

РАДИО+

— вещаем без помех —

ЕЖЕМЕСЯЧНАЯ ГАЗЕТА ИРИТ НГТУ ИМ. Р. Е. АЛЕКСЕЕВА

№4 (144) ноябрь 2020

Студенты восприняли переход на дистанционное обучение со смешанными чувствами. С одной стороны, на дорогу будет уходить меньше времени, проще выполнять работы, сидя дома, да и чего греха таить, проще скрыться от пар. С другой стороны, из-за отсутствия живого общения с преподавателями, знания не могут быть получены в полном объеме. Но в целом дистанционка – довольно позитивное явление для студентов. А вот узнать, как она проходит у преподавателей, мы решили у доцента кафедры ЭСВМ **Валерия Сергеевича Сюваткина**.

– Сколько у Вас групп?

В этом семестре я веду дисциплину «Основы теории цепей» в 4-х группах.

– Есть ли у вас очные занятия?

С середины октября все занятия проводятся дистанционно. Лишь лабораторные занятия в группах 19-Р, С19-РЭС остались в очном формате.

– Какие сложности возникают при общении со студентами без непосредственного с ними контакта?

Это самый важный и актуальный вопрос. Для меня всегда первую значимость имело личное общение со студентом. Именно беседа позволяет выяснить степень взаимного понимания, степень усвоения материала и умение студента мыслить и излагать суть материала на уровне его логики, умения анализировать и делать обобщения.



Дистанционные занятия становятся сухими, обезличенными. У студентов вольно или невольно возникает желание как-то отписаться и не выдать своего истинного понимания материала. Также у них почти всегда появляется опасение, что они напишут что-то неправильное и их отругают, а не похвалят.

– Начали ли студенты учиться хуже, чем учились на очном формате обучения?

Такая тенденция просматривается, поскольку при удаленном обучении часто студенты не могут распределить свое время и не успевают осваивать материал сразу по многим дисциплинам. Стало

заметно и то, что студенты, пользуясь своей «невидимостью», часто просто не выполняют поручений преподавателя, надеясь потом как-нибудь наверстать невыученный материал.

Если при очных встречах можно наводящими вопросами выяснить, что студент что-то знает, то в переписке нет возможности задать наводящие вопросы каждому.

– Много ли времени уходит на ответы по электронной почте?

На подготовку дистанционной лекции, а тем более задач на упражнения уходит намного больше времени из-за трудоемкости набора текста, формул, графиков и пояснений к ним. Например, для подготовки к очным лекциям и упражнениям уходит примерно полчаса, а на дистанционную подготовку – 1-2 полных дня.

Особенно много времени уходит на проверку индивидуальных контрольных и лабораторных работ. Надо прочесть работу каждого, сделать хотя бы краткие замечания и ответить, порой по несколько раз. Часто в день приходят 40-50 писем от студентов и столько же приходится давать ответов.

– Плюсы и минусы дистанционного обучения для преподавателя?

Единственный плюс, и он спорный, это то, что нам всем приходится осваивать совершенно новые формы обучения. Подобный опыт работы со временем может стать вполне приемлемым режимом обучения, особенно для заочников или людей с ограниченными возможностями.

Минусов много: обучение заведомо более низкого качества, большая трудоемкость подготовки материалов, отсутствие специализированной техники для интерактивного общения преподаватель-студент в режиме онлайн в любое удобное время.

– Не появилось ли у Вас дополнительных обязанностей?

Помимо учебного процесса у любого преподавателя всегда есть дополнительные обязанности. Подготовка методических указаний и пособий, написание рабочих программ и много непредвиденной административной деятельности, сопряженной с реагированием на приказы и распоряжения вышестоящих органов управления НГТУ и Министерства высшего образования. И такая работа чаще всего не может выполняться удаленно. Преподаватель становится весьма ограниченным по времени исполнения и рабочий день вполне может длиться с 7-ми утра и до 23 часов.

Как мы видим, дистанционный формат обучения увеличил нагрузку на преподавателей. Их дни превращаются в сплошную работу практически без выходных.



Институт радиоэлектроники и информационных технологий всегда отличался активной научной работой и достижениями в ней. Но, к сожалению, студенты мало знают о том, что разрабатывает каждая из кафедр ИРИТ. Редакция Р+ решила исправить это и рассказать вам о том, что работа кафедр – это не только пары по расписанию, но и научные исследования высочайшего уровня.

Мы запускаем цикл статей и в ноябре рассказываем вам о кафедрах **«Прикладная математика»** и **«Электроника и сети ЭВМ»**.

Исследования сотрудников кафедры ПМ проводятся в рамках совместных проектов по научно-образовательным и исследовательским программам, и поддерживаются грантами Министерства образования и науки Российской Федерации, Федеральной целевой программы «Исследования и разработки по приоритетным направлениям развития научно-технологического комплекса России на 2014-2020 годы», Российского фонда фундаментальных исследований.

При кафедре **«Прикладная математика»** создана научно-исследовательская лаборатория «Моделирование природных и техногенных катастроф», где проводятся научные исследования по направлениям:

1. Робототехника (разработка автономных мобильных робототехнических комплексов наземного, надводного и подводного базирования для мониторинга прибрежной зоны океана);

2. Морские природные катастрофы:

- нелинейная динамика морских волн в прибрежной зоне: от натурных измерений до полномасштабного моделирования;

- разработка многоцелевых программно-аналитических комплексов для моделирования волновых процессов;

- создание и непрерывное пополнение онлайн базы данных наблюдений внутренних волн в Мировом океане;

3. Техногенные катастрофы:

- расчеты распространения загрязнений, примесей и донных отложений в природных водоемах;

- анализ динамических эффектов при распространении волн и оценки их воздействия на гидротехни-

ческие сооружения в прибрежной зоне;

4. Моделирование и анализ динамики распространения эпидемий вирусных инфекций с помощью малопараметрических математических моделей.

Кафедра **«Электроника и сети ЭВМ»** ведет разработки по 2-м направлениям.

1. Разработка технологии интеллектуальной обработки фрагментов контента и запросов пользователей на естественном языке на основе сочетания методов семантического анализа текста и машинного обучения.

В рамках работы предложена методология обработки фрагментов контента на естественном языке и формирования информационного обеспечения. Реализован прототип веб-сервиса тестирования знаний с возможностью автоматизированного оценивания свободных ответов на открытые вопросы, основанный на процедуре оценки семантической близости фрагментов контента и решающем правиле по методу рассуждений на основе аналогичных случаев.

2. Разработка методов и технологии анализа больших массивов данных мониторинга и видеоинформации для интеллектуальных систем поддержки принятия решений и рекомендательных систем различного назначения, включая промышленный интернет вещей.

Предложен способ структурно-параметрического синтеза нейросетевых систем обработки информации и формирования решающих правил для анализа изображений и данных при мониторинге распределенных технических объектов, описываемых графовыми структурами. Разработанные методы обработки данных внедрены в ИИС КМСГ на объекте «Магистральный газопровод Сахалин-Хабаровск-Владивосток». Разработанные процедуры применяются при проектировании системы базовых станций сетей технологической подвижной радиосвязи (АО «Газпром проектирование»), в системе управления средствами электрохимической защиты (АО «Газпром проектирование»).

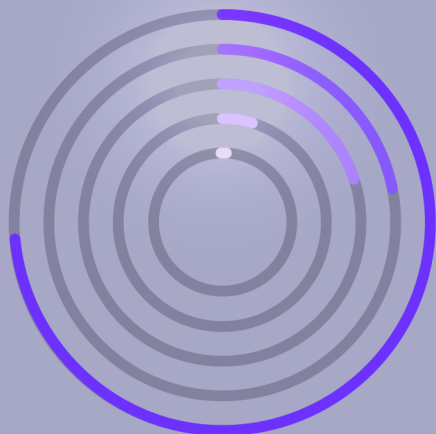
Теперь вы знаете, чем ещё занимаются наши преподаватели помимо лекций и лабораторных. В следующих выпусках расскажем о кафедрах ГИС и ИРС!

ЖИЗНЬ ПОСЛЕ ПОЛУЧЕНИЯ ДИПЛОМА

Получив диплом о высшем образовании, основная часть выпускников нашего вуза задумывается о дальнейшем векторе развития. Некоторые студенты уже во время обучения находят работу по специальности и удачно совмещают ее с учебой. Но в тот же момент большинство задается вопросом поиска работы лишь после успешной защиты выпускной работы.

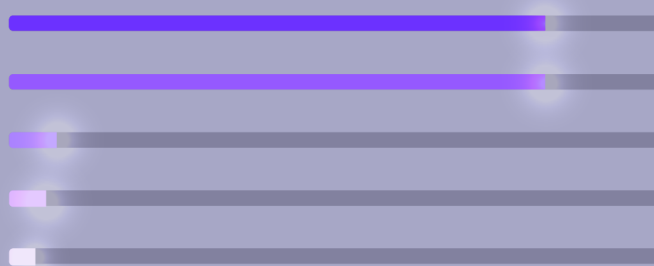
Редакция газеты «Радио+» составила статистику по трудоустройству на основе результатов мониторинга выпускников за сентябрь 2020 года. Давайте вместе ознакомимся с ней!

217 выпускников бакалавриата



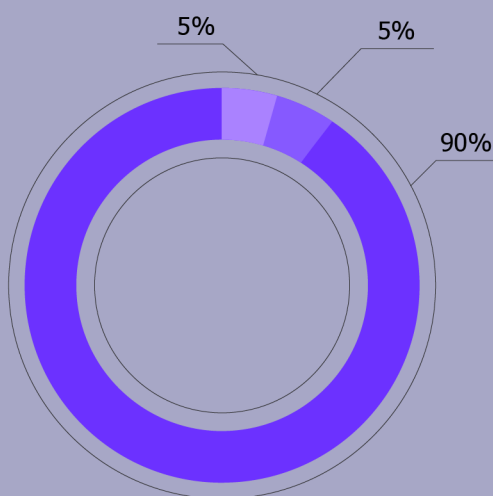
- 70 % продолжают обучение в магистратуре
- 21 % трудоустроены
- 18 % трудоустроены по специальности
- 6 % не трудоустроены
- 3 % другое

134 выпускников магистратуры



- 84 % трудоустроены
- 84 % трудоустроены по специальности
- 7 % не трудоустроены
- 5 % продолжают обучение в аспирантуре
- 4 % другое

- Нижний Новгород
- Санкт-Петербург
- Москва



Ни один из выше представленных путей дальнейшего развития выпускника ИРИТ не является единственно верным. Каждый студент самостоятельно выбирает оптимальный вариант своего профессионального развития.

Карина Михалевская,
М20-ИСТ-5

В любом деле необходимы знания для того, чтобы развиваться и идти вперед. Их можно получить самостоятельно: искать информацию, изучать теорию, а дальше методом проб и ошибок доходить до сути, набивая шишки, пока не придет собственный опыт.

Но есть более короткий путь получения навыков в нужной области, основанный на знаниях и опыте других людей. Учеба на платных курсах в узкой сфере в сжатые сроки набирает с каждым годом обороты. Сейчас такой способ обучения профессиям очень популярен, привлекая различной продолжительностью и бюджетом. А есть ли резон на них обучаться? Думается, польза будет только в том случае, если ты будешь не только сидеть и слушать, но и выполнять все задания и рекомендации.

Нижегородский государственный технический университет им. Р.Е. Алексеева в течение нескольких лет является организатором курсов для разных направлений: химическая промышленность, технологии машиностроения, радиоэлектроника, информационные технологии и т.д. Самый животрепещущий вопрос для обучающихся по этим программам: куда меня возьмут после курсов?

Попробуем разобраться в этом вопросе вместе с **Анной Чегуловой (М19-ИСТ-4)**, которая листая ленту социальных сетей, увидела информацию о наборе на курсы профессиональной переподготовки в НГТУ. Выбор пал на направление «**Язык программирования Java**», которое ведут сотрудники компании МЕРА.

Мы задали Анне несколько вопросов:

– **Вы уже программировали на Java раньше?**

Да, я когда-то начинала учить этот язык программирования. У меня были базовые знания, но многое уже забылось.

– **Как вы оцениваете стоимость курсов?**

По-моему цена за обучение вполне демократичная и по силам студентам. Я просматривала цены на аналогичные курсы программирования и онлайн-курсы в нашем городе и их стоимость на порядок выше.

– **Скажите, насколько доступно и понятно было для вас то, что давали на этих курсах преподаватели?**

Подача информации меня устраивала. В принципе, все понятно, более того, преподаватель дополнительно разъяснял все возникающие по ходу дела вопросы.

– **Сколько времени вам понадобилось, чтобы научиться писать программы самостоятельно на среднем уровне?**

Несколько месяцев ежедневной практики. Впрочем, программирование – это тот род деятельности, в котором нельзя все знать и все уметь, тут нет конечного пункта, на котором можно



остановиться и сказать «я достиг совершенства». Нужно постоянно расти, поэтому я и сейчас не могу похвастаться тем, что без проблем пишу программы.

– **Сколько участников ваших курсов дошли до собеседования?**

У всей нашей группы был экзамен в формате собеседования. Затем по его результатам самых успешных приглашали на встречу с hr-ом в компанию. Вот там этап успешно прошли всего два человека из группы.

– **Такими сложными были задания?**

Мне кажется, на собеседовании очень многое зависело от интервьюера. Он основательно подбирал вопросы, задавая более сложные, когда понимал, что я разбираюсь в теме, и более легкие, когда видел, что мне становится трудно. Я думаю, именно благодаря этому каждому, из проходивших собеседование, удалось довольно точно определить свой уровень знаний. Могу сказать, что на собеседовании пришлось не легко. Но в этом есть свои плюсы, я очень ясно увидела пробелы в своих знаниях и поняла, над чем стоит еще поработать.

– **Но вас все-таки приняли? Был ли какой-то испытательный срок?**

По результатам собеседования в компании мы были приняты на стажировку, после которой нас ждал теперь уже квалификационный экзамен, с которым я справилась. Теперь являюсь сотрудником компании «МЕРА НН».

Вот так с курсов в НГТУ для **Анны Чегуловой** начался путь к трудоустройству. А с чего он начнется у других, решать только им самим!

ЗНАКОМИМСЯ С РЕДАКЦИЕЙ



Елена Парфенова, 17-ИТД

— Занимаемая должность

Сначала корректор, теперь – главред.

— Как давно в редакции?

С февраля 2019.

— Почему выбрал ИРИТ?

Когда пришла подавать документы, увидела, что существует направление, связанное с дизайном и сейчас понимаю, что не смогла бы выбрать что-то другое.

— Любимое время года и почему?

Весна! Все расцветает, солнце начинает светить дольше, а я слишком люблю носить солнцезащитные очки.

— Любимая книга?

Гарри Поттер! Магия и неповторимая атмосфера волшебного мира, могу перечитывать бесконечно.

— Любимый вымышленный персонаж?

Алиса из одноименной книги/фильма «Алиса в стране чудес».

— С кем из редакции ты бы хотел оказаться на необитаемом острове и почему?

Со всей редакцией! А то у нас целая проблема где-то всем вместе оказаться.

— Во сколько начинается твой день?

Рабочие будни начинаются в 8.30, но была бы моя воля - день начинался бы в районе 11 утра.

— Стакан наполовину пуст или наполовину полон?

Не хорошо оставлять стаканы без присмотра!

— Какой город России ты хотел бы посетить больше всего и почему?

Калининград. Он всегда вызывал интерес, но, если подумать, я готова поехать в любое место, главное классная компания.



Любовь Васильева, М19-ИСТ-2

— Занимаемая должность

Заместитель главного редактора.

— Как давно в редакции?

4 года.

— Почему выбрал ИРИТ?

Потому что «ИРИТ – всех победит»!

А если серьезно то, когда была в приемной комиссии, просто почувствовала, что как-то комфортно, атмосфера приятная. На дне открытых дверей тоже понравилось. Плюс здесь учился мой папа и сказал, что в политехе мне точно понравится.

— Любимое время года и почему?

Скажу, что люблю все времена года, потому что выйти на улицу и подышать свежим воздухом – кайф. А какая температура за окном – не так важно. Главное, что не -30).

— С кем из редакции ты бы хотел оказаться на необитаемом острове и почему?

С Екатериной Глумовой. Она бы сразу начала активничать и искать пропитание.

Возможно, не обошлось бы без суматохи, но голодные точно не остались.

— Во сколько начинается твой день?

В 9 утра.

— Какой, по твоему мнению, самый сложный навык, которым человек должен овладеть в течение жизни?

Умением чувствовать, когда нужно сказать свое мнение, а когда – промолчать.

— Что для тебя является лучшим подарком?

Подарок с душой, когда человек думал обо мне и подбирал его специально для меня (а что это - уже не так важно).



Андрей Самчук, М19-ИТС

— Занимаемая должность

Верстальщик.

— Как давно в редакции?

С сентября 2018 года.

— Почему выбрал ИРИТ?

Интересна (и более-менее разбираюсь) IT сфера, связь и все, что с этим связано.

— Любимое время года и почему?

Поздняя весна. Зарождение природы, классный воздух, не холодно как зимой, не жарко как летом.

— Любимый фильм?

Любимого нет, но я знатный киноман. Смотрю часто, особенно стараюсь ознакомляться с культовыми фильмами (преимущественно они не новые, потому что последние лет 10 хороших фильмов выходит 2-3 штуки за год).

— Любимый вымышленный персонаж?

Бэтмен.

— Любимая книга?

Из полезного - В.И. Ленин, из художественного - «Ведьмак» А. Сапковского.

— 3 вещи, которые надо обязательно взять в поход

Нож, зажигалка/спички, голова.

— Кофе или чай?

Китайский чай.

— Кем ты мечтал стать в детстве и почему?

Собирать автомобили. Всегда интересовали технические конструкторы.

— Стакан наполовину пуст или наполовину полон?

Зависит от того, насколько сильная жажда.

— Какой, по твоему мнению, самый сложный навык, которым человек должен овладеть в течение жизни?

Критическое мышление. И чем раньше - тем лучше.



Карина Михалевская, М20-ИСТ-5

— Занимаемая должность

Корреспондент и администратор самой активной группы Вконтакте.

— Как давно в редакции?

С октября 2018, с этим временем ассоциируется моя первая статья в газете...

— Почему решил стать членом редакции?

Необходимо было что-то менять в своей скудной студенческой жизни, могу заранее сказать, что я удачно поменяла.

— Почему выбрал ИРИТ?

На ИРИТе есть единственное направление в вузе, которое непосредственно связано с творчеством.

— Любимый вымышленный персонаж?

Обожаю персонажей, которые способны за одно мгновение справиться с кучкой зомби! (Прекрасная и непобедимая Клементина из The Walking Dead).

— С кем из редакции ты бы хотел оказаться на необитаемом острове и почему?

Знаю, Маша меня не возьмет на необитаемый остров, но я все равно выберу ее. Есть много интересных вещей, которые я бы хотела с ней обсудить, поэтому мы не умрем от скуки в первый же день.

— Кофе или чай?

Смотря с чем пить. Если есть что-то конфетное или шоколадное, то однозначно кофе с любимым городецким молоком. А вот выбор в пользу чая падет в случае замороженной кислой сливы в морозильной камере...

— стакан наполовину пуст или наполовину полон?

Стакана нет, весь мир иллюзия!



Максим Соколов, 18-ПМ

— Занимаемая должность

Корреспондент.

— Как давно в редакции?

Год с лишним.

— Почему решил стать членом редакции?

Комплекс мероприятий связанный с написанием статей и постов для газеты меня по-настоящему захватывает, а впечатления после очередной удачной (субъективно) статьи вдохновляют.

— Почему выбрал ИРИТ?

Влекло со школы к физике и компьютерным наукам. Решил первое оставить на позиции хобби или доп специализации, а карьеру и будущее связать с ИТ (это был категорически правильный выбор). И тогда подал документы в соответствующий институт лучшего технического вуза в городе.

— Любимый фильм?

«Американская История Х» P.S. Чуть не пустил слезу в конце... P.S.S. Пустил.

— Любимая книга?

А. Дюма. «Граф Монте Кристо».

— 3 вещи, которые надо обязательно взять в поход

Ноут, нож, паспорт гражданина Российской Федерации.

— Кто является твоим тотемным животным?

Единственный в мире малыш Котопес.

— Кем ты мечтал стать в детстве и почему?

Президентом или Голливудским продюсером. В детстве мои мечты были реалистичнее чем сейчас.

— Что для тебя является лучшим подарком?

Носки, гель для бритья и, конечно, внимание.



Екатерина Вахутина, 19-ИСТ-1

— Занимаемая должность

Корреспондент.

— Как давно в редакции?

С сентября 2020.

— Почему решил стать членом редакции?

Всегда любила писать. Изначально даже хотела поступать на журналистику

— Любимое время года и почему?

Лето. Из-за теплых ночей, когда можно посмотреть на звезды. Приятный бонус: не надо одеваться так, чтобы не чувствовать себя подвижным снеговиком.

— Любимый фильм?

«Полосатый рейс».

— Любимая книга?

Б. Акунин «Азazel».

— 3 вещи, которые надо обязательно взять в поход

Нож, теплую одежду, спички.

— стакан наполовину пуст или наполовину полон?

Если в этом стакане не кофе, то меня не интересует на сколько он полон.

— Какой город России ты хотел бы посетить больше всего и почему?

Санкт-Петербург. Я уже его посещала, но хочу снова там побывать. Питер - удивительный город, который богат красивой архитектурой и музеями. А на улицах вы всегда можете встретить музыкантов.

— Любимое блюдо и почему?

Салат «Цезарь». У любви нет причин, она просто есть.

— Какой, по твоему мнению, самый сложный навык, которым человек должен овладеть в течение жизни?

Оставаться добрым и быть по жизни оптимистом несмотря ни на что.

**Елена Парфенова,
17-ИТД**

Сейчас кругом введены карантинные меры и поэтому массовые мероприятия проводить нельзя. Но Студклуб не прекращает работу, продолжая радовать своих зрителей. В этом семестре появилось несколько новых проектов, одними из которых являются: «Кружка дружбы» и «Что? Где? Когда?». Редакция «Радио+» поговорила с руководителями данных мероприятий.



Даниил Созинов, выпускник ИРИТ, является руководителем проекта серии интервью «Кружка дружбы». В его команду входят: оператор Анастасия Артемьева, фотограф Александра Прокофьева, звукоинженер Антон Корякин, ведущий Павел Белов и Майя Серова, которая занимается motion-дизайном. Мы задали Даниилу несколько вопросов.

- Как вам пришла идея создать такую рубрику?

Мы хотели разнообразить прямые эфиры, которые ведем на нашем ютуб-канале с середины сентября по четвергам. Решили, что нам нужны музыкальные темы. Тем более некоторые люди, из выпускников и студентов политеха, являются музыкантами. Мы взяли на вооружение формат общения с людьми, при котором можно узнавать у них что-то новое, чтобы при этом они могли также продемонстрировать какие-либо музыкальные композиции. Если кратко, некая популяризации их авторства и просто интересная беседа.

- Откуда такое интересное название «Кружка дружбы»?

Его выбрали путем голосования. У нас было 10 вариантов, один из которых предложила наш оператор - Анастасия Артемьева. Те, кто были в Ждановце, сразу догадываются, что кроется под этим названием. Но, а так, мы просто хотим подружиться с музыкантами.



- Почему вы берете интервью именно у музыкантов?

За время карантина, как мне кажется, всем надоел обычный формат интервью, поскольку очень многие люди этим занимались. Кроме того, постоянно проходили прямые эфиры в инстаграме. Строгий формат «вопрос-ответ» уже не очень интересен, и мы решили разбавить его музыкальными вставками.

- Какое техническое оборудование должно быть для подобного проекта?

В минимальной комплектации, как у нас было на прошлом выпуске, это: телефон, штатив, ноутбук, камера, соединители и звуковой пульт.

- Кто-то из вашей команды увлекается музыкой?

Звукоинженер играет на бас-гитаре в музыкальной группе. Первые эфиры мы записывали на студии, где он с группой работает. Ведущий может спеть и сыграть на акустической гитаре.



Кирилл Садков, который организовал в политехе «Что? Где? Когда?», также поделился с нами подробностями об организации осенней серии игр.

- Как вам пришла идея о создании своего «Что? Где? Когда?»?

Эта идея развивалась еще с прошлого учебного года. А так как сейчас запрещены массовые мероприятия, мы решили провести его в онлайн-формате.



- Долго ли вы работали над локацией?

Не очень долго. Много времени ушло на то, чтобы сделать круглый стол. Волчок приобрели свой, но изначально брали у друга.

- Сколько людей работает над этим шоу?

Команда радистов - это 6 человек. Команда операторов - 4 человека. Команда организаторов - 6 человек. В сумме 16.

- Почему вы решили работать в формате онлайн-трансляции?

Прямая трансляция имеет свой шарм. Сразу виден труд и старания людей. Мне кажется, это больше ценится, чем запись.

Гораздо интересней, когда зритель наблюдает в онлайн как это все происходит. Запись можно снять, подрезать, переснять, а тут все делается с первого дубля.

- Сколько задействовано техники?

Техники у нас много. На первых эфирах у нас было порядка 8 ноутбуков, которые стояли у радистов. Были пульта, четыре камеры, куча проводов. Свет, микрофоны, колонки и т.д.

- Откуда берете вопросы?

Мы спрашиваем у преподавателей и студсоветов. Также отбираем вопросы из открытой базы ЧГК.

- Какими качествами должен обладать участник «Что? Где? Когда?»?

Эта игра требует сообразительности. Ответы

на все вопросы, которые там задаются, можно найти логическим путем. Участник должен, бесспорно, обладать эрудицией и быстро схватывать информацию.

- Планируете ли вы делать зимнюю или весеннюю серию?

На счет зимней вряд ли, там у всех начинаются зачеты и экзамены. Мы перейдем на весеннюю.



Над ЧГК, как говорил Кирилл, работает команда радистов. Поэтому редакция «Радио+» решила узнать подробнее: кто такой радист, и чем он занимается. На эти вопросы нам ответил **Вячеслав Никишов** из группы М20-ИСТ-4.

- В чем заключается работа радиста?

Техническое обеспечение всех мероприятий НГТУ.

- Сложно быть радистом?

Да, много времени нужно уделять этому делу. Ты всегда раньше всех приходишь, чтобы настроить оборудование и подготовить площадку. Много нужно знать и уметь. Но с опытом все проще и проще. Всему этому мы учим на школе радистов.

- Возникали ли ситуации, которые вызывали трудности?

Конечно. Поначалу очень трудно справляться без посторонней помощи, но более опытные радисты всегда выручат, и со временем ты уже решаешь любую проблему на раз-два.

В Студклубе появились очень интересные проекты, над которыми работает много талантливых ребят. Благодаря им у нас есть возможность вместе с участниками подумать над вопросами в ЧГК, познакомиться с музыкантами, которые учились в политехе. Редакция газеты «Радио+» советует не пропускать новые трансляции и следить за новыми постами Студклуба в социальных сетях.



Многим из нас знакомо ощущение непрерывной работы или учебы, когда встаешь с утра, садишься за компьютер или бежишь по делам... и уже вечер, пора идти спать, а на следующий день все повторяется сначала. Такой режим приводит ко многим проблемам, которые касаются как физического здоровья, так и эмоционального истощения человека. Но как же успевать сделать всю работу и лабораторки в срок, чтобы еще осталось время и силы на отдых и общение? Наш совет – научитесь грамотно распределять свои ресурсы. Как это сделать? Давайте разбираться.

У человека есть два ресурса – это физический и эмоциональный. Физический – характеризуется хорошим полноценным сном, физической активностью, питанием и другими факторами, благодаря которым мы чувствуем себя в базовом работоспособном состоянии. Эмоциональный – это получение впечатлений, знаний, похвалы, общения в достаточном для человека объеме. Важно следить, какими чувствами наполнен твой день, ведь от этого зависят твоё душевное состояние, желание что-то делать и мотивация.

Представьте, что вы в компьютерной игре, и у вас, как персонажа, есть эти два ресурса, которые тратятся в течение дня на совершение каких-либо действий и восполняются – за счет других. Чтобы завтра было достаточно ресурсов, надо позаботиться о них сегодня. Поэтому в свой распорядок дня включаем наполнение физическим и эмоциональным ресурсом. Если вдруг вы еще не ведете план, то самое время начать, потому что добиваться успеха без него — это как поехать в путешествие без карты: знаю, чего хочу, но не знаю, как этого достичь.

**ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ
СРЫВА ПЛАНОВ:
— ТО ОДНО
— ТО ДРУГОЕ**

Идеального рецепта по составлению плана не существует, у каждого человека он свой. Поэтому, мы решили поделиться лайфхаками по планированию, приобретенные за годы обучения в школе и университете.

- Всегда фиксировать цели письменно. Если на бумаге или в электронном планировщике задач не обозначена ваша цель, — значит, ее не существует.

- План лучше составлять вечером – на следующий день, в воскресенье – на следующую неделю,

**«КОГДА ВАМ ПОКАЖЕТСЯ,
ЧТО ЦЕЛЬ НЕДОСТИЖИМА,
НЕ ИЗМЕНЯЙТЕ ЦЕЛЬ —
ИЗМЕНЯЙТЕ СВОЙ ПЛАН
ДЕЙСТВИЙ»**

~ Конфуций ~

в конце месяца – на новый. При таком подходе с наступлением нового дня, недели или месяца не возникает чувства, что ты не готов к этому периоду или что-то забыл.

- Ставить не время выполнения задачи, а дату ее завершения. Только дедлайн этот – свой собственный, должен быть раньше основного фактического срока сдачи. Таким образом, задачи выполняются заранее, а на крайний случай у вас есть пару дней в запасе.

- Задачи по наполнению ресурсом ставить на утро и вечер. Утром надо наполниться энергией на день – размяться/прогуляться, выпить кофе или сок, в общем, порадовать себя. А вечером стоит отдохнуть, расслабиться, поделиться впечатлениями за день. Также их можно выполнять в дороге – не просто угрюмо идти в университет, а наслаждаться погодой, утром, музыкой.

- Ставить в день столько задач, сколько реально сможешь сделать, не переоценивать свои возможности. Так у вас не возникнет чувства разочарования по поводу не выполненной части плана.

- Мотивируйте себя на работу тем, что после нее будет что-то приятное. «Договор с мозгами» действует безотказно, главное, не обманывайте себя и выполняйте обещания об отдыхе так же, как выполняете лабы.

- В течение дня необходимо делать перерывы, особенно, если вы постоянно находитесь за компьютером. В минуты отдыха лучше всего не смотреть в телефон, а выйти на улицу или открыть окно, чтобы подышать. Свежий воздух позволяет за короткое время почувствовать новый прилив сил.

Распорядок дня помогает явно обозначить свои цели, задачи и организует ваше время наиболее эффективно. Планирование — это привычка. В какой-то момент приходит понимание его необходимости, потому что гореть на каждом дедлайне – это стресс, а постоянное рабочее состояние без плана поддерживать практически невозможно. Просто начните, и со временем вы получите свой собственный идеальный способ все успевать и оставаться в тонусе.

What is the social media for you? For us, social media is a tool that allows people to share content quickly, efficiently, and in real-time. Social media has changed the way we communicate today. It's in our best interest to be informed about all of the new possibilities to manage our online reputation.

Here are five benefits of using social media:

1. Build relationships.

You can grow your professional network online tremendously by connecting with colleagues, mentors, role models and other professionals.

2. Share your expertise.

Sharing your expertise will attract potential professional and personal connections.

3. Increase your visibility.

Following people and interacting with them on social media will work to build and will help to get your name out there for people to turn to.

4. Educate yourself.

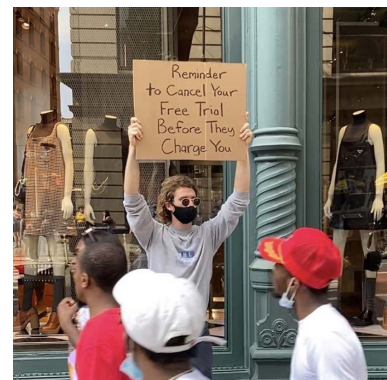
Social media allows you to hone in on what you really care about and what you really want to read.

5. Connect anytime

Social media can help you connect before, during and after networking events, a conference or a meeting. People can get to know you prior to meeting you and be better equipped to talk in person.

Let's check your knowledge about popular social media. Just for fun :)

Which function has the most daily posts? - Facebook Live Video - Instagram Stories - Snapchat Stories - Periscope	After Google, what is the second most popular website in the world? - Facebook - LinkedIn - YouTube - Twitter	What type of social media content is shared most by users? Select 2 correct answers. - Videos - Images - Inspirational posts - Events
Which platform has a higher rate of engagement? - Facebook - Instagram	True or False: The majority of teens use Facebook - True - False	On average, what is the best day for brand accounts to post on Instagram? - Tuesday - Wednesday - Thursday
What's the one platform that doesn't use hashtags? - Instagram - Twitter - Snapchat - Facebook	What percentage of Twitter users access the platform via mobile? - 47% - 65% - 80% - 92%	You are writing a message on Twitter; What is the maximum number of characters you can use? - 120 - 240 - 280



Я ПРОФИ

СТУДЕНЧЕСКАЯ ОЛИМПИАДА Я – ПРОФЕССИОНАЛ



Анекдот.

«Встретились как-то Яндекс, ВТБ, Сбербанк, Президент России, Росатом, Российский Союз промышленников и предпринимателей и множество других компаний, включая ряд государственных университетов. Стали они думать: как бы им сократить разрыв между университетскими программами подготовки студентов и реальными требованиями работодателей; как предоставить самым талантливым и целеустремленным из них возможность получить приятные льготы при поступлении в аспирантуру/магистратуру, солидный денежный приз; как зарекомендовать себя перед потенциальными работодателями, получить представление об их требованиях к претендентам; как студентам определить для себя дальнейший вектор развития профессиональных навыков и столкнуться с реальными задачами сферы, в которой они себя реализуют. Думали-думали и придумали организовать олимпиаду «Я - профессионал», в которой каждый желающий студент бакалавриата/магистратуры/специалитета сможет проверить свои знания и навыки в одном из 72-х направлений подготовки.»

- А где же шутка в этом анекдоте, - спросят самые внимательные из читателей. А шутка в том, что большинство молодых специалистов до сих пор боятся принимать участие в подобных проектах из-за неуверенности в своих силах, навыков и знаниях, которые могут потребоваться для успешного прохождения заданий. Такие проекты, как олимпиада «Я - профессионал», предоставляют возможность получить те самые навыки, знания, а главное опыт реальной профессиональной деятельности. И пока девять из десяти молодых талантливых студентов сидят и ждут, пока у них появится опыт, который требуют при устройстве на работу, один – записывается на участие в олимпиаде «Я - профессионал», выполняет реальные задания, разработанные

совместно с ведущими компаниями страны в данной области, и, успешно решив их, получает несколько весьма интересных и ценных поощрений.

Каждый призер олимпиады получает:

- эксклюзивный доступ к карьерному portalу «Я - профессионал», с помощью которого можно здорово повысить свою значимость как специалиста в глазах работодателей;
- диплом, позволяющий претендовать на льготы при поступлении в магистратуру или аспирантуру;

а те, чьи проекты будут оценены самыми высокими оценками, в добавок ко всему получают:

- солидную денежную премию;
- возможность пройти стажировку в крупнейших российских компаниях.

И конечно же не стоит забывать о бесценном опыте, значительном пункте в портфолио и приобретенных связях с представителями интересующей вас сферы.

Олимпиада «Я - профессионал», - это соревнование, в котором нет проигравших, потому что каждый участник вырастет как профессионал и получит множество эксклюзивных возможностей.

На сайте iprofclub.ru вы можете ознакомиться с историями успеха участников прошлых сезонов олимпиады и узнать от них, что они приобрели на этом проекте. Ведущие вузы и НИУ страны, крупнейшие представители российского предпринимательства и даже президент Российской Федерации объединили и сосредоточили усилия, чтобы дать тебе возможность проверить свои профессиональные знания, определить свой будущий вектор развития и стать настоящим специалистом своей области.

Максим Соколов,
18-ПМ

Главный редактор: Елена Парфенова, 17-ИТД
Зам. главного редактора: Мария Галанина, М20-ИСТ-5,
Любовь Васильева, М19-ИСТ-2
Верстка: Андрей Самчук, Александра Кузьмичева, М19-ИТС
Корректор: Ирина Никонова, 17-ССК
Ответственный за выпуск: Александр Дмитриевич Филинских,
зам. директора ИРИТ по воспитательной работе



«Радио+» №4 (144)

Отпечатано на каф. ГИС ИРИТ
НГТУ им. Р. Е. Алексеева
Тираж 200 экз.