

СИБИРСКИЙ КАЛЕЙДОСКОП-2021

СБОРНИК

текстов выступлений на восточных языках
(китайском, корейском, японском)
участников регионального конкурса
среди студентов вузов Западной Сибири



НОВОСИБИРСК
2021

ББК 81.7(2Рос-4Нос)м.я431
С341

Ответственный редактор

канд. психол. наук, доцент кафедры Международных отношений
и регионоведения НГТУ *Москвина О.В.*

С341 **Сибирский калейдоскоп-2021:** сборник текстов
выступлений на восточных языках участников регионального
конкурса среди студентов вузов Западной Сибири / Коллектив
авторов. – Новосибирск: Изд-во НГТУ, 2021. – 181 с.

ISBN 978-5-7782-4450-4

Настоящий сборник содержит тексты выступлений участников
регионального конкурса «Сибирский калейдоскоп-2021» - конкурса устных
выступлений на восточных языках (китайский, корейский, японский) среди
студентов вузов Западной Сибири, который проходил на базе НГТУ
19 марта 2021 г.

Материалы печатаются в авторской редакции.

ББК 81.7(2Рос-4Нос)м.я431

ISBN 978-5-7782-4450-4

© Коллектив авторов, 2021
© Новосибирский государственный
технический университет, 2021

СОДЕРЖАНИЕ

Положение о конкурсе	4
Основные правила устного выступления	7
китайский язык.....	7
корейский язык.....	10
японский язык.....	12
Тексты выступлений на китайском языке.....	15
группа начинающих.....	16
группа продолжающих 1.....	22
группа продолжающих 2.....	35
группа профессионалов.....	49
Тексты выступлений на корейском языке.....	61
группа начинающих.....	62
группа продолжающих.....	74
группа профессионалов.....	93
Тексты выступлений на японском языке.....	105
группа начинающих.....	106
группа продолжающих.....	129
группа профессионалов.....	146
Внутривузовский проект «Сибирский калейдоскоп-2021»	166
Тексты выступлений участников.....	167

ПОЛОЖЕНИЕ
регионального конкурса устных выступлений на восточных
языках среди студентов вузов Западной Сибири
«СИБИРСКИЙ КАЛЕЙДОСКОП» в онлайн-формате

Ежегодно увеличивающееся количество студентов, специализацией которых является восточный язык, требует одновременного повышения методического уровня преподавателей и уровня требований к выпускникам вузов. Определить конкурентоспособность студентов – будущих специалистов и место вуза среди других образовательных учреждений, а также повысить уровень устных выступлений студентов на восточном языке и призван данный конкурс.

Организаторы конкурса: Новосибирский государственный технический университет, Факультет гуманитарного образования, Кафедра Международных отношений и регионоведения, Научно-образовательный Центр НГТУ "Восток-Запад", УЦ «Институт Конфуция» НГТУ.

Цели и задачи конкурса:

- предоставить студентам возможность приобрести опыт устного выступления на восточном языке;
- выявить одаренных студентов для их дальнейшей поддержки;
- активизировать участие студентов в общеузовских мероприятиях;
- способствовать установлению дружественных связей и обмену опытом между преподавателями разных образовательных учреждений.

Структура и содержание конкурса:

конкурс проводится в онлайн-режиме на платформе ZOOM по трем уровням:

- *начинающие* – студенты 1-2 курсов, начавшие изучение восточного языка в вузе с нуля;
- *продолжающие* – студенты 2-3 курсов, продолжившие изучение восточного языка в вузе;
- *профессионалы* – студенты 4 курса, стажеры, магистры.

От одного образовательного учреждения (факультета) приглашаются участники в каждую языковую группу и уровень, а также сопровождающий преподаватель в жюри.

Требования к участникам конкурса:

- участник должен являться студентом (специалистом, бакалавром, магистром), изучающим восточный язык в вузе или в языковом (культурном, учебном, образовательном) Центре;
- заявки от изучающих восточный язык индивидуально, вне образовательного учреждения, не рассматриваются;
- изучаемый язык не должен быть родным языком участника;
- регистрация участников производится только через сайт конкурса согласно срокам, указанным в Информационном письме. Неполное предоставление данных является основанием для недопуска участника к конкурсу;
- ответственность за определение уровня выступающего лежит на ведущем языковом преподавателе и не может быть изменена в день конкурса. В случае явного несоответствия по общему решению членов жюри участник дисквалифицируется;
- замена неявившихся/заболевших участников в день конкурса не производится;
- оплата участия в конкурсе производится заблаговременно по безналичному расчету согласно указанным реквизитам на сайте конкурса.

Требования к выступлению:

- время выступления в группе начинающих – 3 мин., в группе продолжающих – 4 мин., в группе профессионалов – 5 мин. (превышение лимита времени не допускается – участник будет остановлен; недобор времени более чем на 15 с отмечается штрафными баллами);
- тема выступлений в группах начинающих и продолжающих свободная;
- тема выступления в группе профессионалов указывается в Информационном письме;
- содержание выступления должно отражать личный опыт и мнение участника и презентоваться впервые (при повторе содержания

выступления по общему решению членов жюри участник дисквалифицируется);

- использование зрительной опоры на текст во время выступления не допускается;
- выступление оценивается только при наличии видеокамеры и качественного звука;
- после выступления участник отвечает на два вопроса от членов жюри.

Состав жюри формируется оргкомитетом конкурса и включает в себя:

- представителей вуза-организатора (2 чел. – председатель жюри, исполнительный секретарь)
- носителей языка (компетентных специалистов, спонсоров), приглашаемых организаторами конкурса (2 чел.);
- преподавателей восточных языков образовательных учреждений - участников конкурса, распределенных на группы путем жеребьевки перед началом конкурса;
- результаты жеребьевки, как и результаты выступлений участников конкурса, обжалованию и пересмотру не подлежат.

Критерии оценки выступления:

- ясность, правильность и точность высказываний;
- глубина содержания выступления;
- оригинальность темы, наличие собственного видения проблемы;
- естественность в изложении материала (жесты, мимика, произношение);
- способность к отстаиванию своей точки зрения;
- соблюдение временного регламента;
- отсутствие ошибок (грамматических, лексических и др.) при ответах на вопросы жюри.

Победители и участники конкурса получают дипломы и сертификаты в электронном виде. Сборник текстов размещается в pdf-формате на сайте конкурса и входит в РИНЦ.

ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА УСТНОГО ВЫСТУПЛЕНИЯ

Подготовка публичного выступления

Уважаемые студенты, исходя из многолетнего опыта проведения конкурсов устных выступлений, мы предлагаем вашему вниманию несколько общих правил, которые помогут вам в подготовке устного выступления на китайском языке, которое складывается из умения подготовить речь и умения свободно держаться перед публикой, владеть голосом и мимикой.

Подготовка выступления.

Тему выступления надо выбирать тщательно, лучше остановиться на том, что хорошо знакомо и интересно лично. Сформулируйте основной тезис выступления, т.е. ответьте на вопрос, зачем говорить (цель) и о чем говорить (средства достижения цели). Необходимо решить: описывать ли предмет, разъяснять что-либо о предмете, оспаривать ли некую точку зрения или излагать новую версию. Определите тональность выступления: мажорная; шутливая; упрекающая; просительная; торжественная; предостерегающая. Оцените предполагаемую аудиторию: возраст, уровень заинтересованности в вашей теме, уровень осведомленности ит.д.

Этапы работы:

- подбор материалов, включающий яркие примеры «из жизни», из истории и литературы, которые будете использовать в выступлении;
- анализ проблемы, ситуации;
- формирование собственной позиции к проблеме;
- композиционно-логическое оформление речи;
- аргументация выводов;
- работа над языком и стилем выступления;
- репетиция выступления.

Структура выступления:

1. Вступление— 10-15% от общего времени;
2. Основная часть— 60-65%;
3. Заключение— 20-30%.

Вступление — важная часть, так как более всего запоминается слушателям. Оно включает: объяснение цели, название выступления с целью четкого определения его стержневой идеи.

Основная часть — всестороннее обоснование главной идеи. Некоторые варианты системного построения аргументации:

- проблемное изложение (выявление и анализ противоречий, путей их разрешения);
- хронологическое изложение;
- изложение от причин к следствиям (от частного - к общему);
- индуктивное изложение (от общего к частному).

Рассматриваются различные аспекты, способствующие лучшему осмыслению слушателями идеи. Предмет выступления должен раскрываться конкретно и стройно. Не надо пытаться «втиснуть» слишком много материала в ограниченное время.

Заключение — формулирование выводов, которые следуют из главной цели и основной идеи выступления. Закончить выступление можно решительным (эмоциональным) заявлением, подводящим итог выступлению.

Важные мелочи или уловки оратора

Фразы. Короткие фразы легче воспринимаются на слух, чем длинные. Лишь половина взрослых людей в состоянии понять фразу, содержащую более 13 слов. Необходимо избегать сложных предложений и оборотов.

Паузы — очень важный элемент выступления. Известно, что слова звучат убедительнее после мини-пауз. Не следует говорить без паузы дольше, чем 5,5сек.

Темпоритм. Самая благоприятная скорость для восприятия — приблизительно 100 слов в минуту.

Репетиция. Отшлифуйте фразы, интонацию, мимику перед зеркалом. Выступление не должно быть монотонным, поэтому следует менять тембр голоса, подчеркивая новые и важные мысли.

Одежда. Универсальное правило успешного публичного выступления — не допускать дисбаланса между тем, что вы говорите, и тем, как вы выглядите. Одежда и обувь не должны доставлять вам внутренний дискомфорт и отвлекать внимание аудитории.

Психологический настрой. При выходе к аудитории двигайтесь уверенно, не семените и не делайте суетливых движений. Не спешите сразу начинать выступление, сделайте паузу (5-7 секунд), чтобы подготовить себя психологически и настроить аудиторию на общение.

При сильном волнении сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов перед началом речи.

Контакт с аудиторией. Обведите взглядом всю аудиторию. Зафиксируйте для себя взглядом нескольких из присутствующих, которые станут зрительными точками опоры в вашем выступлении, затем начинайте говорить.

Приветствие. Представление может осуществляться без посредника или при помощи посредника.— Позвольте представиться!— Разрешите представиться! Далее выступающий называет свою фамилию, имя и отчество в именительном падеже, а также место учёбы.

Жесты и мимика дают человеку куда больше впечатлений, чем всё, что вы произносите. Во время публичного выступления не застывайте, будто памятник, двигайтесь естественно. Нужно показать себя живым и энергичным. Примите открытую позу и, время от времени, демонстрируйте улыбку.

Аудитория. Учитывайте культурные, национальные, религиозные и прочие особенности аудитории. Также с большой осторожностью нужно использовать шутки на национальную или религиозную тематику.

Эмоциональность. Бесстрастная и вялая речь не вызывает отклика в сердцах слушателей, какой бы интересной и важной темы она не казалась. И, наоборот, иной раз даже не совсем складное выступление затронет аудиторию, если оратор говорит о накипевшем на душе, если аудитория поверит в искренность выступающего.

Последний акцент — прощание. Завершая речь, необходимо посмотреть в глаза слушателям и сказать что-нибудь приятное, продемонстрировав свое удовлетворение от общения с аудиторией. Такой позитивный информационный импульс в финале останется в памяти людей, в их восприятии вашего публичного выступления.

**Директор УЦ НГТУ «Институт Конфуция»
Хрипунов Игорь Геннадьевич**

발표를 잘하는 방법

말하기 대회는 주제도 중요한 만큼 언어 유창성과 정확성도 평가됩니다. 그래서 여기서 발표 준비를 잘하는 방법 몇 가지를 살펴보고자 합니다.

우선, 자기가 발표하는 것을 녹음해서 들어 보는 것이 좋습니다. 그래야 발음이나 억양이 잘 안되는 부분을 쉽게 찾아서 고칠 수 있습니다. 발음이 어려운 부분은 집중적으로 소리를 내면서 반복해서 연습하는 것이 중요합니다.

두 번째는, 발표할 때 자기도 모르게 흔들면서 말하는 사람이 있는데 이점도 주의해야 합니다. 그래서 거울을 보면서 계속 연습하거나 비디오를 녹음해서 보는 방법도 나쁘지 않습니다. 몸을 흔들지 않고 바른 자세로 하는 것이 보는 사람에게 더 좋은 인상을 줄 수 있습니다. 그리고 발표할 때 다른 곳을 보면서 발표를 하면 기계적으로 외운 느낌이 들 수 있기 때문에 심사하는 사람들의 눈을 보고 발표하는 것이 바람직합니다.

세 번째는, 연습을 많이 했음에도 불구하고 대회에 나가서 말할 때 깜빡 잊는 실수는 자주 생기죠. 이런 실수를 좀 덜하려면 단어를 외우는 것보다 머릿속에 장면을 스케치하는 것이 효과적입니다. 그러면 발표를 할 때 그 스케치한 장면을 떠올리면서 발표하면 깜빡 잊을 환율을 줄일 수 있는 법이죠.

그리고 마지막으로 조언하고 싶은 말은 발표를 하면서 긴장하지 말고 즐기라는 말입니다. 준비를 열심히 했는데 긴장해서 제대로 못한 경우가 아쉽고 무엇보다도 좋은 추억을 쌓이는 것이 가장 중요하지요.

김화옥 및 유리나탈리아 한국어 선생님

Секреты хорошего выступления

На конкурсе устных выступлений важна не только тема, но оценивается и то, насколько свободно и точно вы умеете владеть языком. Поэтому мы хотели бы рассмотреть несколько способов, как подготовить хорошее выступление.

Во-первых, попробуйте записать на диктофон текст своего выступления и послушать его. Только так вы с легкостью сможете

найти места, где у вас есть проблемы с произношением или интонацией и исправить их. Очень важно проговаривать вслух текст выступления, особенно сложные места.

Во-вторых, часто во время выступления люди начинают покачиваться или чрезмерно жестикулировать, сами того не замечая. Поэтому постарайтесь отрепетировать свое выступление перед зеркалом или записать на видео. Правильная визуальная подача и отсутствие лишних движений позволят вам произвести более хорошее впечатление на зрителей. И помните, что во время выступления смотреть в сторону, так как это может выглядеть, словно вы читаете механически заученный текст. Желательно во время выступления смотреть в глаза судьям.

В-третьих, несмотря на то, что участники обычно много готовятся к выступлению, выйдя на сцену, они забывают какую-нибудь часть своей речи. Для того чтобы избежать такой неприятности, постарайтесь не заучивать слова, а нарисовать в своей голове образы. Если во время выступления вы будете вспоминать их, то вероятность того, что вы что-то забудете, будет меньше.

И последнее, что бы мы хотели посоветовать: старайтесь не нервничать, а получать удовольствие от выступления. Потому что важнее всего сохранить хорошие воспоминания.

**Преподаватели корейского языка кафедры МОиР НГТУ
Ким Хва Ок и Наталья Юрина**

よりよいスピーチを目指して

「いいスピーチ」とはどんなスピーチでしょうか。その答えはすぐに答えられるものではありません。私は、工科大学に勤務している間、たくさんの原稿の指導、ロシア各地のいろいろなスピーチ大会での審査員、質問員をやらせていただきました。原稿のチェックをしているとき、正しい文法、整った構成、難しい語彙や表現、慣用句などが使われた原稿をよく目にしました。

「まるで魔法のようなできごとが起こったのです!」という文があります。この文だけ見たら、文法、表現には間違いがなく、テストだったら、100点です。しかし、スピーチでは、100点はあげられません。スピーチを聞いている人たちは、「魔法のようなできごと」の具体的な内容を聞きたいと思っています。

Aさんの例を挙げます。Aさんは、運動が苦手です。逆立ちができません。毎日、逆立ちの練習を一生懸命していました。でも、できませんでした。何日も何日も練習した後、やっと逆立ちができるようになりました。その瞬間に、虹が出ました。Aさんにとっては、「魔法のようなできごと」が起こったのかもしれませんが。このAさんのエピソードをスピーチの中で、「まるで魔法のようなできごとが起こったのです!」という一文で表しても、Aさんの努力、感じたことなどが聞いている人には、全く伝わりません。虹が出たことが魔法のようなできごとだったのでしょうか。逆立ちができたことが魔法のようなできごとだったのでしょうか。聞いている人にはわかりません。Aさんは、どうして逆立ちをしたかったのか、逆立ちができるようになるために、どんな努力をして、どんな気持ちを持っていたのか、そして、逆立ちができたあとに、虹を見て、どんな気持ちになったのか、そこから何を学んだかなど、Aさんの気持ちを率直にスピーチで伝えることができたら、聞いている人は皆、Aさんのスピーチに関心を持ちます。身近なできごとの感動を人に伝えるために、「着飾ったことば」は必要ありません。簡単なことば、短い文で伝わります。

スピーチ大会で、賞をとるために、テーマを探してスピーチをするわけではありません。スピーチ大会は、自分の日常生活の中で起こ

ったできごと、感動、主張を伝えるためのものです。インターネットや文献からとった考えや表現、ことばなどがスピーチの原稿によく書かれています。それらがどんなに完璧で美しいものであっても、スピーチを聞いている人に自分の感動、主張を伝えることはできないし、伝わりません。

聞いている人にうなずいてもらえるスピーチをするためには、日々のちょっとしたできごと、感じたことなどをメモしておくことも必要です。毎日、一つずつ小さなできごとをメモするだけで、1年間で365個のテーマを持つことになります。「間違いのない完璧な文」よりも、もっと価値のある「たからもの」です。学生のみならず、自分が持っている感覚を大事にして、「伝える・伝わるスピーチ」にどんどん挑戦していきましょう！

日露青年交流センター 派遣教師
池田 亜季子

Как подготовить хорошее выступление

Какое выступление можно назвать хорошим? Так просто не ответить на этот вопрос. Пока я работала в Новосибирском государственном техническом университете, мне неоднократно приходилось руководить подготовкой устных выступлений студентов к различным конкурсам, быть в составе жюри или задавать вопросы выступающим. Во время проверки текстов выступлений я часто видела тексты с правильной грамматикой, соответствующей структурой, со сложными словами и выражениями, идиоматическими фразами и т.д.

Как-то раз мне встретилась фраза: «Это было как чудо!» Если смотреть только на эту фразу, то с точки зрения грамматики и подбора слов – все правильно. Если бы такое предложение было в тестовом задании, за него можно было бы дать 100 баллов. Однако в устном выступлении за это 100 баллов не получишь. Потому, что люди, которые слушают такую речь, хотят понять более конкретно – что же такое волшебное случилось?

Еще один пример. Некий господин А не силен в спорте – на голове стоять не может. Он каждый день из всех сил тренировался. Однако

ничего не получалось. Наконец, после многодневных тренировок он научился стоять на голове. И в этот миг появилась радуга. Возможно, что для господина А, это – чудо! Если господин А будет описывать этот эпизод в своем выступлении и использует фразу: «Это было как чудо!», то люди, которые его слушают, совершенно не поймут – ни сколько усилий, ни сколько переживаний стоило это событие господину А. Может быть, чудом явилась радуга? Или то, что он, наконец, научился стоять на голове? Тем, кто его слушает, это непонятно. Почему господин А хотел научиться стоять на голове, что он делал для этого, какие испытывал эмоции? И потом, когда он научился и вдруг увидел радугу – как изменилось его настроение, какой урок он извлек из этого? Если бы господин А смог искренне передать свое настроение в выступлении, то все, кто бы его слушал, проявили настоящий интерес к его речи. Чтобы передать другим людям то сильное впечатление, которое произвели на тебя личностные события, красивые слова не нужны! Это можно передать простыми и понятными словами, и даже короткими предложениями.

На конкурсе устных выступлений, чтобы победить, не нужно искать какую-то тему и писать на нее текст. Нужно просто суметь передать слушателям свои впечатления и убеждения по поводу обычных событий из вашей жизни. Выступающие часто используют мнения и информацию из интернета или других источников. Но как бы совершенны и красивы не были эти выражения, они не смогут передать слушателям ваши чувства и убеждения.

Чтобы подготовить выступление, в котором слушатели будут кивать вам головой, необходимо запоминать или записывать ежедневные незначительные события или ваши ощущения. Каждый день, записывая всего лишь по одному небольшому происшествию, за год вы наберете 365 тем для своего выступления. И эти ваши «сокровища» будут цениться больше безошибочных и безукоризненных фраз!

Уважаемые студенты, цените свои личные ощущения, и попробуйте их передать в устном выступлении!

**Приглашенный преподаватель Японо-российского Центра
молодежных обменов г. Токио
Икеда Акико**

КИТАЙСКИЙ ЯЗЫК



УЧАСТНИКИ КОНКУРСА

Группа начинающих:

1. Семенова Диана, г. Новосибирск, НГТУ
2. Тимошенко Татьяна, г. Новосибирск, СГУПС (*1 место*)
3. Шурхаева Юлия, г. Новосибирск, НГТУ

Семенова Диана, г. Новосибирск, Новосибирский государственный технический университет, 1 курс.

我的宠物

大家好！我叫黛安娜。我是新西伯利亚国立技术大学的学生。我是一年级的学生。我学习中国区域学。学习汉语差不多半年。

我想给你们介绍我的宠物。我很喜欢动物。我有一只狗。它是九岁，也叫丸子。我朋友们叫他“可爱的友动物”。它喜欢吃，遛和歇。我们天天遛啊。我们喜欢玩儿和玩得开心。我喜欢跟它一起玩儿。它爱吃苹果。它喜欢和其它狗一玩儿。我的狗很乖和聪明，但是有时候玩耍。它有柔软的皮毛和棕色的眼睛。它很可爱，也很好看。我照顾它。它总是在我旁边。它是甲天下！

Мой домашний питомец

Всем привет! Меня зовут Диана. Я студентка Новосибирского государственного технического университета. Я изучаю регионоведение Китая. Китайский язык изучаю полгода.

Я хочу рассказать вам про своего питомца. Я очень люблю животных. У меня есть собака, ему девять лет. Его зовут Фрикаделька. Мои друзья называют его «милым дружком». Он любит есть, гулять и отдыхать. Ему нравится есть яблоки. Мы гуляем вместе каждый день. Мы играем и веселимся. Мне нравится гулять с ним. Он любит играть с другими собаками. Моя собака очень воспитана и умна, однако иногда любит забавляться. У него мягкая шерсть и карие глаза. Он очень милый и очень красивый. Я забочусь о нем. Он всегда рядом. Он самый лучший в мире!

Тимошенко Татьяна, г. Новосибирск, Сибирский
государственный университет путей сообщения, 1 курс.

学生们学习汉语时的发音问题

进入大学后,我开始学习中文。像许多学生一样,我也面临着发音问题。

我认为学习发音是外语的基础,尤其是中文的基础。学生对发音的掌握程度决定了他对语法和词汇的进一步掌握。

人们使用拼音来记录汉字。外国学生必须学习拼音。在拼音中,所有的音节都可以分解为:声母和韵母。声母这是音节的前一部分,韵母这是后一部分。(总共有 21 个声母和 36 个韵母。)拼音使用拉丁字母,但它们的阅读方式与我们习惯的方式有所不同。

这些组合是有限的(421)。中文存在音调。音调是某些音节在发音时声音高度的某些提高或降低,具有与声音本身相同的意义功能。

中文的这种特征表现在四个声调中和第五个声调-轻声,不仅给学生们在学习之初带来了巨大的困难,而且给他们的心理带来了影响,即令人生畏。

在音调或音节发音不正确的情况下,会出现滑稽的发音情况,例如:例如:剧院[jùyuàn]变成妓院[jìyuàn],问你[wènnǐ]变成吻你[wěnnǐ]。

如果我们比较俄语和中文,则可以发现它们的主要区别:音节的结构不同,中文音调的存在,以及中文的音的各种发音特征,如轻声,发音器官的强烈张力等。

个别音的发音错误可能是由多种原因引起的。最常见的是俄语中缺乏特定的中文声音,只有相似的声音,因此才将中文的声音替换为俄语的声音。例如中国的辅音分别类似于俄语的[u], [ɲ]和[ɽ],但是与俄语的声音不同,它们包含轻声。汉语音[ch] (如陈 chén—姓氏陈)与俄语[ch]的区别不仅在于声调,还在于汉语[ch]是硬的,而俄语[ç]是软的。给说俄语的学生们造成了困难。

由于无法清晰地发音,也无法用耳朵分辨它们,因此,学生在听不同的单词时,往往既会发出相同的音,又会感到困惑,特别是当单词的音调相同时。

元音[ü]对于俄语学生来说,在读声母的音节时,会造成困难(例如:鱼 yú、曰 yuē等)。

因为[o]这个音在俄语中不单独出现，只会与软辅音一起出现，例如：单词“тюль”。由于这个音的不寻常发音，俄语学生经常错误地把它读成通常的组合音[yu]（例如，俄语单词“юла”）

俄罗斯学生在掌握中文语音方面最常见的错误类型是个别音的发音错误，音调错误，音长、发音清晰度和重音有关的错误。

应当指出，习惯性的发音错误很难纠正。

我认为模仿老师的发音（录音）是提高发音的有效方法。此外，多次重复练习有助于提高发音技巧。在早期阶段，你需要更多的口语练习和老师对你发音调整。

我想把中国话说得漂亮、干净，就像著名的加拿大大山一样，但是到目前为止，我还不是很擅长。希望得到准确的发音。

Проблемы произношения при изучении китайского языка у студентов

Поступив в университет, я занялась изучением китайского языка. Как и многие студенты, я столкнулась с проблемой произношения.

Считаю, что изучение фонетики – это основа иностранного языка, и особенно китайского. То, насколько хорошо или плохо студент овладел фонетикой, определяет его дальнейшее овладение грамматикой и лексикой.

Китайские иероглифы записываются в системе пиньинь. Изучение пиньинь обязательно для студентов-иностранцев. Все китайские слоги можно разбить на инициали – первая часть слога и финали – завершающая часть. Всего 21 инициаль и 36 финаль. В пиньинь используют буквы латинского алфавита, но чтение их отличается от привычного нам.

Сочетания эти ограничены (421). И в китайском языке существуют тоны. Тоны – это определенные повышения или понижения высоты голоса во время произнесения тех или иных слогов, выполняющие такую же смысловозначительную функцию, как и сами произносимые звуки.

Такая особенность китайского языка как наличие четырех тонов и пятого – нейтрального не только представляют огромные трудности для учащихся в начале обучения, но и оказывает воздействие на их психику, то есть пугает.

В тех случаях, когда тон или слог произносятся неправильно, возникают комические речевые ситуации, например: 剧院 [jùyuàn] (театр) превращается в 妓院 [jìyuàn] (публичный дом), а 问你 [wènnǐ] (Позволь тебя спросить) — в 吻你 [wěnnǐ] (Целую тебя).

Если сравнить русский и китайский языки, то можно выявить их основные отличия: различная структура слога, наличие тонов в китайском языке, а также различные артикуляционные особенности звуков китайской речи, такие как: придыхание, сильная напряженность органов речевого аппарата и т. д.

Ошибки в произношении отдельных звуков могут вызываться рядом причин. Наиболее распространенная – это отсутствие в русском языке конкретного звука китайского языка при наличии схожего по звучанию, по причине чего происходит замена китайского звука на русский звук. Например, китайские согласные [c], [p], [t] (как в словах 草 cǎo – «трава», 旁 páng – «возле», «рядом», 天 tiān – «небо») и т. п. схожи с русскими [ц], [п] и [т] соответственно, однако, в отличие от русских звуков, в них присутствует *придыхание*. Китайский звук [ch] (как в слове 陈 chén – фамилия Чэнь) отличается от русского [ч] не только наличием придыхания, но и тем, что китайский [ch] – твердый, тогда как русский [ч] – мягкий. Все это вызывает затруднения у русскоговорящих студентов

В результате неумения четко произносить данные звуки, а также различать их на слух, обучающиеся зачастую могут как произносить разные слова одинаково, так и путать их при восприятии речи на слух, особенно часто это происходит при наличии у слов одинаковых тонов.

Гласный [ü] вызывает трудности у русскоязычных студентов при произнесении слогов с нулевой инициальной (например, в таких словах как 鱼 yú – «рыба», 说 shuō – «говорить», «изрекать» и т. п.), так как звук [ü] не встречается в русском языке в изолированной позиции, а встречается лишь в сочетаниях с мягкими согласными, например, в слове «тюль». В результате непривычности артикуляции данного звука русскоязычные студенты часто ошибочно произносят вместо него привычное сочетание звуков [yu] (как, например, в русском слове «юла»)

Наиболее распространенными типами ошибок, допускаемых русскими студентами при освоении фонетики китайского языка, являются ошибки в произношении отдельных звуков, ошибки в произнесении тонов и ошибки, связанные с длиной тона, четкостью его произнесения и ударением.

Следует обратить внимание на то, что вошедшее в привычку неправильное произношение чрезвычайно трудно корректировать.

По нашему мнению, эффективной методикой улучшения произношения является подражание произношению преподавателя (аудиозаписи); кроме того, многократные повторения способствуют овладению произносительными навыками. Необходимо больше разговорной практики и чуткий контроль преподавателя на первых этапах.

Мне хочется говорить на китайском красиво и чисто, например, как известный во всем Китае канадец Генри Роузвелл, пока что у меня получается не очень хорошо. Но я не теряю надежды, что смогу добиться хорошего произношения.

Шурхаева Юлия, г. Новосибирск, Новосибирский государственный университет, 1 курс.

网友

大家好! 我叫茱莉亚。我是一年级的学生。我想给你们介绍我妈妈的网友。她叫列娜。早年时期, 她们一个起住在俄罗斯。结婚以后, 列娜去住德国。我妈妈和列娜俩很亲近。她们有不同的兴趣, 但是她们两个人的互补性。她们知音互相帮助, 也切磋。虽然距离很长, 但是她们不断地说话。她们同过文字和视频联系。但尽管如此, 她彼此想念。因此她们去拜访对方。两年前, 我的家人新年时去列娜的家。明年, 情正好相反。检疫以后我们一起都去国外旅游。我很喜欢我妈妈有这么诚恳的朋友。希望将来我跟我朋友有一样的好关系。最后我想说, 现在距离不是一个大问题。关于网络你可以在世界各地有朋友和熟人。

Интернет-друг

Всем здравствуйте! Меня зовут Юлия. Я студентка первого курса. Я хочу вам рассказать про интернет-подругу моей мамы. Её зовут Лена.

Раньше они вместе жили в России. После свадебной церемонии, Лена уехала в Германию.

Моя мама и Лена очень близки. Несмотря на то, что у них разные интересы, они взаимно дополняют друг друга. Они постоянно помогают друг другу и учатся друг у друга. Несмотря на расстояние, они постоянно общаются. Для этого они используют смс и видеозвонки. Однако они всё равно скучают друг по другу и поэтому зовут друг друга в гости.

Так, 2 года назад я и моя семья ездила в гости к семье Лены, а потом наоборот. После карантина мы планируем поездку на отдых все вместе. Мне очень нравится, что у моей мамы есть такая подруга. Я надеюсь, что у меня в будущем будут такие же близкие отношения с подругой, как у моей мамы. В конце хотелось сказать, что в сегодняшнем мире расстояние - не проблема. Вы можете иметь друзей по всему миру.

Группа продолжающих 1:

1. Долиновская Евгения, г. Новосибирск, НГТУ (1 место)
2. Завьялова Лина, г. Томск, НИУ ТГУ
3. Ильминская Наталья, г. Новосибирск, НГТУ (3 место)
4. Кязимова Солмаз, г. Новосибирск, НГПУ (ФИЯ)
5. Ончукова Ксения, г. Новосибирск, НГТУ
6. Сатеева Екатерина, г. Новосибирск, НИУ НГУ (2 место)
7. Черепанова Александра, г. Новосибирск, НГТУ

Долиновская Евгения, г. Новосибирск, Новосибирский государственный технический университет, 2 курс.

大学生烦恼什么？

大学生是什么人？虽然不是孩子了，但他们也还不是成年人。这是一群离开了父母的照料，开始了自己的生活的人。在学习期间，学生总是需要朋友和家人的支持，因为他们经常不知道毕业后做什么样的工作。尽管所有学生的生活情况和个人机遇都不同，但他们有着非常相似的问题。

最常见的问题是怎么通过困难的考试。考试是学生实践《孙子兵法》的时候：为了欺骗老师，他们准备各种各样的小抄和诀窍，从纸上的笔记，到微型耳机。对于那些不喜欢他们专业的学生来说，学习特别困难，对于那些在父母的坚持下进入学校的学生来说学习更是难上加难。

另一个重要的问题是如何一边学习，一边打工，一边跟朋友和爱人保持联系。人人皆知，学生们都想要快点儿独立，不依靠父母，所以一些人要打工，做服务员或者快递员。因为学生常常没有时间，睡眠不足，所以他们变得很焦虑。不过周末的时候学生们从不会厌倦聚会。许多年轻人就是在做学生的时候建立了恋爱关系，然后结婚。

未来毕业生的另一个问题是如何找到一份有趣的工作，马上有稳定的高工资、一个友好的团队、一个公平的老板。大多数学生害怕在他们不喜欢的工作上浪费时间，一事无成。因此，学习时，最重要的不仅是决定未来的行业，而且需要开始发展必要的技能。

听说，学生生活是一生中最好的几年，我同意这种看法，因为这是一个人最有力量和可能表现自己的时候。虽然大学生常常没有钱和时间，但是他们总是愿意聚会，玩得开心。最重要的是要学习你感兴趣的东西，为了以后在工作上成为一名真正的内行。

О чем переживает студент?

Кто такой студент? Это уже не ребенок, но и не совсем взрослый. Это человек, вырвавшийся из-под родительской опеки и начавший строить свою жизнь. Во время учебы студенту всегда нужна поддержка друзей и близких, потому что он редко бывает уверен, кем станет работать после выпускного. Хотя у всех студентов разные жизненные ситуации и личные возможности, у них очень похожие проблемы.

Самый популярный вопрос - это как хорошо сдать сложный экзамен. Экзамены - это время, когда студенты применяют на практике учение Сунь-цзы: у них готов целый запас всяческих шпаргалок и уловок для преподавателя, начиная с заметок на бумажках и заканчивая микронаушниками. Особенно трудно приходится тем студентам, которым не нравится их специализация, но еще тяжелее тем, кто поступал по настоянию родителей.

Другой важный вопрос - как совмещать учебу с подработкой, встречами с друзьями и любимыми. Не секрет, что студентам хочется поскорее стать независимыми от родителей, поэтому некоторые подрабатывают официантами или курьерами. Часто из-за недостатка времени студенты мало спят и из-за этого становятся нервными, однако на выходных они никогда не устают от вечеринок. Многие молодые люди именно в студенческое время вступают в романтические отношения и женятся.

Еще одна проблема будущих выпускников - это как найти интересную работу, чтобы была и стабильная хорошая зарплата, и дружный коллектив, и справедливое начальство. Многие студенты боятся попусту потратить время на нелюбимой работе, так ничего и не добившись. Поэтому во время учебы очень важно определиться с будущей сферой деятельности и начать развивать нужные навыки.

Говорят, студенчество - это лучшие годы в жизни, и я согласна с этим, потому что это время, когда у человека больше всего сил и возможностей проявить себя. Хотя у студентов часто мало денег и

времени, у них всегда есть настроение собираться вместе и веселиться. Самое главное - это учиться тому, что тебе интересно, чтобы стать настоящим профессионалом своего дела.

Завьялова Лина, г. Томск, НИУ Томский государственный университет, 2 курс.

文化的影响

大家好！你们都一定知道现在愿意学中文的人越来越多。每个人有自己的原因为什么他要学外语。其实很多人的看法很像。有的要找到理想的工作，有的要留在中国定居下来因为他们的国家不适合要求，有的想学汉语因为语言可以帮助他们了解一种文化。这个方面很有意思。我们的意见基本上一致。我觉得这种情况就是文化事业的影响。

我认为外国人对中国文化很感兴趣。一来，中国文化不仅是古典的，而且是现代的。二来，中国现代音乐经常好像西方的。流行的音乐或者饶舌听起来很酷。三来，现在中国电影又有意思又美观。例如，《陈情令》是一个有名的网络剧介绍好美古代的世界。很多人喜欢这部电影里的衣服、非常美的风景、特别好的建筑、人物的礼节。所以他们开始一边看中国视频或者听音乐，一边读英文字母。后来大部分为了解这些内容开始学汉语。

拿我来说，我也是这样的人。本来我迷上了韩国音乐，以后觉得中国的也不错。那时候我已经认识了很多有名的歌手。比如，王一博、肖战或者吴亦凡。除了我，还有更多学中文的粉丝。

我发现对发展文化新贡献的影响很大。知识越多，中国的外貌越好，所以很多留学生飞到中国读书。学习的时候，他们花钱买东西，旅行中国地方，还付房租。说实话，现在中国发展得特别好，这种情况也影响其他的国家。对我来说，命运总是掌握在自己手中，我希望将来我有一个机会上中国大学学语言。为实现梦想，我还要努力地学习。谢谢大家，我说完了。

Влияние культуры

Добрый день всем! Вы все определенно знаете, что сейчас все больше и больше людей хотят изучать китайский язык. У каждого

человека есть свои причины, почему ему стоит учить иностранный язык. На самом деле взгляды многих очень схожи. Некоторые люди стремятся найти идеальную работу, некоторые - остаться жить в Китае, так как страна проживания не подходит под их критерии, некоторые же хотят учить китайский язык, так как он может помочь понять культуру. Данный аспект очень интересен, мои мнения с этими людьми в основном схожи. Я считаю, что эта ситуация - следствие политики “дела культуры”.

Я думаю, что многим иностранцам интересна культура Китая. Во-первых, она не только традиционна, но и современна. Во-вторых, современная китайская музыка часто схожа с западной, поп-музыка или рэп кажутся очень крутыми для иностранцев. В-третьих, сейчас китайские фильмы не только интересны, но и визуально привлекательны.

Например, возьмем известную драму “Неукротимый: Повелитель Чэньцин”, в котором показывается прекрасный древний мир. Одежда, красивые пейзажи, прекрасная архитектура, этикет героев - все это привлекает зрителей. Поэтому иностранцы начинают слушать музыку или смотреть сериалы, параллельно читая субтитры. Впоследствии большая часть может начать учить язык, чтобы лучше понять содержание фильмов или же песен.

К примеру, так сделала и я. Сначала я слушала корейскую музыку, потом начала интересоваться китайской. К тому времени я знала многих китайских артистов, например Ван Ибо, Сяо Чжэня или У Ифаня. Помимо меня, есть еще большее количество фанатов, которые так же начали изучать китайский язык.

Я думаю, что влияние нового вклада в развитие культуры очень значимо. Чем больше людей знают о Китае, тем сильнее увеличивается его влияние, тем самым увеличивается число людей, которые готовы отправиться в Китай на учебу. Во время учебы они будут тратить деньги на продукты, путешествия, съем жилья именно в Китае. Это государство сейчас очень быстро развивается, влияя на другие страны.

Говоря про меня, я надеюсь, что в будущем смогу изучать иностранные языки в Китае. Наша судьба всегда в наших руках, а для воплощения моих мечтаний мне еще нужно упорно учиться.

**Ильминская Наталья, г. Новосибирск, Новосибирский
государственный университет, 2 курс.**

我在网上路上与中国人聊天的感想

我每天都在跟中国人聊天。因为我觉得这是个能练习汉语的方法，也是跟其他人交朋友的机会。

是中国人认识俄罗斯人的方式往往都一样。当你一说你是俄罗斯人的时候，他们马上就开始问你一大堆问题：《你们很冷，对不对？》，《你们是不是没有夏天？》还有人开始用俄文陪中国玩。虽然可以看到观看对俄罗斯的兴趣，当然很开心。

我巨大的中国人一开始，以为我是来自莫斯科，以为所有的俄罗斯人都住在莫斯科。而且我还认识过养相信养人的俄罗斯熊一样的中国人。

和中国人聊天时我最喜欢的是当中国人看到我说《我喜欢吃饭。》，他们就很高兴很热情的回答说《你的中文很好！》。因为他们这样讲，完全可以认为中文不难学。如果在课堂上老师也这样讲就好了！

我很喜欢跟中国人聊食物。我觉得中国的饭菜确实很好吃。但是我给中国人看俄罗斯饭菜的时候，他们都不是很喜欢。老实说，我想不太吃野味的中国人会那么怕我外婆做的肉冻。

中国人是一个有趣的民族，但是他们有一个朋友想要自己。比较私人的问题，比如《你几岁？》，《你多重？》。

中国人很友好，也非常乐于助人！他们常常帮我学汉语，回答我问笨拙的问题，他们真的很感谢他们！

Мои впечатления от общения с китайцами в интернете

Каждый день я разговариваю с китайцами, так как я считаю, что это замечательная возможность практики китайского языка и знакомства с новыми людьми.

Что примечательно, знакомство с китайцами всегда происходит одинаково. Как только ты говоришь, что ты из России, на тебя сразу сыпется большое количество сообщений с вопросами: «У вас там очень холодно, да?», «У вас там правда - нет лета?», а также китайцы начинают пытаться поговорить с тобой по-русски. Но, конечно, очень приятно видеть, что иностранцы интересуются Россией.

Большинство моих знакомых китайцев поначалу думали, что я из Москвы, и что вообще все русские там живут. Более того, мне встречались китайцы, которые искренне верили в то, что русские держат дома медведей как кошек и собак.

Мои самые любимые моменты в общении с китайцами, это когда на мои предложения, типа «我喜歡吃飯。», они очень удивленно и восторженно реагируют: «你的中文很好!». После такого можно подумать, что китайский язык и вовсе несложный. Вот бы так на занятиях по китайскому языку в университете!

Мне действительно нравится разговаривать с китайцами о еде. Я думаю, что китайские блюда очень вкусные. Однако когда я показываю китайцам русскую еду, им не очень нравится. Если честно, я бы никогда не подумала, что китайцы, которые едят экзотическую еду, так испугаются холодца, который приготовила моя бабушка.

Китайцы — очень интересный народ. Но у них есть одна особенность. Это своего рода парадокс. После продолжительного общения с ними, даже, когда вы стали хорошими близкими друзьями, им очень тяжело делиться своими чувствами. Однако при знакомстве они совсем не стесняются задавать довольно личные вопросы, например, «Сколько тебе лет?», «Сколько ты вешишь?».

Китайцы очень добрые и отзывчивые люди! Они все часто помогают мне с китайским языком, отвечают на все мои глупые вопросы и терпят мой плохой китайский язык. Большое им спасибо за это!

Кязимова Солмаз, г. Новосибирск, Новосибирский государственный педагогический университет (ФИЯ), 2 курс.

我的爱

尊敬的各位评委老师, 亲爱的朋友们: 大家好! 我是索尼娅。今天我演讲的题目是《我的爱》。各位朋友们, 我想问大家一个问题: 爱是什么?

听到这个有魔力的词之后, 可能你会觉得我指的是男女之间的爱情, 或是母爱。然而, 对我来说, 爱远不止这些。

我一听到“爱”就会想到我最感兴趣的事儿, 就是学习汉语。于我而言, 汉语像是天使的歌声, 那么迷人。

中国有句老话说得好，“兴趣是最好的老师”对此，我深以为然。感谢中文，让我在成长的道路上越走越远。语言是一个人心灵的反映，学习汉语让我们爱上中国，中国人的思想，美食以及整个中国文化。两年前我开始学习汉语，那时我懂得还不多，我只会说 1、2、3，你好，谢谢，再见这样简单的词语。但随着知识的增长，我对汉语的爱也愈加浓厚。我的家人都笑着叫我中国人。我天天和我的家人说汉语，说‘你好’，‘早上好’，‘谢谢’，‘再见’，我会为家人做中国美食，我会包中国饺子，我会画中国的彩妆……在我的影响下，我的家人也开始说汉语了。就连我爸爸那么严肃的人都会对我说‘早上好’，对我的中国朋友说‘你好’。感觉汉语不仅是我的专业，也是我的兴趣所在。

最后我想说，我有一个梦想：我希望将来能去中国。我会为我的汉语梦继续奋斗。其实中文已经成为我们的第二母语，今天的演讲将会是我最温暖的回忆，在这一天，我与同道中人分享自己的内心感受。

你们来说，爱是什么呢？

Моя любовь

Дорогие друзья, хочу задать вам один вопрос: что такое любовь? Возможно, когда вы услышите это волшебное слово, вашей первой реакцией будет ассоциация - любовь между мужчиной и женщиной, а возможно и материнская любовь.

Однако всё совсем иначе для меня. Когда я слышу слово «любовь», мне представляется любимое дело - изучение китайского языка. Китайский - это не просто волшебный язык, это язык пения ангелов, настолько он очарователен!

Есть старая китайская поговорка, с которой я полностью согласна: «Интерес - лучший учитель». Благодарю китайский язык, который позволил мне идти по пути развития всё дальше и дальше.

Язык - это отражение души его народа, изучение китайского языка заставляет влюбляться в Китай, китайский менталитет, кухню и всю китайскую культуру в целом.

Я начала учить китайский два года назад. В то время я мало знала. Я могла сказать только такие простые слова как: «1, 2, 3,» «привет», «спасибо» и «до свидания». Но с увеличением знаний и моя любовь к

китайскому языку стала сильнее. Моя семья, улыбаясь, зовёт меня китайкой. Каждый день, разговаривая со своей семьей, я говорю по-китайски «привет», «доброе утро», «спасибо» и «до свидания». Я научилась готовить блюда китайской кухни – делаю это для всей своей семьи, умею лепить китайские пельмени, и даже освоила китайский макияж.

Под моим влиянием моя семья тоже начала говорить по-китайски. Даже мой папа - взрослый и серьёзный мужчина, говорит мне по утрам «Доброе утро» а моим китайским друзьям - «привет». Я чувствую, что китайский - это не просто моя специальность, это и источник моего интереса.

Напоследок хочу сказать, что у меня есть мечта: в будущем я хочу поехать в Китай. Я буду бороться за свою «китайскую» мечту. Ведь китайский стал для меня практически вторым родным языком. Сегодняшнее выступление будет моим самым теплым воспоминанием. Днём, когда я открыла свою душу единомышленникам. А что для вас есть любовь?

Ончукова Ксения, г. Новосибирск, Новосибирский государственный технический университет, 1 курс.

为什么我对中国文化感兴趣？

中国是世界上最早开化的古文明国之一，在那里历史与文化紧密地交织在一起。中国的绘画独具匠心盖世无双。而书法既是一种语言又是一种艺术，同时也是一部汉字的史诗。中国有十分有趣的古老建筑风格，它们中有令人震撼的庙宇，也有独具特色的园林设计。民风文学美术以及有趣的书法艺术，这一切都是独一无二的。中国人的思维方式跟俄罗斯人的不太一样，所以这引起了我的注意。中国人比起关心自己，他们更关心国家，他们做的一切都是为了利国利民。除此之外中国的经济还大福增长，这个国家变成了经济巨头。这首先要感谢他们的勤劳和运用高科技，而从书法方面来看，如果我们带着好奇心深入观察，我们会发现，书法会影响绘画技巧，中国在写书法的时候是一笔画到底不会中断，所以中国的绘画不会与西方混淆。此外中国人能看到事物的本质，因此他们可以准确地表达这个本质。中国文化也

很独特，比如红色这个颜色在俄罗斯会联想到血液和危险，而红色在中国是欢乐的象征，是成功的象征，因每逢节日，常常在街上看到红色的装饰。北外婚纱也是红色的，很多寺庙也是红色的，这显示着国家的繁荣和它的财富。因为中国人和这个国家是这样的独具匠心，所以我才想探索他们的文化和语言，更何况我们早就被深厚的友谊联系在一起了。

Почему меня привлекает культура Китая?

Китай – это древнее государство, в котором тесно переплелись история и культура народа. Очень своеобразна их живопись, её ни с чем не спутаешь. А каллиграфия – это и язык, и искусство, одновременно один символ - целая поэма.

У китайцев очень интересная древняя архитектура, какие у них потрясающие храмы, а какой особенный ландшафтный дизайн! Нравы и обычаи, литература и живопись, искусство каллиграфии – все это уникально.

Менталитет китайцев отличен от русского, поэтому притягивает мое внимание. Китайцы не думают о себе, они заботятся о благе своей страны. Любопытно и то, что в Китае произошел резкий экономический подъем, страна буквально на глазах стала экономическим гигантом. В первую очередь, благодаря их трудолюбию, а также использованию новых технологий.

Любопытное наблюдение: каллиграфия повлияла на саму технику рисования. Поэтому китайскую живопись не спутать с западной. Мазки и штрихи ведутся неотрывно, прямо как черты в иероглифах. Китайцы видят саму суть объекта, благодаря чему у них получается уловить и передать его «сущность».

Культура Китая очень необычная, она не похожа на русскую культуру. Например, красный цвет в России ассоциируется с кровью, опасностью, в Китае же красный цвет говорит о благосостоянии, является символом радости, счастья, успеха, поэтому часто в праздники на улицах Китая можно увидеть красные элементы декора, а также свадебные украшения и платья были красного цвета. Большинство храмов в Китае красного цвета, что указывает на богатство страны. Углубляясь в историю и культуру Китая, меня все больше затягивало,

тем более что нас объединяет территориальная близость, глубокие исторические и дружеские связи.

Сатеева Екатерина, г. Новосибирск, НИУ Новосибирский государственный университет, 2 курс.

人生的意义是什么？

有时候人们会经常问自己：《神明的意义是什么？我为什么会活在这个世界上》我也经常跟我的父母讨论这些问题，跟朋友们一起聊生活。我对这些问题很感兴趣，我想知道人生目标包括什么，自己如何找到自己的目标。但是这并不是一件容易的事情。其实，每个人都有不同的人生经历，这些人生经历都取决于不同的家庭环境，所以每个人的观点都是不一样的。

对于一些人来说，人生的意义就是过上富裕的生活。买车，买房，有足够的钱，这些都会让他们感到满足。为了达到这些目标，他们会非常努力地工作。不过，他们太忙了，忙到没有时间休息，也没有时间做别的事情。不管发生什么事情，他们都会努力地完成这些目标。

除了想过上富裕的生活以外，我们社会里还有很多想寻找家庭幸福的人。他们最主要的目标是建立自己的家庭，有自己的孩子，等等。全家人的幸福和健康是他们唯一的愿望。

也有这样一些人，他们没有远大的目标，有什么样的生活就过什么样的生活，什么都不担心，因为没有解决不了的事情。可是，这样的人会错过很多好机会，然后他们会后悔。所以，为了有更好的生活，人要追求崇高的目标，做自己喜欢做的事，这些才会让人感到心满意足。

说实话，现在我还没有找到自己的目标。我非常欣赏那些有远大抱负的人，但是我好像不是有远大目标的人，我担心我不能在工作上取得好的成绩。但是我希望自己将来可以有所改变。我也想有一个幸福的家庭，可是我还有到结婚的年龄。再说，我喜欢过无忧无虑的生活，但是这样的生活我并不满足。事实上，我很喜欢提高自己。看各种各样的书，向不同的人学习。我的梦想是跟朋友们一起游遍全世界，了解其他国家的文化，特别是中国文化，因为我非常喜欢中国。总而言之，我希望一步一步地提高自己。

人生的意义到底是什么？其实，这个问题没有同意的答案。不过，为了更好的了解自己，每个人一定要问自己这个问题。世界上不同的人有不同的观点。但是，如果一的人知道自己的人生目标是什么，那么他就有奋斗的方向。谢谢各位评委的聆听！

В чем смысл жизни?

Люди часто спрашивают себя: “В чем смысл жизни? Для чего я живу на этом свете?”. Я также часто обсуждаю эти вопросы с родителями, болтаю о жизни с друзьями. Я испытываю интерес к подобным вопросам, поэтому я хочу узнать, что включают в себя жизненные цели, и как самому найти свою цель. Однако это - задача не из простых. У каждого человека разный жизненный опыт, они происходят из разных семей, а, следовательно, и точки зрения у всех разные.

Для некоторых людей смысл жизни кроется в личном благосостоянии. Обзавестись машиной, квартирой, иметь достаточно денег - все это позволяет им чувствовать себя довольными. Чтобы достичь своей цели, эти люди постоянно усердно трудятся. Однако иногда они так заняты, что у них нет времени отдохнуть, нет времени заняться другими делами. Несмотря ни на что, они продолжают упорно работать.

Помимо людей, которые добиваются благосостояния, в мире существуют и те, которые ищут семейного счастья. Их главная цель - построить собственную семью, родить ребенка и так далее. Здоровье и счастье всей семьи - их единственное желание.

Также есть и люди, в жизни которых нет больших целей, они просто проживают день за днем и ни о чем не переживают: ведь безвыходных ситуаций не бывает. Но такие люди могут упустить много хороших возможностей, а затем сожалеть об этом. Поэтому, чтобы жить хорошо, нужно стремиться к высоким целям, заниматься любимым делом, и это позволит почувствовать удовлетворение.

По правде говоря, я пока еще не нашла цель всей своей жизни. Я восхищаюсь амбициозными людьми, но сейчас я не такая целеустремленная, а потому, боюсь, не смогу достичь больших успехов в работе. Однако я надеюсь, что в будущем произойдут некие изменения.

Я также хочу обзавестись счастливой семьей, но мне еще рано выходить замуж. К тому же, я довольно беззаботный человек, но такая жизнь отнюдь не доставляет мне удовольствия. На самом деле, мне очень нравится саморазвиваться. Я читаю различные книги, учусь у других людей. Моя мечта - путешествовать по всему миру со своими друзьями, познавать культуру других стран, особенно Китая, так как мне очень нравится эта страна. Одним словом, я мечтаю постепенно развиваться.

В чем же смысл жизни? На самом деле, точного ответа нет. Однако чтобы понять себя, человек обязательно должен задаваться подобными вопросами. Конечно, в мире разные люди и разные точки зрения, но если человек знает, какая у него цель, то он сможет и дальше развиваться в нужном направлении.

Черепанова Александра, г. Новосибирск, Новосибирский государственный технический университет, 2 курс.

生命力的地方

每个人一定有对他重要的地方，那儿他能好好地休息，能忘记所有的问题，取得精力，充满活力。这个地方可以叫“生命力的地方”。当然我也有这样的地方。因为入大学前我住在农村，所以就是那儿我找到“生命力的地方”。我们的农村附近有非常大的田地。我是从小时每个夏天骑自行车去那儿的。田地这么大，很多地方我还没去过。那儿的环境又漂亮又安静，空气很干净，马在小湖边吃草，怎么能觉得不舒服吗？我难过的时候或者累坏了就骑自行车去那儿了。这个地方帮我放松，并觉得非常开心。我很喜欢听着音乐骑车。场地有很多小山丘，我最喜欢的玩儿就是骑下山丘去。虽然骑上山丘很难，但是骑下去非常快。对我这是不但玩儿，而且运动。我可以肯定地说，这个地方给我新的力量和活力，继续我的生活。

我认为“生命力的地方”对健康和精神特别重要，但是有时候找时间去哪里好不容易，因为有几个原因。比如这可能是远，没有机会或者钱不够。

虽然有时候找到机会回去很难，但是人各不要忘记对他们又重要又帮助的地方，是因为他们拜访这样的地方时生活就更简单。

Места жизненной силы

У каждого должно быть важное для него место, где он может хорошо отдохнуть, забыть обо всех проблемах, зарядиться энергией, пополнить силы. Это место можно назвать "местом жизненной силы". Конечно, у меня тоже есть такое место. Так как до поступления в университет я жила в сельской местности, именно там я нашла "место силы". Рядом с нашей деревней есть очень большие поля. С самого детства я каждое лето езжу туда на велосипеде. Поля настолько большие, что во многих местах я ещё даже не была.

Места там красивые и тихие, воздух очень чистый, лошади пасутся у небольшого озера, разве можно чувствовать себя неуютно?

Когда мне грустно или я сильно устала, я сразу еду туда. Это место помогает мне расслабиться и почувствовать себя очень счастливой. Мне нравится ехать на велосипеде и слушать музыку. На поле много маленьких холмов, моё любимое развлечение - кататься по холмам. Хотя на холм заезжать трудно, зато съезжаешь с него очень быстро. Для меня это не только развлечение, но и спорт. Я могу с уверенностью сказать, что это место дает мне новые силы и жизненные силы для продолжения своего жизненного пути.

Я думаю, что "место жизненной силы" особенно важно для здоровья и духа. Но иногда по некоторым причинам трудно найти время для посещения такого места. Например, это может быть расстояние, нет возможности или нехватка денег.

Хотя иногда бывает трудно найти возможность вернуться назад, люди не должны забывать места, которые важны и полезны для них, потому что жизнь становится легче благодаря посещению таких мест.

Группа продолжающих 2:

1. Бетехтин Егор, г. Новосибирск, НИУ НГУ (3 место)
2. Васюнина Мария, г. Томск, НИУ ТГУ
3. Токарева Дарья, г. Новосибирск, НИУ НГУ (1 место)
4. Трисмакова Арина, г. Новосибирск, НГТУ (2 место)
5. Ульянова Дарья, г. Новосибирск, НГТУ

Бетехтин Егор, г. Новосибирск, НИУ Новосибирский государственный университет, 2 курс.

低头族

随着现代技术的快速发展，低头族的人数也越来越多。你在公共汽车上、散步或者逛街的时候能够看到，大家基本上都是一样的姿势：低着头玩儿手机。低头族是指无论何时何地都低着头玩手机的群体。手机就是他们生活的全部。现代技术可以使我们通过一个小小的智能手机就可以玩游戏、看视频、在社交软件上跟亲朋好友聊天儿等等。现在很多人越来越依赖手机。“机不离手”的人变得越来越多，这个现象不仅仅是一个国家的问题，而且也变成了一个全球性的问题。因为每个国家都存在这个现象。

因为低头族的人数越来越多，所以很多人反对过度使用手机。特别是家长们担心自己的孩子变成“低头族”。在中国，人们经常讨论政府需不需要禁止过度使用手机。最近，浙江省人大常委会颁布了一些规定。比如，行人过马路的时候玩儿手机会被警告一次。但这个规定引发了人们的热议。一方面，支持者认为这个规定对安全有好处。另一方面，反对者认为政府的这个规定是没有用的。此外，教育部办公厅要求，禁止中小学生带智能手机进入校园。这样有可能会提高中小学生的教育水平。在俄罗斯，政府打算要求中小学生可以带智能手机进入校园，但是上课的时候不可以玩手机。

可以看得出，低头族这个问题还是很严重的，它会产生很多不好的影响？当然，可以玩儿手机，但是不能一直盯着手机屏幕。因为手机会对眼睛造成巨大的压力，容易近视，还有得眼睛疾病的风险会提

高。并且，长时间玩儿手机会直接影响睡眠时长，也出现失眠的现象。对人的身体非常不好。

除了对人的身体健康不好以外，还有安全问题。比如说，一个人在走路的时候玩儿手机，在这种情况下，他的注意力会分散，所以很容易被汽车撞到。甚至最严重的时候人可能会失去性命。

此外，低头族还会遇到如何融入到这个社会的问题。因为他们经常用手机在网上和别人联系。在现实生活中人际交往中可能会出现困难。

因此，低头族是一个很严重的问题。低头族这个现象不但对身体，而且对个人的生命都有坏处。我们每个人应该尽快解决这个问题、减少在屏幕前的时间。否则，将来你一定会后悔的。

Зависимость от телефона

Вслед за скорым развитием современных технологий постепенно увеличивается и число зависимых от телефонов людей. В автобусе, на прогулке или в магазине можно увидеть людей в почти похожих позах: голова наклонена, и они играют в телефон. «低头族» — это такие люди, которые в любом месте и в любое время погружены в телефон с головой. Телефон — это часть их жизни. Благодаря современным технологиям мы можем, используя небольшой смартфон, играть в мобильные игры, смотреть видеоролики, общаться с друзьями и близкими в соцсетях и так далее. Сейчас многие всё больше полагаются на телефон. Людей, «не расстающихся с телефоном», становится больше и больше, и это явление — проблема не просто одной страны, а скорее глобальная проблема, ведь с этим сталкивается каждая страна.

Поскольку зависимых от телефонов становится всё больше, многие люди выступают против чрезмерного использования телефонов. Особенно сильно беспокоятся родители за своих детей. В Китае люди часто обсуждают: нужно ли правительству ограничить чрезмерное использование телефонов. Недавно постоянная комиссия ВСНП(1) в провинции Чжэцзян обнародовала правила: например, пешеходы, которые пользуются телефоном, пересекая проезжую часть, будут получать предупреждение от полиции. Однако это правило вызвало бурные споры. С одной стороны, сторонники этого правила считают, что от него улучшится безопасность. С другой стороны, есть противники, которые уверены, что от решения правительства не будет

никакой пользы. Кроме того, канцелярия министерства образования огласила требование, запрещающее школьникам проносить телефон в кампус. Предположительно от этого повысится уровень образования. В России правительство планирует разрешать школьникам проносить телефоны в школу, но использовать их на уроке будет нельзя.

Как видно, что проблема зависимости от телефонов очень серьёзна, но на что она влияет? Разумеется, пользоваться телефоном можно, но не надо постоянно смотреть в экран телефона, потому что телефон оказывает огромное давление на глаза, отчего легко потерять зрение. К тому же, увеличивается риск появления других проблем со зрением. Более того, длительное использование телефона напрямую влияет на продолжительность сна, а также может вызвать бессонницу.

Помимо того, что телефон плохо влияет на здоровье, есть также и риски для безопасности. Например, когда прохожий играет в телефон, идя по улице, то в такого рода ситуации его внимание рассеивается, поэтому можно легко угодить под колёса автомобиля. Последствия могут быть различными, вплоть до летального исхода.

Более того, зависимые от телефонов люди могут столкнуться с проблемой в социализации. Так как они часто связываются с людьми по телефону и в интернете, в реальном межличностном общении могут возникнуть сложности.

Итак, проблема зависимости от телефонов очень серьёзна. Это явление опасно не только для здоровья, но и для жизни человека в целом. Каждый из нас должен как можно быстрее решить для себя эту проблему, уменьшить экранное время, иначе в будущем можно будет о многом пожалеть.

Васюнина Мария, г. Томск, НИУ Томский государственный университет, 3 курс.

使人亲近的技术

由于现代技术飞速发展，人们拥有了无限的机会，学习，工作都可以做到足不出户，用手机挥指之间就买得到自己想买的东西。目前技术进步的影响如此之大，连小朋友都对网络很内行。

有些人认为网络有害于人们之间的交流。长辈们无时无刻不在为晚辈的社会交际能力伤脑筋。其中使老人担心的原因，很大程度上是由于越来越少的年轻人走出家门、面对面聊天，取而代之的是越来越多地通过聊天工具交流。现代人眼里只有手机，他们的生活完全依靠无线网络，他们焦头烂额地寻找移动热点。这样一来，现代年轻人被社会视为孤僻的人。

在冠状病毒疫情下，人们逐渐发现了网络的优势。在疫情期间，每个人被迫待在家里，无论如何也离不开房子。新现象有利于在冠状病毒疫情下的生活。

首先，远程办公让无法去实体办公室上班的工人继续工作，因此挽救了自己的就业岗位不被剥夺。其次，在线教育让来自各个国家的学生继续在一起学习。另外，每个学生可以在网络平台免费与世界名牌大学的教师学习。再次，无接触配送和非接触支付帮助人避免接触，安全便捷地购买生活必需品等等。另外，互联网医院让百姓线上咨询病情，得到医生的帮助。无需置疑，新技术有利于促进人们之间的关系。在大部分人看来，在线教育和远程办公这两个方式带来了跟家人交流的机会。以前，一家人虽围坐在一起，却各自“关爱”自己的手机。而现在疫情拓宽了我们交流沟通的渠道，云端会议，直播，语音聊天等等一系列社交方式都是为了缩短亲人之间的距离。在疫情期间，我自己也尝试了一些新的交流方法。

我和朋友彼此很和睦，即使长时间不见面也依旧挂念着对方。大家都抱怨要顶着疫情期间的压力学下去，工作下去。为了让我们放松一下，一个有创造性思维的小伙子邀请我们拍摄记录日常生活，如工作、娱乐、学习的过程，简单来说，就是生活中的点点滴滴，然后发给他。原来他想剪辑一个关于在疫情期间生活的视频。这个让我感动的视频还历历在目。在视频上，我终于看见那一张张熟悉的面孔，他们脸上的洋溢着温暖的笑容。

总之，我对网络技术持肯定的态度。新技术非但没有分隔彼此，反而使人们关系更密切。没有网络，就没有办法在特殊情况下与朋友保持联络。真正的友谊，只有经常联络才会更加牢固。无论距离是否遥远，现在都可以在无边无际的网络空间中交到知心朋友。

Технологии, которые сближают

Благодаря стремительному развитию современных технологий люди получили безграничные возможности: учиться и работать можно не выходя из дома, а для покупки понравившейся вещи достаточно просто взять в руки мобильный телефон. В настоящее время влияние технического прогресса настолько велико, что даже дети очень хорошо разбираются в интернете. Некоторые люди считают, что интернет плохо влияет на человеческие отношения. Старшее поколение постоянно переживает за навыки общения молодых людей. Однако их беспокойство в большей степени заключается в том, что все меньше и меньше молодых людей выходят из дома, общаются лично. Вместо этого все больше и больше молодежи общается в мессенджерах. Современные люди не видят ничего дальше экрана своего смартфона, их жизнь полностью зависит от наличия вай-фая, они изо всех сил пытаются найти точку доступа в интернет. Из-за этого современная молодежь воспринимается обществом как необщительные люди.

В условиях эпидемии коронавируса люди постепенно открывали для себя преимущества интернета. Во время пандемии все были вынуждены сидеть дома и ни в коем случае не могли выйти на улицу. Люди поняли, что новые явления, возникшие благодаря интернету, приносят пользу в период карантинной жизни. Прежде всего, удаленная работа позволила работникам, которые не могут ходить в реальные офисы, продолжать работать, тем самым спасая их от потери рабочего места. Во-вторых, онлайн-образование позволило студентам из разных стран продолжать учиться вместе. Кроме того, с помощью онлайн-платформ любой студент мог бесплатно учиться у преподавателей ведущих мировых университетов. К тому же, бесконтактная доставка и оплата помогли людям избежать физических контактов друг с другом, а также безопасно и легко покупать предметы первой необходимости и многое другое. Кроме того, такое новое

явление как интернет-больница позволила людям проконсультироваться с врачом в режиме онлайн и получить его помощь.

Нет никаких сомнений в том, что новые технологии способствуют развитию отношений между людьми. Для большинства людей онлайн-образование и удаленная работа дают возможность общаться со своими семьями. Раньше члены семьи хотя и проводили время вместе, но каждый обращал внимание лишь на свой смартфон. В период эпидемии у нас появились новые способы связи и общения, такие как: облачные встречи, прямые трансляции, голосовые чаты и целый ряд других способов общения, призванных сократить расстояние между близкими людьми.

Во время эпидемии коронавируса мне самой пришлось попробовать несколько новых способов общения. Мои друзья и я очень близки. Даже если мы долго не видимся, все равно скучаем друг по другу. Многие ребята жаловались, что каждому из нас нужно продолжать учиться и работать в условиях стресса, вызванного эпидемией. Чтобы мы смогли расслабиться, наш творческий друг предложил снять на видео нашу повседневную жизнь, например, как мы работаем, развлекаемся, учимся. Проще говоря, снять видео обо всем понемногу, а затем отправить ему. Оказалось, что он хотел смонтировать видео о жизни во время эпидемии. Получившееся видео очень тронуло меня, я помню его во всех подробностях. На видео я, наконец, увидела знакомые лица друзей, которые сияли теплыми улыбками.

В общем, я положительно отношусь к интернет-технологиям. Новые технологии не только не разобщили людей, но и, напротив, сблизили их. Без интернета невозможно было бы поддерживать связь с друзьями в непредвиденных ситуациях. Настоящая дружба будет крепнуть, только если друзья регулярно общаются. Не важно, насколько далеко вы находитесь, теперь найти близкого друга можно в безграничном киберпространстве.

**Токарева Дарья, г. Новосибирск, НИУ Новосибирский
государственный университет, 3 курс.**

汉语成为了我的一种音乐

你们想不想知道汉语课和乐理课有什么相似的地方？想不想知道书写规则和乐谱表有什么区别？想不想知道莫扎特怎么把汉语介绍给我了？我现在就给你们说一说！

从小，我就爱好音乐。有一天，我想听一听莫扎特写的由乐队伴奏的协奏曲。我一听到了第一个声音，就走火入魔了，好像，我感觉到隔世之感。这些声音引起了我极大地兴趣。对这种特殊的感受我不胜惊叹，我渴望学会弹钢琴。所以我上了音乐学校并实现了这个梦想。那时候，我没能想象有一天因为会弹钢琴，我会有一位外国朋友。

两年半以前，我上了新西伯利亚国立大学的东方学专业就开始了学习汉语。没多久，我就明白了我需要认识一位中国朋友，是因为有空的时候，我可以跟他一起提高我的口语水平。有一天，我到大学的图书馆去弹钢琴和休息嘛。我把我最喜欢的曲调弹完以后，一位中国女孩儿走了过来，就用俄语说：“我很喜欢这首乐曲！多么好听啊！”这样我就和文兴交了朋友。

因为音乐，对我来说什么都变化了。我的生活分为两个部分。现在汉语课跟乐理课变得一模一样，是因为我们学唱四声、学听出来声音的长度、学听出来语调和音调，还学把句子分为小节。另外，我们常常写“音乐”听写。

我感到了惊讶，是因为听到了书写和乐理有一样的基础，就是七个成分。书写中有七个笔顺规则，乐理中有七个写在谱表上的音阶。这就是一切的基础！

汉语成为了我的一种音乐。当然，我做出的发现远未结束。我真心的感谢每位老师的帮助。同时，我觉得如果莫扎特写的音乐没留给我这么强烈的印象的话，可能我没能这么喜欢学习汉语。中国话真的跟音乐的声音完全一样，但是……中国话是更丰富的。

我渴望学会弹奏一件新的“乐器”就是汉语。我任何时候也没听过这样好听的“乐器”。再说，我常常回忆中国钢琴家郎朗说的话：

“每一首曲子从头到尾就是一个新的生命的开始”，所以可以说，从开始学习汉语的时候，我就开始了一个新的生命。

现在我又有了一个非常奇特的新理想。你们想象一下儿：在一个中国大学举行的音乐会上，中国学生用传统乐器表演的时候，我用钢琴为他们伴奏啊！没有比这个更好的啦！让汉语之声响彻世界的各个角落！

Китайский язык стал моей музыкой

Знаете ли вы, что общего между занятиями по китайскому языку и по сольфеджио? Знаете ли, чем отличаются правила каллиграфии от нотного стана? Хотите ли узнать, как Моцарт познакомил меня с китайским языком? Сейчас я вам всё расскажу!

С самого детства меня влекло к музыке. Однажды я решила послушать концерт Моцарта для фортепиано с оркестром. Как только зазвучали первые ноты, я как будто потеряла связь с реальностью, как будто улетела в другие миры. Эти звуки поглотили меня. Пораженная этим волшебным чувством, я загорелась желанием научиться играть на фортепиано. Поэтому я поступила в музыкальную школу и осуществила эту мечту. В то время я даже представить себе не могла, что именно благодаря музыке у меня появится первый иностранный друг.

Два с половиной года назад я поступила в НГУ на специальность «Востоковедение» и начала изучать китайский язык. Очень скоро я поняла, что мне нужен друг-китаец, с которым я могла бы общаться в свободное время и развивать свои навыки разговорного языка. Как-то раз я пошла в университетскую библиотеку, чтобы поиграть на фортепиано и немного отдохнуть. Я доиграла свою любимую мелодию, как вдруг ко мне подошла китайка и сказала по-русски: «Мне очень нравится эта музыка! Такая красивая!». Так мы с Вэньсин стали друзьями.

Из-за музыки для меня изменилось всё. Моя жизнь разделилась на «до» и «после». Теперь занятия по китайскому языку похожи на уроки по сольфеджио: мы учились «петь» тоны, определять длительность звучания, интонацию и делить фразы на «такты». К тому же, мы часто писали «музыкальные» диктанты.

Я очень удивилась, когда узнала, что каллиграфия и музыка имеют одну основу – семь элементов. В каллиграфии – семь основных правил, а в музыке – семь ступеней, которые написаны на нотном стане. Это – основа всего!

Китайский язык стал моей музыкой. Конечно, мои открытия на этом не закончились, и я бесконечно благодарна всем учителям за помощь. В то же время я считаю, что если бы музыка Моцарта не восхитила бы меня, то, может быть, я не смогла бы так сильно полюбить китайский язык. Китайский язык совсем как музыка, но ... он более богат.

Я горю желанием овладеть новым музыкальным инструментом под названием «китайский язык». Никогда прежде я не слышала инструмента, чьё звучание услаждало бы слух больше, чем этот. К тому же, я часто вспоминаю слова китайского пианиста Лан Лана: «Каждая композиция от начала до конца – это начало новой жизни». Поэтому можно сказать, что с момента начала изучения китайского языка я начала новую жизнь.

Теперь у меня снова есть новая прекрасная мечта. Вы только представьте: на концерте в каком-нибудь китайском университете я аккомпанирую на фортепиано студентам-китайцам, которые играют на китайских традиционных инструментах. Нет ничего лучше! Пусть же мелодия китайского языка будет звучать во всех уголках мира!

Трисмакова Арина, г. Новосибирск, Новосибирский государственный технический университет, 3 курс.

看电视剧是学习汉语的方式之一

有很多的方式和教学法能让我们学好外语。依我看来, 最有效的学习汉语的方式是去中国或者跟中国人说话。现代国际情况复杂的时候这些方式不能用, 即便如此, 我们必须发展语言实践, 所以现在我用别的方式帮助我学好外语。我最喜欢的方式是看中国电影和中国电视剧。

我看过几部中国电影, 但是我看过的中国电视剧最多了。我喜欢看电视剧的原因是: 故事剧情比较长, 角色比较多。要我说呀, 剧情有意思极了。啊! 电视剧常常是轻快的、浪漫的故事, 它都帮助我放松, 也给我灵感。看了这么多中国电视剧, 我就学到了用电视剧自己练习汉语啦。现在我想给你们介绍一下儿我自己的观察结果, 一起分享。

我个人觉得，电视剧照例有口头语体，所以我们可以从口语上使用人物的话。注意连词和前后文很重要，句子说给谁：给朋友，服务员或者老板。

看电视剧的时候我常常在生词本子上写下最流行的，不可或缺的话，登记它们的用法。看电影和电视剧的时候我先注意主角们的发音，声调，然后我试着把句子说得跟主角们的一样。

开始看新电视剧以前我总是先注意它们是在哪个城市拍的。我觉得这个东西很重要，因为在不同的地区中国人的话也是不同的：有不同的口音和用词。比如说如果你们打算去北方地区，你们就应该看北京电视剧。要是你们打算去南方地区，上海的电视剧就能帮你们等等。

我想巩固具体的特种的词汇的时候，我就注意电视剧的总纲。比如说，我看了“我好喜欢你，交换吧运气”，我就学到一些时尚业的词了。有的电视剧有很多医学名词（例如，“致我们单纯的小美好”），有的电视剧有很多信息技术上的单词（例如，“微微一笑很倾城”）等等。这是一个很好用的方法。当然，不可能学到所有的对我需要的专业生词，但是我有机会去看单词的用法，也学好一些特别句法上的结构，这是很有用的。

我认为外国电影和电视剧是很重要的、很有用的学习外语的方式。我们学会听懂中国话，学到生词和固定短语。另外，这个方式也给我们介绍中国文化和中国人的生活方式。这些知识帮助我们了解中国人民和国家的情况。

Дорама как способ изучения китайского языка

Существует много способов и методик изучения иностранных языков. По моему мнению, самый эффективный способ выучить китайский язык – это совершить поездку в Китай или активно общаться с китайцами в родной стране. Однако в нынешнюю непростую международную обстановку это становится проблематично. Языковую практику все равно необходимо развивать, поэтому сейчас мне на помощь приходят другие способы изучения иностранных языков. Мой самый любимый способ – просмотр фильмов и сериалов на китайском языке.

Я смотрела несколько китайских фильмов, но больше всего я посмотрела китайских дорам. Дорамы я люблю по нескольким причинам: продолжительный сюжет, большое количество героев. Часто это легкие, романтические истории, которые помогают мне расслабиться и дарят мне вдохновение. Посмотрев большое количество дорам, я научилась заниматься и практиковаться с их помощью. Сейчас я бы хотела поделиться с вами своими наблюдениями и советами.

Как правило, дорама содержит в себе разговорный стиль речи, поэтому фразы героев можно смело использовать в устной речи. Важно обращать внимание на устойчивые сочетания слов, смотреть в каком контексте они употребляются и кому адресуются: другу, обслуживающему персоналу или начальнику. Во время просмотра я часто записываю в специальную тетрадку для заучивания самые популярные и необходимые фразы, делаю пометки об их употреблении. Смотря фильмы и сериалы, я слежу за произношением героев, тембром голоса и употреблением тонов, а затем стараюсь произнести предложение максимально похоже.

Перед просмотром новой дорамы я всегда обращаю внимание на провинцию или город, где снимали сериал. Я считаю, что это очень важно, потому что в разных районах Китая речь имеет разные акценты и некоторые особые слова. Например, если в ближайшее время вы планируете посетить северные провинции и районы Китая, то советую посмотреть пекинские дорамы, а если южные, то вам помогут сериалы, снятые в Шанхае и т.д.

Когда я хочу закрепить определенную, специальную лексику, то обращаю внимание на тематику сериала или фильма. Например, посмотрев дораму «Обмен удачей», я выучила слова из индустрии моды. В некоторых дорамах встречается много медицинских терминов (например, «Любовь так прекрасна»), в других – много слов в области IT (например, «Легкая улыбка покоряет мир»). Я считаю, это очень полезно. Конечно, невозможно так выучить все необходимые мне для работы слова, но я получаю возможность посмотреть их употребление и выучить некоторые специальные конструкции. Это дополнительная полезная практика.

Я думаю, что просмотр фильмов и сериалов на иностранном языке – это очень важный и полезный способ изучения языка: мы учимся слушать китайскую речь, понимать ее, учим новые слова и устойчивые выражения. Помимо этого, такой способ знакомит нас с культурой китайцев и их образом жизни, что помогает нам понять китайский народ и ситуацию в стране.

Ульянова Дарья, г. Новосибирск, Новосибирский государственный технический университет, 3 курс.

缺乏自信

在讲述我的故事之前,想先问一问:“你们是具 jù 有自信的人吗?”。可能有人毫不犹豫地:“当然是的!”。也有人一边摇头叹息地说:“不是!”。还有人会耸耸肩膀地说:“其实我不知道!”。让我来说,缺乏自信是我性格之中目前尚未改正的问题之一。

多数人混淆缺乏自信的概念,觉得缺乏自信即是谦虚的一种形态,以我的观点也不无根据。这两种态度时常是相互关联的。当然,也不能直接否认这种性格类型,不能说谦虚一定是不好的。也可以说,谦虚是一种优秀的人格品质,是被社会广为提倡和尊重的。缺乏自信和谦虚谨慎是人类正常的心理特点,但物极必反,如果是过于谦虚导致人格上逐渐失去自信,那么这会给生活带来很大的影响。

但是缺乏自信为何产自内心呢?那是有一些原因的。依我看:

首先是因为人们害怕犯错误,害怕引来嘲笑或辱骂,惧怕受到他人的批评指正,担心在人群中被当作傻子一样来看待。其次,这种的人觉得他们自身无法解决问题,什么也做不了。这就是因为假如受到批评而感到害怕。

就我来说,我不仅相貌平平,与同学们也搞不好关系,我常常被他们嘲笑的,在学校成绩也不理想。对自身的相貌,知识,性格我都不满意。

在我记忆中,因非常害怕说错话,所以课堂上我是欲言又止,还记得我将非常不喜欢的一张照片撕 sī 得七零八落,甚至是很多有趣的比赛也没有勇气参加。我开始逐渐明白,自己喜欢的事情一定要去尝试做,自己的路自己走,让别人说去吧!

为往事感到惋惜的同时只恨觉悟的姗姗来迟。现在我怀念以往的时，可惜的是在美丽的校园没有留下每年的照片让我去追忆。如今我明白，在任何情况下都应该尝试新的事物，寻找一些值得让内心鼓舞的东西，有爱的家人和挚友总是会支持你。

再说，迟到总比不到好吧！

Неуверенность в себе

Прежде чем рассказывать свою историю, я сначала хочу спросить вас: как вы думаете, вы уверены в себе? Возможно, кто-то из вас однозначно скажет: “конечно!”, кто-то вздохнет, покачает головой и скажет: “нет”, а кто-то пожмет плечами и скажет: “Я не знаю”. Что касается меня, то неуверенность – это одна из черт моего характера, от которой я до сих пор не могу избавиться.

Многие путают неуверенность в себе со скромностью и не без основания - эти черты характера часто взаимосвязаны. Однако нельзя сказать, что эти черты однозначно плохи. Можно сказать, что скромность украшает, и это качество ценится в обществе. Неуверенность в себе и скромность – это нормальные черты человеческого характера, но все хорошо в меру, и если эти качества преобладают, то это может сильно повлиять на жизнь.

Почему же возникает неуверенность в себе? На это есть несколько причин. Прежде всего - в том, что люди боятся совершить ошибку, боятся, что другие люди будут над ними смеяться, бояться получить критику, бояться выглядеть глупыми в глазах других людей. Вторая причина в том, что часто такие люди просто думают, что сами они не могут ничего сделать и что у них ничего не получится. Поэтому они боятся получить критику.

У меня была не просто заурядная внешность, у меня были плохие отношения с одноклассниками, они часто надо мной насмехались, и оценки в школе были неидеальными. Мне очень не нравилось все в себе: внешность, знания, характер. Я помню, что очень боялась сказать что-то неправильное и поэтому на занятиях даже если и хотела что-то сказать, то молчала. Еще помню, как порвала одну свою фотографию, которую сильно не любила, и у меня даже не хватало смелость поучаствовать в интересных конкурсах. Затем я начала постепенно

понимать, что нужно обязательно заниматься любимым делом, идти своей дорогой и не важно, что говорят другие!

Сейчас я сожалею о прошлом и досадно лишь то, что осознание пришло поздно. Сейчас я вспоминаю о прошлом и мне жаль, что у меня не осталось фотографий в память о тех временах. Теперь я понимаю, что несмотря ни на что, обязательно нужно пробовать что-то новое и найти дело, которое вдохновляет. В этом может помочь поддержка семьи и друзей. Тем более попытаться никогда не поздно!

Группа профессионалов:

1. Байдак Мелисса, г. Новосибирск, НИУ НГУ (2 место)
2. Коваленко Юлия, г. Новосибирск, НГТУ (1 место)
3. Малышева Ольга, г. Новосибирск, СГУПС (3 место)
4. Сафронова Алина, г. Новосибирск, НГТУ

Байдак Мелисса, г. Новосибирск, НИУ Новосибирский государственный университет, 4 курс.

在新冠疫情情况下的无界世界

我们的世界上有许多没有界限的事情。无限的宇宙、无边无际的海洋、无限的幸福、无限的爱情、无穷的机会等等。但从另一方面来看，每个人的生活都离不开“有界限”的这个概念。比如，对于人们来说时间总是有限的，而有的时候我们还缺乏一些力量。但每一个人都要乐观地看待任何情况。给你们举个例子吧。我的视力很差。你们是不是觉得我因为这个而难过？如果是这样，那你们大错特错了！我一戴上眼镜儿，我眼里的世界就变得清清楚楚！方法总比问题多。如果难题有解决的方法，那这还算是个难题吗？有关新冠疫情的情况也不例外。

知识改变命运。和你得到的知识比较，学习它们的过程当中使用的方式都不重要。随着高科技的发展，我们面前正在产生着无数的机会。随时随地都可以学知识。目前，比如说，一个学生物专业的学生有机会在家同时学习中文。现在他已经不必出门儿坐公共汽车到位于城市另一头的孔子学院了。只不过打开你需要的软件罢了！开始了解具有丰富知识的世界吧！

我认为，现在，在疫情的情况下，了解全世界人民的习俗文化虽然不是特别方便，但至少比之前简单得多。如 2020 年“汉语桥”世界大学生中文比赛是第一次在线上举行的。你们会想：没有和其他的比赛参赛者面对面的交流的机会，我们到底怎么才能实现“天下一家”这个观念呢？更不必说什么成就感。可是！这件事他们还是做到了。今年由于这样的方式，通过来自世界各地选手拍的三分钟的视频，我好像虽然没去过什么国家，但也可以说什么国家都去过了。

据我们所知，现在国际会议举行得越来越频繁。在新冠疫情时期内有的国家之间对外政策的关系蒸蒸日上。尤其是中俄战略合作伙伴关系。根据俄罗斯外交部发布的信息，这种关系从来没有发展到和目前一样那么顺利。新冠疫情绝不能阻挡中国和俄罗斯之间不断地发展。

相反，共同的问题，能够团结世界各地的人，为加强合作建立基础。

因此我想告诉大家：别管目前的情况，我们还是必须不顾一切地往前走，在任何情况下都不要限制自己！要提醒自己：新冠疫情的确是个严重的问题，但请不要把它当作无法克服的阻碍。习主席曾经说过：“封闭的空间只会四处碰壁，开放的道路才会越走越宽。”我们每一个人的世界是不能被四墙限制的！实际上，它就是从你这个房间内开始的！

接下来，启动你们的电脑，打开你们习惯使用的浏览器，准备 Skype 和……女生们，先生们，请系好安全带，我们要起飞了！

Мир без границ в условиях пандемии

Много чего на свете бывает без границ. Безграничная вселенная, безграничный океан, счастье без границ, бесконечная любовь, неограниченные возможности человека... Но, с другой стороны, без ограничений тоже не обойтись: время для человека ограничено, да и сил не всегда хватает. Но не будем о грустном. Надо смотреть на вещи с позитивом. К примеру, у меня плохое зрение. Думаете, я от этого страдаю? Если вы действительно так считаете, то вы весьма ошибаетесь. Ведь стоит мне только надеть очки, мир станет четким и ясным. «Решений всегда больше, чем проблем». Если у сложной задачи есть решение, то ее уже нельзя назвать сложной. В случае с коронавирусом - также.

“Знания меняют жизнь человека”, и не важно, каким образом и где вы получили эти знания. С современными технологиями перед нами открывается целый спектр возможностей. Ведь теперь даже студенту-биологу, к примеру, можно параллельно обучаться китайскому языку, не выходя из помещения, вместо того, чтобы ехать в институт/центр Конфуция на другом конце города. Стоит только запустить нужную программу — и познавай мир знаний!

Я считаю, сейчас, в условиях пандемии, узнавать что-то новое о народах всего мира пусть стало и не намного удобнее, но, во всяком

случае, проще, чем раньше. К примеру, в 2020 году всемирный этап конкурса «Китайский — это мост» впервые проводился онлайн. Вы только подумайте, как можно поддерживать идею «Весь мир — одна семья», даже не взаимодействуя с другими участниками!? Да и вовсе нет чувства достижения. Но! Это стало возможным, ведь благодаря непривычному формату, я, посмотрев трехминутные видеоролики участников со всего мира, хотя и не съездила никуда, но будто бы побывала во всех странах.

Как мы видим, теперь международные конференции стали проводится еще чаще! В период коронавируса внешнеполитические отношения между некоторыми странами только идут в гору. А в особенности — стратегическое партнерство между Китаем и Россией, которое, согласно информации МИД РФ, никогда ранее не было столь прогрессивным, как сейчас. Никакой коронавирус не сможет стать преградой для развития отношений между Россией и Китаем. Наоборот, общие проблемы сплачивают народы, создают основу для еще более крепкого сотрудничества.

Поэтому, я хочу сказать каждому: вне зависимости от нынешней обстановки, мы должны идти вперед, не останавливаться, не ограничивать себя! Необходимо напоминать себе: считать коронавирус проблемой — можно, непреодолимым препятствием — неправильно. Как однажды сказал Си Цзиньпин: «В закрытом пространстве мы постоянно загнаны в угол, наталкиваемся на стены, в то время как на открытой дороге, чем дальше мы идем, тем шире она становится».

Не стоит забывать, что мир не ограничивается стенами твоей квартиры — оттуда он только начинается! А теперь включайте компьютер, открывайте свой привычный поисковик, запускайте DingDing или Skype, и... Путешествие началось — пристегните ремни безопасности, господа!

Коваленко Юлия, г. Новосибирск, Новосибирский государственный технический университет, 3 курс.

在新冠疫情情况下的无界世界

法国哲学家、作家布莱斯-帕斯卡曾经说过。”最轻微的运动可以影响整个自然，一块岩石可以使大海发生变化”。谁能想到，几百年后，

他口中的石头和大海会改变整个世界的节奏。那块小石头会变成我们都没有准备好的病毒，而帕斯卡尔所说的大海成了整个世界。

这个话题很热门对吧。但是我还是想讲，因为我被这个话题所触动。

我这样开始了我的上一学年：我从中国暑期旅行回来之后开始投入学习当中，并参加了我们学校组织的一个国际俱乐部，帮助从世界各地来到我们这里学习的学生。每周我们都会在一起交流，在学习上互相帮助，包括学习俄语和汉语。我和一些来自中国的学生成为了好朋友，并且现在还有联系。但今年我们都遇到了意料之外的难题。一种冠状病毒突然出现在我们的生活中。虽然我们没有生病，我们和亲朋好友的健康都没有问题，但是冠状病毒对我们产生了很大的影响。

我所有的好友都只在俄罗斯待了一年，今年年底他们不得不回中国。由于我们城市的限制，我甚至无法为他们送行，无法亲自到机场跟他们说一声“再见！”。很长一段时间，我们都只能通过微信了解对方的近况，是否一切照旧。因为我们离得很远，根本见不到面，所以越来越难保持联系。我们在不同的国家，和完全不同的人交流。有一天，我们开始思考：“为什么会这样？不能再这样下去了！即使我们身处不同的国家，我们也要做些什么来保持亲密的朋友关系。”从那时起，我们变得更加亲密，因为我们意识到，除了我们自己，没有人能够帮我们维护友谊。每天我们都会互相分享我们的生活，如果没办法打视频电话，我们至少也会互相寒暄几句。

我们谁也说不准事情到底什么时候会好转。不知道什么时候，我才能在凌晨四点起床，为的是在早上六点在我们城市的机场迎接新的大学生。我不知道什么时候才能再带他们参观我们的城市。也不知道什么时候能再见到大连外国语大学的朋友们，一起去当地的小吃摊吃东西。

但有一件事我一定知道！问题不在于我们恢复到原来的生活节奏需要多久，问题在于我们如何利用这段时间，如何让我们的友谊长存。毕竟，拿起手机给朋友打个电话，发个短信，至少是一句“你好吗？”，这太容易了。而他也会知道，在世界的另一个角落，有一个人在等着他，即使相隔几百公里，这个人也会一直在那里等着他！

Мир без границ в условиях пандемии

Французский философ и литератор Блез Паскаль однажды сказал: «Малейшее движение может повлиять на природу, один камень может изменить целое море». Кто бы мог подумать, что спустя сотни лет камень и море, о которых он говорил, изменят ритм жизни всего мира. Этим маленьким камнем станет вирус, к появлению которого не был готов ни один из нас, а морем, о котором говорил Паскаль, станет целый мир.

Тема актуальная, не правда ли? Но я не смогла обойти ее стороной, поскольку она коснулась и меня. Мой прошлый учебный год начался так: я вернулась из летнего путешествия в Китае, приступила к учебе и вступила в международный клуб, организованный нашим университетом для того, чтобы помогать студентам, которые приезжают к нам учиться из разных уголков мира. Каждую неделю мы проводили время вместе, много общались и помогали друг другу в учебе, в том числе в изучении русского и китайского языков. С некоторыми студентами из Китая мы стали хорошими друзьями и общаемся до сих пор. Но в этом году мы столкнулись с трудностями, которых никто не ожидал. В нашей жизни появился коронавирус. Нет, мы не заболели, с нашим здоровьем и здоровьем наших близких все в порядке, однако коронавирус оказал на нас большое влияние.

Все мои близкие друзья приезжали в Россию лишь на один год и в конце этого года они должны были вернуться обратно в Китай. Из-за ограничений, действовавших в нашем городе, я не смогла даже проводить их, не смогла приехать в аэропорт и лично сказать им «До встречи!». Долгое время мы общались по WeChat, узнавали друг у друга как дела и все ли в порядке. Но из-за того, что мы находились далеко друг от друга и совсем не виделись, поддерживать общение было все тяжелее. Мы находились в разных странах, общались с абсолютно разными людьми. И вот однажды мы задумались: «Почему так произошло? Так дальше не может продолжаться! Что мы должны сделать, чтобы оставаться близкими друзьями, несмотря на то, что находимся в разных странах?». С тех пор мы стали еще ближе, потому что осознали, что, кроме нас самих, нашей дружбе никто не поможет. Мы каждый день делимся друг с другом какой-то новостью и, если нет

возможности созвониться по видео, мы все равно можем отправить друг другу сообщение, хотя бы небольшое.

Никто из нас не может сказать точно, когда же все наладится. Я не знаю, когда я снова смогу встать в 4 утра, чтобы в 6 утра встретить в аэропорту нашего города новых студентов, впервые приехавших к нам на учебу. Не знаю, когда я снова смогу провести для них экскурсию по нашему городу. И я не знаю, когда я снова смогу вживую встретиться с друзьями из Даляньского университета иностранных языков для того, чтобы вместе сходить в местную продуктовую лавку что-нибудь перекусить.

Но одно я знаю точно! Вопрос не в том, сколько времени у нас есть на то, чтобы вернуться к прежнему ритму жизни, вопрос в том, как мы используем это время, что мы делаем для того, чтобы сохранить дружбу и крепкие взаимоотношения. Ведь этот так просто: взять телефон и написать другу хотя бы небольшое сообщение с вопросом «Как ты?». И он будет знать, что в другом уголке мира есть человек, который его ждет и который всегда будет рядом, даже если вас отделяют друг от друга сотни километров!

Малышева Ольга, г. Новосибирск, Сибирский государственный университет путей сообщения, 1 курс.

无国界的大流行病

大流行病是全球性的事件。我们有史以来第一次能够进行实时交流，以相互交流方式在世界范围内相互回应。我认为，这创造了一种新型的世界身份，出现一种新的国际团结情谊。

科里·多克托洛 (Cory Doctorow)，科幻小说作家，记者和政治活动家。

一个没有国界的世界……一场流行病……似乎我们每天都会遇到这些词语。但我们并不完全了解它们背后的原因。真的有一个无国界的世界吗？疫情对当今世界有什么影响？

当然，冠状病毒和随后的流行传播彻底改变了我们每个人的生活。大流行病是一种新疾病的全球传播。基于统一和互动的概念“阴阳”（两

个对立面），我们也可以得出与大流行影响相似的内容。例如，会议系统已从离线更改为在线。一方面，冠状病毒对全人类来说都是非常恐怖的，但另一方面，也有一些积极的方面。自我发展，工作和学习的各种新机会已经出现在世界各地。

大流行病极大地加快了商业和其他行业数字化的步伐。在远程工作和合格人员经常短缺的情况下，机器人化已成为必要。这场大流行迫使全世界数以百万计的人习惯于远程工作--在家里找一张餐桌以外的桌子，在电脑上安装必要的软件，并在自己的公寓里遵守着装规定，哪怕只是在与同事进行视频会议期间。整个经济领域已转向远程办公，主要是教育，科学，在线服务和贸易。当许多成年人在远程工作时，儿童和年轻人正在尝试远程学习。各种不同形式的在线会议的云平台成为需求：Zoom，Skype，Teams 等。在这些电子资源的范围内的工作能力是非常有用的。我真的很喜欢中国哲学家孔子的一句话：“学而不思则罔，思而不学则殆”。他好像已经预见到流行的情况，在这种情况下，人类的知识和自我组织的能力非常必要。

尽管全球经济因疫情下跌而获得的利益大不如前，中国经济然仍有希望，中国人民相信他们的经济情况会变好，欣欣向荣，如日方升。中国经济绝处逢生。国内生产总值的实际下降只是在第一季度，但如果我们谈论第二和第三季度，国内生产总值已经出现了增长。在大流行的背景下，医疗产品的产量显着增加，例如，口罩的产量每年增长 127.5%，而酒精类消毒剂的产量则增长 15.6%。在大流行病期间，电子商务正在蓬勃发展，因为事实证明，在线购物是一系列产品类别的唯一可能的销售渠道。

而且，这些变化不免影响了中国语言及其文化。有一个新术语新型冠状病毒（COVID-19）。由于有一种假设，这种病毒是从蝙蝠身上感染而来的，所以我决定对中国学生进行一次小调查：他们对这种文化形象的态度是否发生了变化？据了解，这种动物具有积极的意义。我的调查发现，态度确实发生了变化。如果说以前在过年和饰品的图片中经常可以看到一只蝙蝠，作为“幸福”二字的同音词，那么现在这个形象就不那么常见了。

最后，我要说的是，随着疫情的发生，一方面我们发现在我们自己的国家是封闭的，孤立的，但另一方面却感到边界消失了。我们很幸

运，这种大流行发生在科技时代。它给我们提供了一个交流、庆祝节日、家庭场合和继续工作的机会。通过网络进行的联系，让我们大家的交流达到了一个新的阶段，新的信息交流平台被打开。例如，“汉语桥”竞赛是以远程形式举行的，它使那些没有机会参加线下比赛的孩子能够参加比赛。所以，这场大流行病以及其后果，就像任何生命现象一样，如阴和阳，具有积极和消极的两个方面，由于这种相互作用，我们的世界已经变成了一个不同的世界：一个无国界的世界。让我们共同努力，使其变得更好，更强。

Мир без границ в условиях пандемии

Пандемия – событие глобального масштаба. Впервые в истории у нас появилась возможность поддерживать связи в режиме реального времени, чтобы общаться друг с другом и реагировать друг на друга по всему миру. Я думаю, это дало начало созданию некоей новой глобальной идентичности на личном уровне – своеобразному глобальному братству.

Кори Доктороу (Cory Doctorow), писатель-фантаст,
журналист и политический активист

Мир без границ ... пандемия ... Казалось бы, со всеми этими словами мы встречаемся каждый день. Но мы не до конца понимаем, что за всем этим скрывается. Действительно ли существование мира без границ? Какое влияние оказала пандемия на сегодняшний день?

Безусловно, коронавирус и затем пандемия полностью изменили жизнь каждого из нас. Пандемия – это распространение нового заболевания в мировых масштабах. Опираясь на концепцию единства и взаимодействия «Инь-Ян» (двух противоположностей), мы также можем провести параллель и с влиянием пандемии. Так, например, система встреч изменилась с оффлайн на онлайн. С одной стороны, коронавирус — это очень страшно для всего человечества, но, с другой стороны, были и положительные моменты. В мир пришел целый ряд новых возможностей для саморазвития, работы и учебы. Пандемия резко ускорила темпы цифровизации бизнеса и других отраслей. Роботизация стала необходима в условиях удаленной работы и частой нехватки квалифицированного персонала. Пандемия заставила

миллионы людей по всему миру привыкать к удаленной работе — искать дома стол, помимо обеденного, устанавливать на компьютер необходимые программы и соблюдать дресс-код в собственной квартире, хотя бы на время видеоконференций с коллегами.

На дистанционную работу перешли целые отрасли экономики, в первую очередь образование, наука, онлайн-службы и торговля. Пока многие взрослые работали удаленно, дети и молодежь пытались удаленно учиться. Стали востребованы различные облачные платформы для проведения онлайн встреч различного формата: Zoom, Skype, Teams и другие. Очень пригодилось умение работать в рамках этих электронных ресурсов. Мне очень нравится высказывание китайского философа Конфуция: «Учись, словно не можешь обрести и будто опасешься утратить». Он как будто предвидел ситуацию с пандемией, в которой так оказались необходимы знания человека и умение себя организовать.

Еще один интересный пример, подтверждающий, что в мире «нет дня без ночи»: китайская экономика в период коронавируса. Ее реальное падение наблюдалось только в первом квартале, а если говорить о втором и третьем, то уже происходит прирост валового внутреннего продукта. На фоне пандемии значительно увеличилось производство товаров медицинского назначения, к примеру, производство масок выросло на 127,5% в годовом выражении, а препаратов для дезинфекции на основе спирта — на 15,6%. Во время пандемии отмечается развитие электронной коммерции, потому что для целого ряда товарных категорий онлайн оказался единственным возможным каналом продаж.

Также изменения не смогли не затронуть китайский язык и его культуру. Появился новый термин 新冠病毒 (COVID-19). Так как предполагают, что данный вирус попал к людям от летучих мышей, я решила провести небольшое исследование среди китайских студентов: изменилось ли их восприятие данного культурного образа? Насколько известно, это животное имеет благопожелательную семантику. По результатам моего опроса было установлено, что отношение действительно изменилось. Если раньше летучую мышь можно было часто увидеть на новогодних картинках, различных аксессуарах, так

как «летучая мышь» омофон слова «счастье», то теперь данный образ можно встретить не так часто.

В заключении мне бы хотелось сказать, что в условиях пандемии мы оказались, с одной стороны, закрытыми, изолированными в своих же странах, но, с другой стороны, возникло ощущение, что границы исчезли. Нам повезло, что эта пандемия произошла в технологическую эпоху. Что дало нам возможность общаться, отмечать праздники, семейные торжества и продолжать работать. Контакты через интернет позволили всем нам выйти на новую ступень общения, были открыты новые площадки для обмена информацией. Например, конкурс «Китайский язык-это мост» был проведен в дистанционном формате, что позволило принять участие тем ребятам, у которых раньше не было возможности присоединиться в офлайн режиме. Следовательно, пандемия, ее последствия, как и любое жизненное явление, как Инь и Ян, имеет две стороны, как положительные, так и отрицательные, в результате взаимодействия которых наш мир стал другим: миром без границ. И это все благодаря нашим совместным усилиям, которые позволили сделать наш мир еще лучше и сильнее.

Сафронова Алина, г. Новосибирск, Новосибирский государственный технический университет, 3 курс.

疫情的后果

此时人人的生活都不是最轻松的时期。为了我们的安全，我们已经被隔离了一年多了。对我来说，这段时期有苦涩的回忆。因为我父母和朋友住在别的城市。我在新西伯利亚一个人，所以不可能看他们看了 3 个月。再说一天的正常生活已经完全改变了。为了不生病，我们必须呆在家里，因为即使最小的愿望-去商店也会威胁我们的健康。

这样的急剧变化不可能没有后果。有些人失业，小型公司因为危机不可能工作，而且许多全球制造商也遭受了巨大损失。

尽管不好的情况涌现了大批移动应用和服务已经能够取代我们的生活习惯，以及我们被带走的东西。再者与人的关系也发生了变化了，时下我们都团结在互联网上。国家之间的传统边界已经被抹去，现在我们已经成为一个命运共同体。

结果，在线服务发展的这种飞跃导致了一场小革命。世界将永远是不相同的了，现在所有人的生活都在网上模式。这是好还是不好？我很难说。但我可以肯定地说，我们被迫习惯这样的生活方式。

也许每个人都知道，这种疾病的第一例出现在中国。但由于政府的工作和审查制度能够压制谣言，每次提醒注意事项。中国几乎拯救了世界。时下人人都知道传说中的医院，把它修完仅仅使用了7天。

不过这种疾病有着强大的传播性，现在整个世界产生了疫情。我认为，中国不应该为此而自责，因为没有国家能迅速控制局势。

Последствия карантина

В данный момент каждый из нас проживает один из не самых лёгких периодов в жизни. Прошло уже больше года, как мы сидим на карантине в своих домах ради своей же безопасности. Из-за такого резкого изменения люди потеряли очень много - от поездок за границу до здоровья. Обычный порядок дня и жизни полностью изменился. Для того, чтобы не заболеть, мы должны были сидеть дома, ведь даже самое обычное дело – поход в магазин угрожал нашему здоровью.

Такое резкое изменение не смогло пройти без последствий. Некоторые люди потеряли работу, малый бизнес не смог выбраться из кризиса, многие мировые производители также понесли огромные убытки. Каждый понимал, что нужно найти хоть какой-то выход из этой проблемы, хоть немного улучшить ситуацию в стране. Благодаря профессионалам, которые взялись за эту нелёгкую задачу, положение стало улучшаться. Появилось много приложений, услуг и сервисов, которые смогли заменить то, к чему мы привыкли и то, что у нас отняли.

Отношения с людьми изменились тоже, все мы сплотились в интернет-формате. Условные границы между странами стёрлись, теперь мы стали единым обществом.

В результате, такой скачок в развитии онлайн-услуг привёл к небольшой революции. Мир больше никогда не станет прежним, теперь вся жизнь людей находится в онлайн-формате. Хорошо это или плохо? Мне трудно об этом сказать. Но то, что мы были вынуждены привыкнуть к таким условиям - могу сказать точно.

Наверное, каждый знает, что первые случаи болезни появились на территории Китая. Но, благодаря работе правительства и такого явления как цензура, правительство смогло подавить слухи и волнения, каждый раз напоминая о мерах предосторожности. Также благодаря быстрой реакции и закрытию границ города Ухань, Китай почти спас весь мир от опасной болезни. Теперь все знают о легендарной больнице, которая была построена за 7 дней.

Но болезнь смогла просочиться за границы, и весь мир оказался в этой агонии. Я считаю, что Китай не должен винить себя за такое стечение обстоятельств, никто не смог также быстро и хорошо взять в руки страну для предотвращения огромного количества жертв.

КОРЕЙСКИЙ ЯЗЫК



УЧАСТНИКИ КОНКУРСА

Группа начинающих:

1. Акоюн Лиана, г. Новосибирск, НГТУ
2. Вершинина Яна, г. Новосибирск, НГТУ
3. Войчук Антонина, г. Новосибирск, НГТУ
4. Калинина Анастасия, г. Новосибирск, НГТУ (2 место)
5. Панченко Виолетта, г. Новосибирск, НГТУ
6. Чиркова Дарья, г. Новосибирск, НГТУ (3 место)
7. Шведова Мария, г. Новосибирск, НГТУ (1 место)

Акоюн Лиана, Новосибирский государственный технический университет, 1 курс

매운 음식: 이해득실

한국은 매운 음식으로 유명합니다. 한국 음식에는 많은 고추가 있습니다. 왜입니까? 한국 날씨가 아주 따뜻하니까 빨리 망칩니다. 따라서 고대부터 소금과 고추를 첨가하는 방법이 사용되었습니다.

저는 매운 음식을 좋아하고 저는 그것을 많이 먹습니다. 저는 무엇을 매운 음식의 장단점이 알고 싶습니다. 프로부터 시작하겠습니다. 대부분의 한국인이 얇습니다. 다이어트 때문이 아닙니다. 고추는 살찌는 허용하지 않습니다. 첫째, 고추는 신진대사를 가속화합니다. 둘째, 매운 음식은 많이 먹기가 어렵습니다. 그것은 사실입니다. 저는 매운 음식을 먹을 때, 저는 배불리 먹습니다.

한국인은 드물게 차집니다. 이것은 또한 바이러스와 싸우는 매운 음식 덕분입니다. 그것은 사실입니다! 매운 음식을 많이 먹는 좋아하는 한국 친구가 있습니다. 그녀는 매우 드물게 차집니다.

또한 저는 주요한 단점을 언급하고 싶습니다. 매운 음식 때문에 배 질환이 나타납니다. 제 앞서 언급 친구는 매운 음식 때문에 배 질환이 있습니다.

그런데 모든 한국 매운 음식이 아닙니다. 고추가 없는 많은 음식이 있습니다. 불고기, 삼겹살, 비빔밥이 있습니다.

추리하면 매운 음식이 아주 유용하다고 말하고 싶습니다. 그런데 미래에 배 질환이 있고 싶지 않으면 그것을 남용하지 않습니다.

Острая еда: польза и вред

Корея известна своей острой едой. Корейская еда содержит большое количество красного перца. Почему? В Корее очень тёплая погода, из-за чего быстро портятся продукты. Поэтому с давних времён применялся метод добавления большого количества соли и перца.

Мне очень нравится острая пища, и я ем её в большом количестве. Вот мне бы хотелось выяснить, какие есть плюсы и минусы у острой еды. Начну с плюсов. Большинство корейцев - худые. И это не потому, что каждый из них придерживается диеты. Острый перец не позволяет им поправляться. Во-первых, он ускоряет обмен веществ. Во-вторых, острую пищу сложно съесть много. И ведь правда, когда я ем острую пищу, я очень быстро наедаюсь.

Корейцы редко простывают. Это также благодаря острой пище, которая борется с вирусом. И это правда! У меня есть подруга-корейка, которая любит есть много острой пищи. И она очень редко простывает.

Также хотелось бы сказать о самом главном минусе. Из-за острой пищи развиваются болезни желудка. У моей вышеупомянутой подруги как раз есть проблемы с желудком из-за острой пищи.

Также хотелось бы отметить, что не вся корейская еда является острой. Есть много блюд, в составе которых перца нет вообще. Например, такие знаменитые блюда, как пильгоги, самгёпсаль, пибимбап.

Делая вывод, хотелось бы сказать, что острая пища действительно очень полезна, но лучше ей не злоупотреблять, если в будущем не хочется иметь проблем с желудком.

Вершинина Яна, Новосибирский государственный технический университет, 1 курс

제 취미

모든 사람들은 다양한 취미가 있는데 제 취미는 요리, 음악을 듣기, 승마입니다. 지금 취미에 대해서 발표하고 싶습니다.

저는 어렸을 때부터 요리가 좋습니다. 처음에 여섯 살 때 애플파이를 만들었습니다. 애플파가 쓰고 맛있었지만 그 일이 아주 좋았습니다. 지금은 한식집이 좋고 한식을 만들 공부하고 있습니다.

그리고, 저는 클래식 음악이 아주 좋습니다. 제일 좋은 작곡가는 시도강입니다. 시도강의 음악이 아름답지만 쓸쓸합니다. 그 음악을 비처럼인지 생각합니다. 제일 좋은 음곡은 "알러내"입니다. 음악을 들을 때도 그림 그리기를 좋아합니다.

열한 살부터 승마를 공부합니다. 제 말은 "자비라"라고 말합니다. 자피라의 망아지는 "자바바"라고 말합니다. 이 말 두 마리를 아주 착하고 다른 동물과 사람에게 좋습니다.

제 취미가 아주 좋고 그 일이 없으면 제 생활도 없는 것 같습니다.

Мои хобби

У всех людей есть различные увлечения. Мои увлечения - это приготовление пищи, прослушивание музыки, верховая езда. Сейчас я хотела бы рассказать о них.

Я с детства люблю готовить. Впервые я испекла яблочный пирог, когда мне было шесть лет. Он был горьким и невкусным, но мне очень понравилось его готовить. Сейчас я люблю корейскую кухню и учусь готовить корейские блюда.

Также еще я очень люблю классическую музыку. Мой самый любимый композитор – Шидо Кан. Его музыка прекрасная, но очень грустная. По моему мнению, она похожа на дождь. Моя любимая мелодия - "Одиночество". Также во время прослушивания музыки я люблю рисовать.

С одиннадцати лет я учусь верховой езде. Мою лошадь зовут «Зафира». Её жеребёнка зовут «Забава». Эти две лошади очень добрые и дружелюбные по отношению к другим животным и людям.

Я люблю свои хобби и не представляю свою жизнь без них.

한국의 예절

여느 나라와 다를 바 없이 한국은 자신만의 문화와 전통을 간직하고 있습니다. 이는 에티켓에 있어서도 마찬가지인데, 제가 경험한 한국의 식사 에티켓에 대해서 이야기해 보고자 합니다.

한국에는 아시아 문화를 접하지 않은 서양 사람들이 모를 법한 식사 예절이 다수 존재합니다. 예를 들어 아시아에서는 자신보다 나이가 많거나 높은 직급의 사람을 존대하는 유교 문화가 내재되어 있습니다. 이는 식사예절에도 적용된다고 배웠기에 한국인과 식사를 할 때면 늘 생각이 많아졌습니다. 누가 식탁에 먼저 앉아야 하는지, 숟가락을 먼저 들어야 하는지, 언제 돈을 지불하고 사람들의 잔을 채워야 하는지 많은 것들을 고려하고는 했습니다.

또, 셀프 서비스 문구는 저를 놀라게 했습니다. 한국의 식당에서는 제가 이제까지 겪어보지 못한 직접 음식을 식반에 담고 돈을 내는 셀프 서비스 문화가 존재했습니다. 또, 아무리 익숙해지려고 해도 젓가락 사용은 어렵게만 느껴졌습니다. 포크가 필요해도 대부분의 한국 식당은 포크를 제공하지 않았습니니다.

한국 사회에서 적응하고 살아가는 데 기초적인 지식과 경험이 부족했던 저에게 한국 여행은 쉽지만은 않았던 것으로 기억합니다. 하지만 제가 한국 문화를 깊숙하게 탐구할수록 다른 나라의 문화에 대해서 더 많은 것을 알아가는 데 흥미를 느꼈습니다. 제가 한국여행을 가장 행복하고 기억에 남는 여행으로 기억하는 이유는 한국 문화를 가까이서 느끼고, 관찰할 수 있었던 기회 덕분이라고 확신합니다.

Корейский этикет

Корея, как и любая другая страна, имеет свои культурные особенности и традиции. И конечно, разных правил поведения и этикета у корейцев также предостаточно. Побывав в Корее, я столкнулась с некоторыми из них.

Особенно много в Корее правил столового этикета, которых западный человек, непосвященный в тонкости азиатской культуры, может не знать. Например, всем давно известно, что в Азии особенно выделяется обязательное почтительное и вежливое отношение к человеку старшего возраста. Иногда, ужиная в обществе корейцев, приходилось помнить о многих правилах. Для меня, неподготовленного человека, было очень трудно разобраться в таких вещах, как: кто должен первый сесть, потом начать есть, когда нужно оплачивать счет и подливать напитки в чужие стаканы – все эти правила постоянно крутились в моей голове.

Необычным было и само обслуживание в корейских ресторанах. В некоторых местах необходимо было накладывать добавки самому, а затем самому подходить и на кассе оплачивать счёт. Также, хоть и пыталась, я так и не смогла научиться есть палочками для еды. А найти вилку в корейских заведениях ещё нужно постараться.

В общем, для человека как я, который не обладал всеми необходимыми для жизни в корейском обществе знаниями, путешествие далось нелегко. Однако, по мере погружения в культуру, мне понравилось получать все больше новых знаний и погружаться в культуру другой страны. По моему мнению, именно из-за такого близкого общения с корейской культурой путешествие в Корею я считаю самым удивительным и счастливым в моей жизни.

**Калинина Анастасия, Новосибирский государственный
технический университет, 2 курс**

입에 맞는 떡

한국어로 «입에 맞는 떡은 구하기 어렵다»라는 속담이 있습니다. 좋아하는 일이나 아무것도 구하기 쉽지 않다는 뜻입니다. 정말 그런가요?

부모님은 우리가 태어날 때부터 이 문제에 대해 생각하기 시작합니다. 우리의 성격, 성향, 재능을 이해하는 것을 배웁니다. 우리의 밝은 장래 희망을 키우며 아이들을 다양한 학원에 보냅니다.

어렸을 때 수영, 테니스, 체조, 춤, 그림 그리기, 승마, 롤러 스케이트, 자수, 독서모임 등은 해봤습니다.저는 까다로운 아이였기 때문에 종종 수업이 지루해져서 끊고 다른 것을 시작했습니다.하지만 저는 그렇게 많이 노력한 것을 후회하지 않습니다.이 경험 덕분에, 저의 장단점을 알게 되었고 좋아하는 것과 싫어하는 것이 무엇인지 알게 되었습니다.

이런 일이 일생 동안 우리에게 일어난다고 생각합니다. 잘 못하거나 더 이상 기쁨을 가져다주지 않을 때 우리는 새로운 것을 해봅니다. 일생에 걸친 교육입니다. 게다가 자신이 좋아하는 어떤 것은 직업이 될 필요가 없고 그냥 취미일 수 있습니다. 또한 다양한 기술을 개발하고 스트레스를 풀고, 다른 사람들을 도울 수도 있습니다. 예를 들어 중학교에서 우리 방은 고아원에 소포를 보내려고 했습니다. 그래서 학생들은 무언가를 만들어야 했습니다. 집에서 할머니의 코바늘과 실을 찾고 일주일간의 훈련 끝에 장난감을 몇 개 뜨게질했습니다. 뜨게질을 배웠는데 지금도 가끔 하는 취미생활이 되었습니다.저는 어머니에게 자극을 주고 가르쳤는데, 이제 어머니는 거의 저녁마다 가방과 다른 것들을 뜨게질하십니다.

고등학교 때 영어에 흥미를 느끼고 그 후에 다른 언어에도 관심을 갖게 되었습니다.그래서 저는 이와 관련된 전공을 선택하기로 했는데 여기까지 오게 되었습니다.

미래에 저의 또 새로운 면을 발견하고 다른 활동을 해보고 싶습니다. 행복을 주는 일을 찾는 것은 늦은 법은 없습니다. 자신에게 도전하는 것을 두려워하지 않는 것 - 가장 중요한 것입니다. 왜냐하면 입에 맞는 것을 찾으면 행복해집니다.

Дело по душе

В корейском языке есть пословица «입에 맞는 떡은 구하기 어렵다». Она означает, что найти дело по душе не так-то просто. Так ли это?

Родители начинают задумываться об этом с самого нашего рождения. Они учатся понимать наш характер, склонности и какие-то особенности. Поэтому с надеждой на светлое будущее отправляют детей на дополнительные занятия по разным направлениям.

Я в детстве посещала множество секций. Поскольку я была достаточно привередливым ребенком, то быстро бросала занятия и начинала что-то новое. Однако я не жалею, что попробовала так много всего. Благодаря этому опыту я разобралась, что мне нравится, а что нет, а также узнала свои сильные и слабые стороны.

Думаю, так происходит с нами в течение всей жизни. Бывает, что-то не получается или больше не приносит радость, тогда мы пробуем что-то новое. К тому же, любимое дело не обязательно должно быть связано с работой. Это может оставаться хобби, что тоже отлично помогает в развитии навыков, снимает стресс и даже может помочь другим людям.

Например, в средней школе мы отправляли посылку в детский дом, поэтому каждый ученик должен был что-то смастерить. Я нашла дома бабушкин крючок и пряжу и спустя неделю тренировок смогла связать пару игрушек. Так я научилась вязать, и это превратилось в хобби, которым я до сих пор иногда занимаюсь. Я даже смогла замотивировать свою маму и научить ее, сейчас она почти каждый вечер вяжет сумки и другие вещи.

В старшей школе у меня появился интерес к английскому, а потом и к другим языкам, поэтому я решила выбрать специальность, связанную с международными отношениями. Таким образом, я оказалась здесь.

В будущем я также хочу раскрыть свои новые стороны и попробовать другие занятия.

Никогда не поздно найти то, что будет приносить удовольствие, главное – не бояться пробовать что-то новое. Если мы находим такое дело, которое действительно приходится нам по душе, мы обретаем счастье

Панченко Виолетта, Новосибирский государственный технический университет, 1 курс

재미 있는 여행

저는 여행을 아주 좋아합니다. 저는 많은 나라를 방문했습니다. 그리고 부모님은 십이 개국 이상을 방문했습니다. 그러나 한 곳은 매우 날랐습니다. 이 년 전 저는 가족과 함께 흥미로운 여행에

갔습니다. 우리는 태국으로 날아가서 삼일 동안 거기에 있었습니다. 그다음 우리는 배를 타고 콜리페 섬으로 갔습니다. 이것은 작지만 매우 아름다운 섬입니다. 아름답고 따뜻한 바다가 있습니다. 바다의 물은 청록색으로 물들어있었습니다. 저는 매일 바다에서 수영했습니다. 바다에서 저는 아름다운 물고기를 봤습니다. 우리는 또한 카누를 타고 해변에서 휴식을 취했습니다. 저녁에는 메인 스트리트를 산책했습니다. 저는 거기에서 여러 사람들을 만났습니다. 저는 중국, 미국, 독일의 친구를 사귀었습니다. 우리는 맛있는 음식을 먹고 해변을 산책하러 함께 갔습니다. 여행 중에 도 섬을 방문하고 새로운 친구를 찾았습니다. 많은 나라, 특히 한국을 방문하고 싶습니다. 그래서 저는 한국어를 배우고 있습니다.

저는이 기억들이 오랫동안 기억속에 머물러 있기때문에 사람들이 여행하는 것을 믿어줍니다.

Интересное путешествие

Я очень люблю путешествия. Я посетила много стран. А мои родители посетили больше 20 стран. Но нас очень удивило одно место. Два года назад я вместе со своей семьей ездила в очень интересное путешествие. Мы прилетели в Таиланд и пожили там 3 дня, потом мы поплыли на корабле на маленький остров Ко Липе. Это маленький, но очень красивый остров. Там красивое и тёплое море. Вода в море была бирюзового цвета. Я каждый день в нем купалась и смотрела разных рыб под водой. Также мы плавали на каноэ и отдыхали на пляже. Вечером я гуляла по главной улице и знакомилась с новыми людьми. У меня появились друзья иностранцы из Китая, Америки и Германии. Мы ходили вместе есть вкусную еду и гулять по пляжу.

За это путешествие я посетила два острова и нашла себе новых друзей. Я хочу посетить ещё много стран, а особенно Корею. Поэтому я учу корейский язык. Я считаю, что люди должны путешествовать, потому что эти воспоминания надолго остаются в памяти.

Я хочу, чтобы большое количество людей получили такие же эмоции, которые получила я.

Чиркова Дарья, Новосибирский государственный технический университет, 1 курс

여행은 제 생활의 요소입니다.

안녕하십니까? 저는 치르코바 다리야라고 합니다. 반갑습니다. 여행이 놀라운 감정하고 새로운 지인하고 다른 나라의 문화와 인생관이니까 많은 사람들이 여행을 하고 싶은 것 같습니다. 모든 사람들에게 특이한 느낌입니다.

저에게 좋은 마음을 돋워서 저는 여행을 정말 좋아합니다. 비행기로 출발할 때 흥분하고 기대를 생겨나고 심장이 걱정스럽게 뻗니다. 처음에는 비행기에 탔을 때 저는 5 살이었습니다. 그때 저는 시끄러운 소리하고 잘 모르는 사람들과 금속의 상자에 있는 느낌은 너무 두렵습니다. 아주 이상한 느낌이었습니다. 보지 않은 할머니를 볼 수 있으니까 비행기는 저에게 아주 특별한 교통 수단이 되었습니다. 저는 항상 제 첫 여행을 기억할 것입니다.

14 살 때 저는 벌써 한국을 좋아해서 한국어를 배우고 한국 사람들과 자유롭게 소통할 수 있는 꿈은 있었습니다. 2013 년 여름에 2 주일 동안 구미시에 어학원이 있었습니다. 주최자들이 우리를 만났는지 친구와 같이 다른 도시로 여행을 했는지 기숙사가 산에 있었는지 아주 잘 생각합니다. 롯데 월드에 가고 친구와 함께 놀았습니다. 이 여행은 잊을 수 없는 여행이었습니다. 집에 돌아올 때 활기차고 다양한 한국에 다시 가고 싶었습니다.

2019 년 겨울에 드디어 한국에 갈 수 있었습니다. 우리 엄마와 같이 10 일 동안 부산에서 살았습니다. 바다의 향기하고 매운 김치 맛하고 친절하고 따뜻한 사람들을 봤습니다. 제가 만난 사람들이 아주 반갑고 한국어로 이야기할 때 항상 놀랐습니다. 여행 동안 저는 정말 정말 행복했습니다. 여행은 저를 행복하게 합니다. 여기 있는 사람이 어떻게 생각합니까?

Путешествия как часть моей жизни

Многие люди мечтают путешествовать, потому что путешествия — это непередаваемые эмоции, новые знакомства и страны с другой

культурой и взглядом на жизнь. Это уникальные чувства для каждого человека.

Я очень люблю путешествовать, это приносит мне много приятных и знакомых чувств – ожидание, волнение от поездки, беспокойно бьющееся сердце при взлете самолёта и спокойствие при посадке. Когда я впервые села в самолёт, мне было 5 лет. Я испугалась тогда громких звуков, большого количества других людей и факта, что я нахожусь в огромной железной коробке. Это было очень странное чувство. Но когда я прилетела, то осознала, что самолёт стал для меня очень важным транспортом, который позволил мне увидеться с бабушкой, которую я раньше не видела. Я всегда буду помнить свою первую поездку.

Когда мне было 14, я уже увлекалась Кореей, в школе учила язык и мечтала о том, что смогу общаться с корейцами абсолютно свободно. Тогда я поехала в Корею по программе языковых летних курсов на 2 недели. Это было очень волнительно. Я очень хорошо помню, как нас встретили организаторы, как мы ездили по разным городам с экскурсиями. Нас отвезли на море, а общежитие стояло на горе. Мы побывали в Lotte World, и я очень сильно веселилась с друзьями. Это было незабываемое путешествие. Вернувшись домой, я мечтала снова оказаться в яркой и разнообразной Корее.

В 2019 году зимой мне наконец представилась такая возможность. Я вместе с мамой поехала в Корею как турист. Мы жили в Пусане 10 дней. Запах моря, вкус острого кимчи и приветливые и теплые люди. Люди, с которыми я общалась, были очень приветливы и всегда удивлялись, когда я обращалась к ним по-корейски. Путешествия делают меня счастливыми, а вас?

Шведова Мария, Новосибирский государственный технический университет, 1 курс

저는 내성적입니다. 만나서 반갑습니다.

통계에 따르면 지인의 1/3 실제로 내성적이라는 이는지 아십니까? 아마도 파티와 군중보다 책과 치목이 더 좋아하는 사람을 만난 것 같습니다. 아마도 수다스럽지 않고 홀로 일을 좋아하는 사람 인 것

같습니다. 아마도 그 사람은 똥하고 쓸쓸해 버였습니다.그렇지 않습니까? 그 사람은 저처럼 내성적입니다. 이 세상에서 우리에게서 너무 어렵습니다.

저는 어릴시절부터 조용하고 담담했습니다. 장난감을 혼자 놀았을때 슬프거나 위롭지 않았습니다.저는항상 좋은 상상력을 있었고 정말 독서를 즐겼습니다.그러나 청중 앞에서 공연하는 것을 처야하지 않았고 시끄러운 파티도 싫었습니다. 물론 그때 내향성이라는 것을 몰랐지만 이미 학교에서 저에게 뭔가 잘못된 것 같습니다.

학교에서 아이들에게 팀워크의 중요성에 훈시합니다.그리고 자주 인터뷰를 하는 동안 자신을 표현하는 능력은 우리의 이력과 지식보다 중요합니다.

학교와 직장은 외향적 사람들은 위해 만들어진 것 처럼 보이지만, 내성적 사람들은 자주 과소평가하거나 오해합니다. 끊임 없이 다른 사람이 되어야 할 때 살기가 어렵습니다.

선생님은 저에게 "성공하기 어려울 것입니다"라고 말했습니다.하지만 연구에 따르면 가장 많이 말하는 사람과 좋은 아이디어 사이에는 아무런 관련이 없습니다.또한 조앤 롤링이나 아이작 뉴턴과 같은 유명한 사람들도 내성적이었습니다.

결과적으로 저는 자신을 받아들이고 리메이크하려고 하지 않는 법을 배웠습니다.내성적이라면-괜찮습니다. 그냥 가끔 프라이버시를 필요합니다. 내성적 사람들은 회의 중에 적극적으로 말하는 방법을 모르지만 대화를 시작하면 중요한 말을 합니다. 아이디어를 공유하기 전에 먼저 생각하는 것을 선호하기 때문입니다.

우리의 세상에서 다른 사람들은 사니까 다른 특성을 받아들이고 이해해야합니다. 다른 사람을 변경하지마십시오. 누구나 자신의 방식으로 성공을 이룰 수 있습니다. 모든 삶은 소중하고 독특합니다.

내성적을 잘 부탁드립니다.

Я интроверт – приятно познакомиться

А вы знали, что по статистике, минимум треть ваших знакомых — интроверты? Возможно, вы встречали человека, который больше любит

книги и тишину, чем вечеринки и толпу людей. Возможно, тот человек любил работать в одиночку и был не очень разговорчивым. Тот человек выглядел недружелюбным и угрюмым. Не так ли? Этот человек - интроверт, как и я. И нам очень тяжело жить в этом мире.

С детства я была тихим и уравновешенным ребенком. Когда я играла одна со своими игрушками, мне не было грустно или одиноко. У меня всегда была хорошая фантазия и мне действительно нравилось чтение. Тем не менее, мне не нравилось выступать перед публикой, и шумные праздники мне тоже не нравились. Разумеется, в то время я не знала, что это называется интроверсией, но уже в школе мне казалось, что со мной что-то не так.

Детям со школьных лет говорят о важности командной работы. На собеседованиях умение презентовать себя часто имеет не меньшее значение, чем реальные навыки и знания. Школы и рабочие места как будто созданы для экстравертов, в то время как интроверты часто недооценены или их неправильно понимают. Становится трудно жить, когда постоянно необходимо быть кем-то другим.

Моя учительница говорила: «Тебе будет сложно добиться успеха». Но исследования показывают, что нет связи между человеком, который говорит больше всех и лучшими идеями, которые прозвучали. Более того – многие известные люди, такие как Джоанн Роулинг или Исаак Ньютон, тоже были интровертами.

В итоге я научилась принимать себя, а не пытаться переделать. Потому что если ты интроверт - то это нормально. Просто нам нужно чуть больше личного пространства. Может быть, интроверты и не умеют активно выступать во время совещаний, но если уж они начинают говорить – они говорят что-то важное. Это потому, что они предпочитают всё обдумать прежде, чем делиться своими идеями.

В нашем мире живут самые разные люди, поэтому нужно понимать и принимать особенности этих людей. Не пытайтесь переделать других! Каждый способен достичь успеха по-своему. Каждая жизнь драгоценна и уникальна. Позаботьтесь об интровертах!

Группа продолжающих:

1. Ахнина Мария, г. Новосибирск, НГУ
2. Гальченко Екатерина, г. Новосибирск, Центр восточных языков KJC School
3. Калинина Элина, г. Новосибирск, НГУ (2 место)
4. Ким Юлия, г. Новосибирск, НГТУ (3 место)
5. Крючкова Виктория, г. Новосибирск, НГУ
6. Маргаринт Диана, г. Новосибирск, НГТУ
7. Пай Ксения, г. Новосибирск, НГТУ
8. Степаненко Ирина, г. Новосибирск, НГТУ (1 место)

Ахнина Мария, Новосибирский государственный университет, 3 курс

소셜네트워크로 한국어 배우기.

안녕하세요? 저는 마리아라고 합니다. 노보시비르스크 국립 대학교 동양학과 3학년학생입니다.

현대 세계에 외국어 배우기 위한 도구가 많습니다. 코로나 19 유행병 동안 온라인 수업과 소셜네트워크에 있는 외국어 배우기에 대한 정보는 많은 인기를 받았습니다. 그래서 어떻게 소셜네트워크로 한국어를 배울 수 있습니다?

YouTube 는 모든 단계에서 좋은 도움이 될 수도 있습니다. 첫째 읽기 규칙과 발음을 배우기 필요합니다. YouTube 에 원어민들이 한글, 읽기 규칙, 발음에 대해서 가르치는 비디오가 많습니다. 또, 한국어 영상 자막을 읽어 비디오에 있는 사람을 따라 발음을 모사하여 읽기와 발음 실력을 향상시킬 수 있습니다. 한국어 수준이 높아짐에 따라 러시아나 한국어 교사의 비디오로 새로운 문법을 배우고, 한국 비디오로 듣기를 향상시키고, 속어 표현과 사투리를 배울 수 있습니다.

선생님의 역할을 시도해 누군가에게 정보를 설명하면 정보가 더 잘 기억된다는 의견이 있습니다. 그 목적으로 일정 주제에 대한 단어 목록, 관용어, 쉽게 문법을 설명하는 것이 있는 자신의 블로그를 할 수 있습니다.

물론 소셜네트워크로 원어민과 이야기 할 수 있는 것은 큰 장점입니다. 이 경우에 등급도 중요하지 않습니다! 이야기하는 동안 이론적 지식을 적용하고 새로운 친구를 사귀고 한국에 대해 많이 배울 수 있습니다.

하지만 단점도 있습니다. 많은 사이트에서 동화의 규칙을 고려하지 않고 단어를 잘못 읽는 것이 있습니다. 예를 들어, 한 블로그에서 “미소 짓다”라는 말을 [미소 짓다]라고 읽기입니다. 그리고 소셜네트워크에 한 달 안에 한국어를 가르치겠다고 약속하는 수업에 대한 광고가 많습니다. 그런데 우리 생활에 동화가 없습니다. 좋은 결과를 받기 위해서 인스타그램에서 한국 블로거의 게시물을 읽는 것과 함께 기본 한국어 수업의 체계적인 접근이 필요합니다.

코로나 19 유행병 시절 때 인터넷과 소셜 네트워크의 발전은 외국어 중에 하나인 한국어 학습을 위한 좋은 기회를 제공하지만, 소셜 네트워크에서 보내는 시간이 효과적이고 지식을 얻기 위해서는 신중하게 정보를 선택해야 합니다. 얻은 지식은 서로의 관련성이 있고 통합되고 적용되어야 합니다. 또, 소셜네트워크는 기본적인 한국어 수업에 도움이 될 수 있을 뿐이라는 사실을 기억해야 합니다.

Изучение корейского языка с помощью социальных сетей

В современном мире существует множество инструментов для изучения иностранного языка. Во время пандемии приобрели популярность онлайн-уроки, а также информация, посвящённая изучению языков в социальных сетях. Так как же можно с помощью соцсетей изучать корейский?

YouTube может стать прекрасным помощником на всех этапах изучения. Сначала необходимо научиться читать и поставить произношение. На YouTube есть множество видео, где носители языка рассказывают о хангыле, правилах чтения и произношении. Навыки чтения и произношение можно улучшать, читая корейские субтитры для видео вслед за людьми из ролика, копируя произношение. С повышением уровня языка можно изучать новую грамматику с видеороками русских и корейских преподавателей, тренировать аудирование, узнавать сленговые выражения и язык живого общения.

Существует мнение, что информация запоминается лучше, если её объяснять кому-то, примеряя на себя роль преподавателя. Для этого можно завести собственный блог изучения корейского языка, где можно выкладывать списки слов на определённые темы, идиомы и объяснять грамматику понятным языком.

Конечно же, большим плюсом использования социальных сетей является возможность общения с носителем языка. При этом уровень не имеет значения! В процессе общения можно применить теоретические знания и обзавестись новыми друзьями, узнать много нового о Корее.

Но существуют и определённые минусы. Достаточно много страниц предлагают неправильное чтение слов без учёта правил ассимиляции. Например, 미소 짓다 в одном блоге предлагали читать как [미소 짓다]. Также в соцсетях рекламируются курсы, обещающие научить корейскому за месяц, но сказок в жизни не бывает, для хорошего результата нужен системный подход и правильное соединение основных уроков корейского с чтением постов корейских блогеров в Instagram.

Развитие интернета и социальных сетей, особенно в условиях пандемии, даёт отличные возможности для изучения иностранных языков, в частности корейского, но необходимо тщательно и обдуманно подбирать информацию, чтобы проведённое в соцсетях время было продуктивным, а полученные знания были актуальными, закреплялись и применялись. Также необходимо помнить, что социальные сети - это всего лишь вспомогательное средство к основным урокам корейского языка.

Гальченко Екатерина, Центр восточных языков KJC School

한국과 러시아의 SNS

아시아 및 유럽의 사고방식은 IT 분야에서도 차이가 나타나고 있습니다. 아시아에는 자체적인 법이 있는 인터넷이라는 인기 있는 농담이 있습니다. 그래서 오늘은 한국의 카카오톡과 러시아의 vkontakte를 비교해보도록 하겠습니다.

처음에 카카오톡 열고 딱 보면 VK 하고 차이가 별로 없는 것 같습니다 . 하지만 이 메신저를 사용하다 보면 차이를 분명히 볼 수 있습니다.

첫번째 차이는 이모티콘입니다 . 제 생각에는 vkontakte 보다 카카오톡에는 더 다양한 애니메이션이 있는 이모티콘이 있습니다. 게다가 카카오톡에는 종류로 구분해 있는 이모티콘이 있어요. 예를 들면 신규, 인기, 30 대 20 대 등 있습니다. 그리고 카카오톡에는 애니메이션이 있는 이모티콘이 많습니다. 반면에, vkontakte 에 그런 이모티콘이 거의 없습니다. 그리고 물론, 스티커의 디자인 상당히 다릅니다. 한국에서는 대부분의 스티커가 꽤 귀엽고 아이들의 그림처럼 보이기도 하는데, Vkontakte 는 좀 더 디테일한 도면을 사용하고 스티커가 조금 더 복잡해 보이고 별로 귀엽지 않습니다.

두 번째 차이점은 애플리케이션들의 기능이에요. 예를 들어, 러시아 VKontakte 에서는 친구와 채팅을 하고 음악을 들을 수 있을 뿐만 아니라 방송도, 게임도, 팟캐스트도 들을 수 있고, 심지어 택시 주문도 할 수 있습니다. 이 모든 기능이 하나의 어플리케이션에 포함되어 있습니다. 하지만 다른 한편으로는, 카카오톡에는 친구나 부모님께 치킨이나 다른 맛있는 음식 쿠폰을 선물로 보내 수 있습니다 . 흐린 날에 맛있는 것을 먹으면 기분 딱 풀립니다.

그러나 모든 차이에도 불구하고, 두 애플리케이션에는 비슷한 기능도 있습니다 . 예를 들면, 카카오에도 vkontakte 에도 우리 시대에 꼭 필요한 음성 메시지를 보낼 수 있습니다. 실제로, 때때로 뭔가 쓰는 것보다 말하는 것이 훨씬 더 빠르죠. 그래서 음성 메시지를 보내기 엄청 중요한 기능이라고 생각합니다. 특히 한국에서 무지하게 필요한 기능입니다. 빨리빨리라는 문화 있기 때문입니다.

두번째 비슷한 점은 자기 프로필 편집할 수 있고, 사진도 올릴 수 있고, 변경 바꾸기도 , 친구 추가하기도, 모든 친구가 볼 수 있는 스토리 업로드도 가능합니다.

제 생각에는 다양한 SNS 메신저들이 이미 우리 삶의 필수적인 부분이 되었고 많은 면에서 그 나라의 사고방식이랑 비슷해졌습니다. 중국, 일본, 한국에서는 완전히 다른 소셜 네트워크, 온라인 서비스 인기가 있기 때문입니다. 또한 아시아 사람들 중에 가장 인기 있는

메신저도 다릅니다. 아시아 국가들은 자주 트렌드 세터가 되지만, 유럽과 아시아 sns 어플리케이션에 여전히 차이점이 있습니다. 예를 들어, 한국인들은 음식을 사 주는 것을 좋아하기 때문에 카카오톡에 그런 기능이 있습니다. 러시아 사람들은 음악이 없는 삶은 상상할 수 없어서 VKontе를 통해 음악을 보낼 수 있습니다.

Корейские и русские мессенджеры

Отличие азиатского и европейского менталитетов прослеживается и в сфере IT-коммуникации. Есть популярные шутки о том, что в Азии свой интернет, который живет по своим законам. И сегодня я попытаюсь сравнить 2 самых популярных мессенджера: корейский Какао-толк и русский Вконтакте.

Когда заходишь в Какао-толк впервые, то кажется, что различий как таковых нет. Но это только на 1 взгляд. По мере пользования данным мессенджером можно четко увидеть их. И одно из различий - это смайлики. Лично по моему мнению, в Какао представлено большее разнообразие смайликов, которые разделены даже по категориям (신규, 인기, 20 대 20 대 등등). Также стикеры в Какао-толк практически всегда анимированы, в то время как Вконтакте стикеры с анимацией составляют меньшинство. И, конечно же, нельзя не упомянуть, что рисовка стикеров тоже довольно сильно отличается. В Корее большинство стикеров довольно милые и иногда даже походят на детские рисунки, в то время как в Вконтакте используется более детальная прорисовка, за счёт чего стикеры и выглядят немного сложнее и не так мило.

Второе же различие заключается в более детальных функциях. Например, в русском Вконтакте ты можешь не только общаться с друзьями и слушать музыку, но также и вести трансляции, играть в игры, слушать подкасты и даже заказать такси. И все это в одном приложении. Но зато в Какао можно порадовать своего друга или же родителей и подарить им купон на курочку или же на какую-нибудь другую вкусняшку, чтобы поднять настроение в пасмурный день.

Но, несмотря на все различия, также есть функции, которые присутствуют в обоих приложениях. Например: что в Какао, что в ВК

вы сможете отправлять голосовые сообщения, которые так стали необходимы в наше время. Ведь порой сказать бывает намного быстрее, чем что-либо написать. Поэтому голосовые сообщения очень важная и необходимая функция. Особенно для корейцев с культурой 빨리 빨리.

Также вы можете настроить свой профиль, поменять фотографию, статус, добавить друзей и даже выложить историю, которую смогут увидеть все ваши друзья.

Таким образом, мы можем понять, что различные sns-мессенджеры стали уже неотъемлемой частью нашей жизни и во многом переключаются с менталитетом страны, поскольку в Китае, Японии и Корею популярны совершенно иные социальные сети, онлайн сервисы и пр. Отличаются и самые востребованные среди населения мессенджеры. Азиатские страны часто становятся законодателями новых трендов, но различия между европейскими и азиатскими sns-мессенджерами все же присутствуют.

Таким образом, корейцы любят угощать едой, и для этого присутствует функция в Какао-толке. А русские же не представляют свою жизнь без музыки и могут ее отправлять через Вконтакте.

**Калинина Элина, Новосибирский государственный университет,
3 курс**

제가 재활용 시작한 경험

요즘 쓰레기 문제가 매년 더 중요해진다고 압니까?? 쓰레기가 매일 많아지는 탓에 지구의 온도가 매년 올리는 것도 압니까? 쓰레기가 많을수록 지구 온난화 문제가 심해지고 있습니다. 그러나 한편에서는 사람들은 대기업 공장 매연 영향이 쓰레기보다 심하고 우리가 쓰레기를 재활용하더라도 우리 노력이 쓸모 없다고 합니다. 제 생각에는, 산업폐기물이 많은 가 하면 우리가 모두 환경을 위해 조금씩 하면 좋겠습니다.

저는 이년 전에 쓰레기 문제의 중요함을 이해해가지고 쓰레기를 재활용하기로 했습니다. 하지만 러시아에서는 쓰레기 재활용 시설이 별로 없다시피 제가 인터넷에서 재활용 행사를 찾았습니다. 이 행사가 켈료나야 벨카라고 합니다. 이년 전에는 이 행사가 한달에

한번만 진행하느라고 우리가 재활용을 자주 못 했습니다. 그 때문에 저는 한달동안 집에서 종이, 플라스틱, 캔과 유리병을 모으고 가족들에게 쓰레기 분리수거 규칙을 가르쳤습니다.

그렇지만 우리 아버지께서는 깨끗함을 좋아하시는 만큼 집에서 쓰레기를 보자마자 기분이 곧 나빠지셨습니다. 저는 우리가 선한 목표가 있다고 설명해봤지만 아버지께서는 오래동안 재활용의 필요함을 이해하지 못하셨습니다. 어느날에는 제가 집에서 없을 때 아버지께서는 모은 쓰레기를 버려보시기도 했습니다. 결과적으로 우리 어머니께서 노력 덕분에 아버지께서도 쓰레기를 모으기를 시작하셨습니다.

처음에는 우리가 집에서 플라스틱 용기, 유리병, 캔, 종이를 모으고 “젤료나야 벨카” 행사에 맡겼습니다. 그렇지만 최근에는 우리 집 옆에 플라스틱 재활용을 위한 특별한 쓰레기통을 설치됐습니다. 우리는 페트병, 캔, 유리병 안에 들어있는 내용물이 깨끗이 씻어서 이 쓰레기통에 버리곤합니다. 이 쓰레기통이 우리 집과 가까우니까 편리한 것 같습니다.

결국 러시아에서는 재활용 활동을 하기가 어렵지만 환경을 진작시키고 싶으면 방법을 꼭 찾을 수 있다고 생각합니다. 저는 친구들과 가족들에게 환경 보호에 대해 술선수범해보고 있습니다. 지금 러시아에서는 재활용 시설이 많아지고 있으니 우리가 각자 환경을 위해 조금이라도 하면 효과가 꼭 있을 겁니다.

Как я начала перерабатывать мусор

Вы знали, что с каждым годом проблема мусора становится серьезнее, и что из-за этого температура на Земле возрастает? Чем больше на Земле появляется мусора, тем проблема глобального потепления становится серьезнее. Однако люди часто говорят, что отходы крупных предприятий влияют на окружающую среду намного сильнее, поэтому даже если мы начнем перерабатывать мусор, то это не принесет никакой пользы. По моему мнению, предприятия действительно вырабатывают много отходов, однако, если мы сделаем хоть что-то для окружающей среды, это принесет пользу.

Я осознала важность этой проблемы два года назад и решила перерабатывать мусор. Как вы знаете, Россия практически не обустроена для переработки мусора, поэтому я в интернете нашла акцию для сдачи мусора на переработку, которая называлась «Зеленая белка». Два года назад она проводилась раз в месяц, поэтому мы не могли часто сдавать мусор. Я на протяжении месяца собирала бумагу, пластик, алюминиевые банки, стеклянные бутылки дома и параллельно учила семью правилам сортировки мусора.

Однако мой папа очень любит чистоту, поэтому, увидев мусор у нас дома, он сильно расстроился. Хотя я и объясняла ему, что у нас благая цель, он долго не мог осознать необходимость переработки мусора. Однажды папа даже попытался выкинуть этот мусор, пока меня не было дома. В итоге, благодаря усилиям мамы, папа тоже стал собирать мусор.

Изначально мы собирали пластиковые, стеклянные, алюминиевые банки и бумагу дома и отвозили их на акцию «Зеленая белка». Недавно рядом с нашим домом поставили специальный контейнер для пластиковых сосудов. Теперь мы тщательно моем пластиковые и стеклянные бутылки, алюминиевые банки и выкидываем их в этот контейнер. Он расположен вблизи дома, что очень удобно.

Таким образом, в России действительно сложно заниматься переработкой мусора, однако тот, кто действительно хочет, обязательно найдет способ, как это сделать. Я стараюсь показывать это друзьям и родным на своем примере. Сегодня в России создается все больше условий для переработки мусора. Если каждый из нас будет делать хотя бы самую малость для окружающей среды, это обязательно принесет пользу!

Ким Юлия, Новосибирский государственный технический университет, 3 курс

COVID-19 및 원격 교육

2019 년 말 처음으로 전 세계가 코로나 바이러스에 대해 들었다. 아마도 행성의 거의 모든 주민들은 이것 위협에 대한 허구이거나 독감과 같은 일반적인 바이러스며 약을 마시면 치료할 수 있다고

생각했다. 그러나 전 세계로 사망자가 250 만 명을 넘어 설 것으로 예상되는 상황은 아무도 없었다. COVID-19 는 세계 거의 모든 국가에서 경제, 관광, 교육 뿐만 아니라 무엇보다도 일반인의 일상 생활에 엄청난 타격을 입혔다. 하지만 오늘 저는 코로나 바이러스가 교육에, 특히 러시아 대학 학생으로서 저에게 어떤 영향을 미쳤는지 말씀 드리고 싶다.

우리 대학은 2020 년 봄과 가을에 두 번 원격 학습 형식으로 전환했다. 원격 학습에는 다양한 장단점이 있다. 우선, 이러한 유형의 교육에 대한 몇 가지 부정적인 측면을 지적하고 싶다.

첫째, 학생 작업량이 초과되기 시작한다. 앞서 학생이 부부에 대한 일반적인 용어로 답을 준비하거나 몇 가지 질문 중 하나를 선택할 수 있다면 이제 전체 그룹을 위해 설계된 전체 과제를 완료해야 한다. 한 주제를 실행하는 데 많은 시간이 소비되기 시작하고 휴식 및 다른 주제에 대해서는 더 적게 남아 있다.

둘째, 원격 학습 중에 어떤 작업을 수행해야 하는지, 어떤 작업이 필요하지 않은지, 가장 짧은 전달 기한이 무엇인지, 답변을 공식화해야 하는 방법 등에 대해 많은 질문이 발생한다.

셋째, 대학의 교육 온라인 플랫폼은 부하를 견딜 수없고 서버가 "고장" 되거나 과제를 수락하지 않다.

넷째, 컴퓨터에서의 장시간 작업으로 인해 필연적으로 시력이 저하된다.

그러나 원격 학습에도 장점이 있다. 이전에 도로에서 보낸 시간이 늘어난다. 또한 더 이상 교육 기관에서 제공하는 것과 똑같은 점심을 구입할 필요가 없다.

자유 형식의 답변도 매력적입니다. 예를 들어, 구두로 말하거나 상황에 따라 말하기가 어려우신 분들은 답장을 인쇄하여 편한 시간에 보낼 수 있다. 또는 손으로 많은 자료를 쓰는 것이 부당하다고 생각하는 사람들은 이제 오디오 또는 비디오 녹음을 녹음하거나 텍스트 문서에 답을 입력 할 수 있다.

원격 학습 기간 동안 정보를 찾는 기술이 향상되고 있다. 이제 더 자주 검색 할 필요가 있다. 또한, 전일제 공부를하는 동안 공부하기를

꺼리는 사람들을 위해 핵심 과목의 기술이 더 잘 발전하고 있다. 이제 그들은 모든 자료를 준비해야 한다.

보시다시피 부정적 측면과 긍정적 측면은 거의 같다. 원격 학습을 비판하는 사람들이 많고 이를 지지하는 사람들도 있다. 저는 혼합 형식을 선택한다. 세미나-대면, 강의-온라인이다. 교실에서의 강의와 모니터 화면을 통한 강의는 거의 같은 방식으로 학생들에게 인식된다고 생각한다. 그러나 여전히 대우행이 진행되는 동안 더 안전 할 것이다.

COVID-19 и дистанционный формат обучения

Впервые о коронавирусе мир услышал в конце 2019 г. И, наверное, почти каждый житель планеты подумал, что это все выдумка для запугивания или обычный вирус наподобие гриппа, от которого можно вылечиться, пропив курс таблеток. Однако никто не ожидал, что ситуация обернется настолько, что количество смертей по всему миру превысит 2,5 млн. человеческих жизней. COVID-19 нанес сокрушительный удар по экономике, туризму, образованию и, в первую очередь, по нормальной жизни обычных людей почти каждой страны земного шара. Но сегодня я хочу рассказать, как корона-вирус повлиял на образование и меня в частности как на студентку российского университета.

Наш университет переходил на дистанционный формат обучения дважды: весной и осенью 2020 г. У дистанционного обучения есть как различные преимущества, так и недостатки. Для начала мне бы хотелось привести некоторые отрицательные аспекты такого вида обучения.

Во-первых, нагрузка учащихся начинает превышать. Если раньше студент мог к паре подготовить ответы в общих чертах или выбрать один из нескольких вопросов, теперь ему необходимо выполнять весь объём заданий, рассчитанный на всю группу. Много времени начинает уходить на выполнение одного предмета, его остаётся меньше на отдых и другие предметы.

Во-вторых, во время дистанционного обучения всплывает множество вопросов по поводу того, какие задания нужно делать, какие

не нужно, каковы кратчайшие сроки сдачи, как ответы должны быть оформлены и так далее.

В-третьих, образовательные онлайн-платформы университета не выдерживают нагрузки и сервер «ломается» (перестает временно функционировать) или не принимает задания.

В-четвертых, из-за продолжительной работы за компьютером неизбежно снижается зрение.

Однако есть в дистанционном обучении и свои плюсы. Например, существует выигрыш во времени, которое тратилось ранее на дорогу. Также больше нет необходимости покупать именно тот обед, что подают в учебном заведении.

Увлекательной можно найти и свободную форму ответов. К примеру, те, кому было бы сложно выступить с ответом устно и по ходу ситуации, могут свой ответ напечатать и отправить тогда, когда им удобно. Или же те, кто считал написание большого количества материала от руки неразумным, теперь могут оказаться вправе записать аудио- или видеозапись либо набрать ответ в текстовом документе.

В период дистанционного обучения улучшаются навыки поиска информации: теперь её надо искать чаще. К тому же лучше развиваются и навыки по профильным предметам у тех, кто в период очного обучения занимался нехотя: теперь им необходимо готовить весь материал, а не какую-то незначительную его часть.

Как можно заметить, отрицательных и положительных моментов примерно одинаково. Есть много людей, которые критикуют дистанционное обучение, а есть и те, кто поддерживают. Что касается меня, то я бы выбрала смешанный формат: семинары — очно, лекции — онлайн. Я считаю, что лекции в аудитории и лекции через экран монитора воспринимаются одинаково. Только все еще находясь в условиях пандемии, это было бы безопаснее.

Крючкова Виктория, Новосибирский государственный университет, 4 курс

사랑과 미움, 너의 헤이터

인터넷과 SNS 는 현대인 생활에 빠질 수 없는 부분입니다. 우리 매일 SNS 를 통해 친구와 연락하고 인스타그램에 사진을 올리고

유튜브와 블로그를 합니다. 이미 우리의 일상 자체입니다. 그렇지만 조만간에 악성댓글이라는 것을 경험하게 될 것 입니다. 예를 들어 “사진이 이상해요”, 이러한 짧은 문장만 하나만으로도 사람들을 당혹시키기에는 충분합니다. “왜 그렇게 말해요?”, “정말 그렇게 생각해요?”, “이게 맞아요?”

이러한 것들은 비교적으로 악의는 없는 말입니다. 예를 들어 “너 없는 세상에서 살면 좋겠어”, “죽어!” 라는 정말 심한 악성 댓글도 있습니다.

사람들은 왜 이렇게 행동할까요? 헤이터라는 사람들은 자신을 세상에 필요없다고 느끼고 다른 사람을 모욕을 통해 자기가 쓸모있는 사람으로 여기거나 필요한 사람으로 느끼기 위한 것입니다. 게다가 재미를 위해 지루함으로 부정적인 댓글을 쓰는 사람들도 있습니다. 인터넷에서는 쉽게 부정적인 댓글을 달수 있고 얼굴이 보이지 않기 때문에 그렇게 행동하기가 더 쉽습니다.

사이버 폭력은 한국도 포함하여 선진국에 오래된 문제입니다. 사이버 괴롭힘 결과로 자살한 학생에 대한 소식이 자주 나옵니다. 한국 사람들은 2019년에 오랫동안 인터넷에서 괴롭힘을 당하던 설리라는 가수가 사망하여 분노했습니다. 이와관련 정부는 사이버 폭력으로 인한 법을 제정하고 있습니다.

댓글이나 네티즌 차단 등 악성 댓글으로부터 보호하는 방식이 있습니다. 타 국가에서는 소송을 제기 할 수도 있습니다. 그러나 이 방식이 문제를 완전히 해결하지 못 합니다.

모든 사람에게 부정적인 의견을 표현하기를 금지할 수 없으며 좋은 말만 하도록 허용할 수가 없습니다. 하지만 일상생활처럼 인터넷 의사소통 규칙과 예의를 분명히 지켜야 합니다. 인터넷은 비교적 얼마전에 등장했고, 우리는 아직까지 인터넷을 사용하는 방법을 배우고 있으며 인터넷 소통 문화가 발전하여 성숙해질때까지는 더 많은 시간이 필요합니다. 그러니 자기 스스로 상대방을 해치지 않고 스트레스, 자신감 부족, 공격성을 조절하는 방법을 배워야 합니다. 그렇다면 우리는 더 생산적으로 인터넷을 사용해 소통하며 시간을 즐겁게 보낼 수 있을 겁니다.

С любовью и ненавистью, твой хейтер

Интернет и социальные сети являются неотъемлемой частью жизни современного человека. Мы ежедневно переписываемся с друзьями, публикуем фотографии в инстаграмме, кто-то ведет блоги или ютуб-канал. Это стало рутиной. Но рано или поздно наступает день, когда мы сталкиваемся с негативными комментариями. Например, одна простая короткая фраза вроде «какое странное фото», вводит нас в ступор. Мы задаемся вопросами «Почему ты мне это пишешь?» «Ты правда так считаешь?» «Это действительно так?».

Это ещё довольно безобидный комментарий. Есть, например, очень агрессивные комментарии, такие, как «этот мир был бы лучше без тебя», «умри».

Почему люди ведут себя так? Это происходит потому, что хейтеры сами чувствуют себя уязвимыми и, обижая других, пытаются самоутвердиться, почувствовать себя более значимыми. Бывают конечно и те, кто пишет негативные комментарии от скуки, для развлечения. Также такое поведение распространено, потому что в интернете легко оставлять негативные комментарии, при этом не раскрывая свою личность.

Проблема кибербуллинга очень актуальна в развитых странах, в том числе и в Корее. Очень часто появляются сообщения о старшекласниках или студентах, доведенных до самоубийства в результате кибербуллинга. А в 2019 году все были потрясены новостью о смерти певицы Солли, которая долгое время подвергалась травле в интернете. В связи с этим правительство рассматривает возможность введения специального закона, связанного с защитой от кибербуллинга.

У нас, конечно, есть такие инструменты защиты от атак хейтеров, как блокировка или удаление комментариев, блокировка пользователей. В некоторых странах даже можно подать судебный иск. Но это не решает проблему полностью.

Конечно, мы не можем запретить всем высказывать отрицательное мнение и разрешить говорить только хорошее. Но, как и в реальной жизни, при общении в интернете нужно соблюдать нормы и быть вежливыми. Интернет - это среда, которая появилась не так давно, поэтому мы все ещё учимся, как работать с ней, и для формирования культуры общения потребуется время. Вместе с тем, нужно учиться

справиться со стрессом, агрессией или неуверенностью в себе, так чтобы не причинять вред себе и другим людям. Тогда мы сможем более продуктивно общаться, используя интернет.

Маргаринт Диана, Новосибирский государственный технический университет, 3 курс

러시아와 한국사이에 대학생의 상호교환

2020 년에 러시아와 한국은 외교관계의 설립의 30 년이 기념한다. 1990 년 9 월 30 일에 대한민국과 러시아의 외교 조약을 조인했다.

2020 년에 양국가 대학생의 상호교환을 되는 조인을 했다. 21 세기 초반에 한류 확대하기 때문에 러시아와 대한민국 대학생 상호교환 프로그램에 참가하고 싶은 학생량은 격증했다.

오늘날 대한민국에서 한국어를 공부하는 외국 대학생에게 장학금 몇 종류가 있다. 국가 장학금, 한국 대학교에서 장학도 있고 외국 대학생이 교육비를 자신으로 하면 한국 정부는 도움도 하는 경우가 있다.

많은 한국 대학교가 학기 시작하기 전에 외국 학생에게 한국어 과정을 제출하고 그후에 대학교에 입학 할 수가 있다.

그리고 오늘날 한국어를 가르치는 러시아 학원은 대한민국에 한국어 배우할 투어를 한다.

양국의 외교관계가 강화하며 한국어를 배우는 러시아 대학생량 이상해서 마련 이것은 한국문화가 인기를 얻고 러시아 청소년은 대한민국에서 공부할 관심이 높아졌다.

그리고 언어학원 다니면 한국어도 배우는 친구를 만날 수가 있다. 게다가 한국문화를 재미있게 배우도록 기회가 많으며 한국 특별을 알수 있다. 대한민국에는 언어 학원 다니면 다양한 역사 관광지를 방문하는 경우가 많다.

코로나바이러스가 끝나면 저는 한국어를 배우기 위해 대한민국에 가고 싶다. 제 미래의 좋은 경험이라고 생각한다.

Обмен студентами между Россией и Республикой Корея

В 2020 году Россия и Южная Корея отмечают 30-летие установления дипломатических отношений. Договор был подписан в 1990 году 30 сентября, официально устанавливая основы взаимоотношений России и Республики Корея. В 2020 году обе страны подписали договор о проведении студенческих обменов.

Количество желающих воспользоваться программой обмена между Российской Федерацией и Республикой Корея резко возросло после «волны Халлю», которая стартовала в начале XXI века.

На сегодняшний день существует несколько видов стипендий для иностранцев, изучающих корейский язык на территории Республики Корея: государственные стипендии; стипендии от университетов Кореи; государственная поддержка иностранцев, обучающихся за свой счет; обучение за границей за счет правительства студента.

Практически каждый южнокорейский университет предлагает курсы корейского языка иностранным студентам, которые проходят перед началом учебного семестра, и после окончания данных курсов студент может поступить на обучение в университет.

Помимо этого, на сегодняшний день большинство российских языковых школ, где преподается корейский язык, предоставляют различные учебные туры в Республику Корея для языкового обучения.

Исходя из выше сказанного, становится понятным, что с укреплением дипломатических отношений между нашими странами, увеличивается и количество российских студентов, изучающих корейский язык, что, безусловно, способствует популяризации культуры Южной Кореи, повышают интерес молодежи к изучению корейского языка и к обучению в данной стране.

Также во время языковых курсов можно встретить много новых друзей, которые тоже приехали изучать язык. Такие курсы помогают узнать о культуре Кореи и познакомиться с ее особенностями. Часто на таких курсах посещают различные достопримечательности, где рассказывают историю страны.

После окончания пандемии коронавируса я хочу посетить Южную Корею и пройти языковые курсы в одном из корейских университетов. Я думаю, что это будет хорошим опытом.

학교 폭력

학교 폭력 문제에 대한 연구가 다양하고 특수한 학교 프로그램의 개발에도 불구하고 학교에서 학생들을 괴롭히는 것이 오늘날까지도 심각한 문제로 남아있다는 것은 믿기 힘들다.

지금 대한민국의 엔터테인먼트 산업은 학교 폭력 스캔들에 빠져있다. 사람들은 중소 케이팝 엔터테인먼트의 아이돌과 배우뿐만 아니라 세계적인 케이팝 스타를 비난한다.

예를 들어, 배우 김지수는 학교 폭력뿐만 아니라 매니저와 영화 촬영장 스태프를 집단 따돌림한 혐의로, 여자 아이들의 수진과 소영, 스트레이 키즈의 현진, 몬스타엑스의 기현, 세븐틴의 민규와 다른 사람들도 학교 폭력 혐의로 기소되었다.

이러한 비난의 물결에 네티즌들은 다른 학생 괴롭힌 사례를 떠올리기 시작했다.

2018 년에 인천에서는 4 명 청소년이 반친구를 15 층 건물 옥상으로 유인해 그 불쌍한 소년이 한 시간 반 동안 구타당했다. 또한 그들은 그의 옷과 소지품을 가져가고 희생자를 옥상에서 내던졌다.

2011 년에 한 고등학생이 자살하는 또다른 사건이 발생했다. 학생 자살하기 전 마지막 순간이 엘리베이터 CCTV 에 찍혔기 때문에 스캔들은 특히 가슴 아프다.

그 고등학생의 자살 유서에는 «항상 저를 아껴주시고 가끔 저에게 용돈도 주시는 아빠, 고맙습니다. 매일 제가 불효를 했지만 웃으면서 넘어가 주시고, 저를 너무나 잘 생각해주는 엄마, 사랑합니다. 항상 그 녀석들이 먹을 걸 다 먹어도 나를 용서해주고, 나에게 잘해주던 우리 형, 고마워. 그리고 항상 나에게 잘 대해주던 내 친구들, 고마워. 또 학교에서 잘하는 게 없던 저를 잘 격려해주는 선생님들, 감사합니다. 저희 집 도어키 번호를 바꿔주세요. 개들이 알고 있어서 또 문 열고 저희 집에 들어올지도 몰라요. 모두들 안녕히 계세요" 라는 말들이 적혀 있었다.

학생인 자녀분이나 동생들이 있으면 그들을 돌봐주세요. 아이들은 학교에서 괴로워하지 않아야 된다. 학교 폭력 후에 피해자는 불안, 우울증, 사회 외상 후 스트레스 장애로 고통받을 수 있다. 나는 중고등학교에서 학교 폭력을 당했고 4년이 지난 후에도 여전히 그것은 내게 영향을 미친다. 아무리 많은 시간이 지나도 학교폭력에 대한 기억은 평생동안 머릿속에 떠올라 괴롭다. 그때 저는 제 자신이 싫었다. 그럼 나는 어떤 아이들도 학교폭력을 겪지 않기를 바란다.

Школьное насилие

Трудно поверить, что, несмотря на исследования о проблеме издевательства в школах и разработку различных специальных школьных программ, издевательства над учениками в школах остаются серьёзной проблемой до сих пор.

Сейчас южнокорейская индустрия развлечений погрязла в скандалах о школьном насилии. Обвиняют не только айдолов и актёров из маленьких компаний, но и популярных во всём мире звёзд. Например, актёра Ким Джису обвиняют не только в школьных издевательствах, но и в издевательствах над своим менеджером и сотрудниками съёмочной площадки. Сучжин и Соён из (g)i-dle, Хёнджина из Stray Kids, Мингю из Seventeen и др. также обвиняют в школьном насилии.

На волне этих обвинений нетизены начали вспоминать другие случаи издевательства над учениками.

В 2018 году в Инчхоне четверо подростков заманили школьника на крышу 15-этажного дома, где бедного мальчика избивали полтора часа. Они также отобрали у него одежду и вещи, а затем сбросили свою жертву с крыши.

Другой случай произошёл в 2011 году, тогда ученик средней школы покончил с собой. Скандал был особенно душераздирающим, потому что его последние мгновения жизни были засняты камерой видеонаблюдения лифта, прежде чем он покончил с собой.

Часть его предсмертной записки гласила: «Спасибо моему отцу, который всегда любил меня и иногда давал мне деньги на карманные расходы. Мама, которая всегда думала обо мне, я люблю тебя. Я был плохим сыном. Спасибо моему хёну, который всегда прощал меня,

даже когда хулиганы забирали всю нашу еду, и который всегда был добр ко мне. Пожалуйста, измените код от двери дома. Хулиганы знают его, поэтому могут снова влезть к нам домой. Прощайте».

Если у вас есть дети или братья, или сестры – школьники, то, пожалуйста, позаботьтесь о них. Дети не должны чувствовать себя плохо в школе. Я подвергалась издевательствам в средней и старшей школе, и это все еще оказывает на меня эффект, даже 4 года спустя. После этого жертвы могут страдать от тревожности, депрессии и даже посттравматического стрессового расстройства. Неважно, как много времени проходит, это преследует вас всю жизнь. Я ненавидела себя в то время. И никому из детей не пожелаю подобного.

Степаненко Ирина, Новосибирский государственный технический университет, 2 курс

생활의 균형

요즘은 월요일부터 금요일까지 사람들은 다 일을 많이 하고 열심히 공부합니다. 집에 갔고 나서어른들은 집안일을하는데 대학생들과 학생들은 숙제를하거나부모님을 도와줍니다. 인체는 5 일 만에 육체적, 정신적으로 고갈되기 때문에 에너지 비축량을 보충하고 새로운 작업 주간을 활기차게 시작하기 위해서 긴급한 휴식이 필요합니다. 이 일을 할 휴일이 있기는 하지만 견문대로 사람들은 일주일에 해결해야 하는 많은 것을 축적합니다. 따라서 주말 내내 문제를 해결하고 삶의 문제를 제거하는데 소비됩니다. 이것은 스트레스의 급속한 축적에 기여할뿐만 아니라 질병을 유발하고 때로는 매우 심각한 질병을 유발합니다.

그럼 어떻게해야합니까? 대답은 간단하게 들립니다. "올바른생활의균형을 찾아야합니다." 그러나 이것이 실제로 무엇을 의미하며 어떻게 찾습니까? 우선, 사람들은 우리의 삶이 일과 문제에 집착하는 것이 아니라고 휴식에 시간을 할애하는 것이 필수적이라는 것을 이해해야합니다. 그러나 소파에 누고 인스타그램 하면서 신체적으로 만 쉬면 안 됩니다. 영혼과 그 영혼의 필요한 것에 시간을 할애하지 않으면 안 됩니다. 대부분의 경우 우리가 가장 좋아하는 취미는 일에 도움이 됩니다. 춤추든지 여행하든지, 그럼 그리든지

영화보든지 상관없이 가장 중요한 것은 당신이 그것을 좋아한다는 것입니다. 사람의 영혼이 행복하면 몸도 기뻐합니다. 왜냐하면 우리 삶의 모든 것이 서로 연결되어 있기 때문입니다. 그러므로 이제부터는 생활의 균형을 찾고 온몸과 영혼으로 행복합시다!

Жизненный баланс

В наше время с понедельника до пятницы все люди много работают и усердно учатся. Приходя домой, взрослые занимаются делами по дому, а студенты и ученики делают свое домашнее задание или помогают родителям. Так как за пять дней организм человека физически и ментально истощается, ему требуется срочный отдых, чтобы восполнить свой запас сил и энергично приступить к новой рабочей неделе. Для этого существуют выходные, но как показывает практика, у людей за неделю накапливается большое количество дел, которые нужно решить. Таким образом, все выходные тратятся на решение задач и устранение жизненных проблем. Это не только способствует быстрому накоплению стресса, но также провоцирует болезни, а иногда и очень серьезные.

Что же делать в таком случае? Ответ звучит просто: «нужно найти свой подходящий жизненный баланс». Но что это означает на самом деле и как его найти? В первую очередь людям нужно понять, что наша жизнь не заикливается на работе и проблемах, нужно обязательно уделять время отдыху. Но нельзя отдыхать только физически, лежа на диване и листая ленту Инстаграма. Обязательно нужно уделять время своей душе и ее потребностям. Чаще всего с этим делом помогает занятие нашими любимыми хобби. Без разницы что это: танцы или путешествия, рисование или просмотр кино, главное – чтобы вам это нравилось. Если счастлива душа человека, радуется и его тело, потому что все в нашей жизни взаимосвязано. Поэтому впредь давайте найдем свой жизненный баланс и будем счастливы всем телом и душой.

Группа профессионалов:

1. Волынская Екатерина, г. Новосибирск, НГТУ (3 место)
2. Коваль Александра, г. Новосибирск, НГУ (1 место)
3. Саидмуродова Зарина, г. Новосибирск, НГТУ
4. Шушакова Мария, г. Новосибирск, НГУ (2 место)

Волынская Екатерина, Новосибирский государственный технический университет, 3 курс

새로운 기회

코로나로 인해 우리 세상이 바뀌었다. 이전에는 자유롭게 친구들이랑 만나도 되고 카페에 가도 되고 영화를 볼 수 있었다. 그러나 지금은 이것의 대부분을 할 수 없다. 코로나는 우리 세계를 변화한다.

오늘 저는 코로나가 우리에게 열었던 기회에 대해 이야기하고 싶다. 많은 사람들은 코로나 바이러스가 역효과만 가졌다고 한다. 하지만 그 것이 맞을까?

첫번째 우리는 더 많이 소통하고 서로를 돌보기 시작합니다. 코로나로 인해 우리는 조부모님과 부모님에 대해 더 걱정하게 되었다. 우리는 친척께 더 자주 전화를 걸고 의사 소통하고 건강에 대해 묻기 시작한다. 그리고 친구도 가까워졌다. 예전처럼 같이 영화를 보거나 카페에서 가는 것을 할 수는 없지만 그들에게 집에 다로 다로 그 영화 보기 후에 전화를 걸어 토론할 수가 있다. 인류는 새로에게 자체도 어울린다고 생각한다. 이탈리아에서는 자기 검역에 받은 사람들이 발코니에 나가서 함께 노래를 불렀다. 사람들이 서로에 대해 생각하게 만드는 문제는 좋은 문제라고 생각합니다.

창의력을 발전할 시간이 나타났다. 검역 된 채 아파트에 홀로 앉아 사람들은 그림을 그리거나 책을 쓰거나 읽기 시작합니다. 그 전에는 일이 너무 많았으니 사람들이 그 일 위해 할 시간이 거의 없었다. 전염병이 우리에게 가져다 준 모든 영향에도 불구하고 사람들은 일상의 번잡함에서 일상적이다.

우리 세계가 인터넷에 옮겼다. 사람들은 기술을 개발하여 이제 집을 떠나지 않고 좋은 음식을 주문할 수 있다. 그리고 온라인으로 국제 협상이 진행될 수 있다. 그리고 사람들은 영화관 대신에 집에 영화를 볼 수 되는 앱 많이 만들었다. 더 많은 전염병으로 인해 우리 발전하게되었다. 우리의 삶은 멈추지 않고 단지 새로운 조건에 적응한다.

결과적으로 현재 있는 세상은 코로나 전 세상처럼 절대로 될 수 없다고 생각한다. 아마도 사람들은 한두 년 후에 마스크를 벗고 제한 조치를 취소할 것이다. 그러나 코로나는 우리와 함께 오랫동안 남을 흔적을 남겼다. 우리는 대유행 기간 동안 등장한 기술을 계속 사용할 것이다. 우리는 계속해서 가족과 친구들에게 더 자주 전화를 연락 할 것입니다. 코로나는 세계뿐만 아니라 우리도 변화했다. 우리 중 많은 사람들이 새로운 것을 하고 현실관을 바꾸거나 삶을 완전히 바꿀 수 있었기 때문에 코로나가 해를 끼쳤다고 말할 수 없다.

Новые возможности

Из-за пандемии наш мир изменился. Раньше мы могли беспрепятственно встречаться с друзьями, ходить в кафе и кино. Но сейчас многое из этого недоступно. Пандемия изменила наш мир.

Сегодня я бы хотела поговорить о возможностях, которые открыла для нас пандемия. Многие говорят, что коронавирус оказал только негативное влияние. Но так ли это?

Мы стали больше общаться и заботится друг о друге. Из-за коронавируса мы стали больше беспокоиться о наших бабушках, дедушках и родителях. Стали чаще звонить им и общаться, спрашивать об их здоровье. Даже с друзьями мы стали ближе. Мы не можем, как раньше, сходить в кино вместе или пообщаться в кафе, но мы можем позвонить им, посмотреть сериал и потом обсудить его. Даже само человечество стало ближе. В Италии люди, находясь на самоизоляции, пели вместе песни, стоя на балконах. Я думаю, это прекрасно, общая проблема заставила людей думать друг о друге.

У нас появилось время для творчества. На карантине, сидя в одиночестве в квартире, люди начали рисовать, писать истории или читать. Хотя до этого, загруженные работой, люди не имели времени на

это. Несмотря на весь стресс, который принесла нам пандемия, люди смогли отдохнуть от каждодневной суеты.

Весь мир перешел в онлайн, мы развили технологии, и теперь можно заказать еду, не выходя из дома. Даже международные переговоры проходят онлайн, появилось множество приложений с фильмами, которые заменили кинотеатры. Стресс и пандемия заставили нас развиваться. Наша жизнь не остановилась, она просто приспособилась к новым условиям.

В результате сейчас мы имеем мир, который никогда не будет прежним. Возможно, через год-два мы снимем маски и отменим ограничительные меры. Но пандемия наложила отпечаток, который надолго останется с нами. Мы продолжим пользоваться технологиями, которые появились во время пандемии. Возможно, мы по привычке будем сохранять дистанцию друг с другом. Мы будем продолжать чаще звонить своим родным и друзьям, беспокоясь о них.

Пандемия изменила не только мир, но и нас. Нам не стоит говорить, что пандемия нанесла только вред, потому что многие из нас смогли попробовать что-то новое, изменить взгляд на мир или даже полностью поменять свою жизнь.

Коваль Александра, Новосибирский государственный университет, 3 курс

팬데믹의 국경 없는 세계

안녕하십니까? 저는 코발 알렉산드라라고 합니다. 오늘 제가 말씀드리고자 하는 것은 '팬데믹의 국경 없는 세계'라는 것입니다. 2020년에 새로운 바이러스가 생긴 통에 현재 우리가 맞이하고 있는 세상은 우리가 알던 세상과 굉장히 달라졌습니다. 처음에 코로나바이러스는 동양에서 돌발하고 나서 서양을 석권했습니다. 국가들은 대유행을 무서워하면서 바이러스를 막을 수 있도록 국경을 통제했습니다. 바로 그 시간에 저는 한국에 유학생으로서 왔습니다. 러시아 공항 직원은 저희가 지나갔을 때 "아이구, 불쌍한 애들이... 내일부터 러시아 국경이 통제될 거잖아. 다시 모국으로 돌아올 수 있을까?" '라고 말했습니다. 그 말씀대로 3월 1일에 모든 항공편이

끊었습니다. 코로나 19 가 시작한 다음에 국경 개념이 재조명되었습니다. 1 년이 지나가도 해외로 가는 것이 불가능하거나 몹시 어렵습니다.

2020 년동안 많은 사람들은 격리, 야간 통행금지, 국경 통과 금지로 인해 경제적이고 심리적인 문제에 직면했습니다. 또한 수많은 레스토랑과 개인 사업이 어려운 것이 맞지만 오늘은 긍정적인 현상에 대해 말씀드리고자 합니다. 물론 우리가 익숙한 세상살이가 변했습니다. 먼저 근무, 공부, 멀리 사는 친족과 만남을 비대면적으로 진행할 수 있는 법을 빨리 찾게 되었습니다. zoom 비롯한 영상 회의 어플리케이션들은 인기를 많이 끌었습니다. 다음으로 코로나로 인하여 많은 사람들이 집에서 못 나가게 되었습니다. 이에 따라 공장과 차량의 배기가스로 인한 대기오염이 줄어들어 특히 중국에서 생태계 파괴가 감소했습니다. 마지막으로 많은 국가들은 코로나바이러스로 인해 의료 분야에 시설 부족, 의료원 부족이나 필수 의료 서비스와 같은 문제점이 드러났습니다. 이런 심각한 문제를 해결해 줄 수 있는 국제 의료 구호 단체 중 하나인 “국경 없는 의사회”라는 단체의 적극적인 활동은 큰 도움이 되고 있습니다. 국경 없는 의사회는 이탈리아, 스페인, 프랑스, 미국, 남아프리카 공화국 등 코로나 19 대유행으로 가장 큰 피해를 입은 여러 국가에서 대응 프로젝트를 시작했습니다. 그 비정부기구는 국제적인 전문가와 자원 봉사자의 힘을 합치면서 이주민, 난민, 노숙자, 시설이 많이 발달되지 않은 나라에게 도와주고 있습니다.

지금까지 말씀드린 내용을 간단히 요약하면 인간은 코로나 19 팬데믹이 가져온 ‘새로운 현실’에 빠르게 적응해야 할 수밖에 없었습니다. 국경이 있더라도 인터넷 발전 덕분에 국경을 넘어서 근무, 공부가 가능할 뿐만 아니라 여행 못 한 사람들은 다양한 국제적인 전시회, 박물관과 공연을 온라인으로 참석하게 될 수도 있습니다. 현재 많은 국가들은 백신 보급 덕분에 우리가 모두 사회 거리두기를 지키고 서로를 도와준다면 코로나 19 대유행을 극복할 수 있다는 생각이 듭니다. 우리의 가족과 이웃 뿐만 아니라 의료지원을 받지 못하는 사람들을 도와준다면 팬데믹을 빠르게 종결시키고 우리가 그리워하던 그 세상으로 돌아 갈 수 있다고 믿습니다. 지금까지 제 발표를 경청해 주셔서 감사합니다.

Мир без границ в условиях пандемии

С наступлением 2020 года привычный нам мир изменился в связи с появлением коронавируса COVID-19. Сначала вирус охватил Восток, а затем вспыхнул и на Западе. С появлением нового вируса страны в страхе начали закрывать свои границы в связи с пандемией, чтобы оградить себя от его распространения. И именно в этот момент я уехала на стажировку в Южную Корею. Вслед мне работница аэропорта бросила: «Ах, бедные дети, как же они вернуться обратно в страну, границы ведь закрывают!». И, правда, 1 марта авиасообщение между Кореей и Россией было приостановлено. Понятие без границ было пересмотрено. Даже спустя год сообщение между многими странами до сих пор не может быть восстановлено.

За 2020 год многие люди столкнулись с большим количеством экономических и психологических трудностей в связи с массовым карантинном, введением комендантского часа и закрытием международных границ. Под угрозой также оказались рестораны и частный бизнес. Но сегодня я бы хотела рассказать о позитивных тенденциях, которые появились за время коронавируса. Да, конечно, привычный образ жизни людей поменялся. Во-первых, решение проблемы перевода работы и учёбы в дистанционный формат, а также встреч с живущими далеко родственниками было найдено довольно быстро. Так, приложения для видеосвязи наподобие «Zoom» вмиг набрали популярность.

Во-вторых, за время карантина улучшилось состояние окружающей среды, так как многие производства и движение транспорта были приостановлены из-за самоизоляции. Особенно замедлилось разрушение экосистемы в Китае из-за сокращения объёма выброса выхлопных газов в атмосферу. В-третьих, пандемия помогла обратить внимание многих государств на неподготовленность медицинской сферы к коронавирусу (недостаток медицинского оборудования, медицинских работников или необходимых медицинских услуг). Одним из решений данной проблемы стало движение международной организации в условиях коронавируса «Врачи без границ», в рамках которого оказывается помощь странам, пострадавшим из-за пандемии в большей степени (Италия, Испания, Франция, США, ЮАР и т.д.). Данная неправительственная организация оказывает медицинскую

помощь мигрантам, беженцам, бездомным людям и странам с нехваткой современного оборудования.

Если кратко подвести итог всему вышесказанному, то в условиях пандемии COVID-19 людям пришлось адаптироваться к условиям новой реальности. Благодаря развитию интернета вновь возникнувшие границы между странами были преодолены. Люди смогли не только обучаться и работать дистанционно, но и смогли путешествовать по миру онлайн: посещать музеи, театры и выставки. В настоящее время во многих странах появилась вакцина. Я думаю, что, соблюдая социальную дистанцию и помогая друг другу, мы сможем победить пандемию. Если мы будем помогать не только семье и соседям, но и людям, которые не могут получить медицинскую помощь, мы сможем не только быстрее справиться с пандемией, но и вернуть привычный нам мир.

Саидмуродова Зарина, Новосибирский государственный технический университет, 4 курс

팬데믹의 세계적인 변

지난 2 년 동안 우리 세계는 세계적인 변화를 겪었다. 마스크, 소독제, 거리. 이러한 것들은 우리 삶의 필수적인 부분이 되었다. 우리는 새로운 삶의 방식과 사회에 익숙해지기 위해 열심히 노력해야 한다. 그러나 어떻게 모든 것이 시작되었을까? 전염병은 우리 각자의 삶에서 어떻게 시작되었을까? 그리고 우리는 어떻게 우리가 느끼는 것과 지금 어떻게 살아 있을까?

나는 내 자신의 모범으로 발표하겠다. 이 주제에 대해 반성하면서 나는 내가 겪어야 했던 전염병에 대한 적응의 4 단계를 확인했다.

처음에는 재미있었다. 대학에서 우리는 집으로 보내졌고 일시적이라고 말했다. 그런 다음 일주일 내내 공식 주말이 있었고 우리는 모두 "와우, 휴가! 휴가!"라고 했다. 많은 사람들이 이 휴식을 정말로 필요했다.

하지만 휴일이 끝나 가면서 재미는 끝났다. 나는 자기 격리 정권이 연장되었다는 소식을 들었을 때 공황이 내 마음을 사로잡은 방법을 정확히 기억한다. 나는 쇼핑몰에서 세일즈맨으로 알바하며 원격

작업은 의문의 여지가 없었다. 이렇게 많은 질문이 즉시 나타났다. 급여, 음식, 지금 사는 법은 어떻게? 소수의 사람들이 바이러스에 대해 생각했다. 모두는 전염병이 끝날 때까지 생존하는 방법과 언제 다시 일하기 위해 석방될 것에 대해서만 생각했다. 이것은 미래에 대한 두려움, 오해 및 불확실성으로 가득 찬 두 번째 단계였다.

곧 세 번째 단계로 대체되었다. 바로 그 순간에 갑자기 내가 항상 집에 있는 것이 어떤 것인지 알지 못한다는 것을 깨달았다. 자기 격리 정권이 전에 나는 끊임없이 움직이고 있었다. 일, 공부, 일, 공부. 나는 취미가 없었다. 그리고 외로움의 느낌에서 갈망에서 자신을 산만하게 하기 위해 무엇을 해야 할지 몰랐다. 소중한 시간이 끊임없이 빠져나가는 것처럼 느껴지지 않는 방법을 찾기가 어려웠다.

벽이 높았다. 나는 간혀 있는 것에 지쳤지만 그것을 도울 수 없었다. 나는 외출할 수 없었고 친구들을 볼 수 없었다. 어떤 영화나 TV 쇼 내 안의 공백을 채울 수 없었다.

그런 다음 나 자신과 대화를 시작했다. 이 일을 할 수 있었던 지 너무 오래되었다. 그냥 너 자신을 들었다. 나는 무엇을 사랑할까? 무엇이 나를 행복하게 만들고 무엇이 나를 슬프게 할까? 전에 내 취미는 무엇이었고 왜 이것을 포기했을까?

세 번째 단계는 수용이라고 할 수 있다. 이것은 당신이 주변의 현실과 관련하여 올 때의 전환점입니다. 엄청난 수의 마이너스 중에서 프로를 보기 시작한다. 그 순간, 나는 옛 취미를 기억했다.

옛적에 나는 글쓰기를 좋아했다. 아주 잘했지만 포기했다. 자기 고립 체제 동안 나는 다시 글쓰기를 시작하려는 욕망과 시간을 가졌다. 그리고 그것은 내 인생을 거꾸로 뒤집었다. 나는 다른 사람이 되었다. 나는 나 자신을 발견했다.

지금 검역은 끝났다. 우리는 일하러 돌아 갔고 점차 평소의 삶의 리듬으로 돌아왔다. 물론 그것은 이전과 같지 않을 것이다. 여기 네 번째 단계가 왔다. 이 단계는 오늘날까지 계속된다. 적응이라고 합니다. 이것은 우리가 이미 새로운 자신에게 익숙해져서 이제 우리 주변의 새로운 세계에 익숙해져야 하는 단계입니다.

전염병은 끔찍한 결과를 낳았다. 전염병은 끔찍한 결과를 가져왔다. 그러나 나는 이 시간 동안 우리 각자의 삶에서 다른 시간에는 일어나지 않았을 일이 일어났다고 믿는다. 좋은 것.

세상이 바뀌었다. 그러나 우리도 변했다. 이제 가장 중요한 것은 이러한 변화가 헛된 것이 아니라는 것이다.

Изменчивый мир в условиях пандемии

За последние два года наш мир претерпел глобальные изменения. Маски, дезинфицирующие средства, дистанция. Эти вещи стали неотъемлемой частью нашей жизни. Нам пришлось постараться, чтобы привыкнуть к новому устройству жизни и общества. Но как все это начиналось? И я имею в виду не вирус. Как начиналась пандемия в жизни каждого из нас? И как мы пришли к тому, что чувствуем и как живем сейчас?

Я расскажу на своём примере. Размышляя на эту тему, я выделила четыре этапа адаптации в условиях пандемии, через которые мне пришлось пройти.

Сначала это было интересно. В университете нас отправили домой и сказали, что это временно. Потом была целая неделя официальных выходных, и мы все были такие: «Вау, отдых! каникулы!». Многим из нас и вправду нужна была эта передышка.

Но потом, когда каникулы затянулись, было уже не весело. Я точно помню, как паника охватила мой разум, когда я услышала весть о том, что режим самоизоляции продлён. Я работаю продавцом в магазине, и ни о какой удалённой работе и речи быть не могло. Столько вопросов сразу появилось: а как же зарплата? А как же продукты? Как теперь жить? Мало кто думал о вирусе – все думали лишь о том, как дожить до конца пандемии и когда же нас всех снова выпустят на работу. Это был второй этап – полный страха, непонимания, неуверенности в будущем.

Но вскоре он сменился третьим этапом. В тот самый момент, когда я вдруг поняла, что не знаю, как это – постоянно находиться дома. До режима самоизоляции я постоянно жила в движении – работа, учёба, работа, учёба. У меня не было хобби. Я не знала, чем занять себя, чтобы отвлечься от тоски, от чувства одиночества. Было тяжело найти

способ не чувствовать себя так, словно драгоценное время постоянно утекает.

Стены давили на меня. Я устала находиться взаперти, но не могла ничего поделать. Я не могла гулять, я не могла видеться с друзьями. Никакие фильмы и сериалы не могли заполнить пустоту внутри меня.

Тогда я начала диалог с собой. Мне так давно не удавалось этого сделать. Просто взять и прислушаться к самой себе. Что я люблю? Что делает меня счастливой, а что заставляет грустить? Какими были мои увлечения раньше, и почему я бросила их?

Третий этап можно было бы назвать принятием. Это тот переломный момент, когда ты смиряешься с действительностью вокруг тебя. Когда среди огромного количества минусов начинаешь видеть и плюсы. В тот момент я вспомнила своё давнее хобби.

Когда-то давно я любила писать, но потом бросила это дело, хотя у меня неплохо получалось. Во время самоизоляции у меня снова появилось желание и время начать писать, и это перевернуло мою жизнь с ног на голову. Я стала другим человеком. Я нашла себя.

И вот карантин закончился. Мы снова вышли на работу, постепенно возвращаясь в привычный ритм жизни. Конечно так, как было до этого, уже не будет. Здесь наступил четвёртый этап, который длится до сих пор. Он называется адаптация. Это этап, когда мы уже привыкли к самим себе и теперь должны привыкнуть к новому миру вокруг нас.

Пандемия принесла за собой ужасные последствия. Но я верю, что в жизни каждого из нас за это время произошло нечто такое, что не произошло бы в другое время. Нечто хорошее.

Мир изменился. Но мы изменились тоже. Теперь самое главное, чтобы эти изменения не были напрасными.

Шушакова Мария, Новосибирский государственный университет, 3 курс

기회 가득한 코로나 세계

2020 년에 코로나 바이러스가 터진 후에 사람들의 인생은 완전히 변했고 이제 자연스럽게 해외 여행을 하고 친구를 만나고 놀면서 시간을 보낼 수가 없었습니다. 도시에 사람이 몇명 밖에 없고 일상이

멈춘 것 같을 때도 있었지만 실제로 안 그런 것이었습니다. 코로나 19 범유행 때문에 어려움이 많이 생겼는데도 다양한 기회도 많이 생겼습니다.

많은 사람들은 이제 수업을 인터넷 통해 듣고 일을 컴퓨터로 해서 매일 학교나 직장에 가려고 시간을 낭비하지 않을 수 있게 되었습니다. 그래서 여유 시간도 많아져서 그런지 사람들이 취미를 즐기고 운동과 자기개발하려고 평소보다 더 시간을 냅니다. 그런데다가 온라인으로 듣고 볼 수 있는 클래스와 공연, 전시회가 많아져서 꿈도 못 꾸던 지식을 얻을 수 있게 되었습니다.

학교 수업 뿐만 아니라 다양한 대회도 이제 인터넷으로 개최되어 직접 가서 참가할 수 없는 사람도 해외대회까지 참가할 수 있게 되었습니다. 예를 들자면 카자흐스탄 국경이 폐쇄됐는데도 카지흐스탄인들은 카잔에 개최된 한국어 말하기 대회에 참가할 수 있었다.

2020 년은 한국과 러시아가 외교관계를 수립한지 30 년된 해라서 특별했습니다. 작년에 온라인으로 열린 한국에 대한 행사가 많았고 그 행사에 러시아 구석구석에서 사는 한국어를 배우는 학생들도 그냥 한국 문화를 좋아하는 사람들도 참가할 수 있었습니다.

식당이용금지에는 배달 서비스 시장을 신속히 발달시켰다. 그래서 이제 배달 서비스를 제공하는 음식점이 늘어난 덕분에 외출을 안 하고 바로 집에서 좋아하는 맛집이 만드는 요리를 맛있게 먹을 수 있습니다.

코로나 범유행은 우리에게서 해외여행을 할 기회를 빼앗았지만 국내여행을 할 이유를 하나 더 줬습니다. 그런 것 덕분에 모국의 관광지, 역사, 문화에 대해서 더 깊은 지식을 얻은 사람들이 흔하지 않습니다. 저도 2020 년 여름에 해외여행으로 서울에 가고 싶었지만 코로나 바이러스 때문에 못 갔습니다. 대신에 친구랑 블라디보스토크 여행을 가기로 했습니다. 친구를 처음 만난지 17 년 되었지만 그때까지 같이 여행한 적이 없었거든요. 우리 집과 그렇게 멀리 동쪽에 가 보는 게 처음이었는데 바다를 보고 먼 지역에서 사는 사람들의 생활에 대해서 재미있는 것을 알아봐서 재미있었고 우리 나라 자연은 너무 다양하고 아름다워서 장말 놀랐습니다. 아쉬운데도 블라디보스토크 아쿠아리움은 문 닫혀 있어서 못 갔는데 만약에 또 블라디보스토크에

갈 기회가 생긴다면 꼭 가 볼 것이 확실합니다. 블라디보스토크 여행이 재미있는 경험으로 가득하고 평생 기억에 남는 여행인 것 같습니다. 친구와 여행하는 것이 마음에 들어서 이제 또 다른 여행을 할 계획이 있습니다.

코로나바이러스가 생기기 전에 휴일이나 명절 때면 친척 집을 찾아가서 배려를 표현했는데 지금은 오히려 건강 걱정하는 생각에 친척 방문을 하지 않습니다. 하지만 그런데도 연락을 안 하는 의미가 아닙니다. 이제 소통을 하려고 인터넷을 많이 써서 영상통화를 할 수 있는 어플이 편한 것을 깨달았습니다.

여행을 자유롭게 할 수 있었을 때 세상이 아주 큰 것을 모르고 살았습니다. 그런데 이제 세상이 얼마나 넓고 다르고 무너지기에 쉬운 것을 알게 되었습니다. 하지만 우리는 어려움을 이겨내면서 우리 세상을 더 넓게 했습니다.

Мир коронавируса, полный возможностей

В 2020 году после быстрого распространения коронавируса жизнь людей круто изменилась, они уже не могли свободно путешествовать за границу или встречаться с друзьями и проводить с ними вечера. Иногда могло показаться, что в городах почти нет людей, и жизнь замерла, но это не так. Несмотря на сложности и испытания, которые пандемия принесла в нашу жизнь, в этих условиях возникло множество возможностей.

Многие перешли на дистанционные работу и обучение, что позволило исключить ежедневную трату времени на дорогу. Возможно, поэтому люди стали уделять больше времени хобби, спорту и саморазвитию. Также увеличилось количество онлайн-курсов, лекций, концертов, выставок, что позволило большому количеству людей получить доступ к знаниям, ранее им недоступным.

Не только обучение в учебных заведениях, но и различные конкурсы стали проводиться через интернет, что позволило тем, кто не имеет возможности приехать лично, участвовать даже в зарубежных конкурсах. Так, жители Казахстана, несмотря на закрытые границы, смогли участвовать в российском конкурсе по корейскому языку, проходившем в Казани. Мы помним, что 2020 год был отмечен 30-

летием установления дипломатических отношений между Южной Кореей и Россией. Множество мероприятий было проведено в онлайн-формате, и в них смогли принять участие не только изучающие корейский язык, но и люди, просто увлекающиеся культурой Кореи из всех регионов России.

Ограничения на посещение кафе привело к ещё большему развитию службы доставки, и теперь заведений, где доступна доставка, стало больше, благодаря чему мы можем наслаждаться блюдами из любимых кафе прямо дома, не выходя на улицу.

Пандемия отняла у нас возможность путешествовать за границу, но дала ещё один повод для путешествия внутри страны. Это позволило многим узнать больше об интересных местах, истории и культуре своей страны. Например, летом 2020 года я хотела посетить Сеул, но не смогла из-за коронавируса. Вместо этого мы с подругой решили отправиться в путешествие во Владивосток. Мы дружим уже 17 лет, но ещё ни разу не путешествовали вместе. Мы впервые заехали так далеко на Восток нашей страны, увидели океан, узнали что-то новое о жизни людей в далёком регионе и удивились: насколько разнообразна и прекрасна природа в нашей огромной стране.

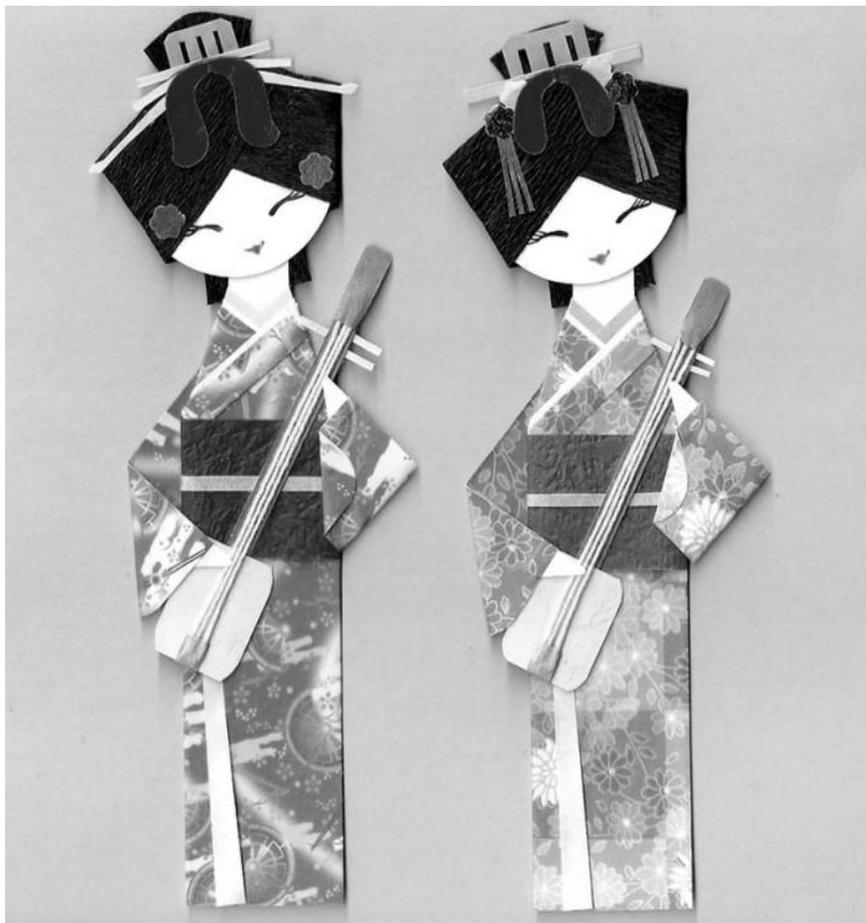
К сожалению, мы не смогли попасть в океанариум, поскольку он был закрыт, но теперь я точно знаю, что когда вернусь во Владивосток, то поеду в него. Это было яркое путешествие, запомнившееся мне на всю жизнь. Нам очень понравилось путешествовать вместе и теперь у нас есть планы на будущие поездки.

Мы привыкли проявлять заботу о близких, навещая их по праздникам и выходным, однако сейчас мы, наоборот, не встречаемся с ними, беспокоясь об их здоровье. Однако это не значит, что мы перестали общаться друг с другом. Теперь мы больше пользуемся интернетом для общения и оценили удобство приложений с возможностью видеозвонков.

Пока мы могли путешествовать свободно, мы не понимали, насколько безграничен наш мир. Теперь мы почувствовали и смогли оценить, насколько он огромен, многообразен и хрупок.

Несмотря на закрытие границ и массу других ограничений, мы стали ближе друг к другу, объединились ради преодоления трудностей, которые нам принес коронавирус, и расширили свои границы.

ЯПОНСКИЙ ЯЗЫК



УЧАСТНИКИ КОНКУРСА

Группа начинающих:

1. Барсукова Валентина, г. Новосибирск, НГУ
2. Булдукян Полина, г. Новосибирск, НГУ (ГИ) (1 место)
3. Дремова Елизавета, г. Новосибирск, НГУЭУ
4. Думкин Николай, г. Новосибирск, НГТУ
5. Завгородняя Дарья, г. Новосибирск, НГТУ
6. Киселев Сергей НГТУ, г. Новосибирск,
7. Ковров Игорь, г. Новосибирск, НГТУ (3 место)
8. Миргородская Анастасия, г. Новосибирск, НГПУ
9. Пахомова Екатерина, г. Новосибирск, НГУЭУ
10. Пожиленко Анастасия, г. Новосибирск, НГПУ
11. Польшин Дмитрий, г. Новосибирск, НГУЭУ
12. Шилова Светлана, г. Новосибирск, НГТУ (2 место)

Барсукова Валентина, Новосибирский государственный университет, 2 курс

VR 体育

私のテーマは VR 体育です。運動は好きですか？子供のときから、健康を維持することはとても大切だとよく言われています。しかし、実は朝の運動すら面倒なのです。この場合はどうすればいいですか？

私は運動するのが嫌なんです。私のように運動が苦手な人の一番の理由は「単調さ」だと思います。だから、どうにかして運動を多様化したいものです。

VR システムという一風変わった装置が私を助けてくれました。VR、即ち、バーチャルリアリティとは、情報技によって作られた世界であって、人間の五感を介して伝達されるものです。基地局とヘルメットをコンピュータに接続した後、ソフトをインストールする必要があります。その後で、別のゲームをプレイすることができます。

スポーツがつまらないという悩みを解決してくれるゲームの一つがビートセイバーです。その中で、プレイヤーは選択した曲のリズムに合わせてライトセイバーでブロックを切ります。最初のうちはリズムをとるのが難しいかもしれませんが、徐々に基本的な動きを覚えていって、ゲームがダンスに変わっていきます。

将来には来場者が VR ヘルメットをかぶってワークアウトをするような特別なフィットネスクラブができそうだと思います。この技術は、身体健康増進という点で非常に有望だと思います。

私が言いたいのは、嫌なことがあっても、嫌なことと気持ちの良いことを組み合わせる方法は必ずあるということです。私の人生の中でも音楽への好きと運動への嫌悪感を持っていました。しかし、VR システムのように、それを合わせると、面倒な運動も気持ちよくできると思います。

VR физкультура

Моя тема – VR физкультура. Любите ли вы физкультуру? С самого детства нам часто говорят, что для здоровья очень важно держать себя в форме. На деле же, даже зарядку утром делать лень. Что же делать в таком случае?

Я ненавижу заниматься физкультурой. Мне кажется, основная причина, почему таким, как я, не нравится физическая нагрузка, это однообразие. Поэтому мне хотелось бы как-то разнообразить занятия физкультурой.

На помощь мне пришло необычное приспособление, называемое VR-система. VR или виртуальная реальность - это созданный техническими средствами мир, передаваемый человеку через его ощущения. Базовые станции и шлем присоединяются к компьютеру, потом необходимо установить программное обеспечение. После этого вы уже можете играть в разные игры.

Одной из игр, которая решает проблему скучных занятий спортом, является Beat Saber. В ней нужно, согласно ритму выбираемой мелодии, разбивать блоки световым мечом. В начале может быть тяжело попадать в ритм, но постепенно ты начинаешь запоминать основные движения, а игра превращается в танец.

Мне кажется, в будущем будут создаваться специальные фитнес клубы, где посетители будут заниматься в VR-шлемах. Я считаю, что эта технология весьма перспективна в аспекте улучшения физического здоровья людей.

Главное, что я хотела бы сказать, - если даже вы не очень любите что-то, всегда можно найти способ совместить неприятное с приятным. В моей жизни всегда была любовь к музыке и отвращение к физическим упражнениям. Но когда вы комбинируете их, как и с системой VR, вы можете сделать даже самые утомительные упражнения приятными.

Булдукян Полина, г. Новосибирск, Новосибирский государственный университет (ГИ), 2 курс

遺産

遺産という言葉を目にすると、世界遺産や様々な文化財のイメージが思い浮かぶのではないのでしょうか。家族に対しては、遺産は亡くなった先祖が子孫に残してくれた財産を連想させます。しかし、世界観や道徳観、主義、家風、それから容貌や性格を受けつがせてくださったことはいかがでしょうか。

よければ、家族について少し話したいと思います。私の曾祖父は、建築家として働きながら、地中海沿岸の方々を旅行して回りました。曾祖父は知識人で、五つの言語で自由に話せて、書けました。1949年アルメニアへ出張中に弾圧を受けて、シベリアに流罪に処され、貧乏になってしまいました。しかし、あきらめないで一生懸命に働き続けて、祖父が生まれました。様々な国へ行く機会もなかったし、外国語も知らなかったので、祖父は本や新聞やラジオから情報を取得していました。世界についての情報が多ければ多いほど、好奇心が強くなり、さらに知ろうとしていました。そして、祖父は優しい心を持っていて、困っている人をいつも助けてあげました。

私は、子供の頃、よく祖父と遊んだり、話したり、一緒に時間を過ごしました。祖父がチェスのやり方を教えてくれて、時々二人でチェスをするのがあって、楽しかったです。しかし、一番大切な

教訓は、祖父が私の心に知識愛を吹き込んでくれたことだと思います。祖父は、本や映画、世界の観察、そして他の人との会話から大いに学び、賢い人の模範を示してくれました。そのため、私も毎日毎日しっかり勉強しながら、怠けないで目標を追い求め続けて、他人に親切にしたら、何でもできると信じています。

最近祖父はこの世を去りましたが、温かい思い出と大事な処世訓を残してくれました。祖父がどんな困難にあってもあきらめないこと、失敗してもがっかりしないことや何があっても希望を失わないことを教えてくれたので、大変感謝しています。

傍から見ると、普通の人だともうかもしれませんが、私にとって曾祖父も祖父も偉い人でした。彼らの世界観や道徳観、主義や熱意が私の最も貴い遺産になったと思います。みなさん、先祖を尊敬して、家風を続けながら、この特別な遺産を大事にしてみましょう！

Наследие

Когда мы слышим слово «наследство», нам вспоминаются (приходят на ум) образы объектов мирового наследия и различных культурных ценностей, не так ли? Что касается семьи, наследство ассоциируется с имуществом, оставленным умершими предками потомкам. Однако что насчет унаследованного мировоззрения и моральных ценностей, принципов, семейных традиций, а также внешности и характера?

С вашего позволения, я бы хотела немного рассказать о своей семье. Мой прадедушка, работая архитектором, объездил все побережье Средиземного моря. Прадедушка был интеллигентным человеком, мог свободно говорить и писать на пяти языках. В 1949 году во время командировки в Армению он подвергся репрессиям, был сослан в Сибирь и обеднел. Однако он не сдавался и продолжал усердно работать, родился мой дедушка. У дедушки не было возможности посетить разные страны, и иностранными языками он тоже не владел, поэтому он получал информацию из книг, газет и радио. Чем больше он узнавал о мире, тем сильнее становилось его любопытство, тем больше он стремился узнать. К тому же у дедушки

было доброе сердце, он всегда приходил на помощь людям, попавшим в беду.

В детстве я часто гуляла и разговаривала с дедушкой, мы вместе проводили время. Дедушка объяснил мне правила шахматной игры, и было весело, когда мы время от времени играли в шахматы вдвоем. Однако самым ценным уроком, я думаю, было то, что дедушка привил мне любовь к знаниям. Дедушка подавал пример мудрого человека, который многое узнал из книг и фильмов, наблюдений за миром и разговоров с другими людьми. Поэтому я верю, что все возможно, если я тоже буду изо дня в день усердно учиться, не ленясь, продолжать добиваться цели и с добротой относиться к окружающим.

Недавно дедушка покинул этот мир, но он оставил после себя теплые воспоминания и важные жизненные уроки. Я невероятно благодарна дедушке за то, что он научил меня не сдаваться, с какими бы трудностями я ни столкнулась, не падать духом, даже если потерпела неудачу, и не терять надежду, что бы ни случилось.

Если посмотреть со стороны, можно подумать, что это обыкновенные люди, но для меня и прадедушка, и дедушка были выдающимися людьми. Думаю, что их мировоззрение и нравственное чувство, принципы и энтузиазм стали моим самым ценным наследством. Давайте из уважения к предкам попытаемся продолжить семейные традиции и сбереечь это особое наследие!

Дремова Елизавета, Новосибирский государственный университет экономики и управления, 1 курс

エクストリーム

多くの方はエクストリームが好きです。私はエクストリームがすこしありましたが、大事な一部になりました。父のおかげです。父はエクストリームスポーツが好きで、よくしますが、母はあまり好きではありません。父は数年前にソチでダイビングをして、魚や蟹や珊瑚の写真を撮りました。とても面白くて、きれいだったでしょう。私は海の中が怖くて、空が海より好きですが、ダイビングもしたいです。父は「何かしたかったら、何でもできる。がんばって！」と小さいころから私にも姉にもいいました。

子供の時、高さが怖かったです。私は家族とエクストリートの公園で二回木のぼりした。地上に一時間ぐらいいました。難しさのレベルが三つありました。姉は二つがんばって、父は写真を撮りました。母はいつも怖いからふつう一緒に行きませんでした。私は一つだけががんばりましたが、とても難しかったです。公園に木の側にペイントボールの場所がありました。ペイントボールが好きです。私は友達と七年ぐらい前一回しましたが、けがが誰もすきではないから、また遊びに行きませんでした。

エクストリートの休みは大変なことも面白いこともあります。例えば、ハイエナと食事を食べること。牛の前を走ること。さめと一緒に泳ぐこと。日本のふぐを食べること。私は生きることが好きです。だから、楽しみのためにさめと一緒に泳ぎません。

今多くの会社はエクストリートの休みのサービスがあります。父はもうエクストリートスポーツがあまりしませんが、怖くても私はいつも新しいことをします。多くの人は高さが怖いですが、私は怖い気持ちがなくなるように頑張ります。

Экстрим

Многие любят экстрим. У меня было немного экстрима, но это стало важной частью жизни для меня. Это папина заслуга. Но маме это не очень нравится. Папа несколько лет назад занимался дайвингом в Сочи, фотографировал рыб, крабов и кораллы и прочее. Наверное, было ужасно интересно и красиво. Под водой страшно, я люблю небо сильнее воды, но тоже хочу нырять. Когда мы были детьми, отец говорил мне и сестре: «Если что-то захочешь, сможешь все. Старайся».

В детстве высота пугала. Я с семьей лазала по деревьям в экстремальном парке два или три раза. Мы были над землей около часа. Там было три уровня сложности. Сестра продержалась два уровня сложности, папа делал фотографии. Маме всегда было страшно, поэтому она обычно сидела дома. Я выдержала только один уровень, и это было очень трудно. В парке рядом с деревьями было поле для пейнтбола. Люблю эту игру. Примерно семь лет назад мы играли с друзьями один раз. Но никто не любит синяки и ссадины, поэтому мы с тех пор не играли.

エクстремальный отдых - это и страшно, и интересно. Например, ужин с гиеной. Плавание с акулами. Бег с быками. Поедание японской рыбы фугу. Я люблю свою жизнь, поэтому не буду плавать с акулами ради развлечения.

Сейчас у многих компаний есть услуги экстремального отдыха. Папа уже почти не занимается экстремальным спортом, но, думаю, я всегда делаю что-то новое, даже если страшно. У многих людей есть страх высоты, но я постараюсь сделать всё, чтобы не бояться.

Думкин Николай, Новосибирский государственный технический университет, 3 курс

お父さんみたい

生まれたばかりの赤ちゃんの最初の言葉は、たしかに「父」、あるいは「母」でしょうね。子供のころから、人は両親と特別なむすびがあると思います。それは両親が私たちのことを愛していて、いちばんいいことを上げたいからです。しかし、このような両親との親しい関係がない人もいます。例えば、私のおい子さんです。

私の家族とお兄さんの家族は一緒に住んでいます。そして、2013年にお兄さんの息子が生まれました。私はその時に13歳でした。最初からその子が嫌いでした。両親は私より孫さんがもっと愛しているような気がしましたから。

時間がたつにつれて、おいさんは相変わらず、私と隣の部屋に住み続けていました。しかたがなく、私はあの子にだんだん慣れてきました。全部はよくなったのですが、数年前にお兄さんはなくなりました。もちろん、おいさんはまだ小さいですから、人生のひどさが最後まで分からないと思います。彼のお母さんは朝早くから夜遅くまで働いていますから、私はその子にとってお父さんのようになりました。

いろいろなことを教えながら、私はあの子が好きになりました。彼はいつも大学の授業から帰る私のことを待っていて、会ったら、喜びます。あの子が嫌いだった私はばかだったのじゃないでしょうか。今はそれがよく分かっています。できるだけ、いい人になるように育つようにしています。なくなったお兄さんが誇りに思うように...

最後に言いたいことは人生が短い！したいことをやったり、家族を大切にしたりするように生きてください！ほかのチャンスがないかもしれません。

Как отец

Первое слово новорожденного, безусловно, «отец» или «мать». С детства я думаю, что у людей особые отношения со своими родителями. Это потому, что родители любят нас и хотят делать все возможное для нашего блага. Однако у некоторых людей нет таких близких отношений со своими родителями. Например, у моего племянника.

Моя семья и семья моего брата живут вместе. В 2013 году у моего брата родился сын. Мне тогда было 13 лет. Я невзлюбил его с самого начала из-за того, что я думал, что мои родители любили его больше меня.

Со временем племянник продолжал жить в соседней комнате без каких-либо изменений. У меня не было выбора, кроме как привыкнуть к этому ребенку. Все наладилось, но несколько лет назад моего брата не стало. Конечно, племянник еще маленький, поэтому я не думаю, что смогу до конца сказать, понимает ли он это. Его мама работает с раннего утра до поздней ночи, поэтому я стал для ребенка как отец.

Обучая его разным вещам, я привык к нему. Он всегда ждет, когда я вернусь с занятий в университете и радуется, когда я возвращаюсь. Думаю, я тогда был глуп, потому что мне не нравился этот ребенок. Теперь я это хорошо знаю. Я стараюсь вырастить его хорошим человеком, насколько это возможно, чтобы его отец гордился им.

Последнее, что я хочу сказать, это то, что жизнь коротка! Пожалуйста, живите, так как вы хотите, и заботьтесь о своей семье! Другого шанса может и не быть.

**Завгородняя Дарья, Новосибирский государственный
технический университет, 1 курс**

日本のデザインが与えた影響

中学校の時から建築に深い関心を持っていて、ひまな時間に建物のデザインを描いてばかりいました。デザインがいろいろで、こま

かくかくようにしましたが、なんとなく、私の絵はめずらしくなくて、普通のような気がしました。私はがっかりしました。

ある日、YouTube で日本の大学でけんちくを勉強している女の人のチャンネルを見つけました。彼女はブログで自分のデザインと模様を見せながら、おもなアイデアを説明していました。デザインについて日本人の考え方にびっくりしました。たてものの形はシンプルで、てんねんそざいが多いです。その女の人のデザインはかんきょうにやさしく、ユニークに見えました。これらはちょうど私のデザインに足りなかったものです。

ですから、私は他の日本のデザイナーの作品を見て、共通点を見つけました。それはできるだけ自然の美しさを伝えることだと思います。日本の文化にきょうみをもって、もっと知りたくなりました。

たとえば、月見、花見、もみじがりは日本文化の欠かせない部分です。このように、日本の美学とわび・さびのことは私を考えさせました。私は毎日歩いているところに新しいことを見つけるようになりました。私のきおくにはいろいろなたてもの、植物、像などが入りました。これはデザインと絵を描くことにとても役に立ちました。先生は私のデザインが変わって、よくなったとほめました。今までより作品はプロになったと言われました。このように、私は正しい道に進むと分かりました。

日本の文化のおかげで、うつくしさについて見方がいろいろあると分かりました。でも、もし、何かめずらしいものを作りたかったら、一番ユニークである自然からインスピレーションをもらった方がいいと思います。

Как на меня повлиял японский дизайн

Еще в средней школе я поняла, что хочу связать свою жизнь с искусством, поэтому все свободное время я рисовала. Я старалась сделать так, чтобы мой дизайн выглядел сложным, с большим количеством деталей. Но, в то же время, мне казалось, что мои работы банальны и ничем не выделяются.

Однажды я нашла YouTube-канал девушки, которая изучала архитектуру в японском университете. В своем блоге она показывала

работы и макеты и объясняла идеи своих проектов. Меня удивило то, как отличается подход к дизайну у японцев. Формы зданий были простыми, использовалось большое количество натуральных материалов. Работы девушки отлично вписывались в окружающую среду и выглядели уникальными. Это было как раз то, чего не хватало мне.

Я посмотрела работы других японских дизайнеров и поняла, что в них есть кое-что общее – они передают впечатления автора от красоты природы. Я заинтересовалась японской культурой и захотела узнать о ней больше. Оказалось, что японцы вдохновляются природой не только в плане дизайна.

Любование природой – цветущей сакурой, клёном, луной – это часть японской культуры. Японская эстетика и ваби-саби заставили меня задуматься. Я начала замечать что-то новое там, где ходила каждый день. Моя память стала пополняться картинками зданий, деревьев, разных текстур. Это очень помогло мне в рисовании по памяти и проектировании дизайна. Преподаватели обратили внимание на значительные изменения: мои работы стали выглядеть профессиональнее. Так я поняла, что двигаюсь в правильном направлении.

Благодаря японской культуре я осознала, что есть разные взгляды на красоту, но если хочется сделать что-то особенное, то черпать вдохновение стоит из самого уникального на нашей планете – из природы.

Киселев Сергей, Новосибирский государственный технический университет, 3 курс

スポーツだけではない

私はスポーツが大好きです。一番好きなのはバレーボールです。しかし、私は質問があります。「バレーボール」というのは何ですか。多くの方はバレーボールが簡単で面白くないスポーツだと思っています。でも、そうではありません。

私は中学校の時にバレーボールと出会いました。私は背が高いですから、ある日、バレーボールチームのコーチがそれに気づいて、

「バレーボールをしませんか。」と私に聞きました。私は一回ぐらいやってみようと思いました。最初はあまり気が進まなかったのですが、しばらくして、そのスポーツの魅力が分かるようになりました。練習すればするほど、面白くなり、けっきょく好きになりました。

私にとって一番印象にのこっていることは子供の国際大会です。その大会の時に、私は「バレーボール」というのは心の競争、チームの競争だということがわかりました。チームの 6 人は一つになって、考えたり、えごいたりします。勝ったら、喜びます。まけたら、お互いにサポートをします。試合の時、チームは家族のようです。バレーボールのおかげで、私は多くの良い友だちができ、強いライバルに会うことができました。

大学に入ってから、バレーボールをやり続けています。プロ選手まではならなかったですが、バレーボールをするのが大好きです。そのスポーツが私の人生の一部になったことをうれしく思っています。

では、「バレーボール」と言うのは何でしょうか。私の考えではただのスポーツではなく、芸術だと思います。バレーボールのおかげで、私は今の私になりました。バレーボールのおかげで、自分の羽を広げることができました。

Не только спорт

Я люблю спорт. А самый любимый вид спорта – это волейбол. Многие думают, что волейбол – простая и скучная игра, но лишь единицы способны увидеть большее.

Мое знакомство с волейболом началось еще со средней школы. Уже тогда я был высокого роста. Однажды тренер волейбольной команды заметил это и сказал: «Не играл ли ты в волейбол?». Я решил попробовать. Сначала у меня не было особого интереса, но через некоторое время я понял всю прелесть этого вида спорта. Чем больше я тренировался, тем интереснее становилось, и мне это нравилось.

Невероятным скачком для меня стали Международные детские игры. На этих соревнованиях я смог понять простую истину: волейбол – игра умов, игра команды. На площадке все шесть человек становятся единым целым. Их движения скоординированы словно они – единый организм. Они порадуются при победе, поддержат при поражении. На

площадке команда – это семья. Я смог встретить столько прекрасных друзей и соперников.

Я думаю, что пусть я и не смог пойти по стопам профессиональных игроков, я рад возможности продолжать заниматься любимым делом и в институте. Я рад, что волейбол стал частью моей жизни.

Так что же такое «волейбол»? Волейбол – это искусство. Благодаря ему я стал тем, кто я есть. Благодаря волейболу я смог расправить свои крылья.

Ковров Игорь, Новосибирский государственный технический университет, 2 курс

日本語の音の魔法

言葉というのはすばらしいものですね。毎日聞こえる言葉が多いですね。ある言葉を聞いて、感動します。他の言葉を聞いて、何も感じません。心の中に入る言葉もあります。言葉を上手に使うことができる人は誰でも歴史に残るでしょう。しかし、魔法の音の世界には言葉だけではありません。もっといろいろな音があります。

子供の時、僕はアニメが好きでした。母がアニメの CD を持ってくるとき、幸せになりました。アニメを見るのが楽しかったです。でも、暇のときの楽しみだけでした。ところが、ある日、「ナルト」と言うアニメを見ました。見たら、初めて考えました。この男が本当に感情を持っているんだなあ。どうしてですか。その男の声を聞こえたからです。ナルトの声の中にはいろいろな感情がたくさんありました。そして、言葉がなくても、その声の中の気持ちが私の心の中に入ることができることに気づきました。声の音がすごい力があるとわかりました。

しかし、これは終わりではありませんでした。少ししたら、「僕のヒーローアカデミア」というアニメを見ました。見る前に、「ふつうの物語」だとか、何も特別な期待をしませんでした。ところが、私はまちがいました。「僕のヒーローアカデミア」は愛らしかったです。どうしてですか。答えは音楽にあります。作曲家の林ゆうきは雰囲気のある音楽を作りました。ほかの有名な現代の作曲家は

澤野弘之です。澤野弘之の音楽は私をさらに感動させました。音楽も話せると考えました。音楽というのはすごい力があるとわかりました。

そこで言葉と声と音楽について考えるようになりました。いろいろなアニメを見て、日本人が人間の気持ちをさまざまな音で表す能力に感動しました。「僕のヒーローアカデミア」を見たあとで、映画、ゲーム、アニメで音がどのように、どこで、なぜ使われるのかに注目し始めました。そして今、私は多くの声優、音響監督、音楽家の作品を見てきました。その人々の仕事からいろいろ学ぶことができました。日本語の言葉と音と音楽は私の大きな喜びです。

Магия японского звука

Слова. Какое огромное множество слов мы воспринимаем ежедневно, не правда ли? Какие-то вызывают эмоции, какие-то оставляют равнодушными. И хотя их трудно найти, есть слова, которые трогают наши сердца. Любой человек, который может использовать их, чтобы вдохновить других, может войти в историю. Однако если бы только словами и ограничивался волшебный мир звуков, было бы скучно, правда?

Будучи, как и все, когда-то ребёнком, я обожаю смотреть мультики. Когда мама приносила домой DVD диски, моему счастью не было предела. Разноцветные супергерои спасали мир и защищали людей. Каждая просмотренная серия доставляла удовольствие, и всё же для меня это никогда не было чем-то большим, чем весёлый досуг. До тех пор, пока я случайно не наткнулся на «Наруто». И я поверил, что этот парень действительно обладает чувствами. Почему? Потому что я услышал его голос. В этом голосе было много самых разнообразных эмоций. И тогда я понял, что даже просто эмоции без слов могут вызвать отклик в моём сердце. Но это был не конец. Чуть позже я заметил еще одно аниме под названием «Моя геройская академия». Обычная история про героев, от которой я не ожидал ничего особенного. И ошибался. Оно было прелестно. Почему? Ответ кроется в музыке. Композитор Юки Хаяси написал очень атмосферные саундтреки. После непродолжительных поисков я нашел еще одного известного современного композитора – Савано Хироюки. Его музыка

поразила меня еще больше. После этого я понял, что и музыка тоже может говорить.

Меня очаровала способность японцев воспроизводить человеческие чувства различными звуками. Когда я закончил смотреть «Мою геройскую академию», начал обращать внимание на то, как, где и почему в фильмах, играх и аниме используется звук. На данный момент я знаком с работами многих имени сейю, звукорежиссёров и музыкантов. Мне доставляет большое удовольствие знакомиться с их работами и учиться у них некоторым вещам.

Миргородская Анастасия, Новосибирский государственный педагогический университет, 2 курс

私の世界

多くの人は寝る前に、自分だけの理想の世界を想像します。私もそうです。でも寝る前だけではありません。いつでもどこでもそうしています。世界を作ったり、そこに住むキャラクターを考えたりすることが大好きです。それを考えるとき、音楽が、とても役に立ちます。地下鉄に乗っていても、公園を歩いていても、家にいても、私はその世界の中にいます。夢の中に、王国の魔法軍と魔法使いのギルドの戦いを描きます。その世界の中では、いいヒーローのダイスケと、悪いヒーローのスネーリウスが戦ったり、おたがいをからかったりしています。私はその二人のヒーローと一緒に生きる場所が好きです。そして、そのヒーローのいつもと違う面を見ることも好きです。例えば、普段自分のことしか考えないスネーリウスが心から他の人のことを心配している場面を考えたとき、「やった！」と思って幸せな気持ちになりました。

私は子どものころ、クラスメートと話したり遊んだりしませんでした。人と話すことがあまりできませんでしたから、この世界を考えはじめました。でも今は違います。この趣味のおかげで友達と話せることが上手になりました。緊張に勝つことができました。でも、どうやって？ 教えてください。緊張したら、いいヒーローのダイスケと話します。ダイスケは私の自己評価を手伝ってくれます。私

が自分に怒ったとき、ダイスケはほめてくれます。そして、私が自慢しすぎたとき、ダイスケは叱ってくれます。

この小さな趣味は私の生活の大事な一部になりました。今の私は人が怖くないです。この想像の漫画の世界は楽しいです。将来このマンガを実際に作りたいです。それは、私の人生の、いま、一番の目標です。

Мой мир

Многим людям свойственно перед сном рисовать в воображении свой идеальный мир. Я тоже не исключение. Но у меня это происходит не только перед сном. Мне нравится продумывать свой идеальный мир, прописывать персонажей, живущих в нём, и жить этим миром. От обрывочных, никак между собой не связанных сцен, до полноценных сюжетных линий и поворотов. Зачастую мне в этом помогает музыка. Каждую свободную секунду я уделяю этому миру, еду ли я в метро, иду ли по парку, качаюсь ли на качелях или же просто нахожусь у себя дома. Я представляю себе борьбу королевской армии и гильдии волшебников, бесконечные стычки главного героя Дайскэ и антагониста Снеллиуса, их взаимные подшучивания друг над другом. Мне нравится жить вместе с этими персонажами. Мне нравится ставить их в такие ситуации, которые проявят не свойственные им в обычной жизни черты характера, тем самым делая их более живыми. Например, однажды я заставила самовлюблённого Снеллиуса искренне переживать за своих товарищей и была просто счастлива.

В детстве я уходила в свой мир для того, чтобы абстрагироваться от окружающих, ведь я не могла даже обратиться к одноклассникам за помощью или попросту заговорить с ними. Но сейчас это уже не так. Я переросла свою стеснительность благодаря тому, чему меня научил мой выдуманный мир. Мне нравилось беседовать с главным героем Дайскэ, он выступал и до сих пор выступает балансом моей самооценки. Если я слишком занижаю её, то он, наоборот, хвалит меня, а если я зазнаюсь, он советует мне поумерить пыл.

Это хобби стало полноценным и постоянным занятием в моей жизни. Я живу своим воображаемым миром не потому, что боюсь или избегаю общения с настоящими людьми, а потому, что нашла в этом

путь для реализации себя, и цель своей жизни – когда-нибудь нарисовать и издать мои истории и познакомить других людей с моим волшебным миром.

Пахомова Екатерина, Новосибирский государственный университет экономики и управления, 1 курс

赤毛のねこ

私の家族はみんなとてもやさいです。たとえば、父はきふをよくします。母は動物をたすけます。

二千十九年十月のことでした。私は高校生でした。天気はさむくてくもりでした。私は赤毛の子猫を見ました。学校の階段にすわっていました。「病気でしょう」と私は思いました。私はたすけたくなりました。この猫の写真をとって、母に送りました。母はアニマルシェルタを見つけました。休憩の時に私はこの子猫を学校の後ろの家にすんでいるそばの家にもって行きました。一時間後父は車にのって、私たちは母の仕事にいきました。母はエサやねこのさらをもうかいました。それからそのアニマルシェルタにいきました。でも、そのところにアニマルシェルタがありませんでした。家にほかのペットが嫌いな猫がいますから、もういっぴきの子猫を飼うことができませんでした。でも子猫は病気でしたから、獣医に行って、薬を買いました。私は友だちに子猫について話しました。クラスメートは自分のうちに持って行きました。いま子猫は大きくなりました。名前はシムバです。きれいでかしこいです。

これだけではありません。こきょうのまちで冬に私はホームレス動物にえさをやりました。そして、アニマルシェルタにきふしました。いちどおしょうがつに私はバルナウルアニマルシェルタにきれいな礼状をもらいました。とてもうれしかったです。

みんなは周りの世界に十分注意するといいと思います。責任を持つことはそんなに大変な事ではありませんね。だれかをたすけるでしょう。そして、せかいはちょっとやさしくなるでしょう。

Рыжий кот

В моей семье все очень добрые. Например, папа часто занимаемся благотворительностью, а мама помогает животным.

Это произошло в октябре 2019 года. Я была старшеклассницей. Погода была холодной и пасмурной. Я увидела рыжего котенка. Он сидел на крыльце школы. Я подумала, что он больной. И я решила ему помочь. Я сфотографировала его и отправила маме. Мама нашла приют для животных. На перемене я отнесла котенка к бабушке, которая жила в доме за школой. Через час папа приехал на машине, и мы поехали к маме на работу. Она уже купила кошачий корм, миску и т.д. И мы поехали в приют. Но на том месте приюта не было. Мы не могли взять его к себе, потому что у нас дома уже была злая кошка. Но так как котенок был болен, мы отвезли его к ветеринару и купили лекарства. Я спрашивала у друзей про котенка. Мой одноклассник согласился его взять к себе. Сейчас котенок вырос. Его зовут Симба. Он красивый и ловкий.

Это не единственный случай. Зимой в родном городе я кормила бездомных животных. Также перечисляла деньги в приют для животных. Однажды на Новый год я получила благодарственное письмо от Барнаульского приюта. Я была очень счастлива

Я считаю, что нужно обращать внимание на окружающий мир. Не нужно бояться взять на себя ответственность. Ведь можно помочь кому-нибудь. И мир станет немного добрее.

Пожиленко Анастасия, г. Новосибирск, Новосибирский государственный педагогический университет, 2 курс

オリエンテーリング大会

わたしの町には学校のオリエンテーリング大会があります。それぞれの学校のチームがあって、そのチームの中に三つのグループがあります。わたしのグループと先輩のグループ、それから後輩のグループです。

オリエンテーリング大会で、チームは地図をもらいます。その地図に書いてある所を、全て探さなければなりません。早く回ったチームが勝ちます。

地図が読めることや、早く走れることは大切です。でも、チームワークの方が大切です。

わたしが参加したとき、地図の A から B のところまで、森の中で先輩グループと一緒にポイントを探さなければなりません。わたしのグループの中はみんな同じクラスの友達でしたから、チームワークがよくできましたが、先輩グループは知らなかったし、話したこともあまりありませんでした。

スタートでは「急がなくてもいい」と言ってもらいましたが、地図は 1 枚だけでしたから、みんな一緒にチームワークを大切にしなければなりません。

しかし、先輩グループはそれを忘れて、地図を持って、すぐ走り出しました。わたしたちは同じスピードで走ることができませんでしたから、先輩たちが見えなくなりました。森は小さいですから、私たちは迷子にならないと思いました。間違っただけ古い墓地に入るのは嫌ですが、わたしたちは怖くありませんでした。そして、「この方向に歩こう」と決めました。

始めは沼に行ってしまったから、戻らなければなりません。また歩きました。時間がかかりましたから、女の子たちは心配になって、少し怖くなりました。そして、おかしいことがありました。キノコ採りの人に会いましたが、怖くて、変な人だと思いました。そして、ハスキー犬に会いましたが、怖くて、オオカミだと思いました。やっと自動車道路に出ました。その道を歩いて、ゴールまで行きました。

わたしのグループは時間に遅れましたが、先輩グループは間に合いました。私たちが遅れたことに、誰も気づきませんでしたから、チームは負けませんでした。楽しい一日でした。

こんな危ないことがあったら、普通、勉強になります。しかし、わたしは違います。それからオリエンテーリング大会に参加しましたが、何回も迷子になりました。でも、一つだけ勉強になりました。何かを人と一緒にするとき、チームワークが大切だということです。

Туристические слёты

В нашем городе среди школ проводятся туристические слёты. Каждую школу представляет большая команда из трёх возрастных групп. Туристические слёты проходят в формате соревнования, которое разделено на пять этапов, где проверяются необходимые туристам навыки (вязание узлов, знание медицины, установка палаток и т.д.). Осенью проводится первый этап – ориентирование: на определённой местности расположены контрольные пункты, отмеченные на карте, их нужно пройти за отведённое время. Это командный этап, в котором участвует команда школы, состоящая из разных возрастных групп. На этом этапе важно не только правильно читать карту и быстро передвигаться, но и работать в команде.

Внутри нашей маленькой группы мы все были из одного класса, все были друзьями и отлично работали вместе. В тот год первый этап необходимо было пройти из точки А в точку Б общей школьной командой. И если с младшей группой мы хоть немного общались, то со старшей – нет. На старте нас предупредили, что торопиться не нужно, хоть финиш и находится очень далеко. Карту выдали только одну на всю команду, работать нужно было сообща. Однако наши старшие товарищи проигнорировали это и почти сразу начали бежать. Из-за этого наша команда разделилась. К счастью, большая часть команды осталась с картой. А нам предстояло долгое путешествие по лесу. Сильно заблудиться там не получится, лес небольшой, но времени потерять можно много.

Мы не стали унывать и решили двигаться примерно в одном направлении, поскольку в конце концов мы бы пришли к месту назначения. В самом начале нашего пути мы забрели в маленькое болотце, поэтому пришлось возвращаться. Но дальше всё было хорошо, кроме того, что мы были уже слишком долго в лесу. Девочки из младшей группы уже начали беспокоиться. Из-за этого пара смешных моментов: сначала они подумали на грибника, что он маньяк, а потом хаски перепутали с волком.

В конце концов, мы вышли к автомобильной трассе и вдоль неё дошли до финиша. Наше время уже давно закончилось, но нам несказанно повезло: та часть команды, что в самом начале убежала,

пришла вовремя, а нашу пропажу судьбы не заметили. Так что команда не потеряла очки, а у нас был очень весёлый денёк.

Обычно люди, попадая в опасные ситуации, учатся чему-то новому и избегают впредь таких ситуаций. А я и потом ещё много раз терялась на этапе ориентирования. Но одно правило я запомнила навсегда: если вы что-то делаете вместе – учитесь работать в команде.

Польшин Дмитрий, Новосибирский государственный университет экономики и управления, 1 курс

怖いかな？

人々はよく新しいことをすることが怖いです。ビジネスを始めたくても怖いです。またはアイデアについて話すことが怖いです。才能がありますが、芸術家、作家になることが怖いです。時々怖いことについて考えるひつようがありません。私たちは行動する必要があります！

私は読むことが大好きで、面白い本、詩、物語をよく読んでいます。それに小さい時から自分で本などを書きたくなりました。初めて 11 歳の時に短編小説を書いてみました。短編小説はかなり奇妙でしたが、祖母は私に 50 ルーブルをくれました。これは書いた本のおかげで最初のお金でした。いままで最後のお金ですが...

2 年前、私は小説を書くことにしました。名前は「絶望から希望へ」です。1 年間で小説を終わりました。そして、書くことも本当に好きだとわかりました。今まで、もう 4 つの小説、小さい小説、そして、詩のコレクションを書きました。毎回何か新しいことを学びました。良い物を書くのに時間がかかります。

新しいことをいろいろ学ぶことがとても大切だと思います！私はライティングアカデミーのホラー部門で勉強して、勉強は大きい小説を書くのを助けてくれました。いい本を書くことは、才能ではなく、大変な仕事です。2 年間で私は多くのことを学びました。美しいスピーチパターンの使い方、感情の描写、セリフの書き方などです。今は私は大きくて、新しい小説を書いています。名前は「片翼の鳥」です。大学の勉強は私を助けます。この小説は、日本、日本の考え方、神話、日本のホラーについてのものです。出版社を通じて出版したいと思います。

今の私は、夢を見ることがとても大切なことで、人は好きなことをぜひしなければならぬと思います。怖いという気持ちがあっても、頑張ったら、何でもできると思います。あきらめることは失敗することより怖いと思います。

Страшно?

Люди часто бояться делать что-то новое. Хотя и хотят начать свой бизнес, но боятся говорить о своих идеях. Талантливы, но боятся стать художниками или писателями. Иногда нам нужно не думать о страхе. Нужно действовать!

Мне нравится читать, и я часто читаю интересные книги. Еще с детства я хотел написать собственную книгу. Впервые я написал рассказ, когда мне было одиннадцать лет. Он получился довольно странным, но моя бабушка дала мне за него пятьдесят рублей. Это были первые деньги, заработанные писательством. Впрочем, пока последние...

Два года назад я решил написать роман. Он называется «От отчаяния до надежды». Я написал его за год и понял, что мне очень нравится писать. На данный момент я написал четыре романа, рассказ и сборник стихов. И каждый раз я узнавал что-то новое. Чтобы написать хорошее произведение, требуется время. Я считаю очень важным узнавать много нового!

Я учился в писательской академии на факультете ужасов, и учеба помогла мне написать большой роман. Написать хорошую книгу — это не талант, а упорная работа. За два года я научился многим вещам: как использовать красивые речевые шаблоны, как описывать эмоции, прописывать диалоги и т.д. Сейчас я пишу большой роман, который называется «Однокрылая птица». В этом мне помогает учеба в университете. Это роман о самой Японии, японском мышлении, мифологии и японском хорроре. Я хочу опубликовать этот роман через издательство.

Сейчас я думаю, что мечтать очень важно, и люди должны делать то, что им нравится. Даже если страшно, сделайте все возможное, и все обязательно получится. Я думаю, что сдаться — страшнее, чем потерпеть неудачу.

言語は私の親しい人

皆さん、何かの外国語ができますか。言葉と自分の関係について考えたことがありますか。私がそれについて考えてみたら、興味深いことに気づきました。この考えについて皆さんに話したいです。

ロシア語は私の母語です。私が生まれてからずっと一緒です。私に一番近いです。ロシア語は母です。この愛には理由がないのです。ただ好きです。ロシア語をととても誇りに思います。そして、大切にしています。母のように、内面も外面も美しいと思うのです。私が悲しくて寂しい時、助けてくれます。役に立つものを教えます。どこにいても、いつも母のところに戻ります。

英語は私の友達です。顔の広い友達で、とても頭がいい友達です。子どもの頃、仲良くなってから、本当に執着しています。英語は私を何度も助けてくれました。母が何か分からないなら、いつも友達に聞くことができますね。英語も同じです。私たちは一緒に本を読んだり、ビデオや映画などを見たり、音楽を聞いたりします。英語のような友達をもっと多くあればいいです。

ところが、私と日本語の関係は友情と違います。日本語は恋人です。初めて日本語を聞いた時、完全に魅了されました。音も文法も言葉も漢字も全部が好きになりました。私には日本語が華やかで思議に見えました。もちろん、私はすぐに日本語をもっと知りたいと思いました。日本語に関係があるものすべてを見つけないかと思いました。今、私が少し慣れたので、最初のころの盲目の愛は誠実な愛に変わりました。たしかに、日本語には好きじゃないものがあります。でも、私は日本語のすべてを受け入れて、もっと多く愛することができると思います。

このような言語との関係は私の言葉の勉強に役立ちます。なぜなら、皆さんが勉強する言葉を恋人とか、友達とか、時間を過ごすのが好きな、いい人などと思うなら、その言葉を学ぶためにモチベーションが現れて、勉強がやさしくて愉快になります。皆さん、言葉の中で家族や友達や恋人を見つけてみたらどうでしょうか。そうすれば、人生が少し幸せになるでしょう。

Языки - мои близкие люди

Знаете ли вы какой-либо иностранный язык? Задумывались ли вы когда-нибудь о вашем отношении к языкам? Когда я задумалась над своим, мне пришла в голову одна интересная мысль, которой я хочу поделиться с вами.

Русский язык для меня родной. Он со мной с самого рождения. Ближе него у меня никого нет. Он - моя мама. Я люблю его ни за что, просто так. Я очень им горжусь и дорожу. Он красивый и внутренне, и внешне, как и моя мама. Он поддерживает меня, когда мне бывает грустно и горько. Он учит меня нужным и полезным знаниям. Где бы я ни была, я всегда возвращаюсь к маме.

Английский язык - мой друг. Очень умный, с большими связями. Я дружу с ним с самого детства и сильно к нему привязана. Я его очень уважаю и люблю, потому что он не раз меня выручал. Если моя мама чего-то не знает, я могу спросить у него. Мы с ним вместе читаем, смотрим фильмы и видео, слушаем музыку. Я хочу, чтобы у меня было больше таких хороших друзей.

Моя любовь же к японскому языку отличается. Он – мой возлюбленный. Когда я впервые его услышала, я была совершенно очарована. Мне нравилось в нём буквально всё – звуки, грамматика, слова, иероглифы. Он выглядел в моих глазах прекрасным и загадочным. Конечно же, я сразу же захотела познакомиться с ним поближе. Я жаждала узнать всё, что только могло быть с ним связано. Сейчас, когда я немного познакомилась с ним, моя слепая влюбленность переросла в искреннюю любовь. У него, конечно же, есть то, что мне в нем не нравится. Но я смогла принять его таким, какой он есть – и полюбить еще сильнее.

Такое отношение к языкам помогает мне в их изучении. Ведь если язык, который вы учите, ваш любимый, друг или просто хороший человек, с которым вам нравится проводить время – то появляется и мотивация изучать его, и сам процесс обучения становится проще и приятнее. Что если и вам попытаться найти среди языков своих родственников, друзей, возлюбленных? Кто знает, может быть тогда ваша жизнь станет немного счастливее.

Группа продолжающих:

1. Вербицкий Александр, г. Новосибирск, НГПУ
2. Кайгородцева Надежда, г. Новосибирск, НГПУ (1 место)
3. Крючкова Виктория, г. Новосибирск, НГУЭУ (2 место)
4. Николаева Юлия, г. Новосибирск, НГТУ
5. Попадченко Никита, г. Новосибирск, НГТУ
6. Сыроечковский Владимир, г. Новосибирск, НГПУ (3 место)
7. Томилова Арина, г. Новосибирск, НГТУ

Вербицкий Александр, Новосибирский государственный педагогический университет, 3 курс

私の人生を変えた日本文化

私は高校のとき、日本文化に興味を持ち始めました。それまで、日本のことをあまり知りませんでした。「日本ではすごい自動車を作っている」とか、「きれいな桜が咲いている」などのステレオタイプのなことだけです。ロシアの高校生が普通知っていることです。ところが、ある日友達が「押忍」というリズムゲームを勧めてくれたおかげで、全てが変わりました。最初は、そのゲームをする気が、あまりありませんでした。しかも、日本のゲームか？と疑問に思いました。その時アメリカの曲ばかりで遊んでいましたから。日本の曲は全然しりませんでした。でも、ついに日本の曲で遊んでみたら、日本語の美しさに魅了されたのです。

その日から、朝から晩まで、日本の音楽を聞くようになりました。日本の音楽を聞きたくて学校をサボることもありました。そこまで夢中でした。しかも、わたしの興味関心も全て変わりました。少しずつアニメも見erようになりました。日本人がどんな生活をしているか興味があったから、インターネットで日本の生活を紹介する外国人のビデオも見ました。そのビデオは外国人が日本の町を歩いている様子でした。日本の街並みがとても気に入りました。ネットで見た他の国の町と違って、きれいで、とても暮らし心地がいい

ように見えました。そして自動販売機がとても印象的でした。夏は冷たい飲み物、冬は熱い飲み物が楽しめるのです。

それから日本の景色が好きになりました。山や紅葉、桜、竹などロシアでは見たことがないものばかりで、ぜひ本物を見てみたいと思いました。日本の伝統的な祭や歴史などにも興味を持ちました。日本のことは何でも知りたくなってしまったのです。

そして、自分にとってロシアより日本の生活様式の方が合うと思うようになりました。例えば、私は肉より魚の方が好きで、ご飯も大好きなので、日本料理はきっと口に合うだろうと思います。もう一つの理由ですが、私は冬が嫌いなので、暖かい国で暮らしてみたいです。日本人が親切でいつもにこにこしていることも好きで、日本人の礼儀正しさに憧れます。

ある、一月の寒い夜、長い時間、自分の将来について考えました。日本の生活様式が好きですから、日本で暮らしてみようと心に決めました。その時から、日本語を勉強し始めました。そして、その夢を叶える方法を探し始めました。子供のころの私は怠け者でしたが、夢が現れてから、目的意識も出てきました。決意してから、2年ぐらい毎日欠かさず日本語を独学していました。漢字の書き方が分からなくても、絵のように一字一字を写したりしていました。今も、夢を目指して、頑張っています。留学に行けるように、去年、日本語能力試験の N2 を受けてみましたが、残念ながら不合格でした。でも、来年も是非また受けたいと思っています。

皆さんも夢があったら、怖がらないで夢を目指してみてください！夢の実現が難しくても、あきらめないでください。一生懸命頑張ったら、どんな夢でも叶いますから！

Японская культура изменила мою жизнь

Я начал интересоваться японской культурой довольно давно. До этого я практически ничего не знал о Японии. Она представлялась мне страной, где производят крутые автомобили, где красиво цветет сакура... В общем, стандартные знания обычного российского школьника. Но всё изменилось, когда мой лучший друг решил порекомендовать мне ритм-игру под названием «OSU». Я тогда не

придал этому значения и был настроен скептически. Дело в том, что я сначала играл песни в основном американского происхождения и не сталкивался с японской популярной музыкой. Но в один прекрасный день я всё же решил попробовать сыграть в этой ритм-игре японскую песню. Первое, что меня поразило – красота японского языка.

После этого я начал сутками напролет слушать песни на японском языке. Я даже в тот момент иногда прогуливал школу – настолько был увлечен. Мой круг интересов полностью изменился. Со временем я начал смотреть аниме и интересоваться этой страной и ее культурой. Мне стало интересна и повседневная жизнь, я начал смотреть видеоблоги иностранцев, живущих в Японии. Особенно мне запомнились чистые уютные улочки японских городов с их кофейными автоматами, предлагающими горячие напитки зимой и охлажденные – летом. Меня впечатлила красота японской природы – горные пейзажи, багряные клены, цветущая сакура, бамбуковые рощи – то, чего я никогда не видел в России. И, конечно, меня поражало, насколько красивые в Японии обряды и праздники, я начал интересоваться ее историей. В общем, мне стало интересно абсолютно всё, что связано с Японией.

Я начал замечать, что мне нравится многое в повседневной жизни японцев. Я тоже чаще ем рыбу с рисом, чем мясо, и надеюсь, что мне понравятся блюда японской кухни. Да и лето я люблю намного больше, чем зиму. Кроме того, у меня вызывают уважение приветливость и вежливость японцев.

Одним январским вечером я долго размышлял о своем будущем и в итоге решил, что если мне так нравится японская повседневная жизнь, то мне просто необходимо в будущем побывать в Японии. С тех самых пор я начал изучать японский язык и думать, как я могу исполнить свою мечту. Всё детство и подростковый возраст я был очень ленивым, но после принятия этого решения стал более целеустремленным. Я начал каждый день заниматься японским языком. Даже если я не знал, как пишется тот или иной иероглиф, я перерисовывал их, словно картины. У меня появилась мечта, и я до сих пор к ней иду. Для того, чтобы поехать на стажировку, я попробовал сдать второй уровень международного экзамена, но, к сожалению, неудачно. Но я верю, что однажды смогу и это.

Поэтому не бойтесь мечтать и вы. Не нужно думать, что если цель сложная, то это не для вас. Если очень много работать для достижения цели, то рано или поздно вы этого добьетесь.

Кайгородцева Надежда, Новосибирский государственный педагогический университет, 3 курс

21日間

みなさんは自分に「正しい食事のとおり食べている？」と質問したことがありますか。何かダイエットをしていましたか。いろいろなものが体はどうやって働きかけるか、本を読んだことがありますか。

実は高校まで、私はその問題にあまり注意していませんでした。何回もファストフードと脂っこい食べ物は健康に悪いと言われて、それを知っていましたが、あまり気をつけていませんでした。世界にはおいしいものがもっとたくさんありますから、ぜひ食べてみなければなりません。今日、もしそれをしなかったら、明日はきつとすと思っていました。

しかしファストフードを食べた場合は、体の調子が悪くなるでしょう。私は、時間が経てば経つほど気分が悪くなりました。それで私がよく怒っていた時、友人は緊張し始めました。

はじめは、窓の外の天気と、働き過ぎのせいだと思いました。でもその後、ある女の人のインスタグラムのブログを見つけました。その人はいつも楽しくて、よく旅行していました。私は「どうして彼女は、そんなに強いのか？」と自分に質問しました。彼女のポストを読んだら、食事が成功の鍵だと考えていることが分かりました。私をひきつけるポストでした。「じゃーあ」と考えました。「こんなにおいそうな匂いがする焼き鳥を食べないようにすることは、できるでしょうか。」私は、小さい実験を試してみることに決めました。

自分の健康をよく管理しなければならないと思いました。人が新しい習慣に慣れるためには、21日が必要だと言われています。それから私は自分に挑戦することにしました。1か月間、野菜だけのダイエットをして、おかしを食べないで、塩は1日に、料理に5グラムしか入れなかったりする計画です。それは大変な道でした。でも、自分の力のお陰で、

かなり人生を変えることができました。だんだん食べ物の一つひとつの味を感じられるようになって、すばらしかったですよ！

1か月の苦しい挑戦のあいだ、結果が待てなかったです。健康になって、山に登れるぐらいの力がつきました。いつも笑顔になりました。ですからそれは、やってみるかいがある習慣です。だんだん正しい習慣をしようとする人が増えていくと思います。

自分の人生を変えるために、すべての人はその21日間を持っていると、私は信じています。みなさんも、今日から何か、始めてみませんか？

21 день

Вы когда-нибудь задавались вопросом о том, правильно ли вы питаетесь? Соблюдали ли вы какие-нибудь диеты? Читали ли книги о влиянии разных продуктов на организм?

Надо сказать, что до старшей школы я не уделяла должного внимания этому вопросу. Мне не раз говорили о вреде фастфуда и жирной еды, и о пользе овощей и фруктов. Я знала это, но не воспринимала всерьез. Ведь на свете есть еще столько всего вкусного, и это обязательно надо попробовать. Если я не сделаю это сегодня, то обязательно сделаю завтра.

Однако если есть фастфуд, состояние здоровья ухудшится. Поэтому, когда я часто злилась, мои друзья тоже начинали нервничать, и наша дружба медленно распалась. Кроме того, периодически у меня начинало болеть сердце, и это был плохой знак.

Сначала я думала, что всему виной плохая погода за окном и перенапряжение в школе, но потом наткнулась на блог одной девушки в Instagram. На фотографиях она всегда выглядела веселой и часто путешествовала. «Откуда же у нее столько сил?», – задалась я вопросом. Читая все ее статьи, я осознала, что она очень трепетно относится к своему питанию и считает его залогом успеха. «Хм...», – задумалась я, – «Интересно, можно ли отказаться от жареной курочки, если она издает такой потрясающий аромат?». Девушка писала так заразительно, что я решила провести небольшой эксперимент.

Говорят, что человеку достаточно 21 дня, чтобы новая привычка стала частью его жизни. Я подумала о том, что очень хочу позаботиться о своем здоровье. И я заключила с собой сделку, что

ровно в течение месяца буду придерживаться вегетарианской диеты, перестану есть сладости и буду добавлять в еду соль не более пяти грамм в сутки. Это был трудный путь. Полезная еда поначалу всегда казалась невкусной, но, со временем, я начала чувствовать индивидуальный вкус каждого продукта. Это просто невероятно!

После того, как прошло уже больше месяца тяжелой работы над собой, результаты не заставили себя долго ждать. У меня появились силы, чтобы взобраться на гору! Поэтому я думаю, что это – привычка, которую стоит попробовать. Постепенно число людей, практикующих правильные привычки, только увеличивается.

Я верю, что у каждого из нас тоже есть 21 день, чтобы изменить свою жизнь к лучшему. Почему бы не начать делать это сегодня?

Крючкова Виктория, Новосибирский государственный университет экономики и управления, 4 курс

文化の盗用

今 2021 年に私たちは旅行がより簡単になり、異文化によく触れるグローバル化の世界に住んでいます。ところが、まだ異文化の人を理解するようにならないだろうと思います。ミサングを嵌めたり、スペインのタンゴを学んだり、夏に手にメヘンディを描いたりする人が多いですが、この行動は攻撃的な意味があると思えないでしょう。

最近、文化の盗用の問題がしばしば提起されています。当初は文化の盗用としては、支配された文化は美学や商業のために元の文脈から外れて使用されて、他の文化圏の要素を流用することとされています。たとえば、前世紀の 80 年代には、有名なエルビスプレスリーを含んで白人のポップ歌手が黒人の音楽を模倣するのは、文化の盗用として見なされていました。そして 90 年代には、ゲトに住んでいない白人がラップを書いてヒップホップを演奏することも、文化の盗用でした。

もちろん、前世紀の文化の盗用の例に関して、当時の社会は現在と比べて、全然違うので、社会規範は今日のものとは異なるのは忘れてはいけないものです。

確かに宗教的な意味、深い歴史的な意味を持っている場合を除いて、共鳴する多くの非自明なものがあります。たとえば、グッチ、

ディオールなど多くの有名なファッションブランドは、重要性や文化的背景を理解せずに、伝統的なパターン、髪型、衣装の要素をデザインに使用していると批判されたことがあります。しかし、本当に悪意がありますか。ただ他の国籍の文化がインスピレーションの源になったのでしょうか。

現在は文化の盗用の問題の複雑性は、この概念がかなりぼやけた境界を持っているという基本があります。したがって、誰も自分自身の世界観によってその概念を解釈します。つまり、ある人にとって外国料理を作ること、あるいはヨガをすることさえ文化の盗用として考えられています。

文化の盗用より、文化の盗用事件への反応の方が大変だと思いません。多くの場合に、非難される人々は、否定的な意図がなく、無知でこのようにします。無知は責任を免れませんが、脅かされて圧倒されるわけではありません。それどころか、これは自分の文化や伝統について話す良い機会だと思います。

もちろん、文化の盗用がなんか、あるかどうか理解するのが非常に難しい場合があります。一方、その議論をすると、私たちが細部を重視せず、その意味について考えることはめったにないということが分かりますね。しかし、時には普通のものは千年の歴史があります。細部に消費者の態度と扱わないで、文化的と歴史的背景に注意をしてください。そのようにして、人生はより面白く見えるでしょう。人間世界は大きくて、多様です。お互いに寛容にしましょう。

Культурная апроприация

Сейчас 2021 год, мы живем в мире глобализации, где стало проще путешествовать и где мы часто сталкиваемся с представителями других культур. Но, кажется, мы по-прежнему не научились понимать друг друга. Должно быть, многие пробовали носить фенечки, учатся танцевать испанское танго, летом рисуют на руках мехенди и никогда бы не могли подумать, что такое поведение может быть неправильным или оскорбительным.

В последнее время часто поднимается вопрос о культурной апроприации. Изначально под культурной апроприацией понималось

эксплуатация представителями доминирующей культуры угнетенной культуры, заимствование её элементов с искажением их значения, использование в не соответствующем контексте, просто для эстетики или в коммерческих целях. Например, в 80-е годы прошлого века культурной апроприацией считалось то, что белые поп-музыканты, в том числе известный Элвис Пресли, имитировали музыку чернокожего населения. А в 90-е то, что белые люди, не живущие в гетто, пишат рэп, исполняют хип-хоп.

Конечно, если мы говорим о примерах культурной апроприации из прошлого века, мы должны понимать, что тогда общество было совершенно другим, и нормы тех людей отличались от современных.

Кроме случаев с вещами, которые определенно имеют религиозный или глубокий исторический смысл, есть множество неочевидных вещей, которые вызывают резонанс. Например, практически все известные модные дома (Gucci, Dior и т.д.) подвергались критике за использование в своих дизайнах элементов традиционных узоров, причесок, элементов традиционных костюмов, не разобравшись с их значимостью и культурным контекстом. Но действительно ли в этом есть какие-то злые намерения? Что, если культура других национальностей просто стала источником вдохновения?

Сложность вопроса о культурной апроприации в наше время обусловлена тем, что у этого понятия довольно размытые границы. И каждый может трактовать его по-своему. Для кого-то апроприация — это даже готовка блюд иностранной кухни и занятие йогой.

Но что хуже всего, это реакция людей на случаи культурной апроприации. Чаще всего в этом обвиняются люди, которые изначально не имели никаких негативных намерений и оступились по незнанию. И хотя незнание не освобождает от ответственности, это не значит, что нужно гнобить и угрожать этим людям. Напротив, мне кажется это очень хорошая возможность, чтобы рассказать о своей культуре и о традициях.

Конечно, иногда нам очень сложно понять, в чем заключается культурная апроприация, есть она или нет. Но такие дискуссии помогают понять, что мы не придаем значения деталям, редко задумываемся об их значении. Хотя иногда за маленькими вещами

стоит большая история длиной в тысячу лет. Не относитесь ко всему потребительски, обращайтесь внимание на культурный и исторический бэкграунд, и жизнь будет казаться интереснее. Наш мир большой и разнообразный. Давайте будем терпимы друг к другу.

Николаева Юлия, Новосибирский государственный технический университет, 3 курс

私ができること

「作文はいやです！ どうして自分で何かを書かなければならないのですか。私は作家ではありません。物語を書くことはできません！」と同級生からよく聞くことがあります。しかし、私はそれがまったく理解できません。私は物語を書くことができるユーリヤと申します。

私は子供の時から友達がたくさん欲しかったです。しかし、おとなしくて、人と話すのが苦手でした。物語を書くのは人々と話す私の方法になりました。

13歳の時に、私は最初の物語を書きました。それは魔法少女についてのおとぎ話でした。友達は私のストーリーを読んでほめてくれました。

17歳の時に私はもう一つの物語を書きました。それはおとぎ話ではなかったので、友達はとてもびっくりしました。その物語は聴覚障害者についてでした。彼は耳が聞こえないことをほかの人にかくしていました。しかし、ある日、クラスの中で人気の女子がその秘密を知って、それは二人の秘密になりました。お互いをよりよく知り、彼らは友達になりました。その話で一番言いたいことは「世界の美しさは私たち自身にある！」ということです。友達との関係もその一つです。そのストーリーは友達に好まれて、著者として私の特徴になりました。

しかし、苦しい点もあります。私のストーリーがいやな人もいます。そのような人の言葉に傷ついたこともあります。あるとき、私は書くことをやめようと思いました。でも、今、私は新しい物語を書いています。内容は秘密ですから、まだ言うことができません。

今、私が皆さんに伝えたいことは私たちの頭の中には素晴らしい世界があります。もし、あなたが紙に自分の世界について書いてみ

たら、それは美しい世界になります。将来、私は、いろいろな人々と話しあって皆さんに心から愛される物語を書きたいと思います。

То, что я умею делать лучше всего

«Я ненавижу сочинение! Зачем нам писать что-то самостоятельно? Я же не писатель, я не умею придумывать что-то из головы!» — вот что я слышала от большинства людей, когда им задавали сочинить что-либо. И я никогда не понимала их проблем. Меня зовут Юлия, и я умею писать рассказы.

Я всегда хотела, чтобы у меня было много друзей. Но мне было тяжело общаться с людьми из-за своей застенчивости. Писать истории стало моим способом общения с людьми.

Мой первый рассказ я написала в 13 лет. Он был о девочке-маге. Мои друзья прочитали мою историю, им понравилось и они похвалили меня.

В 17 лет я написал другую историю. Это не была сказка, поэтому мои друзья были очень удивлены. Рассказ был о глухом мальчике. Он скрывал от других, что он глухой. Однако однажды популярная девочка в классе узнала его секрет, и это стало их общим секретом. И этот секрет сблизил их. Они лучше узнали друг друга и стали друзьями. Самое важное, что я хотела сказать в этой истории: «Красота мира в нас самих!». Отношения между друзьями - тоже. История полюбилась моим друзьям и стала моей авторской особенностью.

Но были и тяжелые времена. Были люди, которым не нравилось мое творчество. Слова таких людей ранили меня. В какой-то момент я просто перестала писать. Но сейчас пишу новый рассказ. Содержание — это секрет, поэтому пока не могу о нем рассказать.

Сейчас я хочу вам сказать, что в наших головах есть чудесный мир. Если вы напишете о своем мире на бумаге, это будет прекрасный мир. В будущем мне хотелось бы общаться со множеством людей, чтобы написать ту историю, которую вы полюбите всем своим сердцем.

先延ばし

実は提出日のギリギリに、このスピーチを書きました。いつも最後の瞬間にすべてをしています。例えば、昨日早起したら、アルバイトをして、スピーチの原稿も終えようとしてましたが、実際はそうしませんでした。その代わりに、昼十二時ごろ起きて、好きなドラマを見たり、一日中ゴロゴロしたりしました。皆さん、同じようなことがありますか。心理学者はそのことを「先延ばし」と言います。

先延ばしはぜったい悪いことですか。あるいはよいこともありますか。心理学的な説明によると、先延ばしは生活の質を悪化させ、体は常にストレスの状態にあるそうです。一方、先延ばしは体の力とエネルギーを回復するのに役立つという意見もあります。どちらが正しいでしょうか。

たとえば、先月、仕事でレポートを提出しなければなりませんでしたが。私は最終日までレポートを書こうとしませんでした。同僚は一生懸命にやっていました。しかし、月末に、部長はそのレポートが必要ではないという決まりにしました。私の同僚は激怒しましたが、レポートを書き始めなかった私だけは嬉しく思いました。先延ばしは今回悪くありませんでした。また、私のスピーチのテーマになって、よかったです。

けれども、時々、先延ばししたいという気持ちを全然感じません。例えば、2019年の来日の際、一ヶ月も、群馬県前橋市に住んでいて、日本語学校で勉強していました。その間に、毎日大変忙しかったです。毎日朝早く起きて、学校に行って、授業が終わった後で、すぐ散歩に行っていました。毎日素晴らしい所を見つけたり、さまざまな国の人と話したりしました。そして、写真もいっぱい撮ることができました。その時、まったく疲れていませんでした。

日本に興味がありすぎて、ナンセンスに時間を無駄にすることができなかったと思えました。可能な限り見てみたかったです。私は、なにかに強い

関心と具体的な目標を持っていたら、先延ばしはしません。恐らく、私の先延ばしの理由の一つは、私の回りの雰囲気だと思います。

私は将来の真剣な計画を持っています。大学卒業後、日本に住みながら仕事をしようと思います。そのために、がんばらなければなりません。しかし、先延ばしを続けたら、それが絶対にできないと思います。今、私は先延ばしと戦おうとしています。例えば、一日のスケジュールをたて、日常生活を守ろうとしています。

もちろん、先延ばしは日常生活にじゃまになりますが、時々、体を守るために必要なことだと思います。しかし、ずっと何もしたくない、何もできない場合は、心理学者にご相談ください。先延ばしではないかもしれませんから。

Прокрастинация

Я написал этот спич в самый последний момент. Я всегда все делаю в последний момент. А вы?

Например, вчера я мог встать пораньше, сделать много важных дел. Но вместо этого я проснулся в 12 часов дня, ещё очень долго валялся в постели и смотрел свой любимый сериал. А вам знакомо такое ощущение? Психологи называют это явление прокрастинацией.

Прокрастинация — это хорошо или плохо? Психологи говорят, что прокрастинация делает качество жизни хуже, организм находится в состоянии постоянного стресса. С другой стороны, есть мнение, что прокрастинация помогает восстановить силы и ресурсы организма.

Например, в прошлом месяце я должен был сдать отчет на работе до конца месяца, но тянул до самого последнего дня. И что же произошло? Начальство решило упразднить эту обязанность, отчет не потребовался. Мои коллеги были в ярости, а я порадовался, что вообще не начинал его делать и сберег нервы. Иногда прокрастинация не так уж и плоха. К примеру, сейчас она стала основной темой моего спича.

Бывает такое, что чувство прокрастинации отступает совсем. Благодаря учёбе, работе и поддержке своих близких в 2019 году я впервые посетил Японию. Целый месяц я жил и учился в городе Маэбаси префектуры Гумма. И за весь месяц не было ни одного дня, когда я обнаруживал себя незанятым чем-либо. Каждый день я

просыпался рано утром, шёл на учёбу, а сразу после занятий отправлялся гулять. На все находились силы.

Думаю, мне просто было слишком интересно в Японии, чтобы тратить время на ерунду. Хотелось увидеть как можно больше, я понимал, что я делаю и зачем. Для меня важно иметь к делу живой интерес и понимать цель. Возможно, одной из причин моей прокрастинации является среда, в которой я живу.

У меня есть серьёзные планы на будущее. После того, как я окончу университет, я хочу попробовать работать и жить в Японии. Я понимаю, что для этого требуется приложить немалые усилия. Но если я продолжу прокрастинировать, мои мечты могут оказаться недоступными. Сейчас я стараюсь бороться с прокрастинацией: заранее составляю список дел, личное расписание дня, пытаюсь соблюдать режим дня, чтобы все успевать.

Хотя я и считаю прокрастинацию негативной тенденцией и хотел бы убрать ее из своей жизни, иногда, наверное, лучше дать организму отдохнуть, чтобы избежать выгорания.

Если у вас нет сил постоянно, пожалуйста, лучше проконсультируйтесь у психолога! Возможно, вам нужна помощь. Пожалуйста, позаботьтесь о себе!

Сыроечковский Владимир, Новосибирский государственный педагогический университет, 3 курс

国費定員

ロシアの大学にはふつう学費が無料の「国費」があります。国費の定員は、自分で学費を払う「自費」の定員より少ないですから、入学したい人はこのような定員に入るために、一生懸命に試験を頑張っています。しかし私の入学試験の成績はちょっと良くなって、国費定員に入るまで、十点ぐらい足りませんでした。でもこの専門が好きだったし、さらに一年間待ちたくなかったし、それで家族と話して「私は自費で入学する」と決めました。在学中も空いた国費定員に入れるチャンスがあるから、私は「ぜったいにこの定員に入れるよ」と言いました。国費定員に入るために、必要なのは良い成績です。申し込みたかったら、一つの学年の間の成績が「4」と

「5」だけでなければなりません。そして大学は申し込んだ人の中で最高の成績の学生を選びます。良い成績のほかに、様々な会議に参加したりしなければなりません。私は入学試験の成績は良くなかったですが、大学の勉強の成績はとても良かったです。熱心に勉強しましたから、全部の成績は素晴らしかったのですが、一つの科目だけが悪かったです。「4」をもらっても申し込めますが、「3」をもらってしまいました。私は信じられませんでした。その時、世界が私を裏切ったと思いました。私の失敗だと分かっていたのに、周りの人を責めました。

自分が嫌いだという感じが溢れましたが、ちょっとずつ力を集めました。もう一回のチャンスのために。二つ目の学年も成績は良かったですが、四つ目の学期に自粛体制が始まりました。もちろんコロナウイルスはずいぶん危なくて、色々な悪いことが起こってしまいましたが、その時にいい機会をもらいました。大学に通う時間がなくなかったし、ネットの授業がすこし楽になったし、それで試験の準備が楽になりました。学年の終わりに「5」の成績だけでしたが、目指したのは国費の定員でした。大事なときが来たとき、申し込んで、待ちました。そして、学長令を読んで、驚きました。申し込んだ人々の中で「5」の成績は私一人だけだったのに、リストに私の名前がなかったのです。「いくら頑張っても、何も変わらない」と思いましたが、希望は消えていませんでした。学長室に連絡して、聞いてみたら、「すみません、間違っていました。あなたは合格しました。どうもすみません」と言われました。本当に嬉しかったです。二年間の目標は達成しました。たぶん大勢の人は「下らない目的だ」と言うと思いますが、私にとって、大切なことなのです。

皆さんの知っていることかも知れませんが、もう一度言いたいです。頑張れば頑張るほど、望んでいる将来に、はやく近づけると私は思います。

Бюджетные места в вузе

В НГПУ и в других российских вузах всегда есть бюджетные места. На востребованных специальностях их заметно меньше, чем платных, поэтому многие поступающие из всех сил стараются на экзаменах, чтобы сразу занять эти места. Однако сам я сдал экзамены не самым

лучшим образом, и мне не хватило около десятка баллов, чтобы поступить на бюджетное место. Поскольку я очень хотел поступить на это направление и не хотел ждать еще одного года, мы с семьёй приняли решение идти на платное обучение. В процессе обучения можно перевестись на освободившиеся бюджетные места, поэтому я пообещал, что обязательно смогу сделать это. Условия для подобной попытки просты – нужно в течение двух семестров получать оценки «4» и «5». Затем из списка кандидатов отбираются лучшие, исходя из оценок, участия в конференциях и других критериев. Хотя я и не совсем хорошо сдал экзамены, но обучение в университете шло успешно. В таком темпе я сдал обе сессии на «отлично». Все предметы, кроме одного. Если бы я получил оценку «4», то всё было бы хорошо, но по одному предмету я получил «3». Я не мог поверить, что всё так получится. Тогда казалось, что весь мир предал меня. Я понимал, что по большей части всё зависело от меня, но всё равно винил всё вокруг.

Меня переполняла ненависть к самому себе. В конце концов, я смог собраться с силами и сделать еще одну попытку. Второй курс шёл также уверенно, как и первый, но в начале четвертого семестра начался карантин. Безусловно, коронавирус принёс очень много плохого и приносит сейчас, но тогда это сыграло мне на руку. В четвёртом семестре было несколько тяжёлых экзаменов, но из-за того, что я не тратил время на поездки в университет и подобные вещи, у меня появилось больше времени на учёбу. Все предметы на втором курсе были сданы на «5», но важная цель была впереди.

Когда пришло время, я подал заявление и начал ждать заветного дня. Когда пришёл приказ ректора, я был удивлён. Несмотря на то, что из всех, кто подавал заявку, только у меня были одни пятёрки, моего имени в списке не было. «Сколько ни старайся, а ничего не выйдет», – подумал я тогда. Однако надежда ещё теплилась. Связавшись с ректоратом, я узнал, что это всего лишь ошибка, а я на самом деле переведён на бюджетное место. Я был по-настоящему счастлив. Цель, к которой я стремился два года, была достигнута. Может быть, для многих это мелочь, но для меня это было очень важно.

Уважаемые слушатели, может быть, вы и так это знаете, но я всё же я хочу сказать об этом еще раз. Чем больше мы стараемся, тем быстрее мы сможем приблизиться к желаемому будущему.

両親の思い

昔から、家族の誤解は、親と子の問題とか、世代間の対立に関連していると思う人が多いです。でも、私はいつも不思議に思いました。賢明で経験豊富な大人がどうして自分の子供の考えが理解できないのでしょうか。

私の家族では、私も妹も経済面ではすべて必要なものを持っています。しかし、私たちは親のサポートと愛が必要です。両親は買い物と贈り物が親の愛であると思っています。誕生日には、母が携帯電話やラップトップなどの高いプレゼントを贈ることがよくあります。しかし、私は学校から家に帰ったとき、「アリナ、元気？」という心から話す言葉と全ての高いものを交換したいのです。母に私の問題を話したり、正直で開かれた機会と交換したいのです。私は父から「愛しています」と書かれた風船、花、葉書をもらいたくないのです。父から「あなたは私にいつでも頼ることができるよ。わかっているね。何かうまくいかない時、私はいつもあなたをサポートするよ分かっているね」という言葉をもらいたいのです。私は両親から本当の気持ち、あたたかい笑顔と力づよいハグをもらいたいです。

私も妹も今は、両親ではなく、他の人に助けと支援を頼まなければなりません。私たちは歌や本から、インスピレーションを受け、自分自身を愛し、形のない壊れやすい夢や欲望から、前進する力を求めています。両親ではなく、親しくなった人から愛の言葉をもらっています。でも、私には父と母が必要です。それだけです。

あなたの家族は、あなたを守り、気遣うために、運命によって与えられた人々です。家族のために、最も敏感で、心配りができる人で、最も忍耐強く、弁えのある人になりましょう。そばに座って、話を聞いて、しっかりと支えましょう。家族が本当に何であるかを忘れないでください。

Родительская забота

Еще с давних пор недопонимания в семье списывают, отмахиваясь, на проблему отцов и детей, конфликт поколений. Мне всегда казалось

странным, что более опытные и мудрые взрослые не способны на то, чтобы понять особенности своих детей.

В моей семье я и сестра материально всем обеспечены, но мы - нуждающиеся в поддержке и любви со стороны своих родителей. Они считают, что покупки и подарки – это их родительское внимание. На день рождения мама часто дарит дорогие подарки, такие как телефон или ноутбук. Но я бы обменяла это все на искренние слова: «Как твои дела, дочка? У тебя все хорошо?», когда я приду домой с учебы, обменяла бы на честную и открытую возможность поделиться с ней своими проблемами. Я не хочу получать от отца шары, цветы и открытку с фабричной надписью «я люблю тебя», а хочу услышать: «Ты же знаешь, что всегда можешь обратиться ко мне, если у тебя что-то не получается, я всегда тебя поддержу». Я хочу получать настоящие чувства от своих родителей, широкие улыбки и крепкие объятия.

Мы с сестрой вынуждены просить помощь и поддержку у других людей, искать вдохновение, силы любить себя и двигаться вперед из песен, книг, из неосязаемых и хрупких мечтаний и желаний, мы слышим слова любви от неродных, но ставших близкими людей, которых могли никогда не встретить.

Возможно, кто-то ухмыльнётся и спросит: «А почему ты решила, что родительская забота должна быть именно такой – основанной на любви и поддержке? Тебя всем обеспечивают, поэтому не нужно жаловаться». Я отвечу – люди по природе своей нуждаются в теплых чувствах и понимании со стороны других, родитель же – это не благотворительный фонд, финансирующий тебя с рождения. Вместе с ответственностью завести ребенка он протягивает теплую руку помощи и поддержки совсем неопытному и познающему этот мир маленькому человеку и должен быть готов держать ее всегда. Не стоит учить своих детей жизни, считая, что если вы жили в тяжелые времена, то ваши дети должны испытать то же самое.

Ваша семья — это люди, подаренные вам самой судьбой, чтобы оберегать вас, защищать и заботиться. Давайте будем для них самыми чуткими и внимательными, самыми терпеливыми и понимающими, приложите ради них усилия и, хотя бы сядьте и выслушайте, а потом крепко обнимите. Не забывайте о том, что такое на самом деле семья.

グループ профессионалов:

1. Дзюба Ольга, г. Новосибирск, НГТУ
2. Иванищева Марина, г. Новосибирск, НГТУ
3. Колесник Любовь, г. Новосибирск, НГТУ (2 место)
4. Пичкур Ирина, г. Новосибирск, НГТУ (3 место)
5. Полторыхина Влада, г. Новосибирск, НГПУ
6. Сидоренко Анастасия, г. Новосибирск, НГПУ (1 место)

Дзюба Ольга, Новосибирский государственный технический университет, 2 курс

パンデミック中の国境のない世界

外出自粛とは、誰かにとって嬉しいことで、誰かにとって苦しいことです。ずっと家にいて、何をすればいいかわからない人がいます。ひまな時間を楽しむ人もいます。新しい趣味を発見した人もいます。「拘束されたまま生活はありえない」と思う人もいます。家からどこにも出られないし、友達と会えないし、退屈だと思える人が多いです。しかし、時間を楽しく過ごす方法がたくさんあると思います。特に今、インターネット時代に住んでいる私たちは楽しい時間の過ごし方がたくさんありますよ。

私にとって外出自粛の時間は悪くありませんでした。私は大学に行くこと、そして家に帰ることに時間をかけませんでした。この時間はもっと大事なことのために使えました。それで、最初は自分の古い趣味を楽しみましたが、少ししたら、何か新しいことをしたくなりました。

外出自粛の中で新しい事とは何でしょうか。私は新しいことを探すと、運動のユーチューブチャンネルを見付けました。このチャンネルで一人の女の子はリズムカルな音楽に合わせて歩きながら、色々な運動をしています。一マイルとか二マイルなどのプログラムがあります。これは良い習慣らしくて、楽しいトレーニングです。私の新しい趣味になりました。

しかし、外出自粛がながかったから、さっすが私もすこし退屈になりました。そこで、ソーシャルネットワークで話題になっている中国のドラマを見ることにしました。ドラマの名前は「陳情令」です。ドラマを見る前に、中国の文化について大学の授業で勉強したことだけしっていました。しかし、興味は全然ありませんでした。ところが、その「陳情令」というドラマを見たら、中国の文化に魅力されました。もっと知りたいと思って、いろいろな他の中国のドラマを見始めたし、同じ趣味を持っている新しい知り合いもできて、新しいことをたくさん調べました。例えば、中国の伝統とか、とても美しい中国の服などについて知りました。中国の美術や文学などについて新しいことを知って、中国の音楽にも興味を持ちました。古琴の音が大好きになりましたから、今は古琴で弾く音楽を聞いています。このような新しい発見が全部激励させます。新しいファンダムはいつも新しい境界を開きます。それで、私から見ると、何かにハマることが外出自粛の時間を過ごす一番良い仕方です。

さらに言えば、外出自粛の間でも日本語の勉強をほっておきたくないのです。それで、ゆっくり日本語能力試験を受けるための勉強をしました。文法について説明の動画を見たり、漢字と言葉を勉強したりしました。その他に、翻訳してみました。私は将来に翻訳者になりたいです。前に、歌だけを訳してみました。本は、出来ないと思ったから、訳してはみませんでした。しかし、もっとひまな時間ができた外出自粛の時に、やってみようと決めました。そして、太宰治の短い小説の一つ選んで翻訳してみました。これはとても楽しかったですよ。難しい文章があって、長い時間かけても翻訳が出来ない文がいくつかありました。それに、ロシア語のきれいな言葉を探ることが出来ない時もたくさんありました。でも、私は最後までやくしました。とても嬉しかったです。

外出自粛についてどう見ても、可能性がたくさんある時期だと言えましょう。全部は人とその考え方によります。何もしないで愚痴れますが、新しく、楽しいことを探すこともできます。私なら後の方です。たくさん新しいことを探しました。そして、新しい知識と喜怒哀楽をたくさんもらえました。運動と中国の文化と日本語、

この全ては私の発達につながり、外出自粛のあいだ、あきらめないことに手伝いました。

外出自粛で人間がもらえた経験は大事なことだと思います。ある意味で人間は新しい生き方を発見したと言えます。私たち人間の世界は外出自粛の後で以前の世界にもどらないでしょう。

Мир без границ в условиях пандемии

Изоляция. Для кого-то это радость, для кого-то – что-то невыносимое. Всё время находясь дома, кто-то не знает, чем себя занять, кто-то обретает больше свободного времени, кто-то открывает для себя новые виды досуга. Есть и те, кто считает, что в ограничениях жизнь невозможна. Из дома не выйти, с друзьями где-нибудь не посидеть – скучно, думают многие. Однако есть множество способов хорошо проводить время. Особенно для нас, живущих в эпоху Интернета.

Лично для меня это время было неплохим. Мне не нужно было тратить время на дорогу в университет и обратно, и это время я могла потратить на что-то более полезное. Первое время я просто занималась своими привычными хобби, но потом мне захотелось чего-то нового.

Что же нового можно найти во время самоизоляции? Когда я искала, чем заняться, сначала открыла для себя ютуб-канал с упражнениями. На этом канале девушка под ритмичную музыку ходит на месте и делает различные упражнения. У неё есть программы на одну милю, две мили и так далее. Это хорошая и весёлая разминка. Это стало моим новым хобби.

Однако самоизоляция была длинной, и я тоже заскучала. Тогда я посмотрела китайскую дораму, о которой немало видела постов в разных соцсетях. Она называется «Неукротимый». До неё я не интересовалась китайской культурой, хотя и знала немало о ней благодаря университетской программе. Но после просмотра «Неукротимого» она меня по-настоящему захватила. Я стала смотреть другие китайские драмы, нашла новых знакомых и узнала много нового. Например, о невероятно красивых китайских костюмах, о традициях. Узнала что-то новое в изобразительном искусстве, литературе, открыла для себя китайскую музыку. Мне очень

понравились звуки гуциня, и я теперь слушаю немало записей с игрой на этом инструменте. Всё это очень вдохновляет. Новый фандом всегда открывает новые границы. Поэтому, на мой взгляд, погружение во что-то подобное – лучший способ проводить время в изоляции.

Кроме того, я не хотела расслабляться в изучении японского языка. Поэтому я потихоньку спокойно готовилась к сдаче Нихонго Норёку Сикэн. Смотрела видео по грамматике, учила иероглифы и слова. А также я пыталась переводить. В будущем я хочу стать переводчиком, но раньше я пыталась переводить только песни, а книги - нет, потому что боялась, что не получится. Но когда появилось больше свободного времени, я решила попробовать. Выбрала небольшой рассказ Осаму Дадзая и перевела. Это было очень увлекательно! Было сложно и некоторые предложения мне подолгу не удавались. К тому же, часто было сложно подобрать красивые слова на русском языке. Но я перевела всё до конца и очень этому рада.

Как ни посмотри, возможностей огромное количество. Всё зависит лишь от человека и его настроения. Можно ныть от того, что нечем заняться, а можно найти новое интересное занятие. Вот я для себя нашла, получила много новых знаний и эмоций. Всё это: спорт, китайская культура, японский язык – помогло мне развиваться дальше и не останавливаться на достигнутом даже во время самоизоляции.

Я думаю, что опыт, который мы получили, очень важен и полезен. В каком-то смысле человечество открыло для себя новый опыт существования, и мир людей, вероятно, больше никогда не будет прежним.

**Иванищева Марина, Новосибирский государственный
технический университет, 3 курс**

パンデミック中の国境のない世界

コロナ禍は、おそらく 21 世紀に世界が直面している最も困難な課題の 1 つと言えるでしょう。医学と経済学の専門家によると、人類は今後何年にもわたって新型コロナウイルスの影響と戦わなければならないだろうとのことです。しかし、コロナ禍の現象には 2 つの面があります。1 つは危機で、もう 1 つは発展だと思えます。

2020年の初めごろ、誰もが想像できなかった新型コロナウイルスの感染が世界レベルで急速に進展していたために、早急に対応しなければならぬ状態でした。でも、私たち人間の大きな利点は、絶えず進化したいという願望にあると思います。私たちが以前慣れていた世界は、そのような規模の大惨事に準備ができていなかったもので、私たちは世界を変え始めたのです。コロナ禍は世界の国々の間に国境を閉鎖させたかもしれないですが、同時にこの国境を破壊したもののなのです。国境を破壊したのはあるグループの人々の生活です。あるグループの人々の生活が改善されました。私もこの人々のグループに属しているのです。

私は内向的な人です。ひきこもりに近いかと思います。私にとって、コロナ禍のせいで変わった世界はもっと住みやすい世界になりました。コロナ禍が発生する前は、内向的な人たちのために必要なものについては誰も考えていなかったのですが、今では誰もが内向的な人たちが必要だったものを必要としているために、人々は必要なサービスを適応させて発展し始めました。遠隔教育、在宅勤務、さまざまな自己啓発コース、オンライン映画館、オンライン展示会は私や他の何百万人もの人々が長年夢見てきたことです。

多くの人々はコロナ禍による変化への適応のストレスとプレッシャーによる制約に対処するのに苦労していたのですが、内向的な人たちの境界がなくなったので、内向的な人たちは幸せになったのです。私たちは新しい世界を準備する必要がありませんでした。コロナ禍の前から私たちの生活はすでにそうだったからです。ひきこもりのライフスタイルはこれまで日本だけでなく世界中で汚名を着せられたものでしたが、状況は根本的に変化したのです！今、他の人々は私たちのひきこもりの世界、つまり内向的な世界のルールに従って生きなければならないのです。

コロナ禍のおかげで、私は制限を感じなくなりました。遠隔教育ですか？ うれしい！これで混雑したバスでマイナス 40 度の中、1 時間ぐらいかけて大学に行く必要がなくなったのです。私は授業の 15 分前に起きて、勉強する時にベッドに座ることができます。在宅勤務？ よかった！ コロナ禍になるまでは、そのような仕事を見つける

ことが難しかったです。しかし、今、私は他の地域のタイムゾーンでいい仕事を見つけて、午後 2 時まで眠ることができるのです。しかし、私に存在する利点は他の人々にもつながっています。

いろいろな企業で、多くの職業の人々が自宅で仕事ができることに気づいていたのです。教育機関はインターネットに対して否定的な態度をとることをやめ、便利なオンラインプラットフォームを使用するようになりました。人々は何キロも離れた場所から連絡を取り合うことを学び、その関係が本物ではないことをもはや恐れなくなりました。内向的な人たちは何年もの間このような機会について話してきましたが、この方向で働き始めるために、残念ながら、人類はひどい世界的な災害を必要としていたわけですね。

もちろん、人類はこれからも困難を経験していき、進化し続けているでしょう。でも、コロナ禍は人類に多くのことを教えたに違いありません。特に、私たちが世界の境界を独立して設定することを教えてくれたのです。無数の新しい可能性のおかげで少し自由を感じた今、唯一の疑問が残っています。世界の国境を本当にもとにもどさないとならないのかという疑問です。

Мир без границ в условиях пандемии

Пандемия, пожалуй, одно из тяжелейших испытаний, с которым столкнулся мир в 21 веке. По мнению экспертов в медицине и экономике, с последствиями коронавируса человечеству придётся бороться ещё долгие годы. Однако, что если у монеты под названием пандемия две стороны: одна из них – кризис, а другая – развитие.

Непредвиденные обстоятельства быстро развивались на мировом уровне, поэтому было необходимо действовать сразу. Огромное преимущество людей заключается как раз в стремлении постоянно развиваться. И вот, раз привычный нам ранее мир не был готов к катастрофе таких масштабов – мы начали его менять. Пандемия, может, и заставила человечество закрыть границы, но, в то же время, разрушила их. Например, есть одна категория людей, для которых жизнь во время пандемии улучшилась, потому что мир отказался от определённых рамок, и эти люди наконец-то стали как все. И я тоже принадлежу к этой группе людей.

Я - интроверт. Вероятно, в какой-то степени, я даже хикикомори. И для меня мир наконец-то изменился в лучшую сторону. До пандемии никто особо и не задумывался о тех вещах, которые были необходимы интровертам, но теперь, когда они понадобились всем – людям пришлось приспособливаться и развивать необходимые сервисы. Дистанционное обучение, работа в удалённом доступе, всевозможные курсы по саморазвитию, онлайн-кинотеатры и онлайн-выставки. Это всё - о чём я и миллионы других людей мечтали долгие годы.

Пока большая часть населения не справлялась со стрессом из-за адаптации к переменам и давящих на них ограничений, интроверты просто радовались, потому что для нас границ больше не существовало. Мы не были готовы – мы уже так жили до пандемии. Однако для ранее стигматизированной как в Японии, так и во всём мире группы людей ситуация в корне изменилась! А теперь остальным людям приходится жить по правилам нашего мира – мира интровертов.

Наконец-то я чувствую себя неограниченной. Дистанционное обучение? Великолепно. Мне больше не нужно ехать в минус сорок в переполненном автобусе почти целый час – я встаю за 15 минут до занятия и учусь, сидя в кровати. Работа в удалённом режиме? Прекрасно. Больше нет проблем с поиском работы – я могу найти больше предложений о работе в других часовых поясах, и спать до двух часов дня. Но плюсы, которые существуют для меня, актуальны и для остальных людей.

Разные предприятия и корпорации поняли, что люди многих профессий способны работать из дома. Образовательные учреждения перестали пренебрежительно относиться к интернету и сами пользуются удобными онлайн-платформами. Люди учатся поддерживать связь, находясь за километры друг от друга, и больше не боятся, что их отношения не настоящие. Интроверты говорили о таких возможностях годами, но, чтобы начать работать в этом направлении, человечеству, к сожалению, понадобилась ужасная всемирная катастрофа.

Безусловно, человечество всё ещё испытывает трудности и продолжает развиваться. Однако пандемия многому научила человечество. В том числе тому, что границы нашего мира мы устанавливаем самостоятельно. И теперь, когда мы почувствовали

крохотную толику свободы из myriad новых возможностей, остаётся только один вопрос – а нужно ли возвращать границы нашему миру?

Колесник Любовь, Новосибирский государственный технический университет, 3 курс

人生の驚き

人生はいつも変わっています。時々、意外なことが私たちに驚かせます。悪いことも、良いこともあります。悪いことには何か良い点があると思いませんか。勉強になることがあると思いませんか。

2020年の出来事は、世界の人々にとっても、私にとっても予想できないことになりました。そして、次々に出てきました。それは、コロナのパンデミックです。最初、私たちは中国でのパンデミックについて聞いても、ロシアに来るとは思っていませんでした。ですから、新型コロナウイルスが来た時、何をすべきか、分かりませんでした。

パンデミックのせいで、ロシアの大学や学校はオンライン授業に入りました。対面授業の最後の日に、地下鉄で帰る時、それはホラー映画に似ていると思いました。そして、私は怖くなりました。

最初のオンライン授業は学生も、先生もうまくできませんでした。どうやってするか、誰もわかりませんでしたから。先生は次の授業はズームで行うと言った時に、私はびっくりしました。その時、私は始めて「ズーム」という言葉を聞きました。もちろん、私はズームを使うことはありませんでした。「どうやってカメラを使うか」「どうやってマイクを使うか」と考えても分かりませんでした。やっと、ズームを使うことができましたが、ズーム以外にもほかのアプリがあります。例えば、ディスコードです。試験の1つはディスコードで行いました。私はアプリが苦手なので、先生が「試験はディスコードで行うつもりです」と言った時に心配し始めました。幸せなことに、すべてがうまく終わりました。それで、秋学期が始まると、大学が対面授業になったことをうれしく思いました。残念なことに、2ヶ月後にまたオンライン授業に戻りました。実は私はすごく反対でしたが、友達に「コロナがこわくないの？」と言われて、しぶしぶ賛成しました。

今回は前よりもっとよかったです。学生も、先生もいろいろな問題をこえて、よくできました。そして、私も新しいことがたくさん分かるようになりました。たとえば、ズームなどを使ったり、オンライン会議に参加したり、パワーポイントをスムーズにできるようになりました。そして、オンラインのおかげで、日本人と知り合っ、話すことができました。その上、ほかの良い点もありました。例えば、時間の節約とか違う人々にとってはお金の節約です。そして、私は家族と一緒にいろいろなことをしましたし、趣味である読書もしましたし、日本語を勉強することができました。

その出来事のおかげで、私は何についてもすぐに推断をしないほうが良いと分かりました。まず、よく考えたほうが良いと思います。もし、良い点がすぐ見つからなくても、それを探するのは大切だと思います。どんなに探しても、見つからないかもしれません。それでも自分の新しい経験になるからです。経験は私たちの生活の重要な部分だと思います。

では、私が言いたいことはどんなことにもいい点を探してほしいのです。そして、勉強になることをさがしてほしいのです。皆さんの人生にちゃんと役に立つと思っております。

Жизненные сюрпризы

Жизнь постоянно меняется и приносит нам сюрпризы. Сюрпризы бывают разные: хорошие и плохие. Как вы думаете - в плохих сюрпризах есть что-то хорошее? Чему -то там можно научиться?

События, произошедшие в 2020 году, были для многих людей неожиданными, и для меня тоже. События разворачивались быстро одно за другим. Мы знали о пандемии в Китае, но не думали, что она придет к нам. Поэтому, когда она пришла к нам, мы не знали, как на это реагировать и что будет в будущем. Вследствие пандемии все университеты и школы были переведены на дистанционное обучение. Когда я ехала домой в метро после последнего дня очного обучения, я думала о том, что все события похожи на фильмы ужасов про катаклизмы, и становилось страшно. Вначале в дистанционном обучении я видела одни минусы, потому что никто не был готов качественно дистанционно работать. Когда нам сказали, что следующее

занятие будет в зуме, я была в шоке, потому что тогда я впервые услышала слово зум, что уже можно говорить на счет работы в нем. Как выключить камеру и как включить микрофон? Подобные вопросы возникали у меня в голове и приводили меня в панику. А когда нам сказали, что и экзамены мы будем сдавать онлайн, мы и представить себе не могли, как это все будет происходить.

Со временем я, конечно, научилась пользоваться зумом, но кроме зума существуют и другие платформы, на которых можно было работать и сдавать экзамены, вследствие этого один из экзаменов был в дискорте. А так как я не очень разбираюсь в таких приложениях, то, конечно же, известие о том, что в дискорте будет проходить экзамен, для меня было потрясением. Но, к счастью, все хорошо закончилось, поэтому, когда мы в первом семестре 3 курса начали заниматься офлайн, я была очень рада.

Вследствие этого, когда в ноябре 2020 г. моя группа захотела обучаться онлайн, я была против. Однако моя группа и мои друзья говорили: «Мы боимся корона вируса, мы не хотим заболеть». И я согласилась. Так как был опыт дистанционного обучения в прошлом семестре, то мы смогли учесть прошлые пробелы. Поэтому я смогла научиться многому в этом семестре. Например, я научилась пользоваться зумом, хорошо разобралась в диспейсе, приобрела опыт дистанционной работы. Кроме этого, вследствие того, что мы использовали зум, я смогла познакомиться с японцами и пообщаться. А это бы я не смогла сделать, если бы мне не учились дистанционно.

Кроме этого, были и другие плюсы. Такие, как экономия времени и, для многих других людей, экономия денег. У меня появилось больше времени для того, чтобы побыть с семьей, уделить больше времени хобби и изучению японского языка.

Я поняла, что нельзя делать поспешных выводов. Нужно сперва все хорошенько обдумать, и если вначале не видно плюса, то может лучше его поискать. Если даже все-таки нет плюса, то негативный опыт – это тоже опыт. А опыт – это важная часть нашей жизни. Давайте попробуем искать в любом сюрпризе свои плюсы и попробуем находить в них то, чему мы можем научиться!

Пичкур Ирина, Новосибирский государственный технический университет, магистратура, 1 курс

コロナ禍の間の無制限の機会

2020年。この一年を通して、世界中の誰もが自分の将来のこと、愛する人の将来のことを心配していたに違わないと思います。互いに隔離されることになるとは誰も想像もしなかったでしょう。そして、検疫と自己隔離の期間は永遠に続くようでしたね。国や地域間のロックダウンは人々を不安にさせてしまいました。いつ家族に会えるか分からない人がたくさんいました。

2020年の夏、私も、初めて家族に会いに行けず、ノボシビルスクに残ることになってしまいました。自己隔離の期間中、私は外に出ることなく2ヶ月間家に閉じこもっていたのです。私にとって自分のアパートの部屋は刑務所の独房のようになりました。しかし、刑務所でも人々が散歩に連れて行けますが、私はその散歩さえできなかったのです。感染すること、他人に感染するのも怖かったです。「病気の人の統計を毎日監視することで心が暗くなり、落ち込んでいました。そこで、うつ病にならないように、家で何をすればいいか」という質問が私の頭に生じました。

そこで一つのいいことに気がつきました。いつも忙しかった私ですが、今こそ、ヘンドメイド、趣味、自己啓発に専念できる自由な時間がたくさんあるということです。ほかの人は部屋に閉じこもっても、いろいろなことをするという例を見て、何かずっとやりたかったことをしようと決めました。そこで、十分な時間がなかったため、非常に興味を持っていた美術の世界を学ぼうじゃないかと目覚めました。最近ユーチューブで、エルミタージュ美術館とトレチャコフ美術館をオンラインで見学することが可能になりました。もちろん、一日ですべてを見ることができませんが、一部の絵画をモニターを通して、息をのむほどきれいだと感動したのです。コロナ禍の前は、これらの美術館を訪れることができませんでした。それですべて残念がっていました。しかし、今はいつでもユーチューブ

にアクセスして、有名な傑作を見ることができます。おかげで美術に触れることができました。

さらに、バーチャーツアーだけでおわりません。美術をもっと知りたいと持って、古典古代から 20 世紀までの美術史に関する興味深い講義コースを見つけました。画家と彼らの作品についての話は心に引っ掛かっていました。おかげで新しい夢ができました。イタリアのフィレンツェへ行って、そこの美術館に展示してあるサンドロ・ボッティチェッリが描いた「プリマヴェーラ」という絵を自分の目で見るという夢です。写真でも、この絵は印象に残ります。生で見たらどんなにきれいでしょ。

コロナ禍の間、美術はこれまでにないほど人々、都市、国の間境界を曖昧にしてくれたと思います。

そして、その美術を勉強しながら、私も美しいものを作りました。編み物です。私は編み物をしながら新しい知識を吸収し、猫は隣に横になり、時々毛糸の玉をつかみ、私は世界で起こっていることを完全に忘れました。

コロナ禍の間、すべてにおいていい可能性を探ることが重要なスキルになりました。人はどんな種類のトラブルにも適応できます。そして、いくつかの機会が限られていたという事実にもかかわらず、他の多くの同様に興味深い活動が現れました。

Безграничные возможности в эпоху коронавируса

На протяжении всего 2020 года, я думаю, каждый человек в мире находился в страхе за свое будущее, за будущее своих близких. Никто не ожидал, что мы будем изолированы друг от друга и казалось, что период карантина и самоизоляции будет длиться вечно. Локдаун между странами и регионами заставил людей беспокоиться – как скоро можно встретиться с родными?

Летом 2020 года я впервые не смогла увидеться со своей семьей и осталась в Новосибирске. За период самоизоляции я просидела дома 2 месяца, не выходя на улицу. Квартира для меня стала как тюремная камера, хотя даже в тюрьмах выводят на прогулку, а я не могла. Я боялась заразиться или заразить окружающих. Из-за ежедневного

мониторинга статистики заболевших мне становилось грустно и больно. Возникал вопрос, чем же занять себя дома и окончательно не впасть в депрессию?

Я обратила внимание на следующую вещь. Раньше я всегда была занята, но теперь появилось больше свободного времени, которое можно посвятить творчеству, хобби и саморазвитию. Я видела, как другие люди во время карантина занимаются тем, чем им всегда хотелось заниматься, поэтому я последовала этому примеру и открыла то, на что никогда не хватало времени, но сильно интересовало – мир искусства. Недавно на Youtube стало возможным онлайн-«посещение» Эрмитажа и Третьяковской галереи. За один день, конечно, все не обойдешь, но от масштаба некоторых полотен захватывает дух даже через экран. К сожалению, у меня не получилось посетить эти музеи до пандемии. Но сейчас я могу в любое время зайти на Youtube и увидеть знаменитые шедевры. Благодаря этому я смогла прикоснуться к искусству.

Более того, виртуальная экскурсия – это еще не конец. Желая больше узнать об искусстве, я нашла интереснейший курс лекций по истории искусства – все от античности до 20 в. Рассказы про художников и их работы были настолько увлекательными, что у меня появилась мечта. Я мечтаю поехать во Флоренцию, Италию и лично увидеть картину Сандро Боттичелли «Примавера», выставленную там в музее. Даже на фотографиях она оставляет неизгладимое впечатление.

Мне кажется, что искусство во время пандемии как никогда раньше стирает границы между людьми, городами и странами.

И, изучая искусство, я тоже решила создавать красивые вещи. Я научилась вязать. Впитывая новые знания, я вязала, мой кот лежал рядом, изредка хватая клубки, и я совсем забывала о том, что происходит в мире.

Во время пандемии стало важным видеть положительное во всем. Человек может адаптироваться к любым неприятностям. И, несмотря на то, что мы оказались ограничены в одних возможностях, появилось много других не менее интересных занятий.

パンデミックの中の国境のない世界

人間は境界線に慣れました。人間は自分のことにも、ほかの人にも境界線を引くことに慣れました。でも、たぶん、いくつかの境界線は弱められたり、完全に壊されたりするべきもの...かもしれませんね？ 過去の経験を見ると、団結した時、人間はより強くなれることが分かります。しかし、壁ができてしまうと、団結は不可能になるのです。今回の歴史的な出来事も、例外ではありません。

少し前、具体的に、2020年の初めに戻ってみましょう。たぶん、他の場合と同じように、この状況は数カ月で終わると私は考えていました。そして私たちが以前、すぐに適応して乗り越えたインフルエンザのような状況だろう、自分や身近な人、知り合いをそれほど心配するようなことにはならないだろう、と考えていたのです。しかし現実は無慈悲でした。私たちは、自分たちのせいで切り離されてしまいました。もうひとつの邪魔な境界線を作ってしまったのです。

それがどんな病気なのかとか、感染しない方法をよく知っているとか、言われているほどこの病気は怖くないとか、そんなに広がらないだろうという考えは、私のような人々が作り出した境界線でした。まわりの人が騒いでいるのを私たちはクスクス笑っていましたが、3月にはもう、笑いごとではなくなりました。一時的に遠隔授業に切り替えると大学のアナウンスを聞いた時、不安になって、これは本当に深刻なのだ気が付きました。最初は、一か月ぐらい遠隔授業をすると言われましたが、あとになって、学年の終わりまで延長されました。どうしたらいいのか、これからどうなるのか、誰にも分かりませんでした。

その頃、別の境界線ができました。感染リスクが高い人々、つまり高齢者や健康上の問題がある人々の周りに作られた境界線です。それは正しいことだと考えられたし、実際必要でしたが、その時から、その殆どの人が、周りの世界から切り離されてしまいました。

店にも行けなくなり、公園を静かに散歩することも、親しい人たちや不要不急ではない親せきと交流することもできなくなりました。残念なことに、それは禁止されてしまったのです。

最初のショックから立ち直ると、感染リスクが高い区域の外にいる人々は考え始めました。その区域にいる人々を、どのように助けることができるか。そして私たちみんなを助ける方法は？ 答えはすぐに出て、簡単だと分かりました。怖さが、また、すべてを複雑にしていただけなのです。でも私たちはそれを克服しました。境界線を壊すために、その区域の外にいる多くの人が、高齢者を無料で手伝うようになりました。食べ物や薬を買いに行ったり、食事を作ったり、大切な人たちとインターネットで連絡を取る方法を教えたりしました。そして私たちは一人ではない、みんなで頑張れると感じたのです。「私たちがこの地球に、この瞬間にいるのは助け合っただけです。すべてをうまくやっていくためだ。それが何であっても。」これは、有名な作家でヒューマニストのカート・ヴォネガットの息子の言葉です。パンデミックや自然災害のような恐ろしいことが、私たち人類に助け合うことの大切さを教えるなんて、ひどいことです。

耳を傾けたり、聞いたりできる力と、人々を助けたいという気持ちとは、私たちを隔てるすべての境界線を壊します。その境界線をなくして一つになれば、それがパンデミックでも、ほかの何かでも、私たちは困難を克服できるし、きっと次の時代が来るでしょう。それはパンデミックも怖くない、人類の発展の時代です。

Мир без границ в условиях пандемии

Мы привыкли к границам. Привыкли ограничивать себя, ограничивать других. Но, возможно, некоторые границы стоит ослабить или вовсе уничтожить? Опыт прошлого показывает, что люди становятся сильнее, когда они едины, а единство невозможно, если возводить стены. И такое историческое событие как пандемия – не исключение.

Вернёмся немного в прошлое, а точнее – в начало 2020 года. Наверное, как и большинство, я думала, что эта ситуация только на пару месяцев, что это будет как с гриппом, что мы скоро адаптируемся,

привыкнем, переживём. Что мы не будем особенно бояться за себя, своих близких, знакомых. Но реальность оказалась жестокой. Мы оказались заперты по нашей собственной вине. Мы воздвигли ещё одну границу, которая стала нам мешать.

Мысли о том, что ты хорошо знаешь, что это за болезнь, как ей можно не заразиться, что болезнь не так страшна, как её рисуют, что она не будет так сильно распространена... За этой границей оказались такие люди, как я. Мы незлобно посмеивались над суетой вокруг, но уже в марте нам стало совсем не смешно. В тот день, когда в университете объявили, что мы временно переходим на дистанционное обучение, у меня засосало под ложечкой. «Это всё-таки серьёзно», – осознала я. Сначала нам сказали, что мы будем на дистанционном обучении примерно один месяц. Потом его продлили до конца учебного года. Никто не знал, что делать и что будет дальше.

В то же время появилась другая граница – за ней оказались люди в зоне риска заражения, это были люди старших возрастов или люди с ослабленным здоровьем. И создание этой границы оправдано и даже нужно, но вместе с тем большинство из них оказались оторваны от остального мира: они не могли больше ходить в магазин, спокойно прогуливаться в парках, иногда даже не могли общаться с близкими людьми. Но иначе, к сожалению, было нельзя.

Очнувшись от первоначального кошмара, люди вне зоны риска начали задумываться о том, как помочь тем, кто оказался в зоне риска? И как помочь всем нам?.. Решение пришло почти сразу, и оно оказалось простым. Мы просто усложнили всё из-за страха. Опять. Но мы преодолели его: для разрушения границ многие люди вне зоны риска стали безвозмездно помогать пожилым людям, ходили для них в магазин, готовили еду, обучали общаться со своими близкими по Интернету. И мы почувствовали, что мы не одиноки, что мы сможем справиться. «Мы здесь, на этой планете, в этот самый момент для того, чтобы помогать друг другу справиться со всем, что бы это ни было», – это слова уже взрослого сына Курта Воннегута, известного писателя и гуманиста. Ужасно, что столь страшные вещи, как пандемия или стихийные бедствия, напоминают человечеству о том, что мы должны помогать друг другу.

Почему многие люди думали, что это заболевание не оставит такой след в истории человечества? Наверное, одна из главных причин – огромный скачок в развитии информационных технологий, который начался в момент изобретения смартфонов, технологии Wi-Fi и улучшения скорости мобильной связи. Благодаря этому стало казаться, что для нас нет почти ничего невозможного. Развитие технологий связи разрушило очень много границ, и возвело на их месте связующие людей мосты. Теперь трудно представить, как бы люди работали и учились, если бы такая масштабная пандемия случилась, к примеру, в 2008 году?..

Но, несмотря на то, что пандемия случилась в 2020 году, всё же многие развитые страны были не готовы к полному дистанцированию людей. К примеру, некоторые учителя не знали, как обращаться с онлайн-платформами для обучения, а многие работодатели не представляли себе, как осуществлять офисную работу дистанционно... Работники, студенты и ученики были в ещё большем замешательстве. Но пусть нам и потребовалось время, чтобы приспособиться – мы справились и с этим. Теперь никого не удивишь дистанционной работой или учёбой, некоторым людям такой способ даже показался более комфортным.

Умение слушать и слышать, желание помогать людям – главные разрушители любых границ между людьми. Будь то пандемия, или другая напасть – мы преодолеем трудности, если разрушим разделяющие нас границы и станем едиными. И тогда, может быть, наступит следующая эра развития человечества, где никакие пандемии не будут нам страшны.

Сидоренко Анастасия, Новосибирский государственный педагогический университет, 3 курс

『星を駆ける者』・新型コロナウイルスの拘束衣

私は毎日、遠い国へ旅をすることから新しい一日を始めます。

朝はカナダ、少ししたあと日本、夜はフランスに向かって行きます。途中でロシアのイルクーツク、サンクトペテルブルグ、モスク

ワなどで少し時間を過ごしています。この旅は、自分の足ではできないくらい高速で全世界をまわる旅です。

しかし、私は毎日この長い旅を自分の家からしています。そのためには、パソコンのスタートボタンを押さなければなりません。なぜなら、この旅は、様々な国に住んでいる生徒とのオンライン授業ですから。

もちろん、誰かに「そんなの本当の旅じゃないよ！実際に行ったことないでしょう！」と言われるかもしれません。それは本当ですが... でも、旅というのは必ずしも自分の足ですする必要はないと私は考えています。

実は、私の旅は、出入国スタンプはないけれど素晴らしい旅なのです。いろいろな町々で出会う、背景が違う人々の心から心へと渡って、私は様々な人と一緒に旅をしています。

毎回レッスンをすることで、新しい出会いが生まれ、私は新世界への扉を開きます。コロナウイルスで変わってしまったこの世界で、私の生徒たちのおかげで、素晴らしい機会を得られるのです。

もちろん、国境の閉鎖は辛いと思います。特に違う国に離れていて、なかなか会いたい人と会えないのは辛いです。皆さん、「Love is not tourism」（愛は観光じゃない）というインターネットの運動を知っていますか。国境の閉鎖で、1年以上会えないカップルに対して例外的に国境を開くための活動です。実は、この活動のおかげで 15 国ぐらい国境を開いたのですが、日本とロシアはまだ国境が閉まっています。今の状況にいる私たちは、大事な人の肩を抱いて「きっと大丈夫だよ。頑張ってるね」というシンプルなことさえできないから、辛いです。

しかし悪いものには、いつでも良い一面もあります。遠距離は本当の気持ちを試すからです。

ところで、皆さん、ジャック・ロンドンの『星を駆ける者』という小説を知っていますか。そのもう一つのタイトルは「拘束衣」と言います。「拘束衣」とは、危険な人の体の動きを制限するため、その人に着せる服のことです。この小説の主人公は自分の前世を思い出しながら、様々な国、遙か彼方の朝鮮、近代のフランス、ユダヤなどを旅します。拘束衣を着させられるたびに、彼は刑務所の中で旅をするのです。しかし、人間に限界はありません。人間の強い

ところは想像力があること、そして命を愛することだと思います。この本では、拘束衣は逆に世界を広げる道具になっています。苦しみの原因ではなく、新世界へと連れていってくれる道具です。

拘束衣は体を縛りつけますが、心は押さえつけられません。全世界に影響を与えた新型コロナウイルスの世界的流行も同じで、人間は拘束衣に押さえつけられています。それでも私たちは、この主人公のように、自分の部屋から遠くの世界へと旅ができるのではないのでしょうか。

私たちの国境がない無限の世界は、実は拘束衣の中にあるのです。ですが、その拘束衣は私たちを押さえつけることはできず、自分自身の夢、居場所、離れている人のところへ導いてくれるのです。その拘束衣は私たちを押さえつけるものではなく、自分自身の夢、居場所、離れている人のところへ導いてくれるものなのです。すなわち私たちはみんな、新型コロナウイルスという拘束衣を着た『星を駆ける者』なのではないのでしょうか。

«Странники по звездам, или Смирительная рубашка» пандемии коронавируса

Каждое день я начинаю со странствия в далекие страны.

Утро начинается с Канады, немного времени спустя я ставлю своей целью Японию, вечером – напрямую во Францию. В перерывах между странами я могу провести время в Иркутске, Питере и Москве. Карта моих границ разворачивается куда быстрее, чем могли бы успеть пройти мои собственные ноги.

И весь этот путь я могу совершить во время пандемии коронавируса из собственного дома. Для этого стоит только нажать на кнопку включения компьютера. Ведь мое путешествие – это встреча с моими учениками из разных стран на онлайн-уроках.

Да, кто-то мне скажет: «Но ведь это же не настоящее путешествие! Ты же там не была!» – и будет прав. Но кто сказал, что путешествие должно совершаться обязательно на своих ногах?

Моё путешествие больше, чем штамп в паспорте о пересечении границ. Мой путь лежит через судьбы людей из разных уголков мира. Людей, живущих совсем в другой среде, совершенно с другим опытом. Но после встречи со мной так или иначе изменившихся людей.

С каждой новой встречей, с каждым новым знакомством, на каждом уроке я открываю для себя мир, узнаю о людях и жизни в разных странах. Именно такую возможность открыл мир во время пандемии.

Да, закрытие границ – это тяжело. Это – испытание, прежде всего, для близких, разлученных в разных странах. Существует такое движение «Love is not tourism». Вы слышали о нем? Закрытые границы не позволяют встретиться разлученным в разных странах влюбленным. Многие не могут встретиться уже больше года, не могут даже просто прикоснуться к плечу и сказать: «Все будет хорошо! Постарайся!».

Но, как не бывает худа без добра, у разлуки есть и обратная сторона. Именно время и расстояние способны проверить отношения на прочность. Вы знаете роман Джека Лондона под названием «Странник по звездам, или Смирительная рубашка»? Герой романа путешествует через свое сознание в глубину веков, переживает собственный опыт предыдущих жизней столетия назад в других странах. Видит красоту далеких земель: Кореи, Европы, Иудеи, и, даже несмотря на то, что в настоящий момент его тело закутано в смирительную рубашку в одиночной тюремной камере, сознание этого человека безгранично. Он по-настоящему свободен, потому что все, чем силен человек – это его воображение, вера и любовь к жизни. Смирительная рубашка становится для этого человека тем мостом, через который он открывает для себя мир. Она – не причина нынешних мучений, а путь в новый и безграничный мир.

Смирительная рубашка сковывает тело, но не может сковать дух. Как и охватившая весь мир пандемия коронавируса, человек сегодня закован в смирительную рубашку. Не мы ли сегодня точно так же совершаем странствия через далекие страны, оказавшись запертыми в пределах одной комнаты, словно в смирительной рубашке?

Наш мир без границ – это смирительная рубашка, но рубашка не сковывающая, а открывающая новые пути: к мечте, к разлученным с нами близкими, к местам, где лежит наше сердце. И именно поэтому все мы сегодня во многом «странники по звездам», совершающие грандиозное путешествие через сердца людей, разделенных с нами той временной смирительной рубашкой, которая называется «пандемия коронавируса».

ВНУТРИВУЗОВСКИЙ ПРОЕКТ

«СИБИРСКИЙ КАЛЕЙДОСКОП-2021»



인터넷 친구들

친구들이 많은가요? 물론 어떤 사람들은 같이 즐겁게 시간을 보내거나 어려운 분위기에 도와줄 수 있는 친구들을 가집니다. 일반적으로 이 사람들은 명랑하고 활발한 데다가 밝은 편입니다. 실생활에 새로운 교제를 쉽게 할 수 있습니다. 하지만 또한 내성적인 성격 때문에 교제를 잘 할 줄 모르는 사람들이 많이 있습니다.

그리고 그런 사람들은 인터넷 친구들 덕분에 구조를 찾습니다. 가끔 인터넷 친구들이 멀리 살아도 어차피 친구들이 되는 것을 끊지 않습니다. 그들은 메시지와 오디오나 비디오 통화 덕분에 돕고 기분을 추세우고 웃는 것을 시킵니다. 때때로 그 친구들이 주변 사람들보다 더 정말 중요해졌습니다.

그래서 하루는 실생활 모임에 대해서 소원이 생깁니다. 보아하니 그 소원이 이루기 위해서 노력과 도구를 많이 해야 되기는 하지만 이것이 시간을 아깝지 않습니다.

또한 어떤 사람들은 다른 나라에서 오는 사람들하고 교제를 합니다. 이것이 힘들어 보여지만 자주 재미있습니다. 다른 나라에 사는 사람들과 교제를 하면 그들 좋은 감동을 많이 받을 뿐만 아니라 아무 나라나의 문화와 언어 특별을 배웁니다. 아무나 위에 이것이 미래에 필요한 중요한 체험이 돼겠습니다.

그러나 가끔 긴 거리 때문에 그 친구들을 만날 수 없어서 엄청 슬퍼집니다. 그리고 공부하고 일하고 문제가 있기 때문에 많은 시간 동안 친구들과 같이 사귀지 않습니다. 하지만 실생활에도 그 교제 문제가 생기니까 괜찮습니다.

Интернет-друзья

Много ли у вас друзей? Кто-то, несомненно, ответит, что у него много друзей, с которыми можно всегда весело провести время или которые смогут помочь в сложной ситуации. Как правило, такие люди очень жизнерадостные, активные и, к тому же, яркие. Им легко знакомиться с новыми людьми вживую. Но также есть и те, кому

нелегко даётся общение с окружающими из-за своей замкнутости, стеснительности и неуверенности.

И именно такие люди нередко находят своё спасение в интернет-друзьях. Несмотря на то, что интернет-друзья иногда находятся очень далеко, они всё равно не перестают от этого быть друзьями. Они поддерживают, поднимают настроение и заставляют улыбаться, благодаря своим сообщениям и аудио или видео звонкам. И порой они становятся намного важнее, чем те люди, которые находятся рядом с ними.

Поэтому в один момент возникает желание встретиться с ними вживую. Возможно, чтобы осуществить это желание, нужно будет приложить много усилий и средств, но это точно будет того стоить.

Также некоторые люди заводят друзей из других стран. Это может показаться чем-то сложным, но очень интересным. Ведь когда люди, живущие в разных странах, общаются, они не только получают хорошие эмоции, но и изучают особенности культуры и языка какой-либо страны. Для кого-то такое общение станет важным жизненным опытом, который может понадобиться в будущем.

Но, иногда становится слишком грустно, потому что они не могут встретиться из-за расстояния. Из-за учёбы, работы или других проблем иногда не получается долго общаться. Однако подобные проблемы возникают и в реальном общении, так что это обычное дело.

Литвинова Виктория, Новосибирский государственный технический университет, 2 курс

독서의 보람

최근에는 게임을 즐기거나 영화를 보는 것보다 책을 읽는 것이 덜 인기를 얻고 있습니다. 이제 젊은 사람들은 책에 관심이 없어서 학교에서도 아이들은 선생님의 조언만 때문에 책을 기쁘게 읽습니다. 이것은 대신에 청소년은 컴퓨터 게임을 하거나 영화를 보거나 소셜 네트워크에 앉아 있는 것을 선호합니다. 그러나 책을 읽는 것이 여러 가지 이유로 유용하다고 생각합니다. 저는 읽기의 장점에 대해 말하고 싶습니다.

적어도 책은 많은 이야기와 음모가 포함되어 있기 때문에 인기가 있어야 합니다. 그들은 사람이 환상에서 공상에 잠기고 꿈을 꾸게 할 수 있습니다. 캐릭터와 위치의 모습을 직접 상상할 수 있습니다. 그래서 사람은 재미있는 이야기에 탐닉하고 즐거움으로 여가와 자유 시간을 보낼 수 있습니다.

또한 책에는 많은 장르가 포함되어 있으며 모든 사람이 원하는대로 책을 찾을 수 있습니다. 소설, 공상 과학, 공포, 심리학 등이 현재 인기있는 장르입니다. 문학을 읽은 덕분에 사람들이 견문을 늘릴 수 있는 데다가 재미있는 사실을 알고 새로운 것도 배웁니다. 역시 책에서 사람은 자신의 질문에 대한 답을 찾고 심지어 스트레스를 풀 수 있습니다.

더 글을 읽고 싶으면 또는 이름답게 말하거나 쓰기를 하고 싶어서 읽으면서 이 기술을 개발할 것입니다. 곧 에세이나 작문을 쓰는 것이 어렵지 않을 것입니다. 자신의 이야기를 만드는 것을 좋아하기 시작할 것입니다. 문학 수업은 처벌이 아니라 보상이 될 것입니다.

따라서 자유 시간이 있고 제대로 관리하는 방법을 모르는 경우 책을 읽을 수 있습니다. 그것은 흥미 진진 할뿐만 아니라 유용 할 것입니다.

Польза чтения

В последнее время чтение книг становится менее популярным времяпровождением, чем игры или просмотр фильмов. Молодёжь больше не заинтересована в них, и даже в школах дети неохотно читают их только из-за наставления учителя. Вместо этого подростки предпочитают играть в компьютерные игры, смотреть фильмы или сидеть в социальных сетях. Однако я думаю, что книги читать полезно по многим причинам. Я хочу рассказать об их достоинствах.

Книги должны быть популярны хотя бы благодаря тому, сколько историй и сюжетов они содержат. Они могут дать человеку полет его фантазии, позволить ему помечтать. Ты сам можешь представить вид героев и локаций. Так человек может погрузиться в интересную историю, провести свой досуг и свободное время в удовольствие.

Кроме того, книги содержат много жанров, и каждый человек может найти себе книгу по вкусу. Романы, фантастика, ужасы, психология и другие являются популярными жанрами сейчас. Человек

может расширять свой кругозор благодаря чтению литературы, а также узнавать многие новые вещи. Еще, в них человек может найти ответы на свои вопросы и даже избавиться от стресса.

Если вы хотите стать более грамотным, научиться красиво говорить или писать, читая, вы будете развивать и данные навыки. Вскоре написание эссе или сочинения не будет доставлять вам затруднений. Вы начнете любить сочинять свои истории. Уроки литературы станут не наказанием, а поощрением.

Таким образом, если у вас есть свободное время, и вы не знаете, как грамотно им распорядиться, вы можете почитать книги. Это будет не только увлекательно, но и полезно.

Трифоненкова Александра, Новосибирский государственный технический университет, 3 курс

人とペット

私は、幼い頃から、人々が自分のペット、犬や猫を捨てたり水に溺れさせたりするやり方が理解できませんでした。人々がペットを殴ったり苛めたりする理由は何ですか。わかりません。捨てられた子猫と殴打された犬を初めて見た時から、私の主な目的になったのは動物をたすけることでした。大人が反対しても、私は捨てられたペットを家に連れて行くようになりました。もちろん、すべての猫や犬を家に置くことができないことが分かっているので、街角にたくさんのお知らせを出しました。両親に、住み心地の良い家と配慮する飼い主を見つけるために両親の友達に電話するように頼んだりしました。

動物を虐待する大人は、そのような行動によって、子供に、自分より弱い生き物の扱いかたを見せるのがとても残念だとおもいます。そのような人々にとって、素行の 1 つのモデルは、自分のために立つことはできない生き物に対する屈辱と残酷さです。そんな人に遭遇する時、彼らが幸せや愛を見つけることができないだろうと理解しました。この人々は惨めな生活を強いられていると思います。私はこの素行の理由を見つけるために何度も試みましたが、それは徒労になりました。ある日見たことです。7 階から子犬が投げ落

とされて、地面におちたのを見て、ひどいショックを受けました。私は子供たちになぜこんなことをやったかと聞いてみると、彼らはただの楽しみのためだと答えました。動物は人ではない、なにものでもないの、動物に何をしても、何の問題もないと答えました。そして最悪のことは、子供たちの両親が子供が犬を殺したことに目をつぶって何もしなかったことです。何もしない、しからないということによって、両親は子供たちにあのようなひどい行動を奨励したということになりました。その折、それが残酷で非人道的な悪循環であると完全に確信していました。

私たちが、動物の生活の分野では、教育の分野にもっと良くアプローチする必要があると思います。私たちは子供たちに、人間であり続けることを可能にするのは動物に対する良い態度であることを教えなければなりません。例えば、子供たちを動物保護施設に連れて行って、動物が正しく扱われた場合、危険ではないことを子供たちが理解できるようにすることができます。また、子供が自分のペットか好きな動物について話すことができる授業を開催することができます。このように、他の子供たちに、動物を憎むのではなく、愛することが正しいことを示すでしょう。子供たちは動物を適切に扱う方法を見る必要があります。私たち大人は子供のために見本でなければなりません。すべてが小さいことから始まり、グローバルに成長しますから。

もし人々が動物に対して少し親切になってくれて、人々が動物を傷つけずに助けようとすれば、私たちの社会がもっといいところに変化していくのを見ることができます。

Отношения людей и животных

Некоторые люди ужасно обращаются с животными. Они наносят тяжкий вред этим живым существам просто потому, что хотят позабыться. Такие люди хотят самоутвердиться за счёт более слабого существа. Но у меня это вызывает только омерзительные чувства.

Человек - существо социальное, имеет разум и способность контролировать свои желания и действия. Животное же живет только своими инстинктами, оно не может проанализировать ситуацию и

найти нужное решение. Зверь действует, опираясь на данную ему окружающую информацию. А человек эту окружающую среду и формирует.

Когда человек систематически бьет собаку, у неё вырабатывается страх и к другим людям, она может просто убежать или же напасть, пытаясь защитить себя. Для неё неважно, с какой целью ты к ней подошёл, она видит врага, потому что другой человек показывал ей только такое отношение.

Очень важно беречь и заботиться об окружающих нас животных. Они - наша поддержка, наши друзья, которые будут с тобой вне зависимости от твоего положения в обществе или характера. Они будут верить тебе, будут доверять и никогда не предадут. Это ещё одно отличие человека от животного. Они не способны на зло, пока человек не воспитает в них это качество. Животные также чувствуют боль, как и люди, но они не способны защитить себя от этого. Они лишь могут бороться за свою жизнь.

Ещё с раннего детства я не понимала, как можно выбрасывать или топить своих животных. Как их можно бить и издеваться над ними. Жаль, что взрослые люди не понимают, что этими действиями они показывают детям, как якобы можно обращаться с теми, кто слабее тебя. Для таких людей одна модель поведения - унижение и жестокость к тем, кто не может за себя постоять.

Когда я встречаюсь с такими людьми, я понимаю, что такие люди никогда не найдут ни своего счастья, ни любви. Они вынуждены жить жалкой жизнью. Я столько раз пыталась выявить причину такого поведения, но все тщетно. Единственный выход - быть добрее и показывать подрастающему поколению, что именно доброта и сострадание позволяют нам оставаться людьми.

Если бы мы были чуточку добрее к животным, если бы мы старались помочь им, а не навредить, то мы бы увидели, как меняется наше общество. Все начинается с малого и вырастает в глобальное.

すべてを間に合う方法は？

タスクの数がこれらのタスクを完了するためのエネルギーと感情的なリソースを超えたことが皆に起こったと確信しています。たとえば、よく勉強しようとする、全力が必要になります。しかし、お金が必要になると、アルバイトを探すことを余儀なくされます。そのため、私は自分にできること、つまりデジタルアートを注文に描くことでお金を儲け始めることにしました。多くの人が絵を描くことを些細な仕事だと考えていますが、そうではありません。デジタルアートとは、1日に数時間コンピューターの前にいることを意味します。言い換えれば、それは目と背中に有害です。この事情では、健康の問題が始まる大きな可能性があります。少なくとも、睡眠不足と永続的な倦怠感を得ることは勉強に悪影響を及ぼします。勉強を損なうことなく、健康を維持し、感情的に安定した状態を保ちながら、すべてを一度に間に合う方法について問題が出ます。

私はこの問題に対処したとは言えませんが、自分自身のためにいくつかの重要なことを理解しました。最初に学ぶことは、正しく優先する能力です。自分自身に質問することが重要です。この時期に私にとって一番重要なことは何ですか？勉強またはアルバイトですか？私は勉強することにしましたが、アルバイトも必要なので、時間の編成という問題が出ます。この問題では、時間管理が役立ちます。少しスノッブなように聞こえるかもしれませんが、日中にアクティビティをミニットバイミニットでスケジュールすると、タスクに非常に効果的な結果をもたらすことができます。そのような「スケジュール」を作るときは、少しウォームアップするために、短くて頻繁な休憩を含めることを忘れないことが重要です。これはすでに健康を維持します。注文に描くことと勉強を交互に行うこともできます。たとえば、学校が2時に終わったら、1時間でじっくり家に帰って食事をすることができます。3時にスケッチを描く始めます。これには約40分かかります。その後、15分の休憩をとってウォーム

アップします。3時55分に、書面による宿題をします。それは通常約1時間かかります。それから再び15分のウォームアップ休憩を取り、注文を描き続けます。5時から6時まで描き、それから休憩と夕食をとります。そして、時間を管理するのは非常に難しいので、口頭での宿題は最後のことです。このようなシステムは、リストにないものに気を取られることなく、あるポイントを厳密に順守するという条件の下で機能します。

二番目に重要なことは、あなたの力を冷静に評価する能力です。日本人が言うように、「無理しないでください」。つまり、いくつかの大きなプロジェクトを小さなタスクに分割できます。たとえば、ポートレートを素早く描く方法を学びました。時間も力もかからず、平均1時間半で絵を描きます。しかし、顧客が家族のポートレートを描くことを注文した場合、たとえば、複雑な背景や動物などを使って、さまざまなポーズでのいる数人を描くことは難しい注文と見なされます。そのような注文を受けた場合、一日にすべてを描くのではなく、部分的に数日かけて描きます。したがって、自分のワークロードを均等に、そして最も重要なことに、勉強を損なうことなく分散します。自分の力を保ち、注文の品質を向上させるかもしれません。

もちろん、顧客から絵の変更をお願いされる場合がありますので、明確な時間枠に合わせる事が難しい注文もあります。すべてを事前に計画することは不可能ですが、時間を編成し、やりすぎないようにすることで、生活がはるかに楽になります。エネルギーと感情的なリソースに関しては、ここでは事情はもう少し複雑です。これは人が管理できないものです。たとえば、忙しくて悪い日を過ごした場合、学校から家に帰って注文するのは非常に困っています。しかし、ここで忍耐力と自分自身を乗り越える能力がわかります。

まとめると、勉強しながらお金を稼ぐという決心したのおかげで、貴重な経験を持っていると思います。これは将来に間違いなく役立つと思います。近い将来、マンガの翻訳や日本語教育などでお金を稼ごうと考えています。私にとって絵を描くより難しい作業ですが、力を均等し、時間を編成する能力を身につければ、健康や勉強に支障をきたすことなく、徐々にアルバイトと勉強を組み合わせ

ることができるようになると思います。不可能なことはないと思います。皆さん、どう思いますか？

Как все успеть?

Уверена, что у каждого в жизни случалось так, что количество дел превышало энергетические и эмоциональные ресурсы на выполнение этих дел. Например, когда ты стараешься хорошо учиться, на это уходят все твои силы. Но когда возникает потребность в деньгах, ты вынужден искать подработку. Поэтому я задалась целью начать подрабатывать на том, что я умею, а именно на рисовании диджитал-артов на заказ. Многие оценивают рисование как несерьезный труд, но это не так.

Диджитал-арт — это, по сути, нахождение перед компьютером по несколько часов в день, вред для глаз и спины. При таком раскладе с большой вероятностью могут начаться проблемы со здоровьем, как минимум, можно заработать недосып и перманентную усталость, что неблагоприятно скажется на учебе. Возникает вопрос: как же успеть всё сразу без нанесения вреда своей основной деятельности – то есть учебе, сохранить при этом своё здоровье и остаться эмоционально устойчивым?

Не могу сказать, что полностью справилась с этой проблемой, но несколько важных для себя вещей я поняла. То, чему необходимо научиться в первую очередь - умение правильно расставлять приоритеты. Важно задать себе вопрос – что всё-таки важнее для меня в данный период жизни – учеба или подработка?

Я выбрала для себя учебу, но так как необходимость в подработке тоже есть, появляется проблема организации времени. В этом деле хорошо помогает такая вещь, как тайм-менеджмент. Может быть, звучит немного по-снобски, но расписать свою деятельность в течение дня по минутам может дать очень эффективный результат по поставленным задачам. При составлении такого «распорядка дня» важно не забыть о том, чтобы включить туда короткие, но частые перерывы на то, чтобы немного размяться – уже какая-никакая забота о сохранении здоровья. Также можно чередовать учебную деятельность, например, выполнение домашней работы с рисованием заказа. Например, если учеба заканчивается в два часа, за час я спокойно

успеваю добраться до дома и поесть. В три я начинаю рисовать эскиз, который занимает примерно сорок минут. По истечении этого времени делаю пятнадцатиминутный перерыв на то, чтобы размяться. В три пятьдесят пять я сажусь за выполнение письменного домашнего задания, на что обычно уходит примерно час. Затем снова делаю пятнадцатиминутный перерыв на разминку и продолжаю рисовать заказ. Рисую с пяти десяти до шести, потом перерыв и ужин. Устную домашнюю работу я обычно выполняю в последнюю очередь, так как здесь довольно сложно проконтролировать время. Такая система работает при условии четкого следования намеченным пунктам, без отвлечения на вещи, которых нет в списке.

Вторая немаловажная вещь – умение трезво оценивать свои силы. Как говорят японцы – важно не переусердствовать (無理しないてください). Другими словами, можно разбивать какие-то большие проекты на мелкие задачи. Например, я научилась довольно быстро рисовать портреты. Это не занимает у меня много времени и сил, я выполняю такой рисунок в среднем за полтора часа. Но если заказчик просит нарисовать, например, семейный портрет - несколько человек в полный рост, в разных позах, возможно с животными и всё это на сложном фоне – это считается сложным заказом. Если мне поступает подобный заказ, я буду рисовать его не весь сразу, а по частям, растянув на несколько дней. Таким образом, я распределю свою нагрузку равномерно, и самое главное – не в ущерб учебе. Сохраняю свои силы и, возможно, даже улучшаю качество заказа.

Конечно, бывают такие заказы, которые сложно уместить в четкие временные рамки, поскольку заказчик может попросить изменить что-то в рисунке, что обычно не предусмотрено в плане. Невозможно распланировать всё наперед, но умение организовывать своё время и не делать лишнего значительно упрощает жизнь. Что касается энергетических и эмоциональных ресурсов, то тут дело обстоит немного сложнее – это то, что человек не в состоянии контролировать. Например, очень сложно прийти домой с учебы и взяться за заказ, если у тебя был загруженный и плохой день. Но здесь я вижу выход в упорстве и умении переступить через себя и, в итоге, выполнить задачу.

Подводя итог, хочу сказать, что благодаря решению подрабатывать во время учебы, я думаю, что приобретаю ценный опыт, который

обязательно пригодится мне в будущем. В ближайшее время я планирую попробовать начать подрабатывать на знании японского языка тоже – например, переводить мангу или преподавать японский на начальном уровне. Это более сложная задача, чем рисование, но с приобретенными навыками равномерного распределения сил и организации времени, я думаю, что постепенно у меня получится совмещать и такую подработку с учебой без ущерба для здоровья и учебы. Я верю, что невыполнимых задач нет. А вы как думаете?

Жигальская Наталья, Новосибирский государственный технический университет, 3 курс

適切な自尊心

適切な自尊心の重要性について話す人が多いですね。私も適切な自尊心が重要だと思います。実は、子供の頃から、私は社交的な人ではなかったです。幼稚園に通っても、仲間とのコミュニケーションを避けていました。それに、体が太りすぎて、いじめられたのです。自分のことについて他の人の批判の言葉を聞いた私は、5~6歳くらいのころから、「わたしは魅力がない。わたしは頭が悪い。」と考えるようになりました。そして、さらに他の子供たちから遠ざかり始めたのです。皆様、自尊心の低い子供を想像できますか。残念な気持ちになるでしょうね。ところが、私はそのような子供でした。

学校ではいじめは続いていましたが、「自分が悪いからいじめられても当然だ」と確信していたから、両親や先生たちにいじめについて何も言いませんでした。意地悪な人に嘲笑されること、うわさを言われること、現代的で高価な服がないこと、家族はお金持ちではないことなどをきっかけにいじめられても、自尊心の低い私はいじめを自分のせいにしていて、反対しようとしませんでした。両親もあまりサポートをしてくれませんでした。学校から帰ったお母さんの言葉は悔しかったです。「他の子供たちは自慢できることが多いのに、あなただけは何もできない子だね。」このような言葉を聞いたら、自尊心をつけることができますか。

こんなことがあったので、臨床的うつ病になってしまっていて、摂食障害を経験してしまいました。うつ病は私にとって終点になりました。うつ病とわかった時、この沼に溺れ続けるか、人生に対する見方を根本的に変えるかのどちらかをしなければならぬことに気づきました。そして、私は人生の見方を変えることを選びました。菓を飲んだり、コンサルタントと相談をしたりした後で、自分の人生をさまざまな方法は誤ったことがわかりました。他の人を気にして、喜ばせようとはしましたが、自分にまったく満足していなかったことに気づきました。そこから適切な自尊心への私の道が始まりました。

みなさん、私をご覧ください。最初の日本語の先生は私に言いました。「ナタリアさん、日本語に向いてないようですね。日本語をやめて、何か他のものを見つけることを強くお勧めします」と。でも、ご覧のとおり、私はあきらめませんでした。今の私は適切な自尊心があります。私はまだ上手ではないと認めますが、他人の主観的な意見のために、自分の意識的に選択した日本語の勉強をやめるつもりはありません。私は練習をたくさんしていて、このようにスピーチコンテストにも参加するように頑張ります。日本語の本とマンガを日本語で読んでみます。そして、いつか上手になるという自信があります。

適切な自尊心がなかったら、多くの機会を逃したことに違いありません。

日本の社会でも、人々の自尊心が低いという問題が深刻であることについて読んだことがあります。多くの日本の研究者によると、自己改善を追求する上で、日本人はネガティブな側面にのみ注意を払って、他人と異なることを恐れるそうです。

皆様、周りにいる人をご覧ください。もし、皆さんの周りに低い自尊心に苦しんでいる人がいたら、その人の話に耳を傾けて、自分を軽蔑する必要がないことを彼に伝えるように頑張ってください。皆さんのサポートで適切な自尊心を持つ人が増えたら、世界がもっといいところになるでしょう。

Важность здоровой самооценки

Возможно, тема важности здоровой самооценки звучит довольно банально, но не становится от этого менее важной. Ежедневно массовая культура различными способами доносит до нас, как важно верить в себя, но при этом безустанно диктует стандарты, и если уж вы не соответствуете им — проблема в вас, а не в обществе. Вот, что транслирует нам массовая культура.

С детства я была нелюдимой, избегала общения со сверстниками и подвергалась буллингу за лишний вес. Слушая слова других людей о себе, я в очень раннем возрасте - примерно в 5-6 лет, я начала верить в собственную непривлекательность, скудный ум и начала ещё больше отдаляться от сверстников. Можно ли себе представить маленького ребёнка с низкой самооценкой? Едва ли, но я была именно из таких.

В школе буллинг продолжился, однако я даже не думала бороться с ним или поставить взрослых в известность лишь потому, что была уверена в том, что заслужила. Заслужила насмешки и шепот за спиной, заслужила распространение ложных слухов, заслужила осуждение за недостаточно современную и дорогую одежду и за невысокое материальное положение своей семьи. Слова мамы после очередных родительских собраний никак не улучшали ситуацию: «Всем детям есть, чем похвастаться, а о тебе даже сказать нечего».

Я отказывалась делать свои фотографии из-за целого набора иррациональных комплексов внешности, ходить на общественные мероприятия и хоть как-то пытаться стать полноценной ячейкой общества. В свои 16 лет я так и не решилась заняться танцами, потому что боялась осуждения в том, что я неуклюжая и только выставлю себя на посмешище. В голове постоянно крутились мысли, что я недостойна хорошего отношения к себе, и такое мышление действительно отравляло жизнь.

Именно на этой почве я заработала себе клиническую депрессию и расстройство пищевого поведения. Депрессия была для меня конечным пунктом, тупиком, и я поняла — либо я и дальше тону в этом болоте, либо же радикально меняю взгляды на свою жизнь. И выбрала второй вариант. После целого курса таблеток и работы с психологом я осознала, что во многом неправильно распоряжалась своей жизнью,

пыталась угодить и понравиться всем подряд, и совершенно не была довольна собой.

«Японский язык — не ваша стезя, и я очень рекомендую вам перестать развиваться в этом направлении и найти что-нибудь другое», — слова моего первого преподавателя по японскому языку, которые будто бы впечатаны на моей подкорке. Но, как вы можете увидеть, я не сдалась. Я признаю свои недочёты, но не планирую прекращать заниматься тем, чем осознанно выбрала заниматься только лишь из-за субъективного мнения другого человека.

Мои школьные воспоминания практически не вызывают тёплой ностальгии, и сейчас мне искренне жаль осознавать, сколько возможностей было упущено только лишь из-за огромной неуверенности в себе.

Я также знаю о том, что в Японии проблема низкой самооценки у людей стоит особенно остро. Согласно многочисленным исследованиям, в погоне за самосовершенствованием японцы обращают внимание лишь на негативные аспекты и стараются ни в коем случае не отставать от других.

Низкая самооценка может являться причиной куда более серьезных последствий, таких как, различные психические заболевания и, даже, суицид. Нередки случаи, когда человек с отрицательным восприятием себя становится жертвой психологического и физического абьюза уже во взрослом возрасте.

Если вы видите, что близкий для вас человек страдает от заниженной самооценки — не отмахивайтесь от него, выслушайте и попытайтесь донести до него, что не нужно себя принижать. К тому же, нет абсолютно ничего постыдного в том, чтобы обратиться за психологической помощью к специалисту.

СИБИРСКИЙ КАЛЕЙДОСКОП-2021

Сборник

В авторской редакции

Выпускающий редактор *И.П. Брованова*

Дизайн обложки *А.В. Ладыжская*

Подписано в печать 12.07.2021. Формат 60 × 84 1/16. Бумага офсетная. Тираж 50 экз.
Уч.-изд. л. 10,69. Печ. л. 11,5. Изд. № 142. Заказ № 633. Цена договорная

Отпечатано в типографии
Новосибирского государственного технического университета
630073, г. Новосибирск, пр. К. Маркса, 20