ГАЗЕТА ЎЗНАГАРОДЖАНА ГАНАРОВАЙ ГРАМАТАЙ ВЯРХОЎНАГА САВЕТА БССР

БЕЛАРУСКІ УНІВЕРСІТЭТ

ГАЗЕТА БЕЛАРУСКАГА
ОРДЭНА
ПРАЦОЎНАГА ЧЫРВОНАГА
СЦЯГА ДЗЯРЖАЎНАГА
УНІВЕРСІТЭТА

28 ВЕРАСНЯ
1995 года
чацвер

№13 (1730)

Навіны спорту

•Падведзены вынікі 43-й унутрыуніверсітэцкай спартакіяды 1994-1995 навучальнага года. Спартыўныя каманды розных факультэтаў спаборнічалі паміж сабой па 20 відах. У выніку: І-е месца заняў факультэт прыкладной матэматыкі і інфарматыкі, ІІ-е юрыдычны факультэт, ІІІ-е механіка-матэматычны факультэт.

•Ідзе падрыхтоўка да рэспубліканскай міжвузаўскай спартакіяды. Раней яна праводзілася па 30 відах спорту, але ў сувязі з недастатковым фінансаваннем колькасць відаў значна скарацілася. Дарэчы, на гэтых прэстыжных спаборніцтвах Беларускі дзяржаўны універсітэт саступае толькі Акадэміі фізічнага выхавання і спорту.

•У БДУ стала традыцыяй спартыўныя мерапрыемствы новага навучальнага года пачынаць з кросу першакурснікаў. І хаця некаторыя універсітэцкія традыцыі, на вялікі жаль, становяцца гісторыяй, крос першакурснікаў будзе праходзіць і ў гэтым годзе. Адбудзецца ён у нядзелю 1 кастрычніка.

•Студэнты універсітэта прымаюць удзел і ў міжнародных спаборніцтвах. Нядаўна студэнт IV-га курса геафака Булат Віктар стаў сярэбраным прызёрам у штурханні ядра, а студэнт ІІ-га курса гістфака Сухамазаў Дзмітрый — бронзавым прызёрам у дзесяцібор'і на Сусветных студэнцкіх гульнях у Японіі. Віншуем з перамогай!

•Ва універсітэце працуюць 22 спартыўныя секцыі. На нядаўнім сходзе, што прайшоў для студэнтаў першага курса, адбыўся набор папаўнення. Запісваліся больш на "прэстыжныя" — валейбол, баскетбол. Але асаблівага жадання займацца спортам, а не фізкультурай першакурснікі не праявілі.

Анонс

Першы адкрыты турнір па брыджу "Кубак Універсітэта"

Спадары! Беларускі Саюз Брыджа сумесна з Мінскім інтэлект-клубам "Рэгул" праводзіць Першы турнір па брыджу "Кубак Універсітэта". Турнір з'яўляецца адкрытым, а гэта значыць, што ўдзельнічаць у парным і матчавым першынствах могуць усе ахвотныя. Турнір адбудзецца 13-14 кастрычніка 1995 года ў Мінску.

Калі ласка, паведамце аргкамітэту аб магчымасці Вашага ўдзелу ў "Кубку" загадзя. У гэтым выпадку Вам перададуць дадатковую інфармацыю аб арганізацыйным узносе, правілах правядзення турніра.

Па ўсіх пытаннях, якія Вас цікавяць, звяртайцеся да студэнтаў фізічнага факультэта БДУ Сяргея Сакалова (ІІІ курс), Антона Кузьміцкага (ІІІ курс), Антона Гусакова (ІІ курс) асабіста або па тэлефонах: 62-45-06 (Сяргей), 64-91-95 (Антон), 58-52-35 (Антон). Апошні дзень прыёму заявак 5 кастрычніка.

Паспрабуйце свае сілы і дастаўце сабе задавальненне. А пераможцаў чакаюць прызы! Генеральны спонсар турніра НВП "Гарант-Сервіс", стваральнік даведачнай інфармацыйнай сістэмы "Гарант".

"Сігнал да атакі — тры зяленых свісткі"

Нашая газета пісала ўжо аб сітуацыі, якая склалася вакол ваеннай кафедры БДУ (гл. № 9 за 1 чэрвеня 1995 года). Як вядома, гэтую кафедру збіраліся закрываць.

Напэўна, вестка аб тым, што кафедра будзе дзейнічаць, узрадуе студэнтаў БДУ: усё ж такі лепш пахадзіць на "ваенку", чым ісці ў войска. На вялікі жаль, радавацца будуць не ўсе...

Бяда ў тым, што набор на кафедру абмежаваны — па 20 чалавек на 13 спецыяльнасцяў; такім чынам, усяго 360 чалавек. Нават недасведчанаму чалавеку ясна, што ахвотных ва універсітэце набярэцца значна больш.

Але падзел на "будучых лейтэнантаў" і "шарагоўцаў" адбудзецца не толькі ўнутры факультэтаў. Паводле загада Міністра абароны, набор на ваенную кафедру адбываецца толькі з прыродазнаўчых факультэтаў (фізфак, хімфак), факультэтаў дакладных навук (ФПМ, факультэт радыёфізікі і электронікі), а таксама пашчасціла некаторым прадстаўнікам грамадскіх навук (ФЭФ, юрфак, міжнароднае аддзяленне гістфака). У выніку гуманітарыі апынуліся "за бортам". Ім застаецца хіба што зацягнуць следам за Алесем Камоцкім: " Ой, здзіўляеш ты мяне, родны край!.."

М.Тапіля

Актуальна

Любімы студэнтамі і выкладчыкамі "прафілак" з жніўня закрыўся на няпэўны перыяд часу (прыкладна да Новага года). Прычына да болю банальная — няма грошай.

Праўленне рэспубліканскага Фонду Здароўя адмовіла універсітэту ў выплаце датацый для фінансавання пуцёвак. А самастойна ўтрымліваць прафілакторый універсітэт, на жаль, не здольны.

І хаця прафілакторый пакуль не расфарміраваны, з цяжкасцю верыцца, што знойдзецца які-небудзь "багаценькі дзядзечка", якому будзе карцець здароўе студэнтаў. Здароўе студэнтаў — у руках саміх студэнтаў.

Выставы

Цудоўная выстава, прысвечаная 100-годдзю сусветнага кінематографа, размясцілася на першым паверсе Нацыянальнай бібліятэкі імя Ф.Скарыны. На ёй прадстаўленыя кнігі з фондаў бібліятэкі, звязаныя з кінамастацтвам Францыі, Югаславіі, Польшчы, Венгрыі, Германіі, Балгарыі, Італіі, Беларусі і г.д. Ёсць на выстаўцы і кніга Жоржа Садуля "Усеагульная гісторыя кіно" у чатырох тамах.

На стэндзе, які знаёміць з гісторыяй савецкага кіно, прадстаўленыя кнігі пра самых папулярных акцёраў — Клару Лучко, Мікалая Губенку, Яўгена Еўсцігнеева, Людмілу Гурчанку і іншых.

На выставе таксама прадстаўленыя кнігі, якія знаёмяць з творчасцю сусветна вядомых акцёраў — Марлен Дзітрых, Жана Габэна, Катрын Дзянёў і г.д.

Студэнцкае жыццё

Такога зацішша ў першыя вераснёўскія дні універсітэт не бачыў ніколі. У мінулым годзе яшчэ 125 студэнтаў мітусіліся, спявалі пад гітару, чакаючы транспарту ад падшэфнага калгаса. У пазамінулы год іх увогуле была тысяча. А сёлета... Глынуць рамантыкі і аказаць дапамогу дзяржаве на калгасных палях не давядзецца нікому са студэнтаў БДУ.

На гэтым здымку вы бачыце студэнтаў папярэдніх гадоў.

Фэсты

ОРША. ВЕРАСЕНЬ. АДСПЯВАЛІ БАРДЫ.

На мяжы лета і восені электрычкі пачынаюць вазіць у Оршу дзіўную публіку — людзей з палаткамі, гітарамі ды заплечнікамі. Традыцыйнае насельніцтва электрычак — тарбэшнікі — глядзіць на іх з лёгкім шокам у вачах і грымасай падазрэння на твары: калі яны не канкурэнты, дык навошта столькі вязуць з сабой? А калі канкурэнты — чаму так дзіўна паводзяць сябе?

Людзі з гітарамі сапраўды едуць не на базар у Расію: яны сыходзяць у Оршы і накіроўваюцца на бардаўскі фэст "Аршанская бітва". Уражаннямі ад фэста "Аршанская бітва-95" я і хацеў бы падзяліцца з чытачамі "Беларускага універсітэта".

Прыезд

Калі да Оршы засталася гадзіна язды, пачаўся дождж (той, хто быў у Мінску, можа прыгадаць, што 8-га верасня тут надвор'е было цудоўнае). Праз шэрую імжу і брудныя вокны вагона спрабавалі мы разгледзець на вакзале абяцаную арганізатарамі сустрэчу. Нарэшце дзверы электрычкі неахвотна адкрыліся — на пероне стаяла прыбіральшчыца ў замызганым сінім халаце, на якім выдзяляўся бел-чырвона-белы значок. Сустракаюць?.. Высветлілася, што сустракаюць, але не нас... Нас чакалі іншыя...

І вось бітма набіты "Ікарус", стараннаператрасаючы ўсю хеўру на кожнай дарожнай выбоіне, вязе нас на поле, дзе і мусіць адбыцца фэст.

Дождж пры гэтым, хачу нагадаць, не сціхае. А ставіць у дождж палатку, што давялося рабіць нашай кампаніі,— не самы цымус: людзі дасведчаныя, каму даводзілася з гэтым сутыкацца, могуць пацвердзіць.

Першая ноч

Дождж ленавата, не спяшаючыся, аціхаў. Ноч з пятніцы на суботу сваёй тэмпературай нагадала, што пачатак верасня — гэта ўсё ж такі восень. У такое надвор'е, як сказаў мой сябар, апрача гарэлкі можа грэць толькі палымяная пачуццё энтузіязму.

Зрэшты, большасць абыходзілася вогнішчам, да якога хутка падцягнулі мікрафон, і пачалося тое, для чаго, уласна кажучы, і прыехала сюды большасць народу: пачалі спяваць барды.

Аднак цяжка сказаць штонебудзь адметнае аб тых, хто выступаў у першую ноч. З больш-менш вядомых быў адно толькі Кастусь Герашчанка — заўсёднік аршанскага фэста. А з невядомых зацікавіў сваімі спевамі Яўген Савельеў з Віцебска: хоць зараз, напэўна, яшчэ рана нешта прадказваць, але прыгожыя складаныя гітарныя мелодыі (пры ўмове таго, што ў аўтара будзе менш шаблоннасці) абяцаюць аматарам жанру шмат задавальнення ў будучыні. Яго хіба што і трэба назваць адкрыццём фэста.

Субота

Субботняе сонца абсушыла тых, хто не здолеў высахнуць каля вогнішча, і з прыязнасцю назірала за тым, як удзельнікі фэста ставілі крыж. Асвечаны каталіцкім святаром, ганарліва ўзнёсціца ён цяпер, бачны з абодвух берагоў Дняпра...

Паколькі сёлетні фэст быў абвешчаны не бардаўскім, а фэстам беларускай маладзёжнай музыкі, то суботні канцэрт пачаўся выступамі рок-гуртоў. Аднак беларускамоўныя гурты якраз былі ў Маладзечне на фэсце "Рок па вакацыях", таму давялося задаволіцца англамоўнымі, большасць з якіх напросту не вядомыя шырокай публіцы.

Падчас рокавай кананады на поле працягвалі падцягвацца ўдзельнікі і госці фэста...

І вось адгучалі апошнія акорды рокавых кампазіцыяў. Вядучы фэста Юрась Копцік папрасіў пяцізвілінната перапынку для таго, каб змог падрыхтавацца тэатр чытальнікаў "Жывое слова", створаны пры Мінскім педагагічным універсітэце. Пяцізвілінны перапынак доўжыўся болей за гадзіну. Ён цягнуўся, цягнуўся, цягнуўся. А потым неяк рэзка скончыўся.

Тэатр "Жывое слова", трэба адзначыць, паказаў простатакі сапраўдную канцэртную праграму, дзе было ўсё: і добрыя вершы, і лірычныя песні, і гумарыстычныя мініяцюры.

Другая ноч

Сапраўды, выступленні бардаў пачаліся ўжо поначы. Сёлета фэст ушанаваў сваёй прысутнасцю "мэтр" беларускай аўтарскай песні Алесь Камоцкі. Затое новых бардаў было значна менш, чым на ранейшых фэстах...

Дый усюдыісны звычайна Андрэй Мельнікаў ("гаспадар халявы", як ён сам назваўся на адным з папярэдніх фэстаў) перастаў валадарыць на сцэне. Можа, надвор'е не спрыяла?..

На жаль, да мікрафона дарвацца ўдалося не ўсім бардам, якія прыехалі на фэст: надыходзіў туман, і гаспадар сёлетняй "халявы" Юрась Копцік папрасіў закругляцца, каб даць магчымасць выступіць астатнім рок-гуртам.

Аднак нават гэта не дапамагло — у адсырэлай апаратуры закантачыла правады, і яна заглухла на першай жа роккампазіцыі, а заадно і пакінула без электрычнасці ўвесь дачны пасёлак, да якога была падключаная...

Барды пацішу разышліся да вогнішчаў і палатак, загучалі песні.

Апошні фэст

Зрэшты, напэўна, так яно і будзе. Як сказаў заўсёдны арганізатар фэста Юрась Копцік у інтэрв'ю праграме "Своечасова", ніхто не захоча гэтым болей займацца: надта многа клопатаў. Аматарам жа беларускай бардаўскай песні застаецца толькі верыць, што дзенебудзь калі-небудзь яны яшчэ змогуць пачуць тых, хто спадабаўся ім на гэтых фэстах. А дзе і калі тое будзе?..

Сноб

МЕЖДУНАРОДНАЯ СОРОСОВСКАЯ ПРОГРАММА ОБРАЗОВАНИЯ В ОБЛАСТИ ТОЧНЫХ НАУК
INTERNATIONAL SOROS SCIENCE EDUCATION PROGRAM
ПОДПРОГРАММА "СОРОСОВСКИЕ ДОЦЕНТЫ"

Международная Соросовская программа Образования в Области Точных наук (ISSEP) в Беларуси объявляет конкурс на получение гранта "Соросовский доцент" теми преподавателями высшей школы, которые добились высоких показателей в обучении студентов по специальностям математика, физика, химия и биология, науки о Земле.

Грант Соросовского доцента будет выделяться сроком на 10 месяцев в размере 150 долларов США ежемесячно. Всего на Республику Беларусь выделяется 18 грантов.

Обязательными условиями для участия в конкурсе являются:

- наличие степени кандидата или доктора наук и работа в высшем учебном заведении в должности доцента (представляется копия аттестата доцента и справка о занимаемой должности);
- наличие не менее трех публикаций в течение последних пяти лет: статей в отечественных реферируемых журналах (список журналов см. ниже) или в зарубежных периодических изданиях (исключая тезисы докладов на конференциях), книг по специальности, монографий, методических пособий;
- чтение основных лекционных курсов по физике, математике, химии, биологии, наукам о Земле и/или ведение практикумов и семинаров для студентов вузов (в совокупности не менее восьми академических часов в неделю на протяжении последних пяти лет).

Те, кто отвечает этим требованиям, могут заполнить анкету по предлагаемому образцу и отправить её до 10 октября 1995 года (согласно почтовому штемпелю) в отделение ISSEP по адресу: **220072, Минск, пр. Ф.Скорины, 66; справки по телефону: (0172) 39-57-45.**

При отборе кандидатов на получение звания "Соросовский доцент" будут приняты во внимание также следующие критерии:

- разработка новых лекционных курсов для студентов и их чтение, постановка новых практикумов, проведение новых семинарских занятий по новым дисциплинам и направлениям;
- публикация учебников, монографий, книг, подготовка методических пособий для студентов;
- подготовка научных кадров;
- оценка студентами лекций, семинаров, практикумов (опросы будут осуществлены сотрудниками ISSEP без участия соискателя);
- получение грантов на исследовательскую или педагогическую деятельность от отечественных и международных фондов;
- государственные и международные премии за учебники для школ или вузов, за научную или педагогическую деятельность;
- индекс цитирования работ кандидата;
- участие в международных конференциях и совещаниях с докладами.

Решение о присуждении грантов будет принято Международным Правлением Программы, выплата грантов будет осуществляться поквартально, начиная с 1 сентября 1995 года.

◆◆

Список журналов, публикации статей в которых будут приниматься во внимание Международной Соросовской Программой Образования в области точных наук

Автоматика и телемеханика, Акустический журнал, Алгебра и анализ, Алгебра и логика (Сибирское отделение РАН), Архив анатомии, гистологии и эмбриологии (морфология), Астрономический вестник, Астрономический журнал, Астрофизика, Биологические мембраны, Биология моря, Биоорганическая химия, Биополимеры и клетка, Биофизика, Биохимия, Ботанический журнал, Бюллетень экспериментальной биологии и медицины, Бюллетень Московского общества испытателей природы, серия биологическая, Вестник Московского университета (Серия 1. Математика. Механика, Серия 2. Химия, Серия 3. Физика. Астрономия, Серия 4. Геология, Серия 16. Биология. Серия 17. Почвоведение), Вестник Санкт-Петербургского университета (Физика, Химия), Вопросы вирусологии, Вопросы ихтиологии, Вопросы медицинской химии, Вопросы теории плазмы, Вулканология и сейсмология, Высокомолекулярные соединения (Серия А, Серия Б), Генетика, Геологический журнал, Геология и геофизика, Геоморфология, Геотектоника, Геофизический журнал, Геохимия, Гидробиология, Гидрофизический журнал, Горный журнал, Дискретная математика, Дифференциальные уравнения, Доклады Академии наук Беларуси, Доклады Академии наук России, Доклады Академии наук СССР, Доклады Академии наук Украины, Журнал аналитической химии, Журнал Всесоюзного химического общества им. Д.И.Менделеева, Журнал высшей нервной деятельности им. И.П.Павлова, Журнал вычислительной математики и математической физики, Журнал микробиологии, эпидемиологии и иммунологии, Журнал неорганической химии, Журнал общей биологии, Журнал общей химии, Журнал органической химии, Журнал структурной химии, Журнал технической физики, Журнал физической химии, Журнал эволюционной биохимии и физиологии, Журнал экспериментальной и теоретической физики, Записки Всероссийского минералогического общества, Зоологический журнал, Известия АН Беларуси, Известия высших учебных заведений (География, Математика, Радиофизика, Радиоэлектроника, Физика, Химия и химическая технология), Известия РАН (Серия Биологическая, Серия Геологическая, Серия Математическая, Серия Механика жидкости и газа, Серия Механика твёрдого тела, Серия Физика атмосферы и океана, Серия Физика Земли, Серия Физическая, Серия Химическая), Известия Сибирского отделения АН СССР (Серия химических наук), Измерительная техника, Иммунология, Квантовая электроника, Кибернетика, Кинетика и катализ, Коллоидный журнал, Координационная химия, Космические исследования, Краткие сообщения по физике ФИАН им. П.Н.Лебедева, Кристаллография, Лазерная физика (на английском языке), Магнитная гидродинамика, Математические заметки, Математический сборник, Метеорология и гидрология, Механика жидкостей и газов, Механика композитных материалов, Механика твёрдого тела, Микология и фитопатология, Микробиология, Минералогический журнал, Молекулярная биология, Молекулярная генетика, Микробиология и вирусология, Научные доклады высшей школы: "Биологические науки". Нейрохимия, Нейрофизиология, Неорганические материалы, Океанология, Онтогенез, Оптика атмосферы и океана, Оптика и спектроскопия, Палеонтологический журнал, Паразитология, Петрология, Письма в "Астрономический журнал", Письма в "Журнал технической физики", Письма в "Журнал экспериментальной и теоретической физики", Поверхность, Физика, химия, механика, Почвоведение, Прикладная математика и механика, Радиационная биология, Радиоэкология, Радиотехника и электроника, Радиохимия, Реакционная способность органических соединений, Сибирский математический журнал, Сверхпроводимость: физика, химия, техника, Сверхпроводники, Теоретическая и математическая физика, Теоретическая и экспериментальная химия, Теория вероятностей и её применение, Теория вероятностей и математическая статистика, Теплофизика высоких температур, Труды МИАН им. В.А.Стеклова, Труды Московского математического общества, Труды Санкт-Петербургского отделения Математического института им. В.А.Стеклова, Труды ФИАН им. П.Н. Лебедева, Украинский ботанический журнал, Украинский биохимический журнал, Украинский математический журнал, Украинский физический журнал, Украинский химический журнал, Успехи математических наук, Успехи современной биологии, Успехи физиологических наук, Успехи физических наук, Успехи химии, Фармакология и токсикология, Физика горения и взрывов, Физика и техника полупроводников, Физика металлов и металловедение, Физика низких температур, Физика твёрдого тела, Физика элементарных частиц и атомного ядра, Физиологический журнал, Физиология растений, Физиология человека, Функциональный анализ и его приложения, Физика Земли, Физика плазмы (на английском языке), Химико-фармацевтический журнал, Химическая физика, Химия гетероциклических соединений, Химия высоких энергий, Химия плазмы, Химия природных соединений, Цитология, Цитология и генетика, Экспериментальная биология, Электрохимия, Энтомологическое обозрение, Ядерная физика.

Анкета кандидата на звание "Соросовский доцент"

Фамилия, имя, отчество участвующего в конкурсе на звание "Соросовский доцент" ____________

Год рождения ____________

Образование, учёные степени и звания с указанием года их получения и № диплома ВАКа ____________

Основная специальность ____________

Общий стаж педагогической деятельности ____________

Место работы за последние 5 лет с указанием занимаемой должности (начните с последней) ____________

Список лекционных курсов, семинарских занятий или практикумов для студентов за последние пять лет с указанием института, где читались лекции или проводились семинары и практикумы, и количества часов в неделю, потраченных на каждый из курсов, семинаров или практикумов

Название лекционного курса, семинара или практикума (если курс, семинар или практикум был заново разработан, указать это под каждым названием)	Год	Название и расположение вузов, в которых работал кандидат в Соросовские доценты	Число студентов, слушавших лекции или участвовавших в семинаре или практикуме

Список лиц, защитивших кандидатские диссертации под руководством кандидата в Соросовские доценты, с указанием названий диссертаций. В случае, если представляемый был соруководителем диссертаций, указать, кто был другим соруководителем (прилагаются копии титульных листов авторефератов диссертаций с оборотом).

Список публикаций за последние 5 лет (прилагаются копии или оттиски наиболее важных из них) ____________

Премии (государственные, международные и другие), награды ____________

Полученные и ожидаемые гранты на исследования ____________

Список учебников для вузов и школ, практических руководств для студентов, монографий, подготовленных соискателем за весь период работы (прилагаются копии титульных листов) ____________

Участие в международных конференциях и совещаниях с докладами ____________

Главные научные достижения соискателя ____________

Среднегодовой доход в 1993-1994 годах ____________

Адрес, телефоны (рабочий и домашний), факс и e-mail кандидата в Соросовские доценты.

Турызм

Некалькі слоў пра “снежнага барса”

Секцыя альпінізму, якая існуе ў турыстычным клубе Белдзяржуніверсітэта, была заснавана ў 1956-1957 гадах. І можна без перабольшання сказаць, што беларускі альпінізм пачаўся менавіта з гэтага клуба. І зараз гэта адзін са шматлікіх маладзёжных турыстычных клубаў. Кожны год сюды прыходзіць мноства студэнтаў. Праўда, у горы ідуць не ўсе.

Што і казаць, зараз клуб перажывае самы цяжкі перыяд у сваім існаванні. І трымаецца часам толькі дзякуючы энтузіязму трэнераў.

Калі да 1990 года па ўсяму былому Саюзу існавала прафсаюзная сістэма альпінізму і размяркоўваліся пуцёўкі па тых ці іншых маршрутах, то потым пачалі праводзіць толькі самастойныя альпініцкія зборы. І за гэтыя гады многія члены клуба пабывалі на Заходнім Каўказе, на Цэнтральным Каўказе, на Паміра-Алае (Таджыкістан), на Паўночным Цянь-Шані, у Фанскіх гарах.

У тых, хто займаецца у альпініцкай секцыі, узровень фізічнай падрыхтоўкі значна вышэйшы за сярэдні: каманда секцыі займае прызавыя месцы у штогадовым турысцкім марафоне, дзе за адны суткі трэба пераадолець сто кіламетраў. Хадзілі яны і ў лыжныя паходы на Кольскі паўвостраў, Урал, Саяны. Шмат хто з іх паралельна займаецца гарналыжным спортам.

Больш сталыя члены клуба хадзілі ў высокагорныя экспедыцыі ў складзе зборнай Беларусі, узыходзілі на пік Леніна, пік Каржанеўскай, пік Камунізма, пік Хан-Генгры і г.д. Некаторыя альпіністы нават атрымалі паўафіцыйны тытул "снежнага барса", які надаецца, лічы, самым-самым... Снежны барс — гэта звер сямейства кацiных, які жыве на вялікай вышыні. Ён вельмі асцярожны, так што ўбачыць зблізу можна толькі яго сляды — самога звера можна высачыць толькі ў бінокль.

Раз на два гады збіраюцца сённяшнія члены клуба і тыя, хто пакінуў яго шмат гадоў таму. Разам спяваюць песні пад гітару. А яшчэ альпіністы вельмі любяць пажартаваць: яны перарабілі на альпініцкі лад "Гамлета" і "Белае сонца пустыні".

А сёння дзеці тых, хто стварыў гэты клуб, прыходзяць сюды займацца, захоўваючы, такім чынам, пераемнасць традыцый.

Паліна Грушына

Для цябе

Экзамены без стрэсу

Англійскія псіхолагі-кансультанты Ф.Ор і Э.Клаф абагульнілі аграмадны вопыт пераадолення перадэкзаменацыйных трывог і хваляванняў. Іх парады адрасуюцца не толькі старэйшым школьнікам, абітурыентам ВНУ і тэхнікумаў, студэнтам, але і ўсім, хто займаецца самаадукацыяй, праходзіць курсы перападрыхтоўкі, павышэння кваліфікацыі, кароткатэрміновага навучання. Прыводзім некалькі ўрыўкаў з кнігі “Экзамены без стрэсу”.

Умейце расслабляцца

Калі сэрца пачынае калаціцца, дыханне збіваецца, усё цела ахоплівае дрыготка і ўзмацняецца потавыдзяленне, здача экзамена стане значна цяжэйшай.

Як жа навучыцца рэгуляваць свой стан? Адзін са шляхоў — прывучыць мозг і цела расслабляцца па камандзе.

Колькі часу трэба штодзённа выдзяляць на адпрацоўку гэтых навыкаў? Спачатку будзе цалкам дастаткова кароткачасовых заняткаў (па 3-4 хвіліны); даўжэйшыя на гэтым этапе могуць выклікаць непажаданую рэакцыю (пачуццё ўстрывожанасці або, наадварот, затармажанасці). Паступова зрабіце трэніроўкі больш працяглымі: напрыклад, два разы па 15 хвілін. У найбольш загружаныя дні ў вас можа ўзнікнуць спакуса цалкам адмовіцца ад заняткаў. Памятайце, што менавіта ў такія дні ўменне расслабляцца вам дапаможа больш за ўсё!

Вельмі важна развіць у сабе звычку прадчуваць расслабленне. Абсалютна бессэнсоўна праз сілу даваць самому сабе ўстаноўку кшталту: "Расслабляйся, чорт пабяры, расслабляйся, расслабляйся хутчэй!" Замест гэтага варта спакойна, але рашуча паўтараць: "Зараз я буду расслабляцца".

Закрыйце вочы і прыслухайцеся да свайго дыхання, да мяккіх свісцячых гукаў, якія суправаджаюць удых і выдых. Пераканайцеся ў тым, што вы "дышыце жыватом": гэта важна!

У момант удыхаў лічыце, а момант выдыхаў вымаўляйце: "Расслабся". Напрыклад, на першым удыху скажыце " адзін" і паспрабуйце ў думках пабачыць лічбу "1". На выдыху вымаўце "расслабся", спрабуючы ўявіць пры гэтым слова "расс-ла-а-а-а-бся". Працягвайце лічыць да таго часу, пакуль не адчуеце сябе цалкам спакойным.

Экзамены на носе: што рабіць?

Першае — арганізаваць працэс паўтарэння па часавых зрэзах. Інакш кажучы, трэба распрацаваць план заняткаў па кожнаму тыдню, які застаўся да экзаменаў, дзённы план па астатніх днях і, нарэшце, гадзінны план. Па гэтых часавых планах будзе няцяжка прасачыць за тым, што ўдалося зрабіць за кожны дзень заняткаў.

Калі вы сядаеце за стол з вельмі расплывістай мэтай "крыху заняцца паўтарэннем", вы пазбаўляеце сябе вельмі важнага стымулу — пачуцця выкананага абавязку пры дасягненні пастаўленай мэты. Апроч таго, недакладная мэта аказвае дэзарганізацыйны ўплыў, пры першых жа прыкметах стомы вы адчуваеце спакусу адкласці заняткі на потым, нават калі вам удалося зрабіць зусім няшмат.

Многія студэнты ведаюць, калі ў іх наступае пік найбольшай актыўнасці. "Жаваронкам" працуецца лепш за ўсё зранку, "совам" — увечары. Карысна намецыць, якімі прадметамі вы маеце намер займацца ва ўласцівыя вам перыяды пад'ёму і спаду.

Калі вы адчуваеце сябе не ў гуморы, рэкамендуем пачаць заняткі з найбольш цікавага для вас прадмета, гэта дапаможа ўвайсці ў рабочае рэчышча.

Тэрміновая зуброжка

Нягледзячы на ўсе свае адмоўныя бакі, зазубрыванне можа часам апынуцца неабходным. Уявіце сабе сітуацыю наступным чынам: "Так, у маім распараджэнні толькі некалькі гадзін, і давядзецца шмат увапхнуць у сябе за гэты час. Турбаванне будзе мне перашкаджаць. Усё! Цяпер за работу!"

Нягледзячы на паспяховы пачатак, вы можаце хутка адчуць, што ў душу пачынае закрадацца боязь. У гэтым выпадку рэзка падыміцеся, адвярніцеся на кароткі час ад вашага пісьмовага стала, зрабіце некалькі павольных, глыбокіх удыхаў і выдыхаў і толькі потым ізноў пераходзьце да справы. Запомніце: абавязкова дыхайце павольна і глыбока; хуткае і неглыбокае дыханне можа спрыяць узмацненню напружанасці і нервовасці.

Каб надаць сабе ўпэўненасць, напішыце на картачцы словы "мне гэта пад сілу". Размясціце картачку так, каб яна заўжды была ў вас перад вачыма.

Абавязкова рабіце кароткія, але рэгулярныя перапынкі ў занятках, бо фізічная і разумовая стомленасць можа падарваць вашы сілы. У час перапынку можна проста выйсці з-за стала, прайсціся некалькі разоў па пакою.

Не раім карыстацца дапамогай стымулятараў — кавай, моцным чаем ці спецыяльнымі прэпаратамі. Перад экзаменамі ваша нервовая сістэма сама па сабе знаходзіцца на ўзводзе, і таму аб дадатковай стымуляцыі не можа быць і гаворкі. Павышанае ўтрыманне кафеіну ў арганізме, асабліва пры тых умовах, калі вы дацягнулі паўтор матэрыялу да апошняга моманту, можа прывесці да самых непажаданых наступстваў — дрыготкіх рук, рассейвання ўвагі, турбавання і неабходнасці частага наведвання прыбіральні.

Раніца перад экзаменам

Многія студэнты лічаць карысным зранку ў дзень экзаменаў праглядзець увесь матэрыял, каб асвяжыць у памяці найбольш важныя пытанні.

Засяродзьўшы ўвагу на апошнім паўторы, не грэбуйце сняданкам. У дзень экзамена трэба пастарацца з'есці на сняданак трохі больш таго, да чаго вы прызвычаіліся. Вы павінны дапамагчы свайму арганізму вытрымаць 2—3-гадзінную псіхічную нагрузку. На экзаменах мозг працуе з большай актыўнасцю, чым у звычайныя дні, і таму арганізму трэба дадатковыя энергетычныя рэсурсы.

Ёсць яшчэ адзін важны фактар, які студэнты не схільны лічыць такім, — час на дарогу да месца правядзення экзамена. Відавочна, што студэнт ведае, колькі на гэта трэба часу. Дзіўна, аднак, што самыя, здавалася б, звычайныя дзеянні набываюць зусім іншую афарбоўку ў дні экзаменаў.

У перыяд сесіі ці ўступных экзаменаў многія знаходзяцца ў стане трывожнасці, і можна наўпрост звязаць павелічэнне частаты дарожных здарэнняў з гэтым станам. Для таго, каб застрахавацца ад магчымых непрыемных выпадковасцяў, выходзьце з дому раней, чым звычайна ў дні вучобы.

... Вось, нарэшце, надыходзіць хвіліна, калі вас запрашаюць у пакой, дзе адбываюцца экзамены. Старайцеся трымаць сябе ў руках, настройвайцеся на станоўчы вынік!

Падрыхтавала Алёна Шаўкун

Вандроўкі

Салаўкі: падарожжа на Рускую Поўнач

Беру на свою совесть советовать каждому решиться на далёкий путь, чтобы побывать на островах Соловецких, но только не три дня, а недели две-три...
В.И.Немирович-Данченко

Выгляд манастыра з усходняга боку

І мы, нібыта скарыстаўшыся парадай вялікага рэжысёра, накіраваліся ў далёкі шлях. Аб чым цяпер і хочам расказаць.

Аказваецца, самыя яркія ўражанні найбольш цяжка даверыць паперы. І ўсё ж мы паспрабуем.

Уже на западе
восточными лучами
Открылся, освещён, с
высокими верхами
Пречудных стен округ из
диких камней град.

Так апісаў М.В.Ламаносаў у паэме "Пётр Вялікі" ўражанне, якое робіць з мора Салавецкі крэмль. І нам, напэўна, лепей не апісаць. Тым болей, што за два з паловай стагоддзі аблічча манастыра амаль не змянілася. Толькі ў 1991 годзе нанова зрубілі з дрэва купалы цэркваў і ўстанавілі крыжы. Падоўжылася жыццё Салавецкага манастыра, якое так трагічна абарвалася ў паслярэвалюцыйныя гады.

Нямала на рускай зямлі магутных старажытных крэпасцей, якія называюцца крамлямі. Прыгожых, непаўторных, волатаўскіх... І ўсё ж Салавецкі крэмль займае асаблівае месца: ён размешчаны на самым марскім беразе і пры поглядзе з мора ўражвае сваім выглядам — выглядам непадступнай крэпасці, складзенай з аграмадных блокаў каменю, пазбаўленага ўсякай абліцоўкі. І нават не верыцца, што гэтыя сцены складзеныя чалавечымі рукамі. А за крапаснымі сценамі ўзносяцца ў неба і здаюцца лёгкімі, амаль паветранымі, Праабражэнскі і Успенскі саборы, сцены якіх усё яшчэ захоўваюць рэшткі даўняга роспісу...

Выгляд царскай званіцы з пірамідай знутры з англійскіх ядзер і бомб

А амаль адразу за манастыром і прылеглым да яго пасёлкам пачынаецца лес, які цягнецца ва ўсе канцы вострава. І паўсюдна — мноства вялікіх і малых азёр, багатых на рыбу: шчупакі, акуні, плоткі. Яшчэ некалькі гадоў таму Салаўкі наведвала мноства турыстаў. Існавалі разнастайныя турыстычныя маршруты па востраву і лодачныя маршруты па азёрах. Цяпер тут нешматлюдна. Больш сустракаюцца турысты-адзіночкі.

Салавецкі архіпелаг — самы буйны на Белым моры. Самыя маленькія з астравоў — Заечыя, самы вялікі — Салавецкі востраў. На яго ў 1420 годзе прыбылі першыя насельнікі — манахі Савваццй і Аўрам. Устанавілі высокі крыж над морам, зрубілі келлю і заснавалі манастыр, слава якога разнеслася па ўсёй Расіі і збірала ў святое месца тысячы і тысячы паломнікаў з усіх канцоў рускай зямлі.

Салавецкаму манастыру так і не суджана было адсвяткаваць свой 500-гадовы юбілей... У 1923 годзе на святую зямлю ўвайшоў СЛОН (Соловецкий лагерь особого назначения), на змену якому ў 1936 годзе прыйшоў СТОН (Соловецкая тюрьма особого назначения)...

Можна было б яшчэ расказаць і аб абароне манастыра ад нападу амерыканскай ваеннай эскадры ў час Крымскай вайны, і аб Макар'еўскай пустыні, дзе ўвесь год манахі здымалі ўраджай гуркоў і памідораў, дзе выспявалі вінаград, кавуны, дыні і нават персікі. Зрэшты, пра гэта вы зможаце прачытаць у якой-небудзь кнізе.

Можна было б расказаць аб тым, якія чарніцы мы збіралі на Салаўках — велічынёй з вінаград, ці аб баравіках або падасінавіках, якімі падчас невялікіх прагулак мы напакоўвалі поўныя рукзакі. Ці расказаць аб карэльскіх бярозах, якія быццам аплакваюць нешта, ці аб дзівосных паўночных заходах сонца. Але ўсё ж вам лепей пабачыць гэта сваімі вачыма.

К.Іваноў
П.Грушына

Выгляд часткі манастырскага цвінтара з царквой на ім у імя прападобнага Ануфрыя Вялікага

Эсэ

Паветра

Зміцер Дзядзенка

Аэрастат.
Мангальф'ер.
Аблокі.

Паветра падхоплівае цябе, амаль бязважкага, і ўздымае. Яшчэ імгненне — і панясе. Але ты, твая воля аказваецеся мацнейшымі за паветраную плынь; і вось ужо не яна валачэ цябе, а наадварот — ты падначальваеш яе сабе, кіруеш ёю. Ты адчуваеш у сабе здольнасць на самыя складаныя піруэты, самыя немагчымыя штукарствы, але не робіш іх. Менавіта таму, што гэта штукарствы, што яны — штучныя. А ўсялякая штучнасць у небе, у палёце — лішняя, няшчырая.

Таму ў ідэале ты можаш рабіць самыя неверагодныя трукі, але на практыцы абмяжоўваешся толькі самым неабходным.

Здаецца, як толькі пачнеш мудрагеліць, то знікнуць адно за адным — радасць ад палёту, здольнасць да штукарстваў, а потым і самое ўменне лётаць.

Шагал. "Над горадам" і "Прагулка". У іншых карцінах — таксама, але ў гэтых — асабліва яркі палёт. Вось такі, натуральны.

Марку Шагалу

Лятаць —
ёсць, бадай,
адзіным маім
умельствам.
Не трэба разганяцца,
адпіхвацца ад зямлі,
узмахваць рукамі.
Варта адно прыўзняцца
над глебай
і адчуць пад нагамі
паветра.
І адтуль, з вышыні,
можна, нарэшце,
глядзець на ўсё
нармальна —
з іроніяй
і ерэтычнай усмешкай.

Аднак глядзець уніз, разглядаючы тое, што засталося на зямлі, пачынаеш потым. А спачатку ёсць толькі неба і бясконцая радасць палёту.

Менавіта — палёту. У Міхаіла Анчарава ёсць думка, што мухі (дый розная іншая жамяра), птушкі — яны не лятаюць, а стараюцца не ўпасці. Для таго, каб лётаць, трэба быць лягчэйшым за паветра.

Вось рыба, напрыклад, тая нават і мёртвая не патанае. Бо ў яе — плавальны пузыр.

Такі ж (ці падобны) пузыр неабходны і для палёту. Каб ляцець, а не "старацца не ўпасці".

Аэрастат.
Мангальф'ер.
Аблокі.

БЕЛАРУСКІ УНІВЕРСІТЭТ
ЗАСНАВАЛЬНІК ГАЗЕТЫ — РЭКТАРАТ БЕЛАРУСКАГА ДЗЯРЖАЎНАГА УНІВЕРСІТЭТА.

Мінская паліграфічная фабрыка «Чырвоная зорка» МВПА імя Я. Коласа.
220079, г. Мінск, 1-ы Загарадны зав., 3.

28 верасня
Зак. 660.
Т. 1000 экз.

Газета падпісана ў друк у 16.00.

220080, Мінск-80, УНІВЕРСІТЭЦКІ ГАРАДОК, ВУЛ. БАБРУЙСКАЯ, 9, ПАВЕРХ 4, ПАКОІ 411—412
ТЭЛЕФОН 20-68-27.

В.а. рэдактара
Т.М. Казак