **Полина Шувалова**:

Эмоций и воспоминаний после каждого нашего похода остается невообразимое количество. Да, бывает трудно, но то, что окружает в походе: друзья, природа, атмосфера между нами - все это поддерживает, дает силы и вдохновляет на следующие. Возвращаться к природе всегда очень приятно и волнительно. Для описания впечатлений не хватает слов - это стоит попробовать и прочувствовать.

Тот, кто один раз узнал походную жизнь, уже не может остановиться - приключения зовут!



Интервью брала:  
Коршак Анна

Фотоматериал  
статьи: Иван  
Тарасов

# «Буревестник»

КАК ОТДЫХАЮТ НАШИ РЕБЯТА?

Совсем недавно с чудесного отдыха из пансионата «Буревестник» вернулись студенты нашего университета. Они с удовольствием поделились своими впечатлениями о своих маленьких каникулах!



Поехав в Буревестник, я даже представить не могла что меня там ждёт! Неделя была такая насыщенная и веселая, что эти дни мы с друзьями вспоминаем ежедневно до сих пор.

Бассейн, дискотеки, лыжи и горки, а ещё шикарный шведский стол, который был так кстати для студентов-общажников ;)

В общем-то там не было ни минутки свободной, всегда были чем-то заняты. Постоянные развлечения и позитивные эмоции.

Уехав, хочется возвращаться туда снова и снова.

Особенно сильно в такие моменты сближаешься с друзьями!

У нас там и активные танцы, молодежные тусовки были и наравне с этим супердушевные вечера под гитару, с кружечкой чая и мягкими булочками из столовой. Невероятно атмосферно всё это вспоминать...

Василиса  
Веретенникова

Буревестник - смысла в этом слове так же много, как и букв.

5 дней бесконечного движа, танцев, разговоров, песен под гитару, настольных игр и многого другого. по счастливой случайности попав туда, я оставила свое сердечко там навсегда.

Мы с совершенно незнакомыми ребятами нашли общий язык уже после первого обеда, потому что еда объединяет :) Кстати о еде, ее тоже было бесконечное количество и это

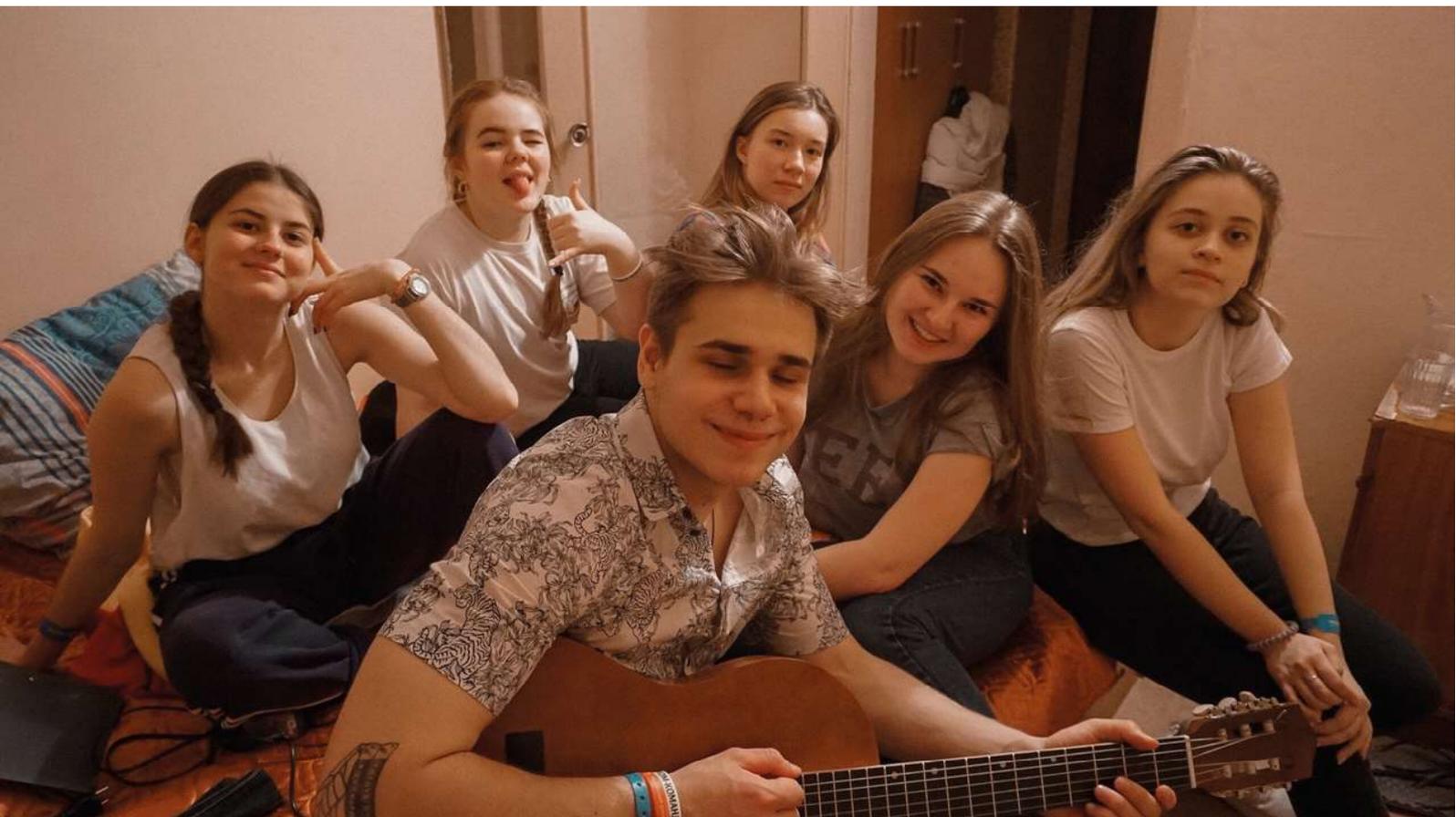
безумно радовало студентов с урчащими животами)

С негоходы, лыжи, бессейн, горки, попытки разглядеть горизонт на Горьковском море - самая оздоровительная часть Буревестника.

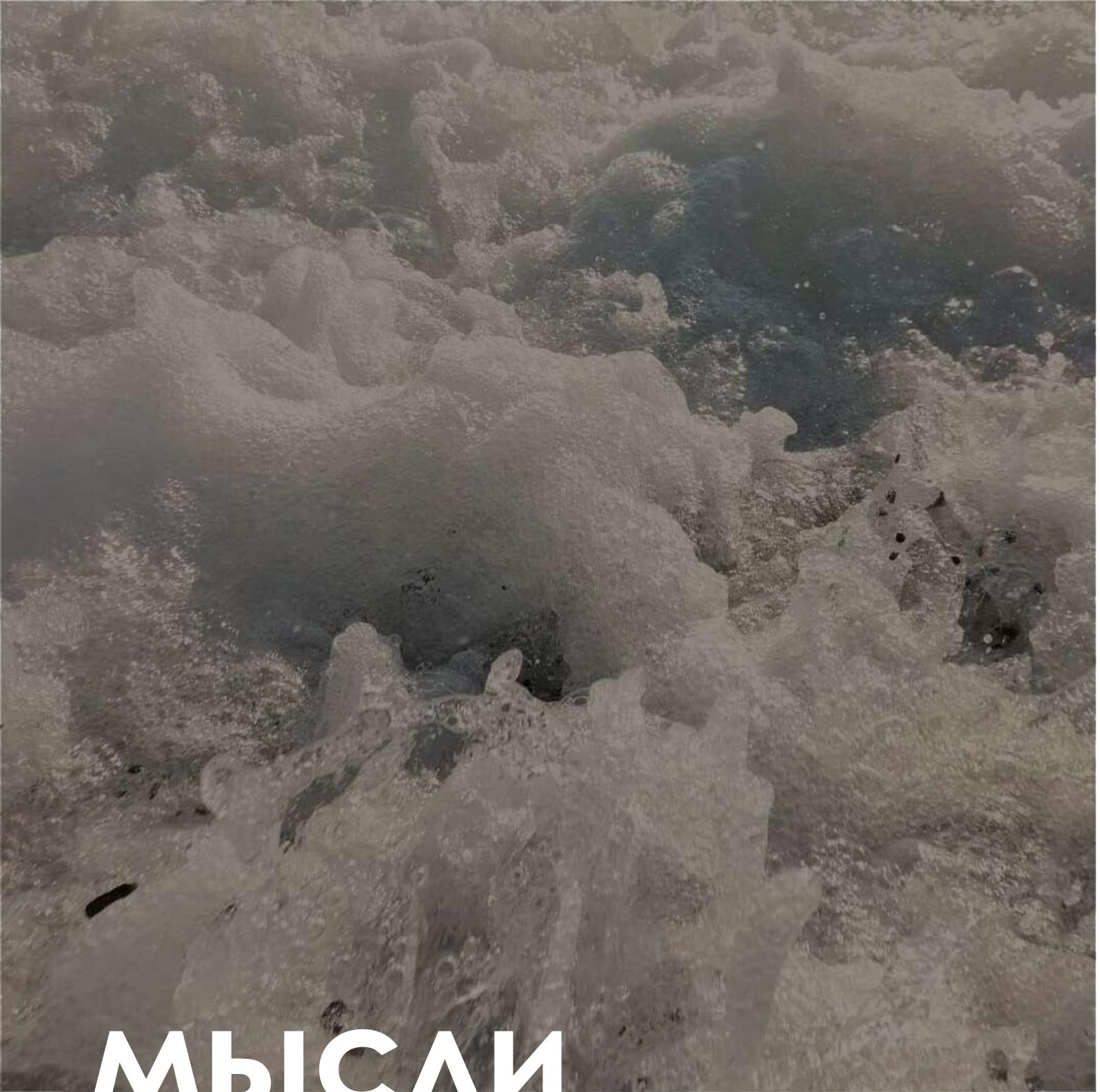
Виды завораживают, воздух очаровывает, снег хрустит и, главное, душа поёт.

Если меня спросят, вернусь ли я туда, то я скажу «КО», а ребята в ответ позовут Нину и это будет означать однозначное «да» бу-ре-вест-ник!

Юлия Лушникова



Материал подготовила:  
Коршак Анна



**МЫСЛИ**

# Love is ...

МЫСЛИ

# Любовь - ЭТО...



Как известно, 14 февраля празднуется один из самых романтичных и волшебных праздников - День всех влюбленных. Именно в этот день люди признаются друг другу в своих чувствах, дарят ещё больше тепла и внимания. Это напоминает нам о ценности и значимости любви в нашей жизни.

Корреспонденты Минин-life поделились своими мыслями о том, чем для них является «любовь».

Что такое любовь? Наверное каждый из нас задавался таким вопросом хотя бы раз в жизни. Любовь, как и все явления нашей жизни бывает разнообразна и для каждого она имеет собственный смысл. Лично для меня, любовь-это воздушное покрывало, которым окутывает вас близкий, родной человек, находящийся с вами рядом. Сплетено это одеяло из заботы, уважения, поддержки, терпения и способности прощать и принимать человека таким,какой он есть. Если человек по-настоящему любит,он готов спрятать своего любимого от всех людей и от всех печалей на свете. Такое чувство как «настоящая любовь» возникает лишь раз в жизни. Важно вовремя понять,что именно оно живёт у тебя в душе.

Екатерина Максимычева



Любви все возрасты покорны. Но не только возраста, ещё и характеры. Думаю, любовь - это принятие другого человека полностью, с его положительными и отрицательными чертами характера, его тараканами в голове. Не нужно пытаться изменить любимого или любимую, со временем даже раздражающие повадки сделаются самыми родными и забавными.

Ксения Шилкина

Любить по-настоящему может лишь человек, достигший определенной мудрости. Человек, свободный от всего. Любовь рождается из потребности отдавать, а не «заполучить».

Любовь - это доверие, одновременно осознание жизненных истин и жизнь в соответствии с ними, а также желание дарить другому человеку счастье.

Это широкое понятие. Если ты читал «Войну и мир» Льва Толстого, может быть ты слышал о понятии «всеобъемлющая любовь»?

Анна Коршак

Любовь для меня - это взаимопонимание.

Просто я считаю, что там, где взаимопонимание - там и поддержка, там и забота, там и жертвы, там все. Без понимания невозможно другое.

Хусеин Исмаилов





Любовь - нечто высокое... Дотянуться до нее настолько сложно, что многие сдаются, потому не способны взлететь. А те, кому удастся, обретают крылья, на которых преодолевают любые трудности и неудачи...

Любовь - нечто нежное... Её так просто разрушить... Но те, кто относится к ней с редчайшей бережностью, пожинают плоды столь сладкие, что жизнь наполняется яркими и насыщенными красками...

Любовь - нечто искреннее... Одна маленькая ложь способна навсегда спугнуть ее... Но те, кто говорит правду, ощущают ее на каждом шагу по дороге жизни...

Любовь - нечто чувственное, сильное и безграничное... Лишь те, кто любит свою вторую половинку, семью, окружающих, способны покорить вершины, ведь безграничная любовь дарует силу в любой точке нашего необъятного мира.

Наталия Совина



Мы встретились в Китае. Я училась по обмену, а он приехал всего на неделю.

У нас была всего лишь неделя. Неделя, чтобы влюбиться в него по уши. Должна признать, что сначала он меня выводил из себя каждую секунду времени, проведенного вместе. Но с каждым днем моя жизнь все больше наполнялась смыслом. Его нежность и теплота, расстущие с каждым днем, заставляли мое сердце таять в его руках. Я бы и подумать не могла, что такой закрытый, смелый, сдержанный, волевой мужчина, может быть таким внимательным и нежным. Эта неделя стала лучшей в моей жизни, я знала, что это мой шанс быть счастливой и любимой. И я не могла им не воспользоваться.

Для меня не существовало ничего. А окружающие пророчили мне лишь разбитое сердце и неоправданные мечты. По возвращении меня ждал Нижний, а его Москва. Я знала, что это моя

судьба. Лишь его руки казались мне родными, лишь его голос убаюкивал меня бессонными ночами, и лишь его нежные поцелуи будили по утрам. Я полюбила его всего лишь за неделю. И я знала, что он всегда будет рядом.

И уже полтора года мою жизнь наполняет смыслом мужчина моей мечты. Да, у нас нет возможности видаться часто, но его забота чувствуется даже на расстоянии. И пускай мы видимся раз в несколько месяцев, эти встречи настолько долгожданные, что каждый миг, проведенный рядом, кажется чудом. Спустя год его взгляд такой же чувственный и нежный, что я знаю, сильнее любви у нас не будет. И несмотря на все трудности, мы сможем преодолеть все вместе.

Для любви нет преград, 5 ли часов разница между странами, где вы живете или расстояние в 6 тысяч км, разделяющее вас. Любовь сильнее всего, что может существовать в этой Вселенной.

Анастасия Прохорова

# Техники развития ПАМЯТИ

В наше время существует невероятное количество различных программ и предметов, с помощью которых можно избавиться от тяжкого заучивания... Однако нам всё ещё приходится иногда с трудом запоминать, какую-либо информацию. Но, что делать, если в твоём положении не помогут приложения ? (Забрать документы и сдаться! Нет!))

Человеческий мозг - это самый мощный «компьютер», который когда-либо существовал. Да, да и твой мозг тоже в их числе.

Но, всё же... Нужно что-то выучить, а ничего не получается ? Не беда! Существуют различные техники запоминания. На любой вкус и цвет)))

Итак, 6 чудес запоминания :

## 1. Занимайтесь визуализацией

Техника позволит хорошо запоминать цифры и имена. Для этого нужно образно, в деталях, представить себе запоминаемую информацию.



## 2. Используйте метод Айвазовского

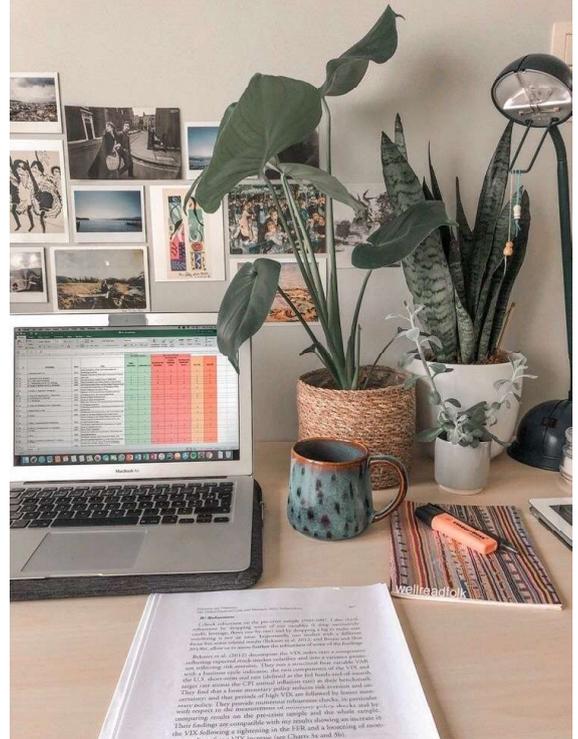
С помощью этого способа, который приписывают известному маринисту, можно подключать фотографическую память. Она придёт на помощь, когда нужно в мельчайших деталях запомнить какой-либо вид, картину или образ любимого человека.

Он мог представить себе волну в определенный момент времени

и перенести ее на холст, сохраняя ощущение движения. Посмотрите внимательно на предмет, пейзаж или человека. Не менее пяти минут изучайте его. После этого закройте глаза и попытайтесь воссоздать увиденное. Открыв глаза, вы сможете оценить собственную фотографическую память.

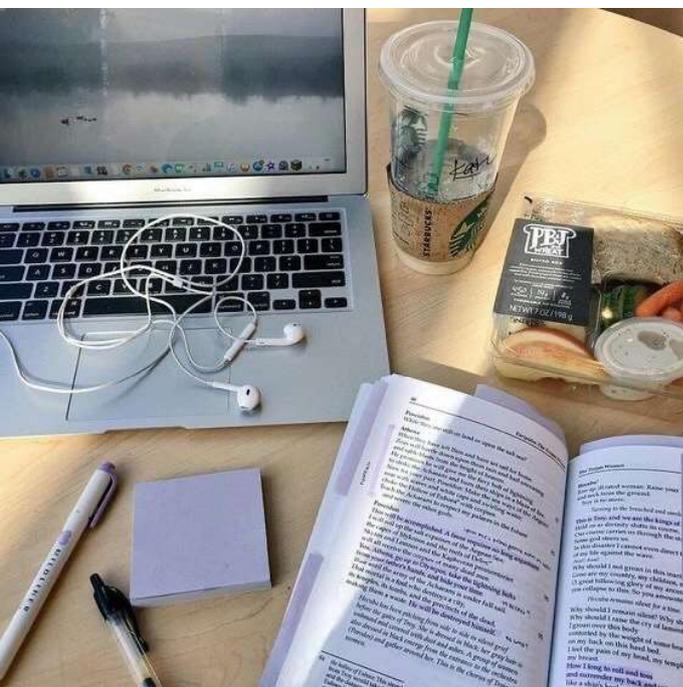
### 3. Используйте аббревиатуры

В жизни мы часто используем различные буквенные сокращения, которые ассоциируются у нас с полным названием. Метод, когда от каждого слова остаётся только первая буква или часть, подойдёт для запоминания длинных фраз, названий, терминов, составляющие которых не связаны логически.



### 4. Придумывайте ассоциации

Если у вас хорошо развито образное мышление, эта техника будет наиболее эффективной и интересной. Она заключается в том, чтобы придумать ассоциацию между несколькими словами, предметами или фактами, которые, на первый взгляд, не имеют между собой ничего общего.



### 5. Рифмуйте

В школе нас учили запоминать не длинные сложные правила, а короткие ритмичные стишки. Это работает и во взрослой жизни. Если рифмовать нужную информацию не получается, можно подбирать строки и фразы ритмически, а также соединять их с мотивом любимой песни.





## 6. Метод Хусеин

Это мой собственный метод который я использую, он разработан лично мной. Я не знаю, может быть этот метод существует и я просто об этом не знаю, но на вряд ли. Итак :

Нужно прочитать необходимый материал, переписать его на лист бумаги. Если информации больше 1 тетрадной страницы (1 тетрадная страница - 1 лист с 2х сторон), то нужно поделить материал на части, объём каждой из которых не будет превышать 1 тетрадный лист.

После того, как ты прочитал материал, переписал его, прочитай снова, возьми лист бумаги и перепиши туда всё, что запомнил. Пиши по памяти, не подглядывая. Потом сверьто, что у тебя получилось и прочти ещё раз. Если хочется, то можно сделать несколько подходов.

Автор статьи: Хусеин  
Исмаилов



# Театральная афиша на март



## БРАЧНЫЙ ДОГОВОР

(6 МАРТА 18:30)

НИЖЕГОРОДСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
АКАДЕМИЧЕСКИЙ ТЕАТР ДРАМЫ  
ИМ. М.ГОРЬКОГО

Разве не полезно порой взглянуть со стороны на знакомую до боли ситуацию?..

Главный герой собирается выгодно выдать замуж свою Аялу, но... чтобы свадьба состоялась, необходимо предоставить брачный договор родителей, в доказательство того, что дочь законнорожденная. И именно этот документ никак не находится!

А была ли вообще свадьба? Осталась ли любовь?

Спектакль, бережно и с любовью, иронично и с юмором раскрывающий «чужие» семейные тайны, откроет нам что-то и в нас самих...

## ЛЕБЕДИНОЕ ОЗЕРО

(13 МАРТА 18:00)

ТЕАТР ОПЕРЫ И БАЛЕТА ИМ. А.С.  
ПУШКИНА

А Вы знали, что в основу балета «Лебединое озеро» и мультфильма «Принцесса-лебедь» положена одна и та же старинная немецкая легенда?

В основу сюжета положены многие фольклорные мотивы, в том числе старинная немецкая легенда, повествующая о прекрасной принцессе Одетте, превращённой в лебедя проклятием злого колдуна — рыцаря Ротбарта.

«Во славу и во имя Бога всемогущего...» клянётся юный принц Зигфрид следовать законам рыцарского устава. Но чего стоит клятва пылкой и благородной души, неискушённой в борьбе со Злом? Одурманенный чарами Одиллии совершает он роковую ошибку, нарушив обет любви, данный Одетте. Мольбы о прощении напрасны. Мечта разбита, но израненное сердце даст новую клятву...



## СПЯЩАЯ КРАСАВИЦА

(17 МАРТА 19:00)

ТЕАТР ЮНОГО ЗРИТЕЛЯ

Путешествие в сказочный мир детства, где добро всегда побеждает зло! Балет «Спящая красавица» - сказочный спектакль, восхитительная феерия, которая захватывает зрителя как своей яркой и торжественной визуальной составляющей вкупе с музыкальной темой авторства великого Чайковского, так и глубинным философским подтекстом.

Балет в трех действиях поставлен по сюжету известной всем с детства сказки Шарля Перро о заснувшей на сотню лет принцессе, которую пробудил от ее колдовского сна только поцелуй прекрасного принца. Великолепная музыка, превосходные танцы и праздничные декорации на два с половиной часа возвратят вас в волшебный мир детства.

## РОМАН ДЛИНОЮ В ЖИЗНЬ

(19 МАРТА 18:00)

НИЖЕГОРОДСКИЙ ТЕАТР «КОМЕДИЯ»  
БОЛЬШАЯ СЦЕНА

Он, она, номер в гостинице на берегу океана и романтическая история любви длиною в жизнь.

«Same time, next year»... Эту пьесу переводят по-разному: «На том же месте в будущем году», «В будущем году, в то же время», или «Там же, тогда же».

Комедия «На том же месте в будущем году» — общепризнанный шедевр мировой драматургии, номинант премии «Оскар» за лучший сценарий. Она была успешно экранизирована в Голливуде, а спектакль не сходит с театральных подмостков Европы и Америки уже более 40 лет.

Искрометный юмор Бернарда Слейда, блестящие шутки и репризы, которые непрерывно звучат со сцены, вызывают в зрительном зале аплодисменты и смех. Но в финале глаза зрителей блестят от слез... Уникальность этой любовной истории в сочетании легкой анекдотичности и необычайной глубины: она вместила в себя жизнь целого поколения.



# ДОКТОР ЖИВАГО

(19 МАРТА 18:30)

НИЖЕГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
АКАДЕМИЧЕСКИЙ ТЕАТР ДРАМЫ ИМ. М.ГОРЬКОГО

Самые нежные монологи любви!

Основой спектакля стала семнадцатая часть романа «Стихотворения Юрия Живаго, открывшая перед читателем результат титанических творческих исканий поэта.

Герой романа, который попадает в смертельный водоворот Первой Мировой, революции, Гражданской войны. Доктор и поэт, что идёт через эти круги ада,

бережно неся в своём сердце, в своей душе чувства святой любви к русской земле, к русскому Слову, чувство великой любви к Женщине.

Сцены, связанные с великой любовью Юрия и Лары... Атмосфера евангельского масштаба, тех лет, которая питала творчество поэта Живаго... Поэтическая образность и метафоричность, которые значат больше, нежели бытовые подробности...





фото Дмитрий Дубинский

## ЕВГЕНИЙ ОНЕГИН

(24-25 марта ТЮЗ 19.00)

ТЕАТР ЮНОГО ЗРИТЕЛЯ

«Евгений Онегин» - это простор России, судьбы его героев, обычаи, устои, культура, природа.

«Евгений Онегин» - это что? Философское размышление о жизни в поэтической форме? - не только, история любви – не совсем. Это огромное пространство мира и чувств, которое вместило все эпохи, игру ума, прозрения, догадки, гнев, обличение, сатиру и цинизм, сострадание и прощение.

«Евгений Онегин» - «энциклопедия русской жизни» и в высшей степени народное произведение, роман в стихах, написанный в эпоху романтизма, где «современный мир предстал со всем его холодом, прозой и пошлостью».

Спектакль Римаса Туминаса разрушает стереотипы, «хлам воспоминаний» ранее увиденного и прочитанного. Он открывает новый смысл в характере и сюжете.

Источник: nn.kassir.ru

Материал подготовила:  
Наталья Совина



## 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:  
Екатерина Максимычева,  
Исмаилов Хусейн, Шилкина Ксения, Совина Наталия,  
Лушниковая Юлия, Сорокина Юлия.

Корректурa, 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>

