

ЖУРНАЛ МЕЖВУЗОВСКОГО СТУДЕНЧЕСКОГО ГОРОДКА В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ

# В МСГ ПОЙМУТ

№8 (168)

ОКТАБРЬ, 2023 ГОД



**Мы в танцах!**

В МСГ ПОЙМУТ

## СОДЕРЖАНИЕ



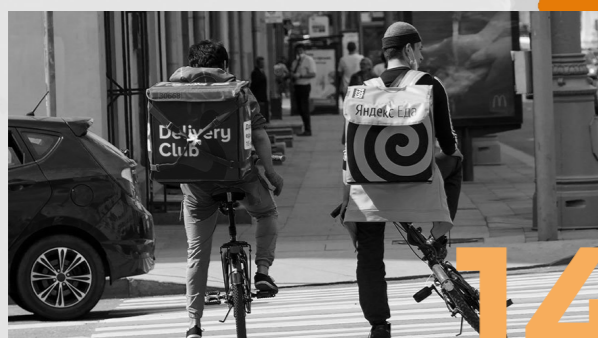
4



8



11



14

ГЛАВНОЕ  
СОБЫТИЯ ОКТЯБРЯ 3

ГЛАВНОЕ  
DANCE BATTLE 4

АВТОРСКАЯ КОЛОНКА  
ПОЧЕРК КАК У ВРАЧА 6

РЕДАКЦИЯ РЕКОМЕНДУЕТ  
ЭТИКА В КОЛЛЕКТИВЕ 7

ИНТЕРВЬЮ  
ЭМИЛЬ АБДУЛЛИН 8

РЕДАКЦИЯ РЕКОМЕНДУЕТ  
АФЕРИСТЫ В СЕТИ 10

АВТОРСКАЯ КОЛОНКА  
ТАНЦЫ ИЗ ФИЛЬМОВ 11

РЕДАКЦИЯ РЕКОМЕНДУЕТ  
ТОТ САМЫЙ СЛОВАРЬ 12

АВТОРСКАЯ КОЛОНКА  
ГОТОВИТЬ НЕЛЬЗЯ ЗАКАЗЫВАТЬ 14

ФОТОАЛЬБОМ  
#МСГ 15

ГЛАВНОЕ

СОБЫТИЯ  
ОКТЯБРЯ**Открытие коворкинга**

Октябрь для студентов МСГ стал месяцем приятных открытий, ведь 10 октября стартовала работа нового коворкинга «Место 2.0» в Студенческом доме №4. Это пространство было организовано при содействии Фонда развития МСГ и оборудовано всем необходимым для учёбы, тренировок и уютных кинопросмотров.

В честь открытия пространства активисты и студсовет городка вместе с заместителем директора Дмитрием Юрьевичем Смирновым торжественно задули свечку на праздничном торте, а потом продолжили знакомство с возможностями пространства в неформальной обстановке.



Коворкинг открыт для посещений ежедневно с 8:00 до 2:00, но если хочется организовать в нём собственное мероприятие, то необходима бронь пространства через группу в социальной сети «ВКонтакте».

**Субботник**

Октябрь традиционно становится в Санкт-Петербурге месяцем чистоты, ведь самостоятельно справиться с количеством опавших листьев в этот период дворникам довольно сложно.

Наши студенты присоединились к городской акции и вместе вышли на улицу, чтобы сделать наш общий дом немножечко чище. За несколько часов мы собрали все опавшие

листья в городке, побив при этом все рекорды по их количеству, а заодно пофотографировались и поели вкусной полевой каши с горячим сладким чаем.

Контролировали весь процесс уборки лично директор МСГ Александр Алексеевич Белокобыльский и его заместитель Дмитрий Юрьевич Смирнов. Они прошли по всей территории и смогли пообщаться с представителями всех корпусов. И это здорово!

**Мастер-классы и лекции**

Медиацентр МСГ не стоит на месте и развивается, проходя различные мастер-классы и воркшопы. И в этом месяце ребята сделали шаг вперёд, решив самостоятельно организовывать такие встречи в нашем городке! В новом пространстве «Место 2.0» по их инициативе уже прошли лекции о медиасфере.

Профессиональный фотограф Алексей Гострик прочитал лекцию о том, как организовать фотосъёмку в студии и каким образом выстроить световую схему, а руководитель 16 проектов Ольга Гандрабура рассказала ребятам, как правильно оформить заявку на грант и получить финансирование на свой проект.



Помимо этого, в онлайн-формате выступила руководитель проектов по научному направлению коммуникационного агентства «Бюро Up» Александра Оверченко. Она рассказала о принципах создания контента и рассказала на собственном примере о лайфхаках работы в медиа.



ГЛАВНОЕ

# DANCE BATTLE

25 октября в Доме молодёжи Санкт-Петербурга отгремело самое танцевальное и зажигательное событие студенческой жизни МСГ - Dance battle, который уже второй год подряд имеет статус городского мероприятия. Позади месяц основательной и всесторонней подготовки, большое количество бессонных ночей, многочасовых тренировок и приложенных усилий. И вот 12 команд из Студенческих домов и вузов города готовы показать, на что они способны, и выяснить, кто же достоин стать чемпионом Dance battle 2023.

Неожиданно для всех конкурс начался с танца команды МСГ BALDEZH fam, образовавшейся после Dance battle год назад по инициативе Даны Дулиной. Взрывной и зажигательный танец зарядил своей бешеной энергией всех без исключения, настраивая на незабываемый вечер.

И вот пришло время конкурсной программы. Первой свой номер представила команда BACKSHOTcrew из СПбГАСУ. Выступление девушек было завораживающим, плавным и органичным, а подобранные костюмы прекрасно дополнили выступление.

Следом на сцене появились загадочные танцоры из Студенческого дома №11, вызвавшие бурю эмоций. С первых мгновений их выступления зал взорвался множеством восторженных возгласов. Буйство красок, изумительная современная хореография, хорошо продуманные образы - этот корпус создал в своём номере сочетание всего самого лучшего.

Команда из Студенческого дома №8 устроила настоящий перформанс на сцене. Они запомнились слаженностью и отточенностью движений, эффектностью образов и харизматичным постановщиком. Ребята завораживали зрителя своей грацией и в то же время мощной энергией, которая от них исходила.

Блистательные пантеры из Студенческого дома №5 в этот день продемонстрировали всё своё изящество, гибкость и задор, представ перед публикой во всей красе. А музыкальное сопровождение их номера нашло особый отклик у всех присутствующих в зале. Этот танец явно не оставил никого равнодушным!

Вместе с танцорами из Студенческого дома №1 мы отправились прямиком в открытый космос. Выступление этих танцоров было тщательно проработано, начиная с оригинальных костюмов, заканчивая зажигательными треками Lady GaGa. Ребята, несомненно, подарили публике море внеземного удовольствия.

Команда Уютной трюечки в этот вечер удивила каждого без исключения, преобразившись в жителей сельской местности. Номер покорила зрителей своей лёгкостью, озорством и самобытностью, при этом он был слаженным и эффектным. Зал был просто в восторге от этих ребят и безоговорочно отдал им свои сердца.

Студенческий дом №9 перенёс всех в солнечную Испанию. Страстно, ярко и будоражаще — это всё можно сказать про выступление

этой команды. А хорошо подобранные костюмы и выразительные эмоции идеально дополнили их образ. После этого танца в зале стало не на шутку жарко.

Следующими на сцену вышла команда СПбГУПТД GUTIDance, которая представила достойный номер с красивой, тщательно проработанной энергичной хореографией. Танцоры зажгли танцпол и огонь в душе каждого.

Очаровательные девушки из Студенческого дома №10 решили ненадолго вернуться в 2000-е, представив жюри драйвовое выступление под нестаревшие хиты нулевых. От танцоров просто невозможно было оторвать взгляд, их задор и харизма сыграли немаловажную роль в успехе номера.

Ещё одни конкурсанты из СПбГУПТД продемонстрировали свои танцевальные таланты в составе команды Paradigma. Они перенесли нас в мир стритрейсеров, и это было безумно круто.

Студенческий дом №4 уже второй год подряд перевоплощается на сцене в образы спортсменов, и это может стать прекрасной традицией. В этом году они продемонстрировали свои бойцовские качества в динамичном, головокружающем танце. От них исходила просто бешеная энергия!

И заключительным было удивительное выступление команды Студенческого дома №7. Весь номер смотрелся очень гармонично и захватывающе, держа в напряжении до самого конца. А сам танец был просто потрясающим и привлекал своей многогранностью.

И вот настал тот волнительный момент конкурса, которого все ждали — оглашение результатов. Приз зрительских симпатий заслуженно получила команда Студенческого дома №3. Третье место занял обаятельный Студенческий дом №1. Уютная трюечка понравилась не только публике, но и членам жюри, поэтому она заняла второе место. И чемпионом самого танцевального конкурса МСГ в этом году стал заряженный Студенческий дом №4.

Вот таким был Dance battle 2023. Все команды проделали колоссальную работу, преодолели большое количество препятствий, подарили нам незабываемые эмоции и показали, насколько многогранным, вдохновляющим и безграничным может быть танец. И это только начало!

| ТАТЬЯНА БЕЛЕНКО, СД №8

## АВТОРСКАЯ КОЛОНКА

ПОЧЕРК  
КАК У ВРАЧА

Возможно, тебе уже доводилось слышать о том, что почерк человека, в особенности тот, что далёк от образцового, может рассказать многое о его владельце. Однако в школьную пору многие из нас подвергались нападкам со стороны учителей по поводу неразборчивости написанного, часто с отсылкой на куриц и врачей. Что ж, спешим разрушить эти общественные стереотипы и убедить тебя в их ошибочности!

**Размер букв**

Во-первых, поговорим о размере символов. Если в твоём почерке преобладают крупные буквы, значит, ты по характеру относишься к экстравертам, предпочитающим проводить время в компании, а также проявлять амбиции. Противоположностью им являются обладающие чертами человека-интроверта владельцы почерков маленьких размеров. Такие люди скромны и застенчивы, однако, более внимательны к деталям. А вот буквы среднего формата выдают в тебе сбалансированную, адекватную личность с хорошей способностью к адаптации в коллективной среде.

**Это интересно!**

Ежегодно 23 января во всём мире отмечается так называемый День ручного письма или просто День почерка, введённый с целью напомнить об уникальности и неповторимости почерка каждого из нас!

**Наклон почерка**

Даже такая незначительная, как кажется на первый взгляд, черта может рассказать о тебе кое-что интересное! Итак, наличие в письме наклона в левую сторону говорит о скрытности его обладателя и отсутствии желания привлекать к своей персоне излишнее внимание. Наклон в правую сторону, наоборот, означает сентиментальность его владельца, открытость ко всему новому, а также желание заводить знакомства и получать яркие впечатления. Ну а если твой почерк абсолютно ровный, то о тебе можно сказать как о человеке рационального склада ума, предпочитающем эмоциям логическое мышление и анализ.

**Размер пробелов**

Расстояние между словами тоже имеет немаловажное значение в описании характера личности. Большие пробелы связаны с желанием человека побыть в одиночестве, маленькие же говорят о его острой потребности во внимании и поддержке со стороны окружающих, чувстве изолированности от общества.

**Сила нажима**

То, с какой силой ты нажимаешь на ручку при письме, также имеет свою скрытую символику. Например, сильный упор на пишущий инструмент означает твою жизнерадостность, чувственность и повышенную эмоциональность, в то время как слабый, наоборот, характерен скорее для замкнутых, застенчивых людей. Средний нажим на бумагу при письме характеризует тебя как спокойную и уравновешенную личность.

**Правда или ложь**

Интересный факт: учёные-графологи, занимающиеся изучением и анализом письма, верят в то, что наш почерк не просто говорит об особенностях нашего характера, но и способен рассказать о правдивости написанного нами текста. Так было доказано, что участок письма, заметно выделяющийся на фоне основного текста более тесным форматом, иным наклоном или буквами слишком большого размера, скорее всего содержит какой-то обман. Также это может говорить о том, что человек сам сомневается в написанном.

А ещё у левшей и правшей кардинально разные характеристики почерка, их можно отличить и невооружённым взглядом.

Что ж, а мы надеемся, что после прочитанного тебе захотелось проанализировать собственный почерк и, возможно, удивить парочкой необычных фактов своих друзей!

| МАРИЯ КОСТОВАРОВА, СД №5

## РЕДАКЦИЯ РЕКОМЕНДУЕТ

ЭТИКА В  
КОЛЛЕКТИВЕ

Мы часто сталкиваемся с ситуациями, в которых нужна слаженная совместная работа с другими, иногда малознакомыми людьми. Групповые проекты, спортивные командные соревнования и даже просто общение в учебных аудиториях предполагают выстраивание гармоничных отношений, основанных на сотрудничестве.

Для того, чтобы общение было взаимно вежливым и учтивым, следует придерживаться определённых правил, которые помогут избежать межличностного конфликта и достичь общих целей.

**Уважение к мнениям и идеям**

Один из основополагающих принципов этики общения в коллективе - уважение к мнению и идеям других участников. Каждый член коллектива имеет право на своё мнение, поэтому важно выслушать и принять его во внимание. Демонстрируя вежливость и интерес к точке зрения других, мы создаем атмосферу открытого и конструктивного диалога.

**Честность и прямота**

Чтобы поддерживать доверие в коллективе, следует быть честным и прямым в своих высказываниях. Избегай обмана, оскорблений или подколов, ведь такие действия могут негативно сказаться на общей работе коллектива. Будь готов высказывать своё мнение и принимать конструктивную критику без обиды и агрессии.

**Толерантность**

Коллективы часто состоят из людей с различными культурными особенностями и религиозными убеждениями. Не стоит относиться пренебрежительно к тем, кто отличается от тебя. Безусловно, принятие других людей может быть сложным и требует открытости и толерантности. Однако именно в этой открытой атмосфере могут зародиться креативные идеи, которые приведут к наиболее оптимальным решениям.

**Конструктивное решение конфликтов**

Конфликты возникают в любом коллективе, и важно научиться решать их конструктивно. Вместо того чтобы усугублять разногласия или пытаться отстоять свою точку зрения любой ценой, попробуй прийти к компромиссу

и найти общее решение. Обсуди проблемы с другими участниками коллектива и дай возможность высказаться каждому.

**Ответственность и поддержка**

Поддерживай своих коллег и помогай им, когда они нуждаются в этом. Будь готов выступить в защиту других, если они сталкиваются с несправедливостью или обидами, и тогда ты выстроишь крепкие доверительные отношения, которые могут перерасти в дружбу.

**б. Конфиденциальность и приватность**

Когда мы общаемся с другими людьми, очень важно уважать их право на приватность. Терпимость и осторожность в отношении информации, которой другие люди делятся с нами, – главное условие для открытого и искреннего общения.

В некоторых организациях есть отдельные специалисты, которые отвечают за соблюдение корпоративной культуры и этики. Их задача - создать в коллективе атмосферу доброжелательности, чтобы повысить производительность. Конечно, такой специалист не будет узнавать, желаешь ли ты доброго утра своим коллегам, но вполне может вмешаться в назревающий конфликт.

Создание дружественной атмосферы в коллективе не только улучшает наше настроение и эмоциональное благополучие, но и повышает качество работы и продуктивность коллектива в целом. Это процесс, который требует постоянного развития и совершенствования, а также усилий каждого его участника. Ключевыми элементами здоровых взаимоотношений являются осознанность в своих действиях и внимательность к нуждам других людей. Когда мы уделяем внимание этим аспектам, мы можем создать комфортные условия и стать частью команды, а значит, улучшить свою жизнь во всех её сферах.

| МАРЬЯМ АГАБАЛАЕВА, СД №9

ИНТЕРВЬЮ

ЭМИЛЬ  
АБДУЛЛИН

«Генерирующая идеи машина, которой хочется успеть реализовать всё». Нет, это не новый гаджет, созданный лучшими умами человечества, это Эмиль Абдуллин – активный житель, а с недавних пор сотрудник нашего студенческого городка. Именно благодаря инициативе Эмиля открылись полюбившиеся многим студентам коворкинги «МЕСТО» в Студенческих домах №8 и 4

**Эмиль, с чего начался твой путь в городке и студсовете?**

Я уже 5-й год живу в МСГ и ещё с первого курса я залетел в тусовочку Студенческого совета. Был сначала секретарём в своём корпусе, потом культурным организатором и после уже стал председателем студсовета Студенческого дома №8. Два года проработал на этой должности и вот, в мае, отдал бразды правления следующему председателю. Ушёл я в другую движуху и параллельно с этим стал заместителем председателя Студенческого совета МСГ.

**Почему возникла идея создать коворкинг? Что тебя подтолкнуло к реализации этого замысла?**

Когда я только заехал в общежитие, на территории МСГ практически не было отдельных зон для учёбы. Конечно, функционировали библиотека и чертёжный зал в первом хозяйственном корпусе, но атмосферой они не отличались. Во время коронавируса столовая в моём корпусе закрылась и помещение пустовало. Администрация городка захотела сделать там учебную комнату как в библиотеке. Но мы с отделом по молодёжной политике решили внести свои корректировки и продумали примерную идею наполненности пространства, чтобы можно было заниматься не только учёбой, но и репетировать, играть в настольные игры, смотреть фильмы, проводить гитарные вечера и просто «втыкать» в телефон. Так и зародилась идея создания коворкинга.

**Помогал ли кто-то с обустройством коворкинга или же всё было на чистом энтузиазме?**

В первую очередь, конечно же, администрация городка нам помогла сделать ремонт. Наши рабочие всё красили, ставили потолки, электрику. Я самостоятельно колотил сидушки из деревянных палет, а после ремонта с активистами проводили комплексную уборку.

Если говорить о мебели, то поспособствовали наши партнёры – Аэропорт Пулково, они частично профинансировали покупку мебели в Восьмёрке. В четвёртом корпусе уже всю мебель нам закупил Фонд развития МСГ.

**Поделись, столкнулся ли ты с трудностями при реализации проекта?**

Да, куда же без них! Опять-таки была трудность с мебелью, пришлось делать многое своими руками, но это тоже опыт.

В целом администрация городка идею поддержала, поэтому я не могу сказать, что у нас были какие-то проблемы.

Единственное, иногда хочется, чтобы ребята научились за собой убирать. Студенты приходят, двигают мебель, к сожалению, не всегда ставят её на место. Но мы к этому потихонечку приходим, ребята всё более ответственно относятся и берегут имущество коворкингов.

**Имел ли ты уже подобные проекты в своей практике или это первый опыт?**

Первый опыт у меня был 2018 году, когда я выиграл грант от Росмолодёжи. Мы обустроили в Уфе зону отдыха в парке. Её мы тоже собирали частично из палет, уже тогда я набил руку. Так я понял, что можно придумывать проекты и получать финансирование. Сейчас с отделом по молодёжной политике мы тоже стараемся активно участвовать в грантовых конкурсах, например, подали заявку на обустройство читального зала библиотеки, ждём результатов и надеемся на лучшее. Но именно по организации коворкинга это первый проект.

**Откуда такое стремление быть активным?**

Ещё со времён учёбы в школе я активно участвовал во всевозможных мероприятиях, там меня окружали такие же ребята. Можно сказать, что я зарядился от них энергией и теперь тоже не сижу сложа руки. Также в детстве с отцом мы всё время что-то ремонтировали, поэтому ещё с раннего возраста я умею работать с инструментами.

Сейчас я продолжаю развивать свою насмотренность, хожу по городу, поглядываю, какие у нас открываются новые пространства и как они выглядят.

**Есть ли дальнейший план развития студенческого городка?**

Я постоянно хожу по городку и делаю себе различные пометочки: что можно ещё добавить, где нужно что-то убрать или изменить. В целом каждый год мы составляем план работы по ремонту городка. Помимо текущих задач, на следующий сезон у нас в планах заняться библиотекой, чертёжным залом и учебной комнатой Студенческого дома №5. Все эти помещения сейчас находятся в удовлетворительном состоянии, но нельзя сказать, что там очень красиво и комфортно. Поэтому начнём, думаю, мы именно с этих площадок.

| ОЛЕСЯ ЧЕРНЫХ, СД №10



## РЕДАКЦИЯ РЕКОМЕНДУЕТ

# АФЕРИСТЫ В СЕТИ

**В современном мире технологии не только облегчают нашу жизнь, но и несут с собой риски. Интернет — это всемирная коммуникационная система, место для общения и развлечения, а вместе с этим ещё и удобное пространство для мошенничества. К сожалению, обман через интернет уже давно превратился в обыденное явление и не вызывает изумления.**

Аферисты придумывают всё более необычные виды и схемы обмана в интернете. Стоит разработчикам создать новую систему защиты от кражи денег и личной информации, как жулики тут же приступают к поиску варианта её обхода. В этой статье мы рассмотрим, как не поддаваться на уловки мошенников, а также расскажем, как работают основные схемы обмана и куда обращаться за помощью, если всё-таки попался на удочку.

### Основные схемы Ложная лотерея

Одна из популярных схем, которую часто используют мошенники в интернете. Обычно это происходит так: на сайте ты видишь баннер, на котором написано: «Вы выиграли 100 000 рублей!». Для того чтобы получить выигрыш, тебе предлагается перейти по ссылке. Там ты видишь, что для получения денег необходимо ввести данные своей карты и оплатить взнос. Он может быть представлен как налог на выигрыш или комиссия лотереи, но суть одна — оплаты часть, чтобы забрать всё.

### Фишинговые сайты

Желающих делать покупки в интернете или распродавать то, что уже не нужно, мошенники тоже часто берут в оборот. Если ты являешься продавцом какой-либо вещи, то мошенник присылает тебе сообщение о том, что покупка уже оплачена и просит для получения денег перейти по ссылке на сайт, который похож на реальный сервис. Кстати, часто такие сайты оформлены в стилистике известных банков.

### Звонки от «сотрудников банка»

Этот способ интернет-обмана представляет собой совокупность из кибермошенничества

и приёмов социальной инженерии. Обычно аферисты звонят тебе от имени службы безопасности банка и сообщают, что на твоём счёте обнаружена подозрительная активность. Иногда они утверждают, что со счёта пытались перевести крупную сумму или взять на твоё имя кредит, пытаясь вызвать у тебя панику.

### Приложения для смартфонов

Под видом обычных программ, которые ты желаешь установить на своё устройство, могут скрываться зловерные приложения, несущие в себе вирус или открывающие доступ к личным данным. Кибермошенники активно этим пользуются.

### Куда сообщать о мошенничестве

Если ты или твои близкие столкнулись с аферистами, необходимо подать заявление в полицию об интернет-мошенниках. Для этого нужно обратиться в ближайшее отделение как можно скорее. Заявление составляется очень просто и содержит данные заявителя, то есть ФИО, паспортные данные, фактический адрес проживания и контактный телефон, а также суть заявления — информацию о мошенниках в интернете, описание произошедшего со всеми подробностями в свободной форме.

### Как не стать жертвой мошенников

Чтобы не попасться на уловки мошенников, нужно не паниковать, проявлять бдительность при совершении любых денежных операций с помощью банковских карт и никогда никому не раскрывать данные карты. Сотрудники банка никогда не требуют назвать их или код CVV на обороте, все необходимые данные для работы с тобой у них уже есть.

**АНАСТАСИЯ КРАВЦОВА, СД №11**

## АВТОРСКАЯ КОЛОНКА

# ТАНЦЫ ИЗ ФИЛЬМОВ

**Согласись, порой стоит смотреть фильм только ради одной сцены с танцем персонажей! А многие актёры становятся популярными благодаря всего лишь хореографии, чем привносят новые тренды не только в киноиндустрию, но и жизнь всех вокруг. Расскажем тебе о том, как создавались самые популярные киношные танцы, как они давались актёрам, и что в них было самым сложным. Ты точно узнаешь что-то интересное!**

Начнём с культовой серии фильмов «Шаг вперёд» и тех потрясающих танцев, который каждый пытался повторить в детстве. Знал ли ты, что в этих кинокартинах не было использовано ни одного спецэффекта и ни одного элемента графики, а все актёры сами исполняли трюки? Хореографы не менялись на протяжении всех пяти частей, двое из них даже сами выступили актёрами и исполнили свои номера на камеру. К последней части фильма команда долго не могла придумать идею, которая поразила бы зрителей, но та неожиданно пришла сама в магазине стройматериалов и товаров для дома. Главный постановщик Джамал Симс рассказывал, что они нашли в магазине тележки для мусора, которыми потом в фильме управляли брейк-дансеры. А увидев песок и вентиляторы, решили отталкиваться от идеи четырех стихий: воды, земли, огня и воздуха. Сцена с огненными танцами не должна была состояться: помещение не было оборудовано для такого шоу и устраивать его было рискованно. Но в последний момент постановщики решили, что позовут профессионалов, которые точно справятся с этой задумкой, поэтому эти кадры мир всё-таки увидел.

Следующий танец из сериала «Уэнсдей» повторяли практически все, в том числе люди, далекие от мира кино. Движения героини стали трендом всех социальных сетей. Мало кто догадывается, но актриса сама поставила этот танец — ей предлагали в помощь хореографа, но она отказалась. Дженна Ортега посчитала, что только она чувствует свою героиню настолько хорошо, чтобы точно воссоздать её образ в этой сцене. Актриса рассказала, что вдохновлялась образом Сьюзи Сью, а также архивными кадрами танцев западных звёзд 90-х годов. Фанаты заметили, что одно движение взято из оригинального фильма про семейку Аддамс, а точнее — из момента, где глава семейства Гомес танцует с женой. Кстати, в день съёмки этой популярной сцены Дженна заболела ко-

ронавирусом, поэтому во многих интервью она повторяла, что хотела бы переснять танец.

### Это интересно!

Самой знаменитой сценой фильма «Криминальное чтиво» была и остаётся та, где Винсент и Миа танцуют твист под Let's Twist Again. Эту сцену снимали 13 часов подряд и всё из-за того, что Ума Турман никак не могла расслабиться и очень стеснялась. Кстати, хореографами знаменитого твиста стали Тарантино и Траволта, который когда-то был профессиональным танцором.

Культовый фильм «Маска» смотрел каждый. И если мы в то время были ещё совсем маленькими, то люди постарше просто сходили с ума от танца Джима Керри с маракасами. Его румбу повторяли все, хотя ценители и не могут определить точный стиль движений.

Актёр не раз показывал репортёрам элементарные движения своего танца, а повторить его пытались миллионы людей. Интересный факт: в своих социальных сетях Джим писал, что за всё время его карьеры никто не заменял его в танцах или трюках, для реалистичности кадра он сам тренировался днём и ночью. Чтобы вжиться в роль и станцевать на съёмочной площадке, актёр ходил на групповые занятия зумбой. Самым неудобным в танце для него была маска: она была очень тяжёлая и выполнять движения с лёгкостью, как того просил режиссёр, получалось далеко не с первого раза. Но в любом случае на экранах мы увидели только энергию и лёгкое безумие, поэтому точно можно сказать, что актёр справился на славу!

**ОЛЬГА РУДЬКО, СД №11**

РЕДАКЦИЯ РЕКОМЕНДУЕТ

ТОТ САМЫЙ  
СЛОВАРЬ

Да уж, в университете действительно сложная структура. Столько вопросов! Чем отличается факультет от кафедры? Почему все так боятся сессии? Что, чёрт возьми, такое коллоквиум? Обилие непонятных слов пугает, но на самом деле всё куда проще, чем кажется. Так давай переведём все эти заумные термины на понятный язык.

**Ректор** – самый главный в вузе. Он является лицом университета, несёт ответственность за результаты его работы и распоряжается финансами. Именно он подписал твои приказ о зачислении и студенческий билет. Проще говоря, ректор следит за тем, чтобы ничего не посыпалось. У ректора есть заместители – проректоры, которые управляют определенными аспектами вузовской организации.

**Факультет** – все же смотрели фильмы про Гарри Поттера? Почти то же самое, только без распределяющей шляпы, а вместо Гриффиндора и Слизерина – специальности. Например, в твоём учебном заведении может быть факультет для физиков, филологов, историков и программистов. А главный человек на нем – это декан, напрямую подчиняющийся ректору. В некоторых вузах несколько факультетов могут быть объединены в институт.

**Деканат** – в двух словах, это управление факультета, а для студентов – комната страха. Скорее всего, ты не захочешь сюда попадать, потому что именно в деканате будут решаться проблемы с неуспеваемостью, пропуском пар и возможностью отчисления. Также там одобряют академический отпуск.

**Академический отпуск**, он же академ – твоя возможность вспомнить, что такое свободное время. Это перерыв от учёбы на срок до двух лет. Академ можно взять по семейным причинам, состоянию здоровья или при возникновении непреодолимого желания пройти воинскую службу. Брать его можно сколько угодно раз, но учти: при повторном уходе в академ твоя отсрочка от призыва в армию сгорает.

Вернёмся к учебной иерархии. На каждом факультете существуют **кафедры** – клубы умных голов, состоящие из преподавателей, которые обучают смежным предметам. А ещё там ведут научную работу и пишут методички.

Теперь, когда мы разобрались, как тут всё устроено, самое время поговорить о том, какие существуют виды пар.

**Лекция** – пара, на которой твою голову будут накачивать знаниями. На ней преподаватель объясняет тему предмета в формате монолога. А ещё то, что было на лекциях, обязательно спросят на зачёте или экзамене.

**Семинар** – это болтовня с преподавателем, на которой ты можешь задавать вопросы, обсуждать проблемы и решать практические задачи. Семинар предполагает активное участие студентов.

**Лабораторные работы** – занятия, позволяющие почувствовать себя в шкуре учёного. Ха-

лат, к сожалению, не гарантирован. На лабах ты будешь проводить эксперименты, что-то измерять, анализировать и учиться работать с инструментами и оборудованием.

**Коллоквиум** – мозговой штурм, на котором будут мучить вопросами по дисциплине, чтобы выяснить, насколько хорошо ты усвоил пройденные темы. Он может проводиться как индивидуально, так и в групповой форме.

Не стоит забывать и о науке. Даже если в школе ты к ней не тяготел, в университете с тебя попросят **научные статьи**. Не переживай, изобретать планету и писать во все газеты мира с просьбой о публикации не потребуются. Подумай об этом как о самом обычном эссе, которое в итоге будет напечатано в журнале.

А теперь перейдём к самому ответственному периоду в семестре, вызывающему панику у любого студента – **аттестации и сессии**.

Но перед сессией придёт в кратчайшие сроки впихнуть в голову всё, что ты учил в течение семестра во время **зачётной недели**. На ней ты будешь подчищать имеющиеся хвосты, сдавать курсачи и получать зачёты. По некоторым предметам зачёты могут быть дифференцированными: вместо отметки «сдал-не сдал» тебе будет выставлена оценка от неуда до отлично. В итоге нужно ликвидировать все задолженности, и тогда ты будешь допущен к сессии. Если хорошо учиться в течение семестра, то проблем возникнуть не должно.

И, наконец, финальная точка семестра и апогей головной боли – **экзаменационная сессия**. Обычно она начинается в конце декабря и длится около месяца. Летом – с конца мая по июль. Как видно из названия, во время этого периода студенты сдают экзамены с перерывами около трёх дней на подготовку. Самих экзаменов обычно не больше шести. Если же ты что-то не сдал, то можно отправиться на **дополнительную сессию**. «Допса» – твой спасательный круг и шанс пересдать некоторые дисциплины. Проходит она после основного периода сессии. Важный совет – **зачётная книжка** всегда должна находиться при тебе как на зачётной неделе, так и на экзаменационной, ведь именно в неё должна быть поставлена оценка.

Надеемся, теперь стало чуть-чуть понятнее. Не забывай, что у каждого учебного заведения своя специфика, поэтому некоторые моменты могут отличаться. И если что-то непонятно, то не стесняйся и задавай вопросы преподавателям и студентам старших курсов.

| ДАНИИЛ ЛУТФУЛИН, СД №3

АВТОРСКАЯ КОЛОНКА

# ГОТОВИТЬ НЕЛЬЗЯ ЗАКАЗЫВАТЬ

Все студенты во все времена сталкивались с тремя главными проблемами: как не умереть с голоду, как все успеть и где взять денег. Последние две – довольно субъективные, рассуждать можно долго.

А вот с питанием всё просто, но одновременно и сложно. Вбиваешь в поисковик прямой запрос «как правильно питаться» и видишь миллион статей, суть которых можно уложить в одно предложение:

«Считай БЖУ по формулам, ешь меньше переработанной еды и больше зелени. Ах да, ещё забудь о фастфуде и замороженных полуфабрикатах.»

И единственная мысль, которая появляется в голове после прочтения таких материалов: «А они вообще живут или только едят укроп и считают калории?»

Простому студенту тяжело понять, как это: взвешивать еду и каждый раз изучать состав. У большинства это либо ассоциируется с качками-мужичками, либо с очередной волной похудений к лету.

В этой статье никто не будет тебя призывать к подобному. Если чувствуешь, что узнать свой стандарт необходимо – есть множество калькуляторов. Если нет – просто вбей в поисковике «норма калорий возраст-пол-вес» и всё. От этого и будешь отталкиваться.

Количество калорий необходимо знать по двум причинам. Во-первых, так ты точно знаешь, сколько тебе нужно, и не переедаешь. Во-вторых, ты точно знаешь, сколько нужно, и не голодаешь. Всё просто, никакой высшей математики.

Вероятно, всё, что сказано выше, ты уже давным-давно знал. Окей, будем считать, что это было не для тебя, а для Лёши, который только уехал из родного дома и не знает, что такое газовая плита.

Чтобы не утонуть в море формальностей и «Но, Или, Почему», в этой статье разбираются только варианты еды в стенах МСГ.

Основные варианты:

- готовка в момент голода,
- готовка заранее,
- сервисы готовой еды на N-ное количество дней,
- столовые.

Готовка в момент голода – скорее вредная

привычка, нежели выход из ситуации. Ведь не всегда есть силы, желание или время готовить, из-за чего формируются опасные для здоровья паттерны: есть на бегу, перекусывать, куда-то заходить и так далее.

Готовка заранее – один из самых оптимальных вариантов. Кто-то варит супы на несколько дней, кто-то закупается контейнерами и делает комплексные обеды впрок. Главный минус тут – вкус еды. С каждым днём еда будет заставляться и становиться менее вкусной.

Сервисы готовой еды. Не будем называть все, но возьмём конкретный пример – сервис «Приём». И нет, это не реклама. За 1500 калорий ты отдаёшь 559 рублей в день (при заказе сразу на месяц). Это сухие цифры, которые мало о чем говорят. Для примера: в одном Биг Маке (Биг Хите) 540 калорий, а в яичнице с гарниром около 400. Не забываем, что среднему парню в день нужно около 2500 калорий, а девушке – 2000.

Всё, можно выдохнуть, цифры закончились. Главные плюсы – не нужно готовить и блюда в 90% случаев будут вкусными. Минусы – дорого и не всегда полезно (зависит от сервиса доставки).

Столовки – это святое, понимаем. Но будем реалистами: средний чек в 300 рублей за комплексный обед – это не выгодно. А если учесть десерт, то вообще становится жутко. Поэтому на постоянной основе есть там будет дорого и не всегда полезно.

Вывод в двух словах: покупай контейнеры и кастрюли, готовь обеды с запасом и носи перекусы с собой. Если без шуток, то вариант с готовкой заранее самый оптимальный. Легче контролировать бюджет, качество продуктов и количество калорий. Поначалу придётся выделять полдня или даже целый день на готовку, но со временем у тебя появится список любимых блюд и простых рецептов.

Будешь ходить с записной книжечкой, как твоя бабушка, и бухтеть на цены. Зато здоровый, красивый, а главное – сытый.

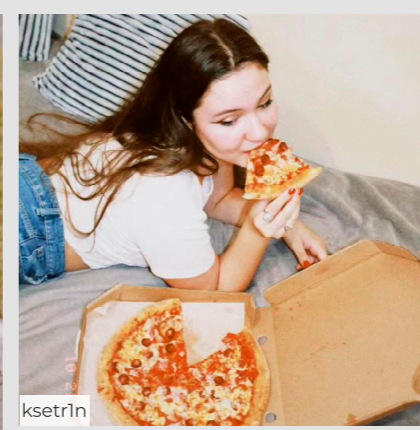
Тимофей Коршиков, СД №4

ФОТОАЛЬБОМ

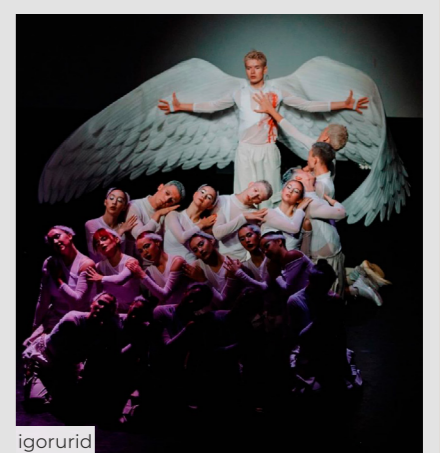
# #МСГ



aarheshia



ksetrIn



igorurid



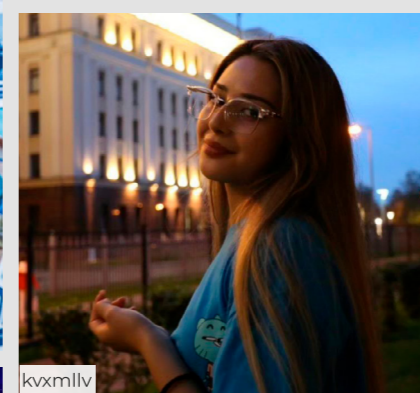
wrytn.w



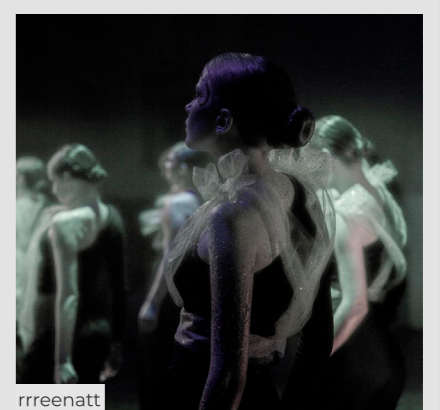
likaonskaya



loveo4kaaa



kvxmllv



rrreenatt



d\_darriaaa



kozlowa\_lisa\_6432



arinkinmir



# БЛИЖАЮЩЕГОСЯ

29 НОЯБРЯ 2023  
В 19:00

ДОМ МОЛОДЕЖИ  
ПР. НОВОИЗМАЙЛОВСКИЙ, 48

## Журнал Межвузовского студенческого городка в Санкт-Петербурге «В МСГ ПОЙМУТ»

**Главный редактор** С.А. Короткова

**Редакционная коллегия:** директор МСГ А.А. Белокобыльский, начальник ОМП Л.З. Музаффарова

**Верстка** Д.А. Михайленко

**Корректор** Е.В. Космина

**Корреспонденты:** Т. Анисифорова (СД №1), Д. Лутфулин (СД №3), Т. Коршиков (СД №4),  
М. Костоварова (СД №5), Т. Беленко (СД №8), О. Черных (СД №10), З. Асадчая (СД №11), О. Рудько (СД №11).

**Фото на обложке:** Дарья Картушина (СД №9)

### Контактная информация:

**Адрес:** г. Санкт-Петербург, ул. Бассейная д. 8.

**Телефон приёмной:** 369-93-80; **Факс приёмной:** 369-01-08; **E-mail:** info@msg-spb.ru

Тираж 500 экз.