

Газета Новосибирского государственного архитектурно-строительного университета (Сибстрин)



# ВЕСТИ СИБСТРИНА

№4 (198) Март 2023

**СТРОИТЕЛЬСТВО АВТОДОРОГ**  
Кто сделает наши дороги отличными

**ВМ-ПРОЕКТИРОВАНИЕ ОТ СИБСТРИНОВЦЕВ**  
Наши выпускники работают в новых технологиях

Многотиражная газета  
Новосибирского  
государственного  
архитектурно-строительного  
университета (Сибстрин)  
«Вести Сибстрина»

Главный редактор  
Э.Е. Полякова

Корреспондент  
Е.Б. Хаценко

Адрес редакции:  
г. Новосибирск,  
ул. Ленинградская, 113,  
к. 102в/1

Тел. 8-903-903-04-64  
e-mail: vesti@sibstrin.ru

Газета отпечатана  
в типографии  
ООО «ИД «Вояж»

Адрес типографии:  
г. Новосибирск,  
ул. Немировича-Данченко,  
104

Тираж 999 экз.

На обложке:  
Алла Дятчина (аспирант  
и ассистент кафедры СМСС)  
и Любовь Поленова (гр. 465).  
Фотограф Денис Именов  
(гр. 281, Сибстрин TV)

www.sibstrin.ru

Благодарим сотрудников,  
преподавателей, студен-  
тов университета, которые  
приняли участие в созда-  
нии нынешнего выпуска  
газеты «Вести Сибстрина»!

Приглашаем всех студен-  
тов, магистрантов, аспи-  
рантов, преподавателей к  
сотрудничеству.

Звоните гл. редактору  
(8-903-903-04-64 Элеонора  
Евгеньевна Полякова), при-  
сылайте свои статьи, замет-  
ки, репортажи, зарисовки,  
фотографии и всё осталь-  
ное о жизни университета  
(vesti@sibstrin.ru).

Совместными усилиями  
будем делать нашу газету  
ещё лучше!

# НОВОСТИ УЧЁНОГО СОВЕТА

20 февраля 2023 г. прошло очередное заседание учёного совета НГАСУ (Сибстрин), на котором были рассмотрены два основных вопроса: 1) «Результаты реализации дополнительного образования в университете. Задачи на новый учебный год»; 2) «Итоги ремонтных и благоустроительных работ на объектах и территории вуза в 2022 г. Задачи на 2023 г.»

## Результаты реализации дополнительного образования в университете. Задачи на новый учебный год

Заслушав и обсудив сообщение директора института дополнительного образования Н.С. Дереповской, учёный совет отметил следующее. Реализация дополнительного образования в университете осуществляется силами структурных подразделений института дополнительного образования: центра подготовки, переподготовки и повышения квалификации специалистов и преподавателей (ЦПППК), центра довузовского образования (ЦДО), консультационного центра студентов (КЦС), центра дистанционного обучения (ЦДО), научно-образовательного центра компьютерного моделирования и проектирования (НОЦ КМП).

По итогам деятельности ИДО в 2022 г. в университет поступило 19 млн руб.

В рамках Комплексной программы развития НГАСУ (Сибстрин) (проект 3.1.4. Развитие дополнительного профессионального образования) на 2023 г. определены плановые значения индикаторов, достижение которых обусловлено выполнением следующих задач:

1. Развитие электронного обучения и дистанционных образовательных технологий при реализации дополнительных профессиональных программ и программ дополнительного образования (мероприятие 2, пп. 1, 3).
2. Участие в конкурсах, федеральных, отраслевых программах обучения граждан (мероприятие 3, п. 1).
3. Работа с кафедрами университета по разработке и реализации программ дополнительного образования (мероприятие 1, пп. 1–3).
4. Привлечение сторонних специалистов к разработке и реализации дополнительных профессиональных программ (мероприятие 1, п. 4).
5. Эффективное продвижение дополнительных профессиональных программ (мероприятие 3, п. 2).

## Учёный совет постановил:

1. Признать работу ИДО удовлетворительной.
2. Директору ИДО Н.С. Дереповской, директору ЦДО А.А. Асеевой в срок до 30.10.2023 в полном объёме запустить школу углублённого изучения предмета (математика, физика, информатика).
3. Директору ИДО, директорам институтов, деканам факультетов, заведующим кафедрами обеспечить выполнение мероприятий Комплексной программы развития НГАСУ (Сибстрин) по развитию дополнительного профессионального образования.
4. Заведующим кафедрами в срок до 01.04.2023 представить в ИДО план повышения квалификации сотрудников на 2023 г.
5. Первому проректору А.С. Евдокименко при формировании бюджета предусмотреть средства на продвижение (рекламу) образовательных услуг ИДО.
6. Директору ИДО Н.С. Дереповской обеспечить выполнение мониторинговых показателей в части развития дополнительного профессионального образования в 2023 г.

## Итоги ремонтных и благоустроительных работ на объектах и территории вуза в 2022 г. Задачи на 2023 г.

Заслушав и обсудив сообщение проректора по АХРиКБ Д.В. Балчугова по вопросу выполненных в 2022 г. ремонтных и благоустроительных работ на объектах и территории студенческого городка и планы работ на 2023 г., учёный совет отметил следующее.

Общий объём финансово-хозяйственной деятельности вуза в 2022 г. составил 792,157 млн руб., в том числе субсидии, полученные из федерального бюджета, – 568,980 млн руб. На обеспечение жизнедеятельности университета затрачено 170,812 млн руб. (21,6 % от плана финансово-хозяйственной деятельности).

В 2022 г. ремонтные рабо-

ты в вузе выполнялись в рамках: производственной летней практики студентов; эксплуатационной деятельности технических служб университета; целевой субсидии на проведение капитального ремонта; участия попечителей и привлечения сторонних организаций; самостоятельной работы кафедр. При этом затраты по заключённым обязательным договорам на содержание университета составили 78,254 млн руб. (9,9 % от плана финансово-хозяйственной деятельности), в том числе основные: услуги клининга; отопление и горячее водоснабжение; услуги охраны; электроэнергия; холодное водоснабжение и водоотведение; услуги связи; обслуживание СКУД и ПБ; чистка снега; стирка белья; обслуживание канализации; дезинсекция и дератизация; обслуживание приборов учёта.

Подготовлена проектно-сметная документация на капитальный ремонт общежития № 1. Получено положительное заключение в части проверки достоверности определения сметной стоимости от ФАУ «Главгосэкспертиза России».

Проектные работы ведутся по капитальному ремонту общежития № 5 и стадиону и строительству нового общежития. Направлена заявка в Минобрнауки РФ на выделение денежных средств.

## Учёный совет постановил:

1. Принять к сведению сообщение проректора по АХРиКБ Д.В. Балчугова о выполненных работах по ремонту и благоустройству объектов и территории вуза в 2022 г.
2. Продолжить работы по капитальному ремонту и содержанию вуза на 2023 г. в соответствии с Комплексной программой развития до 2030 г., предоставив возможность корректировки комиссии от учёного совета.
3. Проректору по АХРиКБ Д.В. Балчугуவு предусмотреть в 2023 г. мероприятия, направленные на оптимизацию расходов по содержанию и эксплуатации имущества вуза.

# НОВЫЙ ДИЗАЙН ДЛЯ КАФЕДРЫ

В ноябре 2022 г., на закрытии Фестиваля архитектуры, дизайна и градостроительства, был объявлен конкурс дизайн-проектов оформления внеучебного пространства (коридора) кафедры СМСС. Организаторами конкурса выступил сам НГАСУ (Сибстрин) и лакокрасочный завод (ЛКЗ) «Колорит», наш давний партнёр и помощник. И вот четыре месяца спустя, 21 марта 2023 г., подведены итоги конкурса.



**К**оординатор конкурса от НГАСУ (Сибстрин), канд. архитектуры, доцент, зав. кафедрой АРГС Евгения Владимировна Кетова сообщила, что всего студентами Сибстрина было подготовлено 14 проектов, из которых шесть было выбрано для представления конкурсной комиссии. Она отметила, что студенты подошли к вопросу творчески и раскрыли предложенную тему – отражение природного происхождения строительных материалов. Для реализации задуманного участниками применялись качественные экологичные строительные материалы и технологии, которые производят ЛКЗ «Колорит» и другие партнёры НГАСУ (Сибстрин). Все предложенные идеи проектов были интерпретированы современными дизайнерскими средствами и декораторскими приёмами и выполнены в программах

AutoCAD и CorelDraw.

Работы оценивала конкурсная комиссия в следующем составе:

- ректор НГАСУ (Сибстрин) Ю.Л. Сколубович;
- директор ЛКЗ «Колорит» А.К. Туляганов;
- первый проректор НГАСУ (Сибстрин) А.С. Евдокименко;
- проректор по учебной работе и молодёжной политике НГАСУ (Сибстрин) М.Н. Шумкова;
- директор по маркетингу ЛКЗ «Колорит» Т.В. Шашкова;
- зав. кафедрой СМСС НГАСУ (Сибстрин) О.Е. Смирнова;
- зав. кафедрой АРГС НГАСУ (Сибстрин) Е.В. Кетова;
- гл. инженер АХЧ НГАСУ (Сибстрин) Б.Е. Смирнов.

Все наши студенты подошли к задаче творчески, предложили не просто интересные дизайнерские решения, но вложили в них определённый

смысл. Например, Вита Лобанова (гр. 219, ИАГ) внесла в свой проект яркую и стильную деталь – живую синюю линию, сочетающуюся с логотипами НГАСУ (Сибстрин) и ЛКЗ «Колорит».

А Ксения Минина (гр. 419, ИАГ) отметила, что при создании своего проекта хотела наглядно продемонстрировать, чем занимаются ЛКЗ «Колорит» и кафедра строительных материалов, стандартизации и сертификации НГАСУ (Сибстрин):

– С этой целью мной были запроектированы баннеры с историей завода и важными сведениями о материалах и возможностях компании, декоративная стена с использованием шпательков и грунтовок, палитра различных оттенков с разными видами красок, эмалей и лаков. Также хотелось обратить внимание студентов на богатую коллекцию различных материалов и декоративных элементов, хранящихся на кафедре СМСС. Для этого в проекте предусмотрен большой стеллаж и полочки. Все выставочные материалы можно трогать, смотреть и изучать.

Вита Лобанова, Ксения Минина и Юлия Меньшикова (гр. 219, ИАГ) были отмечены дипломами за участие в конкурсе дизайн-проектов. Благодарим наших студенток за хорошую творческую работу!

Победителем конкурса стала первокурсница института строительства Дарья Пермякова (гр. 123). Она полностью самостоятельно разработала

дизайн-проект. «Изыюминкой» её проекта стало то, что она предложила яркое цветовое решение для дверных проёмов кабинетов. Оно радует глаз и позволяет легче ориентироваться в пространстве. Когда проект будет реализован, студенты наверняка с удовольствием будут заниматься в «жёлтой» или «зелёной» аудитории. Дарья также рассказала:

– В своём проекте я предусмотрела ниши, на которых будут представлены интересные строительные материалы с литературой. И ещё – место отдыха с удобными скамейками, кулером с водой. Здесь студенты смогут посидеть, пообщаться, отдохнуть между парами.

Второе и третье место экспертная комиссия присудила соответственно Алине Яцко (гр. 419, ИАГ, руководитель Ю.Е. Нижегородцева) и Елизавете Волковой (гр. 111-маг, ИАГ, руководитель Е.В. Кетова).



# АВТОДОРОГИ – ОЧЕНЬ ПЕРСПЕКТИВНО!

В нашем университете студенты обучаются не только возведению зданий, но и строительству, ремонту, поддержанию в хорошем состоянии автомобильных дорог. Всем, конечно, интересна эта тема на бытовом уровне, а вот у некоторых пытливых исследователей загораются глаза, когда можно узнать об этом что-то новое, современное. Мы познакомимся с несколькими такими людьми.



**Канд. техн. наук, доцент  
Ольга Арнольдовна Игнатова:**

Специальность «Автомобильные дороги» – одна из самых новых в нашем вузе. Первый набор у нас состоялся 10 лет назад, в 2013 г., соответственно первый выпуск бакалавров – в 2016 г., магистров – в 2020 г. При этом наши студенты являются одними из самых востребованных, и практически все устраиваются на работу по специальности, что в наше время очень хороший показатель. (От ред.: Прямо во время нашей беседы с Ольгой Арнольдовной ей позвонили с предприятия, чтобы попросить студентов именно по профилю «Строительство автодорог» на практику с перспективой дальнейшего трудоустройства. И такие звонки не единичны. Мы свидетели: студенты-дорожники буквально нарасхват и зарабатывают очень и очень неплохо.)

Мы готовим специалистов-дорожников по нескольким направлениям: «Инженерные изыскания дорог», «Проектирование дорог», «Строительство, эксплуатация дорог» и «Система контроля качества дорожных материалов». Понятно, что выпустить таких универсалов невозможно. Наше основное направление – это «Строительство дорог». Мы уже несколько лет проводим на конференциях секцию «Строительство автомобильных дорог», в которой принимают участие и приглашённые студенты из СГУПС.

Они с удовольствием приезжают на нашу конференцию и делают соответствующие доклады для наших студентов и преподавателей.

Конечно, у студентов есть различные пожелания, приоритеты, кем они хотят работать. Поэтому, если они выбирают направление «Проектирование», то после 3 курса идут на практику в проектные институты, и мы подбираем им руководителей из действующих проектировщиков. Мы всегда стараемся привлекать к работе с нашими студентами специалистов-практиков. Это проектные институты, лаборатории, например, «Новосибирск-автодора» и др.

К научной работе мы привлекаем наших студентов начиная с 3 курса. Их выступления на конференциях и конференциях по практике позволяют им сориентироваться в выбранном направлении и в дальнейшем, на научных конференциях 4 курса, полностью определиться с выбранным направлением.

Сегодня мы хотим представить вам двух замечательных девушек, выбравших для себя специальность «Автомобильные дороги». Одна из них, Алла Дятчина, – выпускница 2020 г., ныне аспирантка третьего года обучения и преподаватель кафедры СМСС. Также студентка 4 курса Любовь Поленова с удовольствием расскажет вам о своих успехах.



**Любовь Поленова (гр. 465):**

– Я с детства точно знала, что буду инженером, потому что для меня инженерные профессии – это всегда развитие, перспектива, рост. За такими специальностями будущее. Уже учась в Сибстрине, я выбрала автомобильные дороги, потому что это масштабно, безгранично, интересно и многопрофильно. Казалось бы, что может быть сложного в автомобильной дороге? Однако, прежде чем построить этот с виду простой

линейный объект, необходимо произвести колоссальный объём работ, начиная с исследования местности, климата, грунта, выполнения расчёты на обеспечение прочности и надёжности этого инженерного сооружения. Сейчас я учусь на 4-м курсе, и у меня просто горят глаза, потому что именно сейчас я чувствую, что нас «погрузили» в эту специальность. Теперь предметы, которые мы изучали ранее, больше не кажутся отдельно стоящими, а стали вза-



Строящаяся трасса Р-258 «Байкал».  
Фото Любови Поленовой (гр. 465).

имосвязанными. Мы изучаем диагностику автомобильных дорог, экспертизу, проектирование, строительство. И все эти предметы встроилось в единую стройную структуру.

**– А Ваша конкретная тема как формулируется?**

– У меня их несколько. Сначала я исследовала тему «Влияние дорожно-климатических условий на выбор органических вяжущих» под научным руководством канд. техн. наук, доцента Ольги Арнольдовны Игнатовой. Затем под руководством ассистента кафедры СМСС Аллы Александровны Дятчиной занималась темой «Выявление и обследование участков пучинообразования на автомобильных дорогах». В будущем я хочу стать проектировщиком. Сейчас я уже готовлюсь к выпуску, пишу свою ВКР, посвящённую капитальному ремонту трассы Р-257 «Енисей». Самую интересную её часть я пишу под руководством Октябрины Владимировны Никулич. Она называется «Повторное использование материала асфальтобетонных покрытий и оснований посредством холодного фрезерования с применением различных вяжущих».

**– Где Вы проходили производственную практику после 3 курса?**

– В «Иркутскгипродорнии», потому что я сама из Иркутска. У меня была потрясающая практика. Я занималась и простой бумажной работой, и дважды мне довелось съездить на авторский надзор на строящийся объект. С моим руководителем практики Татьяной Ивановой Ушаковой мы посетили объект Р-258 «Байкал» – выход из города Иркутска на Читу и Улан-Удэ. Я была погружена в строительный процесс, видела, как работает техника: экскаваторы, бульдозеры, скреперы, буровзрывные машины – огромное количество крупной техники. И сами люди, которые на ней работали, рассказывали мне о её функционале. Плюс я занималась реальным проектированием. Это был настоящий объект, в проект которого были внесены и мои штришки. Это очень вдохновляет. Также я прошла двухнедельный курс обучения по работе в ПО CREDO. В настоящее время это передовой инструмент проектировщика. Сейчас мы также занимаемся в ПО Robour, с помощью которого проводим серьёзные расчёты для курсового проектирования автомобильных дорог.



**Алла Дятчина, аспирантка 3-го года обучения:**

– Выбирая вуз, где хотела бы учиться, я уже знала, что мне нужен строительный университет. Поэтому выбрала Сибстрин, хотя Алексей Сергеевич Дедов говорит, что не мы выбираем Сибстрин, а Сибстрин выбирает нас. Прочитав про специальность «Автомобильные дороги», поняла, что это очень актуальная и перспективная тема. На первых двух курсах нам даётся общая программа,

затем идут специализированные предметы, и после 3 курса мы проходим производственную практику. У меня была цель пройти её за границей, я даже ходила на курсы английского языка здесь же в университете. Кто хочет, тот добьётся, и после 3 курса я поехала в университет в Инчхоне (Южная Корея). Но так сложилось, что во время нашей практики кафедра автомобильных дорог была в отпуске, и нас всех отправили на кафедру механики грунтов.



Профессор Инчхонского университета Шин Ен Чоль вручает Алле Дятчиной сертификат о прохождении стажировки.

В Корею активно занимаюсь осушением грунтов. Мы ездили, набирали глину, нам привозили золы с ТЭЦ. Мы делали замесы, производили испытания. Вернувшись домой и продолжив обучение, я узнала, что Ольга Арнольдовна Игнатова занимается вопросами добавки зол ТЭЦ в бетон. На эту тему я писала диплом бакалавра, затем продолжила её в магистратуре. Сейчас тем же самым занимаюсь в аспирантуре.

**– Из-за чего всё-таки у нас такие проблемы с дорогами?**

– Одна из очевидных причин – перепады температур. Влага проникает в материал грунта, что вызывает пучение, очень вредное для дорог. Я как раз изучаю строительные материалы, разрабатываю способы укрепления и стабилизации грунта, чтобы мы могли эффективно использовать местные грунты, сулинки пылеватые. В аспирантуре я учусь по кафедре строительных материалов, стандартизации и сертификации, но всегда остаюсь в теме автомобильных дорог. Могу сказать, что большинство наших дорог было построено в 1940-х – 1950-х годах. Технологии ещё были неразвиты, строилось всё из местных, неподходящих материалов. А сейчас при ремонте автодорог мы просто меняем их «одежду» на старом основании. Поэтому дорожное покрытие и приходит быстро в негодность.

**– Как Вы видите свою будущую деятельность?**

– Хочу развиваться в области преподавания, мне это всегда было интересно. Я уже и сейчас преподаю у бакалавров две дисциплины: «Эксплуатация, ремонт и реконструкция автомобильных дорог» и «Диагностика состояния автомобильных дорог». Стараюсь на своих занятиях не просто дать теорию, но инициировать дискуссию, чтобы ребята высказали своё мнение. Хотя я не всегда уверенно себя чувствую, но ребята молодцы, воспринимают меня как преподавателя. Также помогаю им при работе с дипломами, подготовке к конференциям. В прошлом году Егор Гемадиев занял 1-е место на нашей секции студенческой конференции. Это меня очень обрадовало, потому что есть в этом и мой труд. Сейчас мы готовимся к конференции с другими ребятами – Дарьей Яремчук и Михаилом Подкуром. Надеюсь, они тоже выступят успешно.

Беседовала  
Э.Е. Полякова

# МЫ РАБОТАЕМ В BIM!

В уже знакомом нам по прошлым выпускам «Вестей Сибстрина» ООО «Спектрум» работают ребята, окончившие или продолжающие обучение в нашем университете. И сегодня мы поговорим с девушками, выбравшими профессию, за которой будущее – BIM-моделирование.



**Ангелина Данилина,  
мл. BIM-координатор  
ООО «Спектрум»:**

– Я работаю здесь совсем недавно, но уже чувствую себя «как рыба в воде». Именно по этой специальности не училась, но всегда было интересно попробовать что-то новое.

**– Как Вы заинтересовались BIM-технологиями?**

– Изначально я услышала о BIM от своего преподавателя в НГАСУ (Сибстрин) Матвея Анатольевича Рублёва. Он пригласил нас, студентов, на бесплатные курсы по ПО Revit, которые есть в Сибстрине. Рассказывал о плюсах и минусах данной программы, пытался привлечь нас к её изучению. В дальнейшем стал моим куратором на производственной практике, где я на реальном проекте поближе познакомилась с Revit. За это я ему очень благодарна! Меня эта тема очень заинтересовала, я начала читать статьи в интернете и наткнулась на информацию о такой профессии, как BIM-координатор. И поняла, что хочу попробовать себя в ней. Узнала, что у нас в Новосибирске есть организации, которые готовы обучать ей «с нуля». ООО «Спектрум» в их числе, компания готова помочь начинающим специалистам стартовать в профессии. Моя коллега Полина – студентка 5-го курса ИАГ НГАСУ (Сибстрин). Она пришла в ООО «Спектрум» на практику, не имея практического опыта в BIM, и на учебном проекте, созданном специально для студентов, которые пришли к нам на практику, по-



лучила реальный опыт работы с командой в среде BIM.

**– Что же такое BIM?**

– Информационное моделирование зданий (англ. Building Information Modelling, BIM) – процесс генерации и управления данными о здании или сооружении на протяжении его жизненного цикла. BIM состоит в использовании средств архитектурно-строительного проектирования для создания единой информационной модели здания, над которой могут работать все команды, участвующие в разработке строительного проекта.

**– Расскажите про сам процесс BIM-проектирования. Вы разрабатываете сразу 3D-модели со всеми коммуникациями?**

– Да, все проекты у нас выпускаются с использованием BIM-технологий в 3D. Начиная со стадии концепции и до завершающей стадии практически всё в 3D. Есть допущения, где могут использоваться 2D-технологии, например, в ГП эскизный проект плана организации

земельного участка, различные конструктивные узлы. BIM охватывает все этапы жизненного цикла сооружения: планирование, составление технического задания, проектирование и анализ, выдача рабочей документации, производство, строительство, эксплуатация и ремонт, демонтаж.

**– В каких программах проходит 3D-моделирование?**

– Revit, Tekla, Civil 3D, Magikad и т.д. Мы в основном моделируем в Revit, у него достаточно обширные возможности в сфере строительства, моделирования двухмерных и трёхмерных конструкций. Основным преимуществом Revit является проектирование в BIM, то есть вы создаёте полноценную 3D-модель, из которой автоматически получаются чертежи. По сути, Вы идёте от общего (объёмно-пространственного решения) к частному (чертежи), а не наоборот, как в AutoCAD, где сначала появляются чертежи, а уже на основе этих чертежей моделируется объект. Связь 2D- и 3D-видов плюс

их связь с рабочей документацией. В Revit модель (будь это 3D-модель или планы, разрезы и т.д.) и спецификации взаимосвязаны. То есть можно выбрать любой элемент в спецификации и показать его на любом виде, где данный элемент присутствует. Это позволяет исключить лишние элементы, быстрее заполнить спецификации и осуществить координацию по проекту. Также в Revit очень хорошо реализовано визуальное программирование (Dynamo). Что позволяет заменить рутинные операции написанием скриптов.

**– BIM-проектированием, как я понимаю, можно заниматься не только в Revit, но и в других программах?**

– Да, у нас есть и русские аналоги, например, Renga. Также ArchiCAD, NanoCAD, Tekla и т.д. Главное, чтобы была возможность не только выполнять модель в 3D, но и наполнять её информацией.

**– То есть BIM – это возможность извлечь информацию из модели?**

– Да, например, BIM-проект содержит множество информации, полезной для сметчика: объёмы, материалы, расположение конструктивных элементов. При грамотном подходе всё это можно эффективно использовать для составления сметной документации. Как минимум, не надо будет вручную считать объёмы.

**– Получается, в BIM-моделировании сметчик не нужен? Можно ведь смету извлечь?**

– Нет, сметчик нужен. Его работа с появлением BIM-технологий стала проще и эффективнее. Из процессов работы проектного бюро были исключены лишние этапы: расчёты вручную, малоэффективное копирование проекта на бумажных носителях. Скорость создания проекта увеличилась. Все эти улучшения привели к значительной экономии материальных, временных и трудовых ресурсов. Многие процессы программные комплексы выполняют в автоматическом режиме. Сметная документация готовится в сжатые сроки и оперативно корректируется.

**– Как Вы обучались BIM-моделированию?**

– Я обучалась самостоятельно: на производственной практике, с помощью бесплатных курсов в интернете. Например, по курсам Александра Высоцкого. У него очень много полезного материала, который подаётся в довольно простой и понятной форме. Также есть блог о Revit для инженеров-сетевиков и BIM-координаторов от Вадима Маруева, который делится опытом и лайфхаками для проектировщиков и разработчиков семейств.

**– А как Вы потом пришли в ООО «Спектрум»?**

– В ООО «Спектрум» я пришла, потому что эта компания является уже много лет подряд лидером в области BIM в нашей стране. Хотелось поработать бок о бок с такими профессионалами над достаточно крупными и интересными проектами.

**– Вам здесь нравится?**

– Да, в ООО «Спектрум» есть перспектива развития. Здесь ты можешь предлагать и продвигать свои идеи и не бояться быть неуслышанным или проигнорированным. Во многих других крупных компаниях ты, скорее всего, будешь выполнять одну и ту же работу изо дня в день, как «шестерёнка в часовом механизме». А в ООО «Спектрум» дела обстоят не так. Здесь ты в полной мере можешь проявить себя.

**– Пригодились ли Вам знания, полученные в НГАСУ (Сибстрин)?**

– Конечно. Я училась на ГСХ, и большинство знаний и навыков мнегодились. Ты должен находить общий язык со многими специалистами из разных разделов. Сегодня ты делаешь семейство диффузора для раздела ОВиК, завтра витражные двери для АР. И тебе необходимо понять, что же в конечном итоге от тебя хотят видеть твои коллеги. Строительное образование в BIM-технологиях очень важно. Ты должен понимать технологию проектирования.

**– Вы хотите связать свою карьеру и всю дальнейшую деятельность с BIM-технологиями? Хотите стать BIM-менеджером или BIM-проектировщиком?**

– В дальнейшем я вижу себя BIM-менеджером. Я считаю, что за информационными технологиями будущее. Поэтому ни в какой другой специальности себя не вижу. BIM-проектировщики – это инженеры, архитекторы, которые проектируют в BIM-среде. А BIM-менеджер – это тот, кто координирует работу BIM-проектировщиков.

**– А чего хотите достичь в карьере, в жизни? Ваша цель, самая высокая?**

– Стать профессионалом своего дела. Заниматься тем, что люблю, и приносить пользу людям.

**– Заниматься или обучать других?**

– Заниматься, чтобы потом обучать других. Важно сначала самому разобраться в теме, чтобы потом научить других.

**– Что делают студенты НГАСУ (Сибстрин) на практике в ООО «Спектрум»?**

– В компании для студентов специально был разработан проект, в котором они на практике смогли узнать, как устроена работа в команде между разными разделами, окунуться в BIM-среду, поближе узнать технологию проектирования. После практики многие студенты остались работать в нашей команде, в том числе и моя коллега Полина.

**– Дадите какие-то советы студентам и выпускникам НГАСУ (Сибстрин)?**

– Не бояться совершать ошибки и пробовать что-то новое! Главное проявлять инициативу, не останавливаться на достигнутом, совершенствоваться, и тогда обязательно всё получится!



**Ирина Сафиулина (гр. 141-маг), инженер 3-й категории ООО «Спектрум»:**

– Я закончила НГАСУ (Сибстрин) только в прошлом году, выпускалась по кафедре ТГиВ. И сразу пришла работать в ООО «Спектрум».

**– Как Вы узнали об этой компании?**

– Я участвовала в конференции, куда приехал один из руководителей ООО «Спектрум» из Москвы. После конференции он сказал, что хочет со мной поговорить, что ему очень понравилось моё выступление. Мне было приятно, что меня выдвинули, заметили. Позже меня пригласили работать в ООО «Спектрум». Мне здесь сразу очень понравилось. Все коллеги очень доброжелательны, меня быстро научили работать в Revit.

**– В Сибстрине обучают работать в Revit?**

– Обучают основам. Но в Сибстрине я научилась хорошо работать в AutoCAD, и он мне здесь также очень пригодился.

**– А сейчас Вы здесь кем работаете?**

– Я инженер 3-й категории. Ещё есть ниже ступень – это инженер-техник. Но так как у меня есть высшее образование, то мне сразу дали инженера 3-й категории. Я занимаюсь теплоснабжением, вентиляцией и кондиционированием, т.е. работаю по специальности.

**– И тоже связаны с BIM-моделированием?**

– Да, я работаю с BIM-технологиями. Конкретно сейчас занимаюсь тем, что решаю конфликты в Revit, смотрю, где у нас пересечения с другими сетями. Созваниваюсь со смежными отделами, и мы вместе думаем, как решить пересечение сетей.

**– То есть сейчас Вы инженер 3-й категории, потом 2-й и 1-й?**

– Да, а далее будет ведущий инженер 3-й, 2-й и 1-й категории.

**– Как долго длится переход из одной категории в другую?**

– Когда я проходила собеседование в ООО «Спектрум», мне сразу сказали, что сначала я буду инженером 3-й категории, весь год буду учиться, развиваться и спустя год мне присвоят 2-ю категорию.

**– Нужно сдать какой-то экзамен?**

– Нет, нет никаких экзаменов! Ура! Мне их хватает в университете.

**– Вы сейчас продолжаете обучение в НГАСУ (Сибстрин)?**

– Да, я учусь в магистратуре, на 1-м курсе. Когда у меня учёба, отпрашиваюсь с работы. Всегда отпускают.

**– Почему Вы выбрали ТГиВ?**

– Вообще изначально я хотела на архитектуру. Но мне не хватило баллов на бюджет. Тогда я пошла на ТГиВ и теперь очень довольна, это очень интересная специальность. Где бы я сейчас ни ходила – в театре, например, – смотрю на решётки, воздуховоды, как они проходят. Это уже, наверно, профдеформация. Но мне нравится. Я увлеклась! А сейчас, когда работаю в Revit, мне ещё больше нравится моя профессия. Потому что на 3D-модели можно увидеть, как это будет в жизни, ощущение какого-то творчества. Поэтому я вообще не жалею о сделанном выборе, об обучении по специальности ТГиВ.

**– То есть с архитектурой всё? Вы решили завязать с этой мечтой и развиваться в ТГиВ?**

– Да, я решила развиваться в этой специальности и в магистратуру пошла на неё же.

**– А можно было в магистратуру пойти на другую специальность?**

– Можно было. Моя подруга после ТГиВ пошла в магистратуру на градостроительство. Сейчас обучается.

**– Дадите какой-нибудь совет студентам или поступающим?**

– Да, я могу посоветовать. Все деканаты постоянно предлагают какие-нибудь бесплатные курсы. Я очень советую всем в них участвовать, потому что это развитие, это пригодится в будущем. Потом можно с уверенностью сказать своим руководителям на работе, чему ты обучался в университете. И показать им, что вы профессионал, который им нужен. Что вы востребованный специалист. Или взять дополнительный заработок. Поэтому не упускайте шанс, «берите быка за рога!» Берите всё, что дают в Сибстрине!

Беседовала  
Е.Б. Хацэнко

# ВАЛЕРИЙ ВАСИЛЬЕВИЧ НЕ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ!

Замечательный талантливый человек Валерий Васильевич Габрусенко, специалист высокого уровня, «золотой фонд» нашего университета, по-прежнему ведёт активную деятельность: пишет книги, статьи, читает лекции. Уже в начале 2023 г. вышло очередное учебное пособие в соавторстве с Виктором Александровичем Беккером. Совсем скоро пройдут лекции для групп профессиональной переподготовки направлений «Промышленное и гражданское строительство» и «Судебная строительно-техническая экспертиза». Коллеги Валерия Васильевича отзываются о нём с огромным уважением. А мы расскажем вам о нём с их слов.



## Габрусенко Валерий Васильевич.

Кандидат технических наук, доцент, член-корреспондент Петровской академии наук, автор более чем 160 опубликованных научных статей, нескольких изобретений и 9 книг по специальности. В 1989–1991 гг. являлся председателем Сибирского филиала Национального комитета СССР ФИР (Международной федерации преднапряженного железобетона), 23 года со дня основания (1991 г.) возглавлял научное Общество железобетонщиков Сибири и Урала.

Родился в 1941 г. в Новосибирске, учился в НИИЖТе (ныне СГУПС) по специальности «Промышленное и гражданское строительство», по окончании которого в 1965 г. был оставлен на кафедре «Конструкции и здания», где занимался научными исследованиями и преподавательской работой.

В 1976–1989 гг. работал в СКТБ «Стройиндустрия» Минстроя СССР начальником отдела и зам. главного инженера, где занимался разработкой, экспериментально-теоретическими исследованиями новых предварительно напряженных железобетонных конструкций, из которых около 20 были внедрены в серийное производство на многих заводах страны – от Калининграда до Южно-Сахалинска и от Хибиногорска до Ашхабада. Работы были удостоены нескольких медалей ВДНХ СССР.

Другим направлением творческой деятельности являлись разработка, исследование и внедрение способов усиления эксплуатируемых несущих конструкций.

С начала 1980-х гг. стал принимать участие в ежегодных научно-технических конференциях в Сибстрине и руководить дипломным проектированием на кафедре железобетонных конструкций. В 1987 г. был приглашен зав. кафедрой Е.К. Мавским на работу по совместительству, а в 1989 г. перешел на штатную должность доцента, читал курсы «Железобетонные и каменные конструкции», «Обследование и испытание сооружений», «Строительные конструкции», спецкурс по железобетону и др.

В 2002 г. перешел на работу в АО «ТЭЗИС», где стал заниматься технической экспертизой зданий и сооружений, но связи с НГАСУ (Сибстрин) не

терял: в течение 20 лет читал авторские курсы для инженеров в ИДО.

С 1997 г. вышли в свет следующие книги по специальности (учебные пособия), выпущенные в издательстве Сибстрин и переизданные в московском издательстве АСВ:

- «Основы расчёта железобетона в вопросах и ответах» (четыре издания с 1997 по 2020 гг.);
- «Основы проектирования каменных и армокаменных конструкций в вопросах и ответах» (три издания с 2012 по 2015 гг.);
- «Аварии, дефекты и усиление железобетонных и каменных конструкций в вопросах и ответах» (четыре издания с 2008 по 2021 гг.);
- «Влияние дефектов заводской технологии на прочность, жёсткость и трещиностойкость железобетонных конструкций» (два издания с

2012 по 2016 гг.);

- «Ошибки в строительстве и их последствия» (два издания с 2016 по 2020 гг.);
  - «Основы обследования и оценки технического состояния строительных конструкций» (2019 г.);
  - «Решётчатые балки и безраскосные фермы» (2020 г.);
  - «Каменные и железобетонные конструкции одноэтажных зданий» (совместно с В.А. Беккером; два издания, в 2021 и 2022 гг.);
  - «Железобетонные конструкции многоэтажных каркасных зданий» (совместно с В.А. Беккером, 2022 г.).
- Кроме того, вышли в свет книги не по специальности:
- «150 русских гениев» (2015–2016 гг., Новосибирск, Москва; подарена библиотеке НГАСУ (Сибстрин));
  - «Творцы оружия Победы» (2018 г., подарена библиотеке НГАСУ (Сибстрин)).



В.В. Габрусенко и Т.С. Григорьева (вед. менеджер ИДО НГАСУ (Сибстрин) с группой выпускников института дополнительного образования ПГС19.



# СВОЙ СРЕДИ СВОИХ, ЧУЖОЙ ДЛЯ ПЛОХИХ



Так случилось, что моё знакомство с Валерием Васильевичем 17 июня 1988 г. оказалось курьёзно-заочным. Вдвоём с одноклассником мы должны были у него как у рецензента защищать наш экспериментальный диплом «от Юрия Марковича Редько», но именно в этот день и в это время я женился... Кто же мог тогда знать, что всего через несколько лет состоится наше очное знакомство и перерастёт в тридцатилетнее сотрудничество? А если к этому добавить случайные знакомства Валерия Васильевича с моими ро-

дителями, старшим братом и неслучайные – с моей женой и нашим старшим сыном, – то, пожалуй, можно сказать, что мы и сами родственники! Профессиональные, политические, мировоззренческие.

Нельзя не отметить потрясающие, завидные познания Валерия Васильевича в истории, политике, психологии. Профессиональные – очевидны, бесспорны и не для этой маленькой заметки. Он – Учитель! С самой большой буквы! Не «педагог – специальный раб в Древней Греции», а Учитель, Наставник в русском понимании этого сло-

ва. Он практически мгновенно понимает уровень своего ученика, собеседника и даёт ему нужную информацию именно в нужной дозе, которая и воспринимается, и будит интерес к продолжению совместного познания. Именно совместного, не потребительски-пользовательского. На нашем предприятии в середине «нулевых» возникла потребность в «дообучении» молодых специалистов. Валерий Васильевич начал читать им максимально прикладной, практический курс строительных конструкций. Так на занятия с ним пошли чуть не все уже состоявшиеся инженеры с парой десятков лет реального (и успешного!) стажа! И решали задачки, и делали курсовики, и защищали их у Валерия Васильевича. И помогло это не только молодым, но и «маститым»! Говорили: «Валерия Васильевича уже затем слушать надо, что он знания в порядок приводит». И это лишь в малой доле шутка.

Валерий Васильевич порядочен не только в профессии, но и в жизни среди людей. Людей разных. Его порядочность не в

размытой объединительно-общечеловеческой толерантной каше, а в следовании истинным, совпадающим и для строителей коммунизма, и для искренне верующих людей принципам, именно тем, которые и делают человека – человеком, не дают ему оскотиниться. И вот тут Валерий Васильевич не добр. Он справедлив, он жёсток, он непреклонен. Его мораль и порядочность не приемлют компромиссов. Он «хорош», он «свой», он «наш» для людей созидающих, живущих для блага других таких же. Он чужд врунам и лентяям, он враг врагам трудового народа. И он реально сражается с ними своими статьями и книгами. Он потрясающе доходчив в просветительстве, отстаивании и пропаганде своей позиции. И он – великий труженик. Не надо его сравнивать с кем бы то ни было, он сам во многом эталон для сравнения.

*М.А. Веснин,  
зам. директора  
ООО «ТЭЗИС»*

## ПРОШЛОЕ, КОТОРОЕ НЕ ЗАБЫВАЕТСЯ

В 60-х годах прошлого столетия и позднее, до середины 80-х, в нашей стране повсеместно шло активное внедрение сборного железобетона в строительстве. Именно внедрение. Строительные организации отчитывались за достигнутый ими «коэффициент сборности» в конструктивных системах строящихся зданий и сооружений. От этого показателя в немалой степени зависела оценка работы инженерной службы предприятия. Использование сборного железобетона напрямую связано с сокращением ручного труда на стройках, а значит, с повышением производительности труда. А это один из главных показателей эффективности предприятия того времени (не прибыль, а именно производительность труда!). Случилось так, что Министерство строительства СССР, придавая этому вопросу большое значение, в 1976 г. создало в Новосибирске специальное подразделение – СКТБ «Стройиндустрия» для разработки, внедрения и научного сопровождения производства предварительно напряжённых изделий и конструкций сборного железобетона. Ответственным за научно-экспери-

ментальную часть работы этого подразделения назначили Валерия Васильевича Габрусенко, новосибирского инженера, впоследствии известного учёного-железобетонщика, преподавателя курса «Железобетонные и каменные конструкции» в вузах Новосибирска: НИИЖТе (ныне СГУПС) и Сибстрине. Надо признать, что деятельность СКТБ имела своим результатом широкое распространение производства предварительно напряжённого железобетона в регионах Сибири. Это в полной мере отвечало технической политике Минстроя СССР того периода.

Возможно, именно работа в СКТБ подвигла В.В. Габрусенко к расширению круга его интересов в области железобетонных конструкций, что, естественно, привело его в 1987 г. на профильную кафедру Сибстрин, куда его пригласили и где он в течение нескольких лет успешно вёл научную и преподавательскую деятельность. Глубоко погружившись в проблемы железобетона, Валерий Васильевич основал в 1991 г. научное «Общество железобетонщиков Сибири и Урала» (без образования юридического лица) и в течение 23 лет был бессменным

руководителем (президентом) этого Общества. Оно широко популяризировало знания о железобетоне через свои международные и межрегиональные конференции. По итогам конференций, где часто выступали с докладами как известные учёные, так и аспиранты, издавались сборники докладов по широкому кругу проблем расчёта, проектирования, производства и эксплуатации железобетонных и каменных конструкций. Публиковались статьи и в отраслевых журналах «Проектирование и строительство в Сибири», «Строительство и Архитектура». Деятельность Общества железобетонщиков повышала уровень знаний о железобетоне, а кроме того, по мнению самого Валерия Васильевича, «обкатка аспирантов» на конференциях способствовала повышению качества кандидатских диссертаций. С расширением круга вовлечённых в проблемы производства и применения железобетона в строительстве стало заметным всё большее внимание, которое оказывалось этому вопросу со стороны государства – было создано множество домостроительных комбинатов, заводов, цехов и полигонов по производ-

ству железобетонных изделий. Жилищное строительство из элементов КПД стало массовым; с использованием сборного железобетона строились объекты бытового и культурного назначения, элементы уникальных сооружений (пролётные строения мостов, подкрановые балки, эстакады), элементы дорожной инфраструктуры, корпуса промзданий и пр. Валерий Васильевич Габрусенко как участник исследований, разработки и внедрения в серийное производство предварительно напряжённых железобетонных конструкций внёс свой немалый вклад в это дело. Опубликовано более 160 его научных трудов, вышли в свет учебные пособия для студентов профильных вузов. И его научная деятельность успешно продолжается.

Вот так в исторически кратком периоде развития техники и технологии строительства 60-х–80-х годов прошлого столетия чудесным образом переплетались интересы государства и судьбы его граждан – как в лице коллективов, так и отдельных личностей.

*В.З. Браун,  
выпускник Сибстрин  
1967 года.*

# КОГДА СЧАСТЛИВЫ ВСЕ ВОКРУГ МЕНЯ – ЭТО МОЁ СЧАСТЬЕ

Мы поговорили с Джумабеком Ибрагимовым, который закончил бакалавриат с красным дипломом и продолжает обучение в магистратуре. Он рассказал «Вестям Сибстрина» о своих разносторонних интересах и мечтах.

**Почему Вы выбрали строительный вуз? Мечтаете связать свою карьеру со строительством?**

– Наш родной Сибстрин я выбрал по рекомендации классной руководительницы Татьяны Николаевны Бордокиной, она учитель физики МБОУ СОШ № 57. Я очень благодарен ей и своей школе, всем учителям, которые вкладываются в своих учеников. В 11 классе я сдал шесть экзаменов и был в смятении, куда идти дальше, какой выбрать путь. По результатам экзаменов я прошёл на бюджет в СГУВТ и сюда, в Сибстрин. Угадайте по слову «родной», какой вуз я выбрал и не ошибся!

**– Кем Вы мечтали стать в детстве? Расскажите о себе.**

– В детстве я мечтал стать врачом. Мне всегда хотелось помогать людям в тяжёлые для них времена. На тот момент я понимал, что это востребованная и очень ответственная профессия. Поступить на бюджет в медицинский университет, где высокие проходные баллы, сложно, а оплачивать обучение у семьи не было возможности. Проанализировав свои «хочу», «могу», «надо», я решил сдать физику для, так скажем, подстраховки. К тому же в 9 классе при сдаче ОГЭ по этому предмету у меня был хороший результат, а также мне было очень интересно, как устроены законы природы.

**– Вы учитесь в магистратуре по какой специальности?**

– Я продолжаю обучение по специальности «Водоснабжение и водоотведение». Помните, я говорил, что хотел помогать врачеванием, спасать людей, устранять боль или дарить жизнь, так вот, до профильных предметов я не понимал значимость своей нынешней профессии. Но однажды зав. кафедрой ВиВ, на которой я сейчас учусь, Татьяна Александровна Купницкая сказала: «Вода – это жизнь», – и в этот момент я понял, что моя детская мечта воплотилась. «Случайности не случайны», – сказал мастер Угвэй.

**– Что Вам интереснее всего в НГАСУ (Сибстрин)?**

– Любая новая информация, которая меня заденет, восхитит, возбудит и даст стимул к изучению мира и себя. Я так-



же получаю дополнительное образование на базе НГУ, на цифровой кафедре. Осенью наш деканат сообщил, что НГУ предлагает студентам Сибстрина бесплатное дополнительное образование в digital-профессиях. Ввиду большого интереса к музыке и увлечения ею, я выбрал направление digital-маркетинг. Думаю, знания, которые я получаю в НГУ, будут полезными в музыкальной сфере и помогут продвижению.

**– Нашли Вы в Сибстрине новых друзей? Что самое главное в дружбе?**

– Да, очень много появилось новых знакомств! Знаю ребят из студенческих отрядов, баскетбольной команды, других объединений нашего университета. Спасибо ректору Юрию Леонидовичу Сколубовичу и преподавателям нашего родного университета за поддержку студентов в творческих, спортивных, научных и профессиональных направлениях!

**– Какие качества цените в людях?**

– Справедливость, честность, смиренность, вежливость и целеустремлённость.

**– Есть ли любимые преподаватели?**

– Да, конечно, но я не скажу, кто это. Преподаватели сами знают, что мы к ним неравнодушны. Мною более уважаем, любим тот преподаватель, ко-



торый рассказывает интересно и делится своим жизненным опытом. Сознательно я не разделяю преподавателей и отношусь ко всем одинаково.

**– Есть ли у Вас хобби? Чем увлекаетесь помимо учёбы?**

– Увлекаюсь баскетболом, футболом, моушн-дизайном, маркетингом, психологией и современной музыкой в жанре рэп, хип-хоп и поп.

**– Любимое высказывание, афоризм или пословица?**

– «Мне в меньшинстве не стыдно, если ты в большинстве», – сказал мой друг Михаил Поляков. «Я знаю только то, что ничего не знаю». «Я мыслю, значит, я существую». «Хакуна матата».

**– Чего Вы хотите добиться в карьере? Наивысшая Ваша цель или мечта?**

– В карьере хочу стать директором, и я им стану. Не знаю,

надолго ли, но стану. Свою сегодняшнюю цель я вижу в музыке, в продвижении своей команды. А наивысшая цель – прожить достойно эту жизнь, изучая научные и духовные среды нашего мира.

**– Что для Вас счастье?**

– Когда счастливы все вокруг меня, – это моё счастье.

**– Какой совет дали бы первокурсникам?**

– Государство всячески поддерживает молодёжь, чтобы мы развивались. Цените эти возможности, ведь некоторые даже не слышали о них. Если вы уже поступили, то в первую очередь обнимите маму и скажите ей спасибо. Во вторую очередь учитесь, ведь тот, кто владеет информацией, владеет миром.

*Беседовала  
Е.Б. Хаценко*

# ЖИЗНЬ ПОСЛЕ ДЕСАНТА!

Не успели ребята вернуться со Снежного десанта (см. «Вести Сибстрина» № 2 – прим. ред.), как их вновь завертело в круговерти отрядной жизни. Началось самое масштабное зимнее мероприятие – XIII Зимняя спартакиада. Уже прошли соревнования по большей части видов спорта, и наш штаб завоевал внушительное количество медалей.



**В** мужском зачёте лыжной гонки уверенно и непринуждённо I место завоевывает ССО «Сибстриновец». А в женском весь пьедестал занимает наш штаб: I место – СОП «За горизонтом»; II место – ССО «ЖЕНСКИЙ двигатель»; III место – СПО «ВВЕРХ».

В женском футболе успели отличиться наши любимые СОП «За горизонтом», заняв II место.

А вот в мужском футболе на снегу показали свою силу и мощь парни из ССО «Сибстриновец», отвоевав себе III место.

Также штаб занял почётные места в соревнованиях по нормам ГТО: I место – ССО «Азимут»; II место – ССО «Сибстриновец». В женском зачёте лидерами оказались девочки из СОП «За горизонтом», забрав себе I место.

В тот же день состоялся и мас-реслинг. И тут brave бойцы не остались в стороне, показав свою недюжинную силу! Мужской зачёт: I место – ССО «Сибстриновец»; II место – ССО «Каскад». В женском же зачёте показали всем, как это делается, мощные строителессы из ССО «ЖЕНСКИЙ двигатель», вырвав I место из рук соперников!

В соревнованиях по плаванию I место занял СОП «За горизонтом».

А в недавно прошедших

соревнованиях по волейболу I место отвоевал себе ССО «Сибстриновец».

Это ещё не конец, впереди нас ждёт баскетбол и самое масштабное состязание – чирлидинг.

Но наш штаб не только спортивный, а ещё и творческий, и очень любит красиво отдыхать и интересно праздновать различные праздники. Так, 10 марта прошло штабное мероприятие, которое можно приурочить к 23 февраля и 8 марта, – «БИТВА ПОЛОВ!»! Организаторами были ССО «ЖЕНСКИЙ двигатель» и ССО «Сибстриновец». И каким же образом лучше всего выявить – кто все-таки лучше? Никто не знает ответа на этот вопрос, но в этот день все приняли участие в квизе, где разгадывали названия фильмов по кадрам и вставляли пропущенные слова в песни. Победа была за девочками! В качестве приза мужская половина подарила танец, правда, в итоге он получился смешанным.

Очень круто и масштабно отметили отряды Новосибирска Масленицу. Субботнее утро 11 марта началось не с кофе, а с запуска самодельных конструкций по льду. Продолжилось же оно мощной гонкой на ватрушках, метанием бревна и перетягиванием каната. Отряды получили кучу эмоций, а также, помимо основных зачётов, мы смогли посоревноваться в ме-

тании валенок, беге в мешках, даже в сражении подушками. Естественно, куда же без наших победителей? Конструкцию на льду дальше всего запустили «Сибстриновцы» на своём чёрном мерине. Но это ещё не всё, метание бревна тоже не обошлось без наших львов и львиц! Женский зачёт: III место – ССО «ЖЕНСКИЙ двигатель»; мужской зачёт: I место – ССО «Сибстриновец». В полосе препятствий также отличились дамы из «ЖЕНСКОГО двигателя», заняв II место.

Но на этом Масленица не закончилась! Бойцы СПО «ВВЕРХ» были волонтерами на городских празднованиях. Илья Гагарин помогал на станции «Бой подушками на бревне».

Это и подвижная игра, и весёлый интерактив, и шуточные соревнования, на которых свою ловкость могут проявить и дети, и взрослые! А Дарья Дружинина придумывала эстафеты, развлекала детишек, раздавала конфеты. Ну, и по традиции, был конкурс по перетягиванию каната, а в конце сожгли чучело Масленицы, чтобы приблизить приход весны.

Зиму проводили «на ура», встречаем весну с распростёртыми объятиями! Впереди нас ждут результаты Спартакиады и весенний стартовый слёт, где мы тоже покажем, на что способен наш штаб!

*Елизавета Никишина  
(гр. 226)*



# «ЗВЕЗДОПАД - 2023»

# XX

межфакультетский  
фестиваль  
студенческого  
творчества



С 13 по 16 марта  
в рамках  
регионального фестиваля  
«Российская студенческая весна»  
прошёл традиционный и любимый всеми  
фестиваль студенческого  
творчества «ЗВЕЗДОПАД».

Студенты состязались в различных номинациях:

- ◆ «Интеллектуальный турнир»
- ◆ «Короткометражный фильм»
- ◆ «Концертная программа»



ИС



ИЭФ

**Победителем  
«Звездапада 2023»  
стал ИЦИТ  
II место – ИАГ  
III место – ИС**

**Специальные номинации  
от профкома студентов:**

За самое трогательное выступление – ИЭФ  
За самое гармоничное выступление – ИАГ  
За самое креативное выступление – ИЦИТ  
За самое эффектное выступление – ИС  
За лучший сценарий – ИЦИТ

**ИЦИТ**

**Концертная программа:**

I место – ИЦИТ  
II место – ИС  
III место – ИАГ

**Интеллектуальный турнир:**

I место – ИАГ  
II место – ИЦИТ  
III место – ИС и ИЭФ

**Короткометражный фильм:**

I место – ИАГ  
II место – ИЦИТ  
III место – ИЭФ

**ИАГ**

Благодарственные письма получили капитаны команд:  
Денис Маштаков (ИЦИТ), Иван Стальной и Даниил Мигаль (ИАГ),  
Елизавета Никишина (ИС), Евгения Даширобданова (ИЭФ).

От администрации университета победители «Звездапада 2023»  
получили сертификат на посещение базы отдыха на выходные.

# ТВОРЧЕСТВО ЮНЫХ СИБСТРИНОВЦЕВ



# КАК СПРАВИТЬСЯ С ТРЕВОГОЙ

Современная действительность подкидывает нам всё больше сюрпризов: то новый вирус, пандемия, самоизоляция, то процессы, происходящие в политическом поле, то семейные и рабочие неурядицы. Всё это разрушает иллюзию стабильности и вызывает тревогу. Как с ней справиться, рассказала психолог НГАСУ (Сибстрин) Марина Байкалова.



## Тревога – это страх за будущее

Часто случается что-то неожиданное. Это ломает наши планы и порождает тревогу. Полностью победить тревогу, чтобы никогда с ней не сталкиваться, не получится. Кроме того, бывают ситуации сильного эмоционального напряжения, когда никакие техники не помогают полностью победить тревогу. В этом случае снижение уровня тревожности – уже хороший результат. Поэтому очень важно дать оценку своему состоянию по десятибалльной шкале. Затем выполнить одну или несколько техник по устранению тревоги. И снова оценить состояние. Даже если уровень вашей тревоги снизился с 10 до 8 баллов, можно говорить о том, что вам стало легче. Важно не обесценить этот результат. С практикой будет получаться контролировать свое состояние всё лучше и успокаиваться быстрее.

Техник, помогающих снизить тревожность, много. Хочу поделиться самыми действенными из них:

### Дыхание 6\*4

Это дыхание «включает» парасимпатическую нервную систему и помогает быстро успокоиться.

Схема проста: на 4 счёта делается вдох, на 6 счётов – выдох. Без задержек. Таким способом нужно подышать столько, сколько комфортно (2–5 мин). Как только устанете и дышать так станет некомфортно, возвращайтесь к

свободному дыханию, и как только оно восстановится, делайте второй подход.

Можно сделать столько подходов, сколько нужно для восстановления состояния. Как правило, хватает 2–5 подходов.

Кроме прочего, при таком типе дыхания вы фокусируетесь на счёте, что отвлекает от тревожных мыслей.

### Осознанность

Просто обращайте внимание на то, что происходит вокруг, что вас окружает, как чувствует себя ваше тело, насколько комфортна вам ваша поза, какие звуки вокруг... Старайтесь прямо всматриваться и вслушиваться! Представьте, что вы – инопланетянин. Вы впервые на этой планете и в этом теле. Рассматривайте всё, будто видите впервые, вслушивайтесь, пытайтесь различить все звуки, проходите вниманием по телу, отмечая все ощущения.

### Физическая активность

Прогулки, пробежки, отжимания, приседания или активная работа по дому (важно АКТИВНАЯ – найдите, что нужно почистить, отшоркать). Гормоны стресса, страха и тревоги, главные из которых – адреналин и кортизол – «выводятся» через мышцы.

### Оторвитесь от новостных лент и пообщайтесь с близкими!

Возможно, кому-то из них прямо сейчас нужна ваша помощь, поддержка или просто внимание. Конечно, не стоит



в это время обсуждать политические события. Поговорите о том, что для вас ценно, интересно и важно.

А если близкие сильно тревожатся и не получается с ними говорить на отвлеченные темы, то

### Поддержите правильно

Не стоит утешать, говоря: «Не переживай, все будет хорошо!» Лучше скажите: «Я понимаю, что тебе сейчас тревожно (плохо, страшно). Нормально испытывать такие эмоции в подобной ситуации. Я с тобой! Я рядом!» Иногда важно просто побыть рядом. Помолчать, поддержать за руку, обнять.

\*\*\*

Если эти техники не дают результата, запишитесь на консультацию к психологу. Это можно сделать на сайте университета.



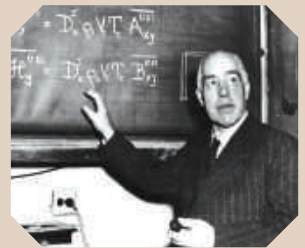
Марина Байкалова



## УЛЫБНИСЬ!

### Нобелевская премия по футболу

Нильс Бор слыл хорошим спортсменом – он играл в футбол вратарём за сборную Дании. В Копенгагене Бора знали лучше как футболиста, нежели как знаменитого физика. Когда Бор в 1922 г. был удостоен Нобелевской премии, датские спортивные газеты в этот день вышли с заголовком: «Нашему вратарю дали Нобелевскую премию!»



### Учёный или скрипач?

Как-то Альберт Эйнштейн принял участие в благотворительном концерте в Германии.

Местный журналист, восхищённый его исполнением, спросил у соседа: «Кто это играет?» – и получил ответ: «Как, Вы не узнали? Это же сам Эйнштейн!» На следующий день в газете появилась заметка о выступлении великого музыканта, несравненного виртуоза-скрипача, Альберта Эйнштейна. «Великий музыкант» пришёл в восторг, вырезал заметку и с гордостью показывал знакомым со словами: «Вы думаете, я учёный? Я знаменитый скрипач, вот кто я на самом деле!»



# С 8 Марта!

В преддверии 8 Марта прошёл праздничный концерт. Открыл его ректор НГАСУ (Сибстрин) Ю.Л. Сколубович поздравительным словом, обращённым к женской части коллектива:

– Мы традиционно чествуем в этот день женщин, которые нас окружают: мам, бабушек, жён, сестёр, сотрудниц. На вас всегда ложатся самые рутинные и часто не замечаемые обязанности. Мы это помним и ценим. Также хочу отметить, что наши студентки – лучшие. Они проявляют и ум, и красоту, и творческие таланты. От всей мужской части коллектива желаю вам, дорогие женщины, здоровья, тепла, любви и всего самого хорошего!

Группа юношей-студентов прочитала трогательное посвящение Маме. Мама – она как воздух: пока есть, его не замечаешь, но если вдруг воздуха не хватает, это сразу ощущается. Так и студенты – многие из них, отправляясь на учёбу в чужой город (хотя мы, конечно, надеемся, что Новосибирск для наших иногородних и даже иностранных студентов уже стал родным), впервые отрываются от своих семей, от мам. И вдруг понимают, как они им нужны. Поэтому, вероятно, с особым чувством звучали тёплые слова о маме и от юношей-студентов, и от Юлии Литвиненко из театра-студии «Пилигрим».

Малыши из ансамбля «Мегаполис-дети» подготовили чудесный вокально-хореографический номер о цветах для мамы. Наши дети сами как цветочки, пока ещё только учатся ценить воздух – маму, – но тоже проявляют свою любовь и нежность в творчестве.

Как всегда, эмоционально и зажигательно выступили для нас народный самодеятельный коллектив хореографический ансамбль «Сибирь», студия танца «Нон-стоп», вокальная студия «Мегаполис».

*Спасибо за прекрасный концерт!*

