

В номере:

Быстрее, выше, умнее

Студентка филологического факультета РУДН Полина Хомякова завоевала серебряную медаль на «Международной студенческой легкоатлетической матчевой встрече», которая проходила в Екатеринбурге.

стр. 3

Космические успехи Екатерины Ивановны Мотиной

Вспоминаем о легендарном преподавателе Университета, которого благодарили космонавты.

стр. 4

Анна. Смелая, сильная, бесстрашная. Профессионал

Памяти Анны Прокофьевой – выпускницы филологического факультета и военного корреспондента Первого канала.

стр. 6

Порядок и уют помогут в учёбе

В Интерклубе состоялась церемония награждения победителей ежегодного студенческого конкурса «Лучшая комната и лучший блок».

стр. 7

Вера из Большешетархово

По результатам конкурса лучших выпускных бакалаврских работ в 2025 году Вера Лисицына, выпускница филологического факультета по направлению «Журналистика», получила диплом I степени.

стр. 8

XX симпозиум «Эколого-физиологические проблемы адаптации»: более 50 лет заботы о здоровье иностранных и российских студентов



Такие симпозиумы проводятся уже на протяжении пятидесяти лет. Первый – с названием «Физиологические и клинические проблемы адаптации к гипертермии, гипоксии и гиподинамии» – был проведен по инициативе профессора А.В. Коробкова в октябре 1975 г., он же организовал второй в 1978 и третий в 1981 гг. Четвёртый Всеобщий симпозиум «Физиологические проблемы адаптации» в 1984 г. был проведен под руководством академика Н.А. Агаджаняна, который долгие годы регулярно проводил эти симпозиумы, развивая связи кафедры с коллегами. Многие годы симпозиум проводился в РУДН за исключением двух, что были организованы в Таллине в 1984 г. и Красноярске в 1991 г. В июне 2015 г. в посёлке Красная поляна в Сочи состоялся XVI Всероссийский симпозиум «Эколого-физиологические проблемы адаптации», посвящённый памяти академика Н.А. Агаджаняна. Затем очередные симпозиумы были проведены в Рязани в 2017, Сочи в 2019 и Казани в 2022 годах, а юбилейный XX симпозиум – в родном РУДН.

Участниками и организаторами симпозиумов разные годы были видные учёные: акаде-

На базе медицинского института РУДН с 25 по 27 июня 2025 года проходил XX Юбилейный всероссийский с международным участием симпозиум «Эколого-физиологические проблемы адаптации». Организатором мероприятия со стороны РУДН стала кафедра нормальной физиологии медицинского института РУДН.

мики и член-корреспонденты РАН В.М. Баранов, В.Г. Зилов, Ф.И. Комаров, С.С. Перцов, М.С. Гинс, известные исследователи из стран СНГ – А.Н. Зарифьян из Киргизии, В. В. Зинчук из Беларуси, Ф.А. Шукуров из Таджикистана, а также доктор Р. Сингх из Индии, профессор Г.М. Халаби из Иордании, П. Рамдавон из Маврикия и многие другие.

Основная цель симпозиумов – поиск новых подходов в определении функциональных резервов организма человека и выявлении критериев состояния здоровья, чтобы в итоге помочь нам эффективнее тренироваться, отдыхать, восстанавливаться и выздороветь.

На XX юбилейном симпозиуме обсудили экологию-физиологические проблемы адаптации к различным природно-климатическим, социальным и производственным условиям, адаптацию к физическим нагрузкам, вопросы реабилитации и профилактики в спорте, сохранение здоровья обучающихся. Всего было подано 235 научных работ по разным вопросам адаптации человека к измененным условиям окружающей среды.

В первый день состоялось пленарное заседание, где прозвучали приветствия от ряда вузов России, в том числе от Луганского университета. Далее были заслушаны пленарные доклады.

Во второй – проведено восемь различных секционных заседаний и три мастер-класса: по использованию нового дыхательного тренажера «Айроник», (ООО «Айроник», Самара), по применению диагностической методики регистрации и анализа variability сердечного ритма, (ООО «Институт внедрения новых медицинских технологий РАМЕНА», Рязань), по методике использования дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой (автор многочисленных публикаций по этой методике М.Н. Шетинин).

В третий день прошло второе пленарное заседание, где были заслушаны четыре дистанционных доклада от д.м.н., профессор Ф.А. Шукурова, Таджикистан; д.м.н., профессор П.Г. Петрова – бывший ректор Якутского медицинского института; д.б.н., профессор Е.В. Евстафьева, Крымский медицинский институт; директор лазерной клиники П. Рамдавон, выпускник МИ РУДН, Маврикий, г. Габес.

Для более полного освещения вопросов, поднятых на XX юбилейном и предыдущих симпозиумах, председатель оргкомитета симпозиума, д.б.н., профессор В.И. Торшин и ответственный секретарь симпозиума д.м.н. А.Е. Северин ответили на наши вопросы.

– Среди задач было обсуждение новых критериев, характеризующих состояние здоровья. Неужели можно открыть что-то ещё?

– Новых подходов в определении резервов много: на клеточном, системном, организменном и популяционном уровнях, они постоянно развиваются. В частности, регистрация и анализ variability сердечного ритма, – достаточно прогрессивная методика, в РУДН она также разрабатывается.



– Наверное, одна из важнейших тем для нас – адаптация иностранных студентов к климатико-географическим условиям России. Расскажите, пожалуйста, с какими проблемами они сталкиваются?

– Студенты из других стран страдают от несоответствия их физиологической конструкции климатическим условиям в России. Им приходится адаптироваться на физиологическом, биохимическом, поведенческом, культуральном и социальном уровнях. К третьему курсу более или менее все приспособляются. Труднее всех приходится студентам из стран Юго-восточной Азии. Проще всего студентам из арабских стран. Изучению этих процессов посвящена внутриуниверситетская научно-организационная программа «Здоровье студентов».

Так, Т.С. Ал-Обаиди из Багдада и В.О. Данкеева из Москвы представили исследование на тему адаптации к измененным природно-климатическим условиям. Это сложный физиологический процесс, охватывающий все функциональные системы человека. Сложнее всего студентам из тёплых стран приспособиться к более низким температурам. При этом вегетативная нервная система в силу её центральной роли в регуляции метаболизма, сосудистого тонуса, сердечно-сосудистой системы, является центральным регулятором процессов теплопродукции и теплоотдачи.

Лучше всего адаптируются к низким температурам студенты, которые в детстве и подростковом периоде подвергались действию низких температур среды. Иначе адаптация не может быть реализована в полном объёме.

Исследования показали, что двух лет недостаточно для адаптации к минусовым температурам. Учёные обследовали студентов РУДН из стран Ближнего и Среднего Востока – 35 человек, и стран Африки – 30 человек, которые в течение двух лет адаптировались к климату средней полосы России. Контрольной группой стали студенты из средней полосы России – 25 человек. В качестве функциональной пробы использовалось локальное охлаждение кисти правой руки в ледяной воде в течение 1 минуты. Регистрировали до холодовой пробы и в период восстановления температуру кисти и тела и показатели variability

сердечного ритма. В ходе исследования было выявлено, что у российских студентов наблюдалось повышение активности симпатического отдела вегетативной нервной системы на 6%, у студентов из стран ближнего и среднего востока (БСВ) – на 7,7%, а у африканских студентов – снижение на 3,2%. Изменение активности парасимпатического отдела у студентов из России составляло 30,3%, у студентов из стран БСВ – 41,4%, а у африканских студентов отмечено повышение на 10,4%. У студентов из жарких стран спазм периферических сосудов и централизация кровообращения были менее выражены, а увеличение тонуса симпатического отдела нервной системы оказалось незначительно. Типичные адаптивные реакции на холодовое воздействие проявлялись слабо, особенно у студентов из африканских стран, где средние температуры июля и января – + 20–25 °С.

В итоге, благодаря молодому возрасту, адаптивные возможности организма оказываются достаточными для нормального функционирования в непривычных климатических, социально-психологических и экологических условиях.

По более чем шестидесятилетним наблюдениям учёных РУДН, несмотря на все сложности, с которыми сталкиваются иностранные студенты, они быстро включаются в учебный процесс. Безусловно, приспособление к изменившимся условиям окружающей среды серьёзно напрягает механизмы регуляции организма, что может привести к нарушению взаимодействия между функциональными системами организма. Над решением комплекса этих проблем постоянно трудятся учёные РУДН.

На заключительном заседании XX симпозиума участники высоко оценили уровень организации мероприятия и вклад коллектива кафедры нормальной физиологии РУДН имени Патриса Лумумбы в развитии отечественной науки в части физиологии адаптации и экологии человека. Особо следует отметить решение симпозиума о создании рабочей группы в составе: проф. В.И. Торшина (Москва), проф. А.Е. Северина (Москва), проф. П.Г. Петровой (Якутск), проф. А.Б. Гудкова (Архангельск), проф. И.Н. Полунина (Астрахань), проф. Е.В. Евстафьевой (Симферополь), проф. Н.Н. Сентябрева (Волгоград), проф. И.В. Аверьяновой (Магадан), проф. Т.В. Тананаквиной (Луганск) для обобщения результатов более чем сорокалетней истории проведения симпозиумов «Эколого-физиологические проблемы адаптации» с целью подготовки коллективной монографии «Человек в современной России».

Анна ПЕТРОВА

Быстрее, выше, умнее



Полина Хомякова взяла серебро на 400 м!

На «Международной студенческой легкоатлетической матчевой встрече», которая проходила в Екатеринбурге с 5 по 8 сентября, мастер спорта по легкой атлетике, студентка филологического факультета РУДН Полина Хомякова завоевала серебряную медаль. С блестящим результатом и преимуществом в 2 секунды она победила в забеге на 400 метров.

«Лёгкая атлетика – это не просто бег, прыжки или метания. Это школа жизни. Она научила меня дисциплине, упорству и ответственности. Спорт воспитал во мне терпение: результаты приходят не за день, а за годы тяжёлого труда», – отметила Полина.

За каждой медалью стоит не только физическая работа, но и огромная внутренняя дисциплина. Как справляться с неизбежными спадами настроения и ленью? По мнению Полины, всё начинается с искренней любви к своему делу, которая превращает рутину в удовольствие. Она признаётся в том, что «не стоит ждать постоянной мотивации – она приходит и уходит. Нужно действовать даже без неё. Привычка сильнее эмоций. Очень важно найти себе команду, друга или тренера, потому что поддержка творит чудеса».

Следующая большая цель Полины – это выполнить норматив МСМК на 400 метров и стать призёром на Чемпионате России.

Для многих студентов-спортсменов, подобных Полине, острой проблемой является поиск баланса между тренировками и учёбой. Интенсивные сборы и соревнования часто приводят к академическим задолженностям и выгоранию. Необходим гибкий учебный график, чтобы талантливые спортсмены могли реализовывать себя в обеих сферах, не жертвуя ни карьерой, ни образованием.

Полина рассказала, как ей удается

совмещать интенсивные тренировки с учёбой и личной жизнью: «Мне просто необходимо тренироваться каждый день, так как я уже давно в спорте. Утром иду на учёбу, после неё – на тренировку. Очень важно хорошо восстанавливаться: высыпаться и питаться, тогда сил хватит на все дела! Совет для тех, кто ищет баланс: главное – понять, что для вас важнее, и от этого уже строить свой график. Если на первом месте учёба, то тренировки стоит делать в дни, когда вы более свободны, и – наоборот».

Исследования показывают, что кардионагрузки, к которым относится бег, стимулируют нейрогенез – образование новых нейронов в гиппокампе, отделе мозга, ответственном за память и обучение. Для студента, особенно на филологическом факультете, работающего с большими объёмами информации, это имеет практическое значение: спортивная тренировка может быть не менее полезна для усвоения материала, чем дополнительное время за учебниками.

Об отношении студентов к спорту рассказал инструктор по физической культуре и старший педагог дополнительного образования Мария Валерьевна Атякина: «На мой взгляд, отношение студентов к физкультуре меняется непрерывно. Спорт снова в моде, а вместе с этим – отсутствие вредных привычек, активный образ жизни и здоровое питание. Сегодня вместо вопросов «Зачем мне физкультура»

«Посоветуйте упражнения для занятий дома» или «А как попасть в сборную?». В наши дни спорт стал доступен для любого человека. Благодаря государственным программам ещё до поступления в университет молодые люди могут заниматься различными видами спорта, поэтому количество студентов, осведомлённых о пользе и необходимости физической активности и согласных с этим, сейчас гораздо больше.

Часто, стремясь к результату в одном виде активности (например, беге), студенты забывают о комплексном физическом развитии. Это приводит к мышечному дисбалансу, нарушению осанки и травмам. Важно помнить про кросс-тренинг – комбинацию разных активностей. Такой подход снижает риски и делает тренировки более разнообразными и интересными, что положительно сказывается на психическом состоянии.

Если путь Полины Хомяковой – это пример высшего спортивного мастерства, то для большинства студентов спорт начинается с малого: с преодоления сидячего образа жизни и поиска быстрых способов восстановить силы. Как интегрировать физическую активность в напряжённый учебный график, не имея возможности посвящать ей много времени?

«Самое доступное для каждого студента в день перед экзаменом – это 30-ти минутная прогулка бодрим шагом. Ходьба на свежем воздухе активизирует организм, ускоряет обмен веществ, поднимает настроение. Если на улице непогода, в домашних условиях можно выполнить несложный комплекс упражнений на растягивание, специального инвентаря при этом не требуется, важно не спешить, спокойно выполнять движения. Растяжка помогает в борьбе со стрессом и бессонницей. В спорте, как и в жизни, нужно не бояться ставить большие цели и дисциплинированно к ним идти», – отметила Мария Валерьевна.

История Полины напоминает: большие победы складываются из маленьких, но регулярных усилий. Неважно, бежите вы стометровку или просто решили пройтись пешком вместо лифта – вы уже делаете шаг к лучшей версии себя. И кто знает – может быть, именно в стенах РУДН вы откроете в себе талант, о котором даже не подозревали!

Юлиана Юталова

Фото выпускника РУДН 1993 г. Владимира Радченко

Космические успехи Екатерины Ивановны Мотиной



В Музей истории РУДН обратилась Лидия Герасимовна Маркова, много лет проработавшая в нашем университете доцентом кафедры русского языка основных факультетов. Она попросила о публикации в газете «Дружба», чтобы почтить память Екатерины Ивановны Мотиной, которая ушла из жизни 23 сентября 1995 года. Её имя неразрывно связано с историей нашего университета и его развитием: именно она решала, как наш университет будет обучать русскому языку иностранных студентов – будущую мировую элиту, друзей России.

ного сна, а кафедра – семьёй, которую она не смогла и не захотела бросать.

На многих фотографиях взгляд ЕИ серьёзный, брови сдвинуты, а губы сжаты. По отзывам её близких коллег и учеников, она и правда была строгим руководителем, но это лишь часть её многогранной артистичной натуры. ЕИ была удивительно доступным и простым человеком, всегда настроенным на собеседника. Серьёзной она становилась лишь тогда, когда этого требовала ситуация. Как руководитель была требовательной, потому что чувствовала ответственность за каждого сотрудника. Брала вину на себя за любую ошибку, а уже потом разбирались с тем, кто оступился.

Другая грань её натуры – любовь к праздникам: государственным, кафедральным, дням рождениям коллег. Она умела создавать тёплую, семейную атмосферу даже несмотря на то, что кафедра была рассредоточена по трём зданиям. Екатерина Ивановна очень любила хорошую шутку, поддерживала коллег в юмористических вечерах «капустниках».

Молодая заведующая кафедрой обладала уникальным качествами, которые определили её успешный карьерный путь: жажда знаний, стремление к совершенствованию, организованность, искусство разумно и эффективно распределять время для решения научных, педагогических и управленческих задач, энергичность, равнодушие, умение подчинять себя интересам дела и решению насущных вопросов, внимание к людям и деятельная забота о них, ответственность и чувство долга.

Она была олицетворением качеств, присущих её новому второму дому. Университет дружбы народов и русский язык – почти синонимы: перед новым вузом стояла задача объединить знания, сплотить и сделать друзьями представителей не просто разных стран – разных континентов. Быть проводником в мир науки. Основа для этого у всех была одна – русский язык. Для интернационального молодёжного коллектива язык великого А. С. Пушкина стал ключом от сокровищницы самых современных знаний о природе, человеке и обществе. Именно поэтому наш универ-

ситет начинался с создания кафедры русского языка подготовительного факультета, от деятельности которой зависело главное – состоится ли вообще университет как международный центр подготовки высококвалифицированных кадров. Состоялся. Более того, стал лидером, известным на весь мир международным вузом с уникальным духом интернационализма, гуманизма и просвещения. Всё это оказалось возможным благодаря самоотверженному труду людей, стоявших у истоков УДН, а также тех, кто работал в период его становления и продолжает работать сегодня.

Будущих преподавателей кафедры обучали не только педагогике, но и основам истории, межкультурной коммуникации, внутренней и внешней политики стран, для которых Университет дружбы народов был призван готовить кадры. Приобретался бесценный опыт работы со студентами из разных уголков земного шара, что давало богатейший материал для подготовки разноплановых учебных пособий, двигало вперёд методику преподавания русского языка как иностранного в её практическом и теоретическом аспектах. В УДН имени Патриса Лумумбы появилась своя научная школа методики преподавания русского языка как иностранного, которую с полным правом называют школой Екатерины Ивановны Мотиной. Университет стал центром знания в области методики преподавания русского языка как иностранного, флагманом, ориентиром для русистов, обучающихся иностранных студентов во всех вузах СССР, где было представлено это направление работы.

Возглавляемый Е.И. Мотиной коллектив преподавателей кафедры русского языка подготовительного факультета УДН им. Патриса Лумумбы был в 1970 году награждён медалью ВДНХ СССР за создание системы учебных пособий и научно-методических работ по организации учебного процесса со студентами-иностранцами на подготовительном факультете и по основным проблемам методики преподавания русского языка как иностранного.

«Без работы человек портится», – мудро замечала Е.И. Знание живёт только в движении, когда им активно и щедро делятся. В 1968 году Екатерина Ивановна, продолжая заведовать родной кафедрой, стала деканом нового структурного подразделения – факультета повышения квалификации преподавателей русского языка как иностранного. Она регулярно выступала с докладами на семинарах и конференциях в нашей стране и за рубежом, сама организовывала научные мероприятия, была в курсе всех новейших разработок коллег лингвистов и специалистов в области методики преподавания русского языка как иностранного. В 1972 году она стала заведующей кафедрой русского языка основных факультетов Университета дружбы народов имени Патриса Лумумбы. Кафедра имела четыре секции: инженерную и физико-математическую, экономическую и права, медицинскую и сельскохозяйственную. Кафедра просуществовала 30 лет – до 2004 года, а затем на её базе было создано три кафедры: кафедра русского языка юридического факультета, кафедра русского языка медицинского факультета и кафедра русского языка инженерного факультета. Ныне эти кафедры входят в состав Института русского языка РУДН.

В марте 1978 года русский язык стал языком общения космонавтов. Тогда была открыта программа «Интеркосмос», предполагавшая сотрудничество на космической орбите представителей разных государств. По инициативе космонавта Алексея Архиповича Леонова обучение иностранных космонавтов русскому языку было поручено кафедре русского языка основных факультетов УДН им. Патриса Лумумбы под руководством Екатерины Ивановны Мотиной. В сжатые сроки предстояло «с нуля» обучить людей русскому языку, сформировать навыки общения по бытовому и профессиональным темам. ЕИ с группой коллег разработала программу «Русский язык и Интеркосмос». Сама проводила занятия с некоторыми космонавтами. Обучением космонавтов занималось более 20 преподавателей кафедры. Иностранные космонавты с теплотой и любовью вспоминают своего наставника Е.И. Мотину. На околотке-



ной орбите находится выпел РУДН. За плодотворное многолетнее сотрудничество по подготовке международных космических экипажей по программе «Интеркосмос» Екатерина Ивановна Мотина была награждена Дипломом имени Ю.А. Гагарина. Кроме того, в 1991 году, в год 30-летия первого полёта человека в космос, командование орденов Ленина и Дружбы Народов центра подготовки космонавтов имени Ю.А. Гагарина выразило Е.И. Мотиной «глубокую благодарность за плодотворный труд по подготовке и осуществлению пилотируемых космических полётов».

Космонавт Алексей Леонов, обращаясь к Екатерине Ивановне Мотиной с просьбой обучать иностранных космонавтов русскому языку, сказал, что он слышал о «космических успехах» кафедры русского языка Университета дружбы народов имени Патриса Лумумбы. Работа коллектива кафедры по обучению космонавтов под руководством Е. И. Мотиной показала, что успехи оказались космическими и в прямом смысле. Профессор Екатерина Ивановна Мотина была награждена орденом Трудового Красного Знамени (1961), орденом Дружбы Народов (1985), медалью «За доблестный труд» (в ознаменование 100-летия со дня рождения В.И. Ленина) (1970), медалью А.С. Пушкина (МАПРЯЛ), почётным знаком Союза советских обществ дружбы и культурной связи с зарубежными странами «За вклад в дело дружбы» (1971), двумя медалями имени Ю.А. Гагарина (1988; 1993), Знаком Почёта министерства высшего и среднего специального образования СССР (1981). Имя доктора педагогических наук, профессора Е. И. Мотиной было занесено ещё при её жизни в Международный биографический словарь, изданный в Кембридже (Великобритания).

Пособия, созданные под руководством и при участии Екатерины Ивановны, стали фундаментом для преподавания русского языка как иностранного. Она направляла развитие своей специальности: при ней впервые разделили преподавание фонетики и грамматики, открыли курсы иностранных языков для преподавателей кафедры русского языка. Работы Екатерины Ивановны заложили стандарты, которые актуальны и сегодня. Но главное – это не учебники, а научная школа, методология, уникальная атмосфера сотрудничества, которую она создала. Созданная ею система, ориентирована на живую, радостную и эффективную работу со студентами со всего мира. Она превратила изучение языка из рутинной в увлекательный процесс, наполненный общением и взаимопониманием.

Многие из учеников и коллег Екатерины Ивановны стали крупными специалистами в своей области. Она была мудрым руководителем, для которого не было «любимчиков». Но выделяла тех, кто работал на коллектив, на общее дело. За эти черты, в частности, она очень ценила Серафиму Алексеевну Хавронину, автора (в соавторстве с А.И. Широценской) знаменитого учебника «Русский язык в упражнениях», который постоянно переиздаётся до сих пор. Наследие Екатерины Ивановны Мотиной продолжает процветать в стенах университета изо дня в день.

Анна. Смелая, сильная, бесстрашная. Профессional

Анна Прокофьева – выпускница филологического факультета РУДН, военный корреспондент Первого канала, смелый и честный журналист. Анна погибла в Белгородской области во время исполнения редакционного задания. Ей было всего 35 лет.

Анна Андреевна Прокофьева родилась 8 апреля 1989 года в Москве. После окончания школы с английским уклоном в 2006 г. поступила на филфак РУДН по специальности «Журналистика» с изучением испанского языка, и окончила его в 2013 г.

Анна работала в испанской редакции агентства «Россия сегодня». Весной 2023 г. стала военным корреспондентом Первого канала, освещала ход специальной военной операции. До карьеры на Первом канале занималась сбором и отправкой гуманитарной помощи в зону СВО, сдавала кровь для помощи раненым бойцам. Получила навыки обращения с огнестрельным оружием. Помимо телевизионной работы, Прокофьева публиковала военные сводки в социальных сетях, у её Telegram-канала «Журналистка | Z |» было более десяти тысяч подписчиков.

Анне объясняли благодарность за добросовестное и достоверное освещение Специальной Военной Операции, также у неё имелась награда международного журналистского конкурса «Золотое перо».

Последний пост Анны – фотография, опубликованная 25 марта с подписью «Где-то на границе со страной 404...».

26 марта 2025 г. машина её съёмочной группы подорвалась на украинской mine. Анна Прокофьева погибла, оператор Дмитрий Волков получил ранение. 17 апреля 2025 г. президент России В.В. Путин наградил Прокофьеву орденом Мужества посмертно за мужество, отвагу и самоотверженность, проявленные при исполнении профессионального долга.

Быть военным корреспондентом – это миссия. Анна это точно знала и служила своей профессией, своей Родиной, отдавая всю себя без остатка. Но она стала военкором не случайно: у неё была мечта – служить в Вооружённых силах Российской Федерации.

«Ещё совсем недавно, 24 ноября 2023 года, Анна стояла в наших аудиториях – смелая, улыбчивая, полная планов. Она делилась со студентами опытом, рассказывала о профессии военкора, о том, как важно говорить правду, даже когда вокруг свистят пу-

ли. Её слова вдохновляли, а глаза горели верой в своё дело.

Анна ушла на фронт, чтобы стать голосом тех, кто защищает наше будущее. Её репортажи были честными, её сердце – бесстрашным. Теперь её нет с нами, но память о ней останется в каждой строчке, которую она написала, в каждом студенте, которому она подарила частичку своей души», – так пишут об Анне коллеги с филологического факультета РУДН.

После выпуска Анна часто возвращалась в стены альма-матер. Читала лекции, давала мастер-классы для студентов-журналистов, делилась профессиональным опытом. Рассказывала о работе журналиста в экстремальных условиях, а также – почему решила отправиться в зону СВО специальным корреспондентом: «Когда началась специальная военная операция, я другого пути для себя не видела, кроме как быть там...» – объясняла Анна.

Анна была настоящим профессионалом. Долгие годы работала в испанской редакции RT и Sputnik. Для Sputnik Mundo вела авторский видеоблог о военной технике.

Лина Андрейченко, преподаватель кафедры массовых коммуникаций, близкая подруга Анны, рассказала, чем жила её однокурсница:

«Аня никогда не хотела работать на ТВ. Ей не нравилось, как она выглядит в кадре и как звучит. А мы всегда ей завидовали, какой она была красоткой. Аня учила испанский, и мы были уверены, что она свяжет свою жизнь с этим регионом, но это оказалось не так, она же была настоящим патриотом. Каждое 9 мая выходила на улицу с охапкой цветов и раздавала ветеранам.

Когда началась СВО, она не могла просто сидеть в редакции и просила отправить её на фронт, но ей говорили, что «она не справится, что это не её, зачем...». В итоге она уволилась из испанской редакции Sputnik, начала активную волонтерскую деятельность, возила гуманитарные грузы военным в зону СВО. Позже начала делать репортажи для своего телеграм-канала. Так её заметил Первый канал.

Анька очень любила свою работу. Когда после пресс-конференции Пу-



тина женщинам военкорам запретили ездить в зону СВО, она отучилась на оператора дрона, чтобы пойти в добровольцы. Руководство Первого в итоге её отправило в командировку, лишь бы она не пошла добровольцем на фронт.

Анна была честной и смелой журналисткой. Многие мужчины-операторы боялись с ней работать, потому что она лезла в самую гущу, чтобы показать зрителю правду. Над Аней летали дроны во время её репортажей, стреляли, взрывали. Аня знала названия всей военной техники, военные с ней общались на равных, считали её своей. Очень уважали.

Конечно, всё, что она делала, было не просто так. Она действительно любила своё дело и готовилась к нему с самого детства, уже тогда её увлекали события Великой Отечественной войны. Родные Анны рассказывают, что, будучи совсем маленькой, она ходила на все парады, дарила цветы ветеранам. Всегда говорила: «Как жалко, что я живу не в то время. Я бы обо всех героях миру рассказала!».

Выходит, что быть голосом военных – судьба Анны и её мечта. Альма-матер, РУДН, лишь дал ей в руки инструменты и научил ими пользоваться в совершенстве. А ещё – стал домом, в который хочется возвращаться, делиться впечатлениями с коллегами и опытом со студентами.

Анна БРАЙЦЕВА

Порядок и уют помогут в учёбе



25 июня 2025 г. в актовом зале Интерклуба Российского университета дружбы народов состоялась торжественная церемония награждения победителей ежегодного студенческого конкурса «Лучшая комната и лучший блок».

Для Студенческого городка РУДН этот проект – не просто традиция, а важный инструмент развития. Организация требует слаженной работы: от тщательного подбора членов комиссии до продуманного сценария финального мероприятия. Особое внимание уделяется процедуре голосования: чтобы исключить предвзятость, каждый эксперт лично самостоятельно оценивает всех номинантов по единым критериям без возможности узнать, что было выставлено его коллегами.

Цели конкурса остаются неизменными, но с каждым годом приобретают новые грани. Речь идёт не только о совершенствовании воспитательной работы, но и о создании среды, где студенты активно участвуют в улучшении быта. Ежегодные задачи – поддержание чистоты, эстетики помещений, соблюдение норм безопасности и дисциплины – становятся стимулом для развития ответственности и командного духа.

Среди нововведений этого года нужно выделить расширение списка победителей. Если ранее от каждого общежития награждалась одна комната, то теперь призовые места занимают три. Это решение позволило поощрить больше активных студентов: минимум шесть человек от корпуса получают денежные призы.

В корпусе общежития №14 первое место заняла комната Екатерины Волковой. Сейчас она учится на шестом курсе специалитета по направлению «Лечебное дело» и уже с начала семестра начинает подготовку к государственным экзаменам. Помогает ей в этом любовь к медицине и стремление получать новые знания в своей области. Помимо изучения профильных предметов, Катя старается уделять время исследовательской деятельности: так, она участ-

вовала в IX Общероссийском конгрессе «Репродуктивный потенциал России: казанские чтения – 2024». «На данный момент основной фокус направлен на завершение обучения, но я планирую вернуться к научной работе в области неврологии», – поделилась Екатерина. Направление для будущих исследований очень перспективное: «По данным ВОЗ, неврологические заболевания – одна из ведущих причин инвалидности в мире. Рост нейродегенеративных заболеваний, таких как болезнь Альцгеймера, требует новых подходов к профилактике и реабилитации», – рассказала доцент кафедры общественного здоровья, здравоохранения и гигиены медицинского института РУДН Елена Каверина.

Работа врача требует высокого уровня ответственности и концентрации, и порядок в этом смысле можно считать профессиональной привычкой. Занимая должность председателя санитарно-бытовой комиссии в студсовете, Екатерина Волкова на собственном опыте убедилась, что «поддержание порядка важно не только для комфортного проживания, но и для эффективной учебы».

Второе место в корпусе №14 получили три студентки медицинского института РУДН. Муленга Сильвия из Замбии сейчас учится на втором курсе ординатуры по направлению «Онкология». Ранее она окончила другой российский университет, но именно в РУДН нашла программу обучения по выбранной узкой специальности. Учебный год для Сильвии начался с посещения VIII Международного Форума онкологии и радиотерапии «Ради жизни – FOR LIFE», на котором в качестве экспертов выступали ведущие специалисты из России, Молдовы, Туркменистана, Армении и других стран. Сфера научных интересов Сильвии – функционирование вегетативной нервной системы. Как считает Елена Каверина, изучение этой области – это шаг к персонализированной медицине: «Дисфункция ВНС лежит в основе многих хронических болезней, от гипертонии до последствий COVID-19, и её ранняя диагностика может стать мощным инструментом профилактики».

По мнению Сильвии, чистое и организованное пространство, отсутствие лишних вещей, помогает сосредоточиться и не отвлекаться, способствует продуктивной деятельности – и это важно понимать не только студентам-медикам, но и всем будущим специалистам.

Итак, ясно, что комфортные условия проживания – важный фактор, способствующий развитию самодисциплины и положительно влияющий на научную организацию труда.

Церемония награждения победителей стала настоящим праздником для всего кампуса. Творческие номера от талантливых студентов – вокальные выступления, танцевальные композиции – создали атмосферу единства. Кульминацией стало объявление победителя в номинации «Лучшее общежитие»: почётное звание получил корпус №9!

В следующем году мы вновь ждём всех, кто готов бороться за звание лучших! Критерии оценки известны: соблюдение санитарных норм, безопасность, выполнение правил распорядка и графиков дежурств. Конкуренция будет серьёзной, но у новых участников есть все шансы: прошлые победители не смогут участвовать повторно.

От лица университета выражаем глубокую признательность всем, кто внёс вклад в проведение конкурса: от членов жюри и организаторов до студентов, которые ежедневно поддерживают порядок в своих комнатах. Благодаря вашей активности и неравнодушие Студенческий городок РУДН давно стал пространством, где комфортно жить, учиться и развиваться!

Вера ЛИСИЦЫНА

Вера из Большешетархово



По результатам конкурса лучших выпускных бакалаврских работ в 2025 году Вера Лисицына, выпускница филологического факультета по направлению «Журналистика», получила диплом I степени. А в 2020 году её имя внесли в Международную энциклопедию «Лучшие в образовании». Ей слово:

– Я родилась и выросла на севере России, в селе Большешетархово. Оно находится в Нижневарттовском районе Ханты-Мансийского автономного округа. Хотя село довольно маленькое, там есть всё, что нужно для жизни: общеобразовательная школа, отделение детской школы искусств и даже культурно-досуговый центр. Здесь я прожила 17 лет своей жизни и не могу не любить свою малую родину.

Мои родители встретились и создали семью здесь, в Большешетархово. Мама работает преподавателем фортепиано в музыкальной школе, папа был учителем математики и информатики в школе. Все бабушки и дедушки – тоже преподаватели... Казалось, в будущем меня тоже ждёт педагогический университет... Но всё оказалось намного сложнее.

Школьные годы были счастливыми. Учиться нравилось с детства, но я замечала, что точные науки даются не так легко, как гуманитарные. Больше всего любила литературу, уроки русского и немецкого языка. Мне нравилось читать, писать рассказы, «путевые заметки». Кроме учёбы я участвовала в олимпиадах, в организации мероприятий, играла в сценках.

С учителями у нас до сих пор тёплые, дружеские отношения. Правда была и одна трудность: в школе преподавали папа, бабушка и дедушка... Они старались быть непредвзятыми, а я и не хотела, чтобы мне ставили пятёрки просто так, я хотела доказать, что заслуживаю их.

Кроме обычной школы, я девять лет ходила в музыкальную школу, где преподавала моя мама, и в художественную школу – всё это располагалось в разных кабинетах в одном здании. За это время я несколько раз выигрывала в районных конкурсах в номинации «вокал» и «фортепиано». Каждый праздник в нашем КДЦ я проводила на сцене в небольшом актовом зале, исполняя вокальные, инструментальные номера, участвовала в постановках или была ведущей. И «музыкалку», и «художку» я окончила с от-

личием в 2019 году, но до сих пор рисую и играю на фортепиано в свободное время.

Все мои увлечения родом из детства. Папа и дедушка приобщали к спорту: лыжи, коньки, ролики, велосипед. Теперь я не представляю свою жизнь без этих активностей. Когда родился младший брат, я снимала «репортажи» о моментах его жизни, монтировала, придумывала для них заголовки. И сейчас продолжаю увлекаться созданием видео.

Было трудно определиться, кем я хочу быть: мне нравилось делать многое, и многое получалось хорошо. И тогда я подумала, может быть есть профессия, которая каким-то образом объединит писательские навыки, монтаж, активность, и при этом будет интересной? Вот так я и выбрала журналистику. Мои родные приняли это с любовью и пониманием, не стали отговаривать, а поддержали.

Подготовка к ЕГЭ была трудной, но я понимала, что успешная сдача экзаменов – это пропуск в «большую жизнь». К счастью, мои усилия окупались, и я получила очень высокие баллы и даже медаль «За особые успехи в обучении» от Департамента образования и молодежной политики ХМАО-Югры.

О РУДН я узнала от родственников и сразу поняла, что это вуз моей мечты: меня привлекла возможность учиться вместе с ребятами из других стран. Как я удивилась, когда увидела своё имя в приказе о зачислении! Ещё более удивительно было то, что моими соседками по комнате в общежитии оказались девочки из Узбекистана и Нигерии. Они стали моими первыми друзьями в Москве. Оказалось, что у нас много общего и трудности в понимании легко преодолели. Наша комната была очень дружной: мы постоянно проводили время вместе – от помощи в домашних заданиях до прогулок и походов в театр. Я научила свою африканскую соседку Доркас кататься на коньках, а она помогла мне выучить английский. Больше всего мне запомнилось, как мы вместе готовили любимые блюда. Так я впервые попробовала африканские пончики.

К учёбе я подходила очень ответственно, проводила много времени за выполнением заданий, не пропускала занятий. Как и в школе, хотя уже без учителей-родственников, мне хотелось заслужить хорошие оценки упорным трудом.

РУДН известен своими разнообразными мероприятиями – посетить их все, наверное, невозможно, и поэтому каждый выбирает то, что ему по душе. Моя любовь к музыке привела меня на «Музыкальную планету»: сначала я закрыла практику, участвуя в организации, а затем стала её постоянным гостем.

Интересной частью обучения для меня стали научные исследования. В каждой работе я глубоко погружалась в тему, стремилась как можно лучше раскрыть ее. Это действительно интересно – исследовать какой-то аспект действительности и находить что-то новое, пусть и небольшое.

В РУДН я впервые приняла участие в деятельности студенческого СМИ, а благодаря рекомендации от преподавателя поработала корреспондентом в настоящей газете.

За эти четыре года я многому научилась, нашла друзей, прожила невероятную студенческую жизнь, получила долгожданный красный диплом и поступила в магистратуру.

Дружба

Орган Ученого совета Российского университета дружбы народов Учредитель – РУДН. Зарегистрирована в Госкомпечати №018324 Издаётся с 1962 года. Выходит один раз в месяц. Адрес: 117198, Москва, ул. Миклухо-Маклая, д. 6, каб. №226 Редакция газеты «Дружба». Контактный телефон: 434-3133 E-mail: gazetadrzhba@pfur.ru

Отпечатано в ИПК РУДН Заказ № Тираж 3000

Главный редактор:
Галина Трофимова

Редакция:
Алексей Небузданов, Анна Петрова,
Мария Татарина, Дарья Савицкая

При перепечатке ссылка на «Дружбу» обязательна.

Рукописи не возвращаются и не рецензируются.

Мнение автора может не совпадать с точкой зрения редакции.

За достоверность фактов, фамилий и цифр ответственность несет автор публикуемого материала.