



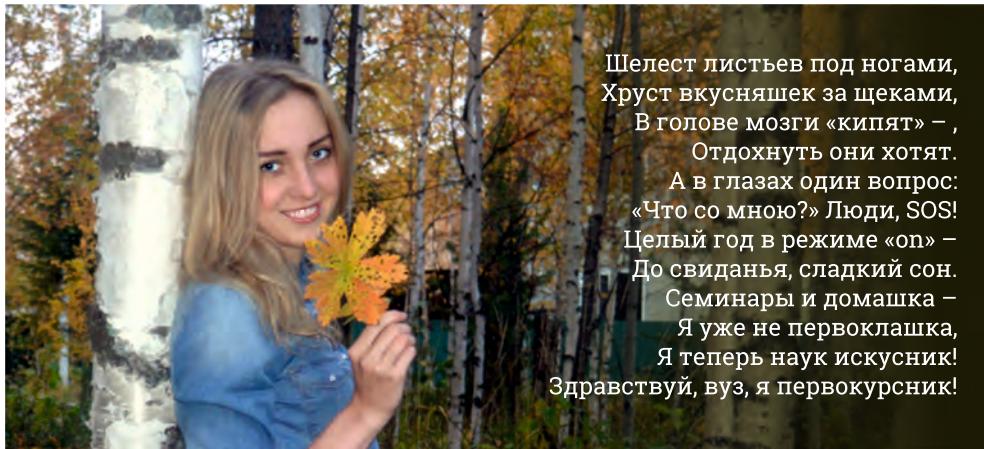
НАША ГАЗЕТА

№4 (99), сентябрь-октябрь 2019 года

«ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В НВГУ, ПЕРВОКУРСНИК!
СМЕЛО ИДИ НАВСТРЕЧУ НОВЫМ ПРИКЛЮЧЕНИЯМ ПОД НАЗВАНИЕМ
СТУДЕНЧЕСТВО!»

СЕРГЕЙ ГОРЛОВ, РЕКТОР





Шелест листьев под ногами,
Хруст вкусняшек за щеками,
В голове мозги «кипят» – ,
Отдохнуть они хотят.
А в глазах один вопрос:
«Что со мною?» Люди, SOS!
Целый год в режиме «он» –
До свиданья, сладкий сон.
Семинары и домашка –
Я уже не первоклашка,
Я теперь наук искусствник!
Здравствуй, вуз, я первокурсник!

Приятно познакомиться, студент 1 курса. Ты правильно сделал, что поступил в Нижневартовский государственный университет – первый вуз в Югре. Так сложилось, что учебные дисциплины здесь преподают только квалифицированные и преданные своему делу педагоги. Здесь принято учиться, проявлять себя и развивать свои таланты. Не зря ведь в вузе для этого созданы все условия. Теперь возможность реализоваться есть и у тебя! Главное – не проспи! Засоняй, как правило, свойственно упускать свой шанс, а мечта сама по себе не сбудется. Чтобы ты знал обо всех ресурсах университета наверняка, чтобы тебе было легче влиться в студенческую жизнь и начать действовать, мы подготовили для тебя специальный выпуск «Наша газета НВГУ». Читай, созирай и помни... Границы лишь в твоей голове, а в руках у тебя целый мир! Добро пожаловать в нашу дружную университетскую семью! Счастливого плавания в море знаний!

Редактор-рифмоплет

ПЕРИОДИЧЕСКОЕ ПЕЧАТНОЕ
ИЗДАНИЕ
НИЖНЕВАРТОВСКОГО
ГОСУДАРСТВЕННОГО
УНИВЕРСИТЕТА «НАША
ГАЗЕТА»

УЧРЕДИТЕЛЬ:
ФГБОУ ВО «Нижневартовский
государственный
университет»
(628905, Тюменская область,
Ханты-Мансийский
автономный округ – Югра,
г. Нижневартовск,
ул. Ленина, д. 56)

РЕДАКТОР:
У.Д. Максимова

АВТОРЫ СТАТЕЙ:
Елизавета Ганичча
Даниил Матюшев
Николай Терещенко
Нина Погорелова

ФОТОГРАФ:
Е.О. Клейменнова

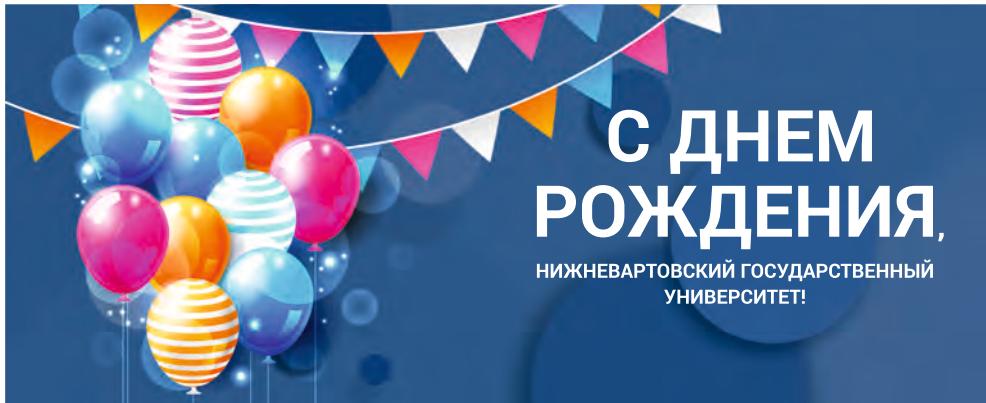
ДИЗАЙН И ВЕРСТКА:
Н.И.Зозуля

КОРРЕКТОР:
Ю.В. Безбородова.

ТИРАЖ:
500 экземпляров.
Распространяется бесплатно

По вопросам размещения
информации обращаться:
nasha.gazeta_nu@yandex.ru,
press@nvgu.ru

// Мнение редакции не всегда
совпадает с мнением авторов.
// При использовании
материалов газеты ссылка
на издание обязательна.
// Отпечатано в типографии
«Печатник» // г. Тюмень,
ул. Республики 148, корпус ½



Уважаемые друзья!

Преподаватели, сотрудники и студенты! Поздравляю вас с днем рождения нашего Университета.



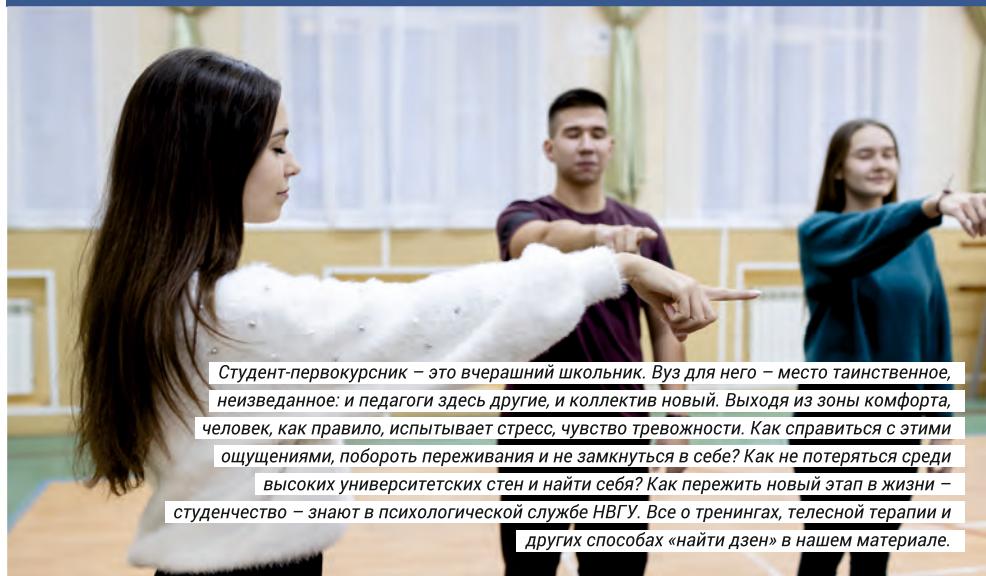
Нижневартовский государственный университет – вуз с интересной историей и разнообразными традициями. Из филиала института, состоящего всего из трех факультетов, он превратился в университет федерального подчинения, стал одним из признанных образовательных центров Западной Сибири.

Мы можем гордиться широким спектром естественнонаучных и гуманитарных специальностей, высококвалифицированным преподавательским составом, современными образовательными технологиями, стремительным развитием фундаментальной науки, интеграцией в международное образовательное и научное сообщество.

В день рождения Нижневартовского государственного университета желаю всему нашему коллективу здоровья, счастья, благополучия, новых открытий, смелых проектов и свершения творческих замыслов!

Ректор С.И. Горлов

Адаптируйся правильно!



Студент-первокурсник – это вчерашний школьник. Вуз для него – место таинственное, неизведанное: и педагоги здесь другие, и коллектив новый. Выходя из зоны комфорта, человек, как правило, испытывает стресс, чувство тревожности. Как справиться с этими ощущениями, побороть переживания и не замкнуться в себе? Как не потеряться среди высоких университетских стен и найти себя? Как пережить новый этап в жизни – студенчество – знают в психологической службе НВГУ. Все о тренингах, телесной терапии и других способах «найти дзэн» в нашем материале.

Операция «Адаптация»

Адаптация – это неотъемлемая часть начала студенческой поры. Для того, чтобы она с первых дней обучения проходила хорошо, важно понимать, что тревога и переживания – это нормальные явления в ситуации, когда привычную среду обитания резко сменяет новая. Процесс привыкания проходит не за день и даже не за неделю. Практика показывает, что на это уходит примерно месяц-два, и уже ближе к сессии ребята начинают вливаться в ритм студенческой жизни. Другое дело, если адаптация затянулась. К примеру, у студента на носу экзамены, а в родном университете среди одногруппников он по-прежнему чув-

ствует себя некомфортно. В этом случае не стоит бояться или стесняться, следует обратиться в психологическую службу НВГУ.

Что там по адаптационной программе?

В НВГУ для первокурсников существует насыщенная адаптационная программа, которая стартует в начале учебного года. Самое первое мероприятие – это всеми любимый Слет. Он служит неким трамплином для снятия барьеров. Это отличная возможность сблизиться с одногруппниками, пообщаться в неформальной обстановке. В вузе также проходят творческие мероприятия для первокурсников. К примеру,

Муравейник. Он дает возможность себя показать, на других посмотреть, провести время в большой компании, разрядиться, отвлечься от учебы. Но если вдруг студент чувствует, что таких мероприятий ему недостаточно для того, чтобы расслабиться, и проблема сидит глубже, то он всегда может посетить программы, которые связаны непосредственно с телом. Это «Телесная терапия» и «Арт-терапия». Они помогают войти в общество более мягко, гибко, без травматизма.

Почему телесно-ориентированная терапия – не йога

Телесно-ориентированная терапия – это работа на снятие границ, телесных зажимов, проработку самооценки, чувства уверенности в себе. За счет того, что упражнения осуществляются в парах, участники становятся более чувствительными к другим людям, налаживается взаимопонимание. При этом терапия показана не только тем, кто имеет психологические проблемы, она хорошо влияет и на общее оздоровление организма. Программа состоит из комплекса процедур: работа над дыханием, массажи, заземление для снятия эмоционального напряжения, а также упражнения для пальцев, направленные на сенсорное развитие потенциала и интеллектуальную загрузку. Терапия включает в себя и звуковую работу. Кто-то может разглядеть здесь сходства с йогой, но на самом деле их нет. Телесная терапия не рассчитана на медитацию. Если в йоге принято от-

ключать разум, то здесь мы этого сделать просто не можем, иначе отключится и подсознание.

Арт-терапия как отдельный вид искусства

Арт-терапевтическая программа подойдет тем, кто хочет снять эмоциональное напряжение, избавиться от тревожности или агрессии, а заодно развить свое творческое мышление. Мы работаем с самыми разными арт-инструментами: начиная от акварели и гуашь, заканчивая такими натуральными красками, как куркума, перец и др. Создаем предметы из глины, пластилина и других материалов. Зачем это нужно? Чтобы «вылить» проблему на листок бумаги или оставить ее в предмете, созданном своими руками. В арт-терапии мы практикуем и сказкотерапию. Суть заключается в создании сказки, ее обрисовке. Это дает возможность проработать те проблемы, которые не дают нам развиться. Также мы занимаемся куклотерапией. Тоже очень интересная техника. Каждый из перечисленных выше видов терапии очень полезен и даёт отличный эффект.





—Режим для слабаков—

У каждого человека свои биоритмы, поэтому и распорядок дня у каждого индивидуален. Подгонять всех под один шаблон тайм-менеджмента будет нецелесообразно. Но при этом важно понимать, что если мы не будем создавать себе режим, скатимся к негативу. Чтобы этого не произошло студенту-первокурснику важно делать две вещи: регулярно хорошо питаться (домашней едой или в столовой) и вовремя ложиться спать. Питание – это вообще отдельная тема. Как правило, студенты любят лапшу быстрого приготовления и «поглощают» очень много сладкого. Потом жалуются на проблемы с желудком. Конечно, это вызывает дискомфорт, появляется бессонница. А дальше как снежный ком: нарушается учебный процесс, ухудшается качество жизни. Но как только человек налаживает свой режим, организм начинает работать на полную катушку. У человека сразу появляются энергия и ресурсы на выполнение тех задач, которые перед ним стоят.

На случай, если появилось свободное время

В НВГУ очень много возможностей для самореализации. В вузе проходит много творческих мероприятий, где можно заявить о себе, раскрыть свои таланты. В университете работает объединенный совет обучающихся, функционируют порядка 10 студенческих общественных объединений, спортивные, интеллектуальные клубы, медиацентр. У каждого есть возможность стать частью любой команды. Кроме того, студентов постоянно приглашают принять участие в форумах, школах, вожатских практиках. Обязательно нужно участвовать, набираться опыта. Прокачать свой скайлл, как это модно сейчас говорить, в стенах университета при желании можно очень неслабо. Выпуститься из НВГУ кротым специалистом, таким, за которого на рынке труда между работодателями будет идти борьба, вполне реально.

Как не утонуть в «болоте соцсетей», руководство к действию

Социальные сети настолько плотно вплелись в нашу жизнь, что без них уже сложно представить свои будни. Для молодежи зависать в соцсетях – это нормальное состояние. Общаться онлайн иногда даже удобней, чем по телефону, находиться там ради удовольствия – тоже не преступление. Интересная лента, развлекательные игры – все это помогает разгрузить мозг после тяже-

лого трудового дня. Главное – следить за тем, чтобы соцсети не затягивали с головой, не наносили ущерб качеству жизни. Необходимо уметь корректировать время, которое проводишь в интернете. Если не получается себя ограничивать, попробуйте удалить приложение, которое поглощает вас или отписаться от сообществ, которые заставляют листать новостную ленту часами. А вообще нужно настраивать себя, что социальные сети – это не только платформа для развлечений, но и полноценный ресурс для извлечения знаний. Более того, сейчас принято считать, что профиль в соцсети – это отражение внутреннего мира его владельца. Это формирует ваш имидж, ваше положение в обществе, от этого отчасти даже зависит ваша карьера. Поэтому давать себе отчет в том, что вы транслируете в социальные сети, нужно всегда.

Есть ли жизнь после сессии?

Если весело и беззаботно жить от сессии до сессии, то можно и из университета вылететь. Особенно это касается первокурсников. Не зря ведь говорят, что первый год учебы – это работа на зачетку. Потом уже зачетка начинает работать на тебя. В жизни это правило тоже работает, только на место зачетки приходит личный бренд: сначала мы трудимся над его формированием, а потом он открывает перед нами двери. Еще один очень важный момент – никогда не нужно отчаяваться и опускать руки. Даже если по тем или иным причинам не получилось

подготовиться к сессии и ты ее завалил. Есть ребята, которые в такой ситуации говорят: «ой, университет – это, наверное, не мое, специальность не моя, я, пожалуй, все брошу». Так вот, это неправильный подход. Не стоит зацикливаться на проблеме, накручивать себя. Нужно бороться и помнить, что все решаемо. Сессия – это не конец света, это всего лишь один из трамплинов, которые ты должен преодолеть по-взросому.

Немного мотивации

Для первокурсников все только начинается, самое классное еще впереди. Главное, не забывать получать от студенчества удовольствие, наслаждаться этой порой. Но в то же время стоит относиться к занятиям серьезно и внимательно слушать преподавателей, ведь все знания обязательно пригодятся в дальнейшем. Университет открывает перед студентами много дверей, добро пожаловать в любую!

Упражнение из телесно-ориентированной терапии



СЛЕТ-УЛЕТ, ИЛИ КАК 550 ПЕРВОКУРСНИКОВ СТАЛИ ОДНОЙ СЕМЬЕЙ



Какой он, Слет первокурсников 2019? «Классный, суперский, крутой, прикольный» – пожалуй, самые популярные прилагательные, которыми новоиспеченные студенты Нижневартовского государственного университета описывают это событие. За четыре дня, наполненных танцами, песнями, играми, увлекательными командными квестами и другими интересными приключениями, ребята получили заряд незабываемых эмоций.

Насыщенный и веселый – в этом году традиционный для НВГУ Слет первокурсников был именно таким. Он прошел в два заезда и сплотил 550 студентов всех факультетов вуза. Даже дождливая погода не смогла помешать яркому Слету.

Старт мероприятия дал первый

проректор НВГУ Денис Погонышев: «Дорогие первокурсники, вы вступаете в один из самых замечательных периодов в жизни человека. Пусть университетские годы станут для вас такими же яркими, как наше мероприятие. Желаю всем отлично настроения! С праздником!».

Фееричное выступление участников военно-патриотического клуба «Каскад» сделало торжественную часть особенно захватывающей: зрителей впечатлило динамичное шоу с огнем, оружием и дымовыми гранатами. Сразу после тренеры команд зарядили публику энергичным флешмобом. Движения повторяли все.

А дальше ни минуты без дела: увлекательные игры, путешествие по станциям и знакомство со студен-

ческими коллективами НВГУ. Среди них интеллектуальный клуб «Фукуро», театральная студия «Voil-adieu», медиа-центр «Колибри», школа социального проектирования и др. «Я хочу сделать свою студенческую жизнь более разнообразной, поэтому буду танцевать в Кавказе», – признается студентка гуманитарного факультета Екатерина Герасимчук.

На одной из станций перед участниками Слета стояла задача: разучить танцевальную связку. В этом ребятам помогала студентка 3 курса гуманитарного факультета Лидия Валеева. За один день девушка вместе с первокурсниками «прогнала» танец около 40 раз: «Настроение супер, ни капельки не устала! Мы не замечаем луж, мы кайфуем от того, что делаем здесь».

Второй день запомнился участникам увлекательными, а, местами, трудновыполнимыми заданиями. Бастион – экши-игра, с которой у большинства ребят ассоциируется Слет первокурсников. Команды

прыгали через огромную скакалку, пытались устоять на гигантских лыжах длиной в несколько метров, искали выход из загадочного лабиринта, проходили сквозь паутину и преодолевали множество других препятствий. По словам студентов, справиться со всеми испытаниями помогли сплоченность, взаимоподдержка и воля к победе.

В завершении Слета по добродушной традиции, тренеры и кураторы команд выстроили коридор, через который прошли самые активные участники слета. Они были награждены «хвалебками» и памятными подарками: сертификатами от партнеров мероприятия, сувенирной продукцией с логотипами вуза и купонами на бесплатные обеды в столовой НВГУ. В командном зачете были отмечены студенты факультетов физической культуры и спорта, экологии и инжиниринга, экономики и управления, а также инженерно-технического и гуманитарного факультетов.



Ирина Подоляк, студентка факультета педагогики и психологии:

«Слет первокурсников 2019 – это мероприятие, которое сделало из нашей группы настоящую семью. Даже плохая погода, которая пыталась помешать нам в первый день смены, не смогла испортить моего впечатления. Слет запомнился мне различными играми и испытаниями. Самым сложным показался «Треугольник»: каждому участнику необходимо было перелезть через веревку, которая была натянута достаточно высоко. Из-за того, что у нас в команде было всего три мальчика, пришлось немного помучаться. Но благодаря общим усилиям и поддержке тренеров, мы все-таки справились.

Ну и, конечно же, нельзя забывать про наших кураторов, они сделали наш Слет максимально комфортным и интересным. Эмоции, которые я испытывала, пробегая через коридор, не передать словами. Я безумно рада, что мне посчастливилось поучаствовать в таком классном мероприятии и что у меня теперь есть толстовка НВГУ».

**Андрей Кисленко,
выпускник НВГУ:**

«Альма-матер» – старинное название вузов, которое дословно переводится как «кормящая мать». Это непростое словосочетание, это напоминание о том, как важен первый университет в судьбе каждого человека. Жизнь забрасывает нас в разные города, страны или даже континенты. Но многие, находясь даже на краю Земли, вспомнят свою альма-матер в особенный для нее день – день рождения. За годы обучения в НВГУ я нашел хороших друзей, с которыми до сих пор поддерживаю связь. Не будет преувеличением сказать, что университет кардинально изменил меня, направил на тот путь, по которому следую и сейчас. Путь саморазвития и самореализации. Хочу от всей души поздравить Нижневартовский государственный университет с важной для него датой, пожелать благополучия и инициативных студентов, которые, так же, как и я, обязательно найдут свой путь в стенах нашей альма-матер.



Евгений Лютин, студент факультета экологии и инжиниринга: «Слёт первокурсников 2019 – это крутое мероприятие, которое объединяет тебя с одногруппниками, учит поддерживать друг друга. Мне понравилось все без преувеличения! Но наиболее ярким стал второй день, он был очень весёлым. Испытания, которые нам предстояло пройти, мне показались не такими уж и сложными, и наша команда справилась с ними без особых усилий».



Татьяна Прозоровская, студентка факультета педагогики и психологии: «Для меня Слёт первокурсников 2019 – это просто WOW! Это история про приятные моменты, про новые знакомства и дружбу. Это время, в которое хочется вернуться. Было очень приятно пройти через коридор и получить награду. Описать словами все эмоции, которые я испытывала в тот момент, наверное, невозможно. Я радовалась, и, в то же время, не верила, что все это происходит со мной».

РАЗВИВАЙСЯ ВО ВСІ

Двигай науку вперед

- Студенческое научное общество
- Научно-исследовательские лаборатории:
 - комплексных исследований социальных систем,
 - социальных и философских проблем,
 - психолого-педагогических проблем науки и современного образования,
 - экономических исследований и управленческих технологий,
 - духовно-нравственного воспитания и развития,
 - спортивно-оздоровительных технологий,
 - лингвопедагогики и проблемного обучения,
 - электросберегающей техники и технологий,
 - геоэкологических исследований
- Студенческие конструкторские бюро:
 - студенческая лаборатория робототехники,
 - «Электроэнергетики и Энергоэффективности «ЭДС Самотлора», «Энергетик»
- Студенческое проектное бюро архитектуры, дизайна и декоративного искусства

И ДАЖЕ
НЕ ДУМАЙ
ЛЕННИТЬСЯ

- Обучайся за рубежом
- Отдел международного сотрудничества
- Присоединяйся
- Первичная профсоюзная организация студентов

ВСЕ НАПРАВЛЕНИЯ:)

Твори

- Театральная студия «Voil-a-dieu»
 - Вокальный ансамбль «Орфейон»
 - Эстрадная студия «Аллегро»
 - Хор музыкально-педагогического отделения
- Чародный хореографический ансамбль «Кавказ»
 - Театр моды «ФИЛ»
- Спортивно-танцевальный коллектив «КВИНС»

Тренируй мозг

- Интеллектуальный клуб «Фукуро»

Будь спортивным на тренировках

- Военно-спортивный

Организуй воспитываай, фасий

- Студенческий патриотический клуб «Ратник»
 - Сердца Севера педагогический отряд

Трудись, исследуй, покоряй

- Студенческий археологический отряд
- Студенческий строительный отряд
- Студенческий поисковый отряд
- Студенческий отряд проводников «Снегирь»
- Студенческий отряд «Энергетик»

Путешествуй

- Туристический клуб «АДАП»

Делай добро

- Волонтерский корпус
- Волонтерское движение «Анти-СПУД»

ОСО НВГУ: больше, чем просто аббревиатура

ОСО НВГУ – объединенный совет обучающихся Нижневартовского государственного университета. Если от расшифровки аббревиатуры ситуация не прояснилась (а скорее всего так и есть), то следующий материал вам в помощь. Речь пойдет о главной организации студенческого самоуправления, которая всегда в центре самых интересных событий университета. Как стать частью этой дружной команды, читайте далее.

**Артур Муфаздалов, председатель ОСО НВГУ:**

Мы работаем для того, чтобы сделать университетскую внеучебную жизнь более яркой и насыщенной. Плюс взаимодействуем с общественными организациями университета: волонтерским корпусом, политическим клубом, творческими группами и др. Студенческий медиа-центр «Колибри», с которым так же тесно сотрудничает ОСО, обычно принимает активное участие в мероприятиях: университетских, городских, и за пределами Нижневартовска. Например, в окружной Студенческой весне. Совместно со спортивным клубом НВГУ проводим мероприятия, направленные на военно-патриотическое воспитание и пропаганду ЗОЖ. Между делом контролируем работу студенческих самоуправлений, собираем заседания студенческого совета и делаем еще кучу всего интересного.

Каждый год в НВГУ проходит школа актива «Территория первых». Туда слетаются все, кому интересна наша деятельность. В игровой форме ребята осваивают азы «осошной» работы. Если случается так, что студент «проспал» мероприятие, шанс попасть в нашу команду все равно есть. Главное, чтобы претендент был, как говорится, «за любой кипишь, кроме голодовки», и хотел работать над собой. Не стоит бояться (мы не кусаемся), нужно просто взять и написать любому из участников нашей команды. Все контакты есть на сайте. Также в соцсети «ВКонтакте» у нас функционирует группа, туда тоже можно обратиться.

Бонусов от работы в нашей организации очень много: начиная от постоянного общения, новых знакомств, полезного опыта и развития социальных компетенций, заканчивая повышенной стипендией.



Арина Ежукова, руководитель студенческого медиа-центра «Колибри», заместитель председателя ОСО НВГУ:

Моя история, связанная с объединенным советом обучающихся, началась на 1 курсе. После участия в Слете первокурсников и Школе актива я загорелась желанием попасть в команды волонтерского корпуса и организационного центра. Стала посещать собрания волонтеров. К сожалению или к счастью, я поняла, что к этой деятельности моя душа не лежит и нужно делать что-то другое.

В марте 2017 года в университете проходило мероприятие «VIII Нижневартовская молодежная модель ООН». Одногруппница предложила поучаствовать и пригласила в свою команду в качестве фотографа. Я с радостью согласилась, ведь фотография была моим хобби.

Дальше родилась идея создать медиа-центр в университете, чтобы у студентов была возможность оттачивать свои навыки на различных мероприятиях. Все началось со Слета первокурсников. Команда на тот момент у нас была маленькая, и, чтобы сделать хороший материал, мне пришлось в срочном порядке искать людей. Было сложно. Но постепенно стали подтягиваться новые ребята.

Сейчас мы большая дружная команда, которая стремится с каждым днем становиться лучше. А еще мы всегда готовы принимать в свой коллектив талантливых студентов. Поэтому, если есть желание, то «велком» в ОСО НВГУ.Станешь ты частью медиа-центра или школы социального проектирования... Не важно. Главное – быть активным студентом и получать драгоценный опыт. А еще грамоты, благодарственные письма и дипломы от городских и окружных организаций, которые будут формировать твое крутое портфолио.



В нашем мире существует немалое количество легенд, посвященных теме студенчества. Например, говорят, что если ночью накануне экзамена призывать «хаялью», крича в открытую форточку, она придет, а пятирублевая монета под левой пяткой гарантирует на экзамене отметку «отлично». Какими бы забавными ни были мифы, они формируют представления (ожидания) абитуриента о будущей студенческой жизни. И только став первокурсником, можно изучить университетскую «кухню» изнутри и понять, какова реальность.

Внимание! Материал основан на реальных мнениях студентов-первокурсников НВГУ.

ОЖИДАНИЕ

VS

РЕАЛЬНОСТЬ

Синоним слова «студенчество» – бессонница. Студент – это тот, кто никогда не спит (или спит максимум 2 часа в сутки). Тот, кто постоянно учится: без остановки пишет конспекты и «разгребает» горы домашнего задания. Похож на панду: синяки под глазами студента в точности повторяют контур черных пятнышек вокруг глаз животного.



Синоним слова «студенчество» не найден. Студент – это тот, кто успевает и учиться, и спать. Выглядит он вполне себе свежим, бодрым и даже отдохнувшим. Возможно, похож на панду только без черных пятнышек вокруг глаз. А спонсоры здорового сна и хорошего самочувствия – грамотное распределение нагрузки и организация личного времени.

Лекция – это устное изложение учебного предмета, а также запись этого изложения. Не более. На лекции со студентом никто не соревнуется. Преподаватели заинтересованы в том, чтобы все усвоили материал. Именно поэтому с пониманием относятся к надоедливым просьбам: «повторите, пожалуйста».

Лекция – это соревнование в скорописи. Материал нужно успевать фиксировать. Любой ценой. Просить преподавателя повторить фразу – удел слабаков.

Университет – это место, где можно только учиться. Учеба, учеба и еще раз учеба! Других занятий не существует.

Преподаватель иногда опаздывает на пару. Студенты ждут 15 минут, после расходятся по домам.

Привычный рацион студента: завтрак – учеба, обед – учеба, ужин – учеба. Из-за большой загруженности и нехватки времени студенты всегда голодные и питаются, чем придется.



Дружить в университете? Могу, умею, практикую. В НВГУ учится много разных студентов, так что найти себе друга по интересам – не проблема.

Преподаватель – это злодей, который всегда чересчур строг к студентам. На экзаменах он готов «заштрафовать» каждого!

Атмосфера в общежитии НВГУ напоминает маленький уютный мирок. Здесь не бегают тараканы (и прочие насекомые), а от стен не отваливается штукатурка. Здесь заботятся о том, чтобы студенты жили в комфортных условиях.

Университет – это место, где можно найти себе занятие по душе и совмещать его с учебой. В НВГУ много студенческих объединений.

Преподаватель всегда вовремя приходит на пару. Он пунктуален и ответственен. Где-то на галерке грустит студент.

Формула сытого успешного студента: большая перемена + столовая НВГУ. Она работает всегда, помогает наполнить организм силой, энергией и вкусной едой.

Дружить в университете? Нет, не слышал... Заводить друзей в студенческие годы сложно, а может даже невозможно. В вузе каждый сам за себя.

Преподаватель – твой наставник, друг и помощник. На занятиях он старается дать студентам максимум полезной информации, чтобы упростить им жизнь на экзаменах.

Жизнь в общежитии – борьба за выживание. Никогда не знаешь, что приготовит новый день: встречу с тараканом или куском штукатурки, который отвалился от стены и чуть не прибил бедного студента.

МУДРЫЕ СОВЕТЫ

«Молодой и зеленый» первокурсник! Мы собрали для тебя мудрые советы от твоих наставников-сенсэев-старшекурсников НВГУ. Прочти их внимательно, дабы усвоить полезную информацию обо всех тонкостях студенческой жизни и в дальнейшем не наступать на те самые «грабли».

1

Начинай учиться сразу, сдавай все задания вовремя и никогда не прогуливай физ-ру! Это точно облегчит тебе жизнь, и не придется после сессии с «хвостами» бегать за преподавателями.

2

Главное всегда помни, что каждая пропущенная пара, каждое не записанное на лекции слово догонит тебя на экзамене и придется «расхлебывать»... Напоминай себе об этом, когда утром лень вставать с кровати.

3

Запомни имена всех преподавателей. Наладь с ними общение, ибо потом тебе это поможет при сдаче зачетов и экзаменов.

4

Активно работай на занятиях: отвечай на семинарах, готовь доклады. Преподаватели ценят инициативных студентов. За это они могут начислить дополнительные баллы, а если повезет, то даже поставить «автомат».

5

Фотографируй все объявления в вузе. Не думай, что с одного раза ты мгновенно усвоишь увиденную информацию. Лучше зафиксировать ее. Можно заодно отправить в общую группу своего курса и помочь тем, кто сфотографировал не догадался.

6

Изучи корпус, в котором учишься. Познакомься с расположением аудиторий, расписания, кафедр и т.д. Это поможет тебе почувствовать себя комфортней и ориентироваться в здании как рыба в воде. Будешь быстро добираться до нужного кабинета, а значит, не опоздаешь на занятия.

Пиши научные работы! Они прокачают твой мозг. Да и бонусы к «стипухе» на дороге не валяются, правда ведь?

7

Совет для парней: будь со своими одногруппницами джентльменом, тогда готовая домашка обеспечена, а еще забытая дома ручка никогда не будет для тебя проблемой. Инфа – сотка!

8

Обязательно побывай за рубежом. Используй для этого все возможности, которые дают программы студенческого обмена в университете.

9

Готовься к сессии заранее. За 2-3 дня невозможно выучить сотню билетов. И никогда не слушай «страшилки» других студентов.

10

Будь открыт и дружелюбен. Знакомься, заводи друзей!

11

ВРЕДНЫЕ СОВЕТЫ

Если ты спешишь к декану по каким-нибудь вопросам,
В кабинет входи без стука, посильнее дверь толкай.
Напролом к нему врывайся, стой подольше над душою,
Но в ответ можешь услышать, что отчислен ты теперь.

Если вдруг случайно утром к первой паре успеваешь,
Будь на лекции спокоен, не балуйся, не шуми.
Ляг на парту и расслабься, засыпай себе спокойно,
Веселиться на зачете будет педагог потом.

Если совесть надоела с предложеньями учиться,
Ты ответь ей, что успеешь, весь семестр впереди.
Иди без угрозений по своим делам спокойно,
Только помни, что на сессии придется нелегко.

ПРОКАЧАЙ СВОЙ IQ?

Не забавы ради, а развития абстрактно-логического мышления для. Тест с анаграммами практически не займет у вас времени, зато проверит ваши комбинаторные способности и расскажет, насколько богатый у вас словарный запас. Правила просты: из 4 зашифрованных слов нужно выбрать 1 лишнее. В конце теста вас ждут результаты.

1

ачтезак	яссиес
акмэзне	единквин

2

дсенутт	аденк
свернолсакпки	керотр

3

каошл	есякие
иволукомлк	енраимс

4

тжагде	уачкр
сфаолемтр	шадрнаак

5

лопидав	кератал
всоталяо	акаваутрил

6

вунг	каомсв
ринвоксеннажв	тинуирстеве

7

осэсперс	униопкач
мтопок	тлета

8

пибокрап	илрабяортао
зикъуатрлуф	ирэспкетемн

9

рсацядситеи	акосярув
крв	лнобкто

10

читолон	охоошр
евоувделонътилор	ъянроб

РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТА

Могло бы быть и лучше. Может вы просто не выспались? Попробуйте взбодриться и пройти тест еще раз.

Золотая середина – это хорошо, а высокий результат теста на абстрактно-логическое мышление – еще лучше. Есть, к чему стремится, не правда ли?

У вас блестящие комбинаторные способности, а уровень словарного запаса настолько велик, что его границы определить сложно.

ПРОВЕРЬ СВОЙ IQ

Задачка на интеллект, которая под силу только настоящим гениям! Если вы сможете решить ее, то знайте, уровень вашего IQ выше среднего (но это не точно).

$$6+4=210$$

$$7+6=?$$

$$9+2=711$$

$$8+7=?$$

$$8+5=313$$

$$4+3=?$$

$$5+2=37$$

$$9+5=?$$

Самое прекрасное время в моей жизни – это мои студенческие годы в НВГУ! Спасибо от всего сердца, любимый университет, за знания, которые ты дал! За прекрасных преподавателей, за их терпение и труд! Продолжай дарить своим студентам те тепло и уют, которыми согревал меня! Иди в ногу со временем, достигай новых высот и выпускай хороших специалистов!

Любовь Гузик,
выпускница НВГУ:



Стоп-кадр



chusalexx

Nizhnevartovsk state university

⋮



vitori_di

Nizhnevartovsk

⋮



pretty_or_almighty

Nizhnevartovsk state university

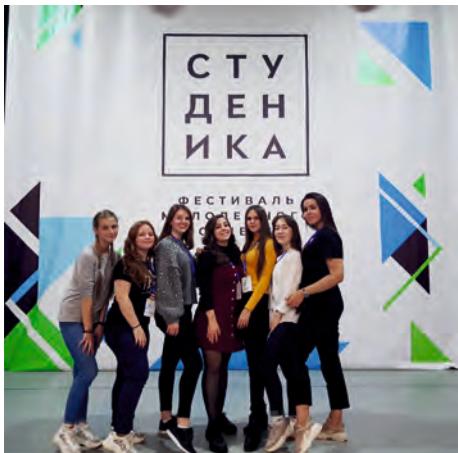
⋮



dasha_kolle

Nizhnevartovsk

⋮





rossetti_tumen

Nizhnevartovsk state university



denimayvo

Nizhnevartovsk state university



lavrenyuk15_nv

Nizhnevartovsk state university



nvsu_nv

Nizhnevartovsk state university



Не забывайте при публикации фотографий в своих аккаунтах ставить хэштег #НВГУ. Лучшие кадры войдут в историю.

Поздравляшки



Анастасия Решетникова,
выпускница НВГУ:

Я очень часто вспоминаю мой любимый НВГУ, где прошли 6 замечательных лет моей учебы. Благодаря прекрасным педагогам факультета педагогики и психологии, я теперь учитель начальных классов. Дорогой вуз, спасибо за этот чудесный опыт! Желаю тебе только лишь процветания и развития, ведь нет предела совершенству! С днем рождения!

Университет научил меня самостоятельности, ответственности, дал опыт, знания. Познакомил с крутыми преподавателями, на которых я равняюсь, помог обрести верных друзей, каждый из которых теперь часть моей жизни. НВГУ, ты «the best»! Поздравляю тебя с днем рождения! Желаю еще 31 год, и еще 31 год, и еще много-много лет успеха в воспитании и образовании молодежи. И пусть каждый учащийся здесь с гордостью носит звание – «Студент НВГУ».



Кристина Родикова,
студентка 3 курс ФИТиМ:

В день рождения родного университета хочется поздравить не только вуз, но и всех работников, преподавателей и студентов НВГУ! Все эти люди вносят свой вклад в развитие университета. Я горжусь тем, что учусь в первом вузе Югры. Здесь я получаю не только профессиональные знания, но и развиваюсь в творческом, научном и многих других направлениях. НВГУ – это больше, чем просто вуз, НВГУ – это команда! Желаю университету продолжать держать высокую планку и добиваться успехов в достижении самых амбициозных целей.

ОФИЦИАЛЬНО
www.nvsu.ru

ОБЩАЙСЯ С УНИВЕРСИТЕТОМ
vk.com/nvgulive

САМЫЕ БЫСТРЫЕ НОВОСТИ
twitter.com/NVGU_Nv

Елена Благинина,
студентка 2 курса ГФ:



В день рождения родного университета хочется поздравить не только вуз, но и всех

работников, преподавателей и студентов НВГУ! Все эти люди вносят свой вклад в развитие университета. Я горжусь тем, что учусь в первом вузе Югры. Здесь я получаю не только профессиональные знания, но и развиваюсь в творческом, научном и многих других направлениях. НВГУ – это больше, чем просто вуз, НВГУ – это команда! Желаю университету продолжать держать высокую планку и добиваться успехов в достижении самых амбициозных целей.

СМОТРИ, НАС ПОКАЗЫВАЮТ
www.youtube.com/NVGU

БОЛЬШЕ ИНТЕРЕСНЫХ ИСТОРИЙ
www.facebook.com/NVSUnv

ЯРКИЕ КАДРЫ КАЖДЫЙ ДЕНЬ
instagram.com/nvsu_nv