



Традыцыйна самым яркім перадновогоднім собыццём для актывнай студэнцескай моладзю застаецца **Новогодний бал во Дворце Независимости**. В гэты раз удзел у ім прынялі 320 юнаоў і дзяўчак з розных угодкаў Беларусі. О тым, як гэта было, расказалі студэнты нашэго ўніверсітэта, якім пасчастлівілася стаць часткай па-настаўшчаму каралеўскага свята.

Торжэства грацыі і красоты

Анна Шестакова, 4 курс ФМБК:

– Новогодний бал во Дворце Независимости... Звучит как мечта, согласись! И для меня это действительно была она – еще в школе я мечтала закружиться в вальсе на настоящем балу, как героиня Льва Толстого. Я поступила в университет, и как-то все это забылось. Но вдруг осенью меня приглашают принять участие в этом мероприятии. Мои эмоции не передать словами! По-настоящему гордилась собой и тем, чего успела добиться за время учебы в университете, потому что танцевала я в числе лучших студентов страны!

Я с нетерпением ждала ноября, ведь впереди нас ожидали два месяца репетиций! Кто знаком со мной, знают, насколько я люблю атмосферу подготовки. Мы репетировали по два-четыре часа по выходным, при этом не забывая про курсовые и зачеты. Время до бала исчислялось количеством оставшихся репетиций и... количеством мозолей на ногах!

Для меня такие мероприятия – это не только шанс заявить о себе, но и прекрасная возможность учиться. Да-да, именно учиться. Общению с людьми, уважению, дисциплине. Для меня как для будущего специалиста по коммуникациям это невероятно полезный опыт.

За красивой картинкой стоит команда профессионалов своего дела, и для меня большая честь работать с такими людьми. И хотя такие термины, как пиле или батман, мне знакомы, танец XVI века я учила впервые.

Кроме меня, участвовали еще девять ребят из нашего университета. В процессе репетиций мы все познакомились друг с другом и по-настоящему сдружились.

Классическая музыка прекрасна. А когда ее исполняет настоящий оркестр – мурашки бегают не переставая. Для меня как для человека, знакомого с музыкой с детства, грамотное музыкальное сопровождение крайне важно.

Мне казалось, мы танцевали вальс под самую красивую музыку в мире. До сих пор в памяти момент, когда нам впервые ее включили. Ребята не дадут соврать: все очень огорчились, когда «Судьбу» заменили другой композицией.

«Идеальное платье, которое запретили» – как-то так можно описать эпопею с моим нарядом. Это была любовь с первой примерки, по-другому не скажешь! Момент, когда ты надеваешь его и понимаешь, что вот оно, твоё идеальное платье. Признаюсь, когда дар речи теряете не только вы, – это что-то значит!.. Однако оно получило-таки свое «не одобрено». К счастью, все разрешилось хорошо. Огромное спасибо всем, кто «отстоял» это платье у костюмеров.

Настал тот самый день. Все трудности и какие-либо неудобства, коих было немало, забылись, заменились на неповторимые эмоции причастности к такому торжеству. Все сложилось так, как должно было. Просто хочу сказать, что будь у меня возможность оказаться там еще раз, не раздумывая согласилась бы.

ВОЛШЕБНАЯ ЗИМА СТУДЕНТОВ БГУУ



Анастасия Тарадеева, 2 курс ФЭМ:

– На Президентский новогодний бал попадают ребята, отличившиеся в учебе, научных и творческих конкурсах, молодежных проектах, общественной и спортивной жизни. Мне очень приятно, что я оказалась в числе тех 10 учащихся нашего университета, которые заслужили быть участниками столь волшебного и красочного мероприятия, которое, по моему мнению, является высшей наградой за все наши старания и достижения.

Как только я узнала, что стала участницей бала, начались приятные хлопоты, связанные с подготовкой: репетиции, выбор платья, туфель, диадемы, запись на прическу, макияж. Репетировали долго и упорно на протяжении полутора месяцев, в основном по выходным. Нам нужно было выучить порядка 7 композиций, и не самых простых. К счастью, мне все это далось очень легко, а самое приятное – я познакомилась с отличными ребятами из других учебных заведений. Все такие яркие, талантливые, инициативные, благодаря чему я заряжалась на каждой репетиции исключительно положительными эмоциями! За это время мы очень сплотились. Несмотря на то, что нас было порядка 80 пар (иногда репетировать было, конечно, тесновато), мы были одной командой всегда. Ближе к балу вальсировали мы уже во Дворце Независимости. Там еще на входе кажется, что ты оказался в сказке. Начинаются долгие репетиции по 8 часов в день, но они пролетали на одном дыхании – такие красивые композиции у нас получались.

Пару дней до бала – контрольная примерка платья, даже небольшое волнение от осознания, что совсем скоро мы будем выступать перед Главой государства! Платье, кстати, я выбирала долго, так как, как оказалось, немного привередливая, как это могли заметить консультанты. Директор салона с радостью согласился помочь мне в выборе и угадал с первого раза! Платье село просто идеально, чувствовала себя настоящей принцессой! И вот тот самый день. Раннее утро, поездка на прическу с макияжем; надеваю платье и чувствую себя настоящей принцессой! Нас привезли во Дворец, где все было волшебным украшено к нашему приезду. Полонез – первый танец бала. Мы все в белоснежных платьях, кавалеры во фраках, форме, со всех сторон нас снимают камеры, – просто сказка. Такие красивые, с горящими от радости глазами, до сих пор от воспоминаний мурашки по коже, как это было красиво. Ну и самое главное, что мы взяли с собой, – это наши красочные фотографии! Президентский новогодний бал-2022 навсегда останется в моем сердце!

Александр Романович, 3 курс ФКТИ:

– В конце 2022 года мне посчастливилось оказаться во Дворце Независимости на таком прекрасном мероприятии, как Новогодний бал. Подготовка к нему проходила 2 месяца, которые пролетели незаметно. Мы освоили много красивых танцев, среди которых канаро, эlegantный менуэт, величественный вальс, динамичная полька и другие. На репетициях было большое количество студентов со всего Минска, с некоторыми из которых мы поддерживаем отношения и по сей день. Репетиции были очень интересными и вызвали бурю ярких эмоций. Каждый из нас наверняка хорошо запомнил голоса балета, кричащие «Держим колонну!!!» Хочется отметить, что с нами работали настоящие профессионалы, которые в очень доступной форме каждому помогли освоить элементы танцев. На первых репетициях было немного тяжело войти в ритм, но через пару репетиций все волнения и неудобства исчезли, а с репетиций уже не хотелось возвращаться домой. Непосредственно перед самим балом мы репетировали во Дворце Независимости, который поразил своей красотой и атмосферой. Огромные люстры, мраморные полы и, конечно же, новогодняя елка никого не оставили равнодушными. В этот день Дворец погружился в сказочную атмосферу, где на протяжении трех часов выступали дебютанты и гости бала, а также приглашенные звезды белорусской эстрады. Бал поразил своей величественностью. Все проходило на самом высоком уровне, что придавало немного волнения, так как это мероприятие было одним из самых ответственных за всю жизнь. На произвольной части бала нас также научили танцевать современные танцы, например, ча-ча-ча. После бала нас ждал прекрасный фуршет и ужин. Отдельно хочется отметить подарок каждому участнику Бала от Президента – сундучок с новогодними игрушками, которые по праву заняли главное место на елке у меня дома.

Я благодарю руководство университета за такую уникальную возможность оказаться на Новогоднем балу – это действительно большая честь. Бал подарил мне очень много новых знакомств и самых ярких впечатлений, которые, несомненно, запомнятся на всю жизнь. А многочисленные фотографии и видео будут напоминать о той невероятной атмосфере, которая царила в те предновогодние минуты во Дворце Независимости.

А. Яковенко
Фото из личного архива студентов, sb.by



ЕСТЬ ЧЕМ ГОРДИТЬСЯ!

Подведены итоги конкурса Национального банка Республики Беларусь на лучшую работу по экономической тематике среди студентов, магистрантов и аспирантов. На конкурс было представлено 96 работ. В финал прошли 12 участников, которые представляли и защищали свои исследования перед членами экспертного совета.

Даже один шанс из тысячи – повод попробовать

Победителем в номинации «Конкурсные работы студентов» стал **магистрант 1 курса БГЭУ Егор Новиков**, представивший работу «Использование ICO для финансирования лизинговых операций».

В номинации «Конкурсные работы аспирантов» победителем стала **преподаватель кафедры экономической информатики БГЭУ Элина Дашук** с работой «Новые подходы к управлению ИТ-инфраструктурой банка в контексте цифровой трансформации экономики».

Егор Новиков:

– Участвовал в конкурсе впервые. После отличной защиты дипломной работы летом было жалко оставлять в прошлом такой объем работы, поэтому, узнав о проведении конкурса Национального банка, решил доработать, усовершенствовать свою работу и принять участие в конкурсе. В мероприятии меня привлек престиж организатора, возможность посоревноваться с лучшими студентами и магистрантами и, конечно, шанс получить денежный приз.

Был приятно обрадован, узнав, что прошел в финал конкурса. В ходе финала было интересно посетить здание Национального банка, послушать доклады других участников, увидеть выступления конкурсантов-аспирантов. Считаю, что мероприятие прошло на высоком



разработал модель, рассчитывающую на основе статистических данных актуальные процентные ставки, сроки обращения, объемы выпуска токенов, на которые лизинговые компании могут ориентироваться в своей деятельности.

Элина Дашук:

– Любой конкурс – это новая возможность: возможность бросить вызов себе, возможность попробовать сделать нечто новое, возможность получить ценный приз, в конце концов! Будучи человеком активным и творче-

Самое ценное, что можно вынести из подобных мероприятий, – это опыт, уверенность в своих силах и желание расти, развиваться и покорять новые вершины в дальнейшем.

Моя работа, представленная на конкурс, посвящена теме исследования больших данных в контексте управления бизнес-процессами в банке. Отмечу, что эта тема, наверное, без преувеличения одна из самых актуальных и важных сегодня, поскольку данные – самый ценный ресурс 21 века. Их еще называют новой нефтью. Происходит трансформация управленческих решений, основанных на сводных материалах и статистике, в решения, в основе которых лежит аналитика высокого уровня.

В процессе подготовки материала основная трудность была в том, чтобы суметь рассказать о сложных вещах доступным и понятным языком. Всегда хочется, чтобы выступление было интересным, убедительным и логичным. И нужно быть аккуратным, чтобы не углубиться в свою тему настолько, что все остальные не смогут уловить главную мысль. На мой взгляд, у меня получилось, о чем мож-



но судить и по комментариям жюри, и по вопросам после выступления.

Еще хочу сказать, что, если есть шанс принять участие где-либо, всегда стоит делать выбор

в пользу «да». А вдруг этот один шанс из тысячи – твой?

А. Яковенко
Фото: Национальный банк Республики Беларусь



уровне. Каждый участник имел возможность рассказать о своем исследовании, достижениях, выводах.

Моя работа посвящена исследованию возможностей для лизинговых компаний по привлечению средств для проведения операций. Без достаточного объема капитала лизинговая компания не сможет оказывать клиентам услуги по передаче предметов в лизинг (долгосрочное пользование с возможностью последующего выкупа).

В работе я исследовал такой инструмент привлечения капитала для организаций, как долговые токены. Я подробно проанализировал предложение токенов лизинговых компаний и с помощью системы бизнес-аналитики

ским, я люблю участвовать во всевозможных соревнованиях, поскольку даже если есть 1 шанс из тысячи, его обязательно нужно использовать.

Конкурс от Национального банка был посвящен научным исследованиям. Я как раз сейчас работаю над кандидатской диссертацией и, увидев анонс конкурса, поняла, что вот она, прекрасная возможность рассказать о своих наработках, идеях, предложениях. Нужно отметить, что организаторы выбрали очень удачный формат: тандем представления письменной работы и последующей публичной презентации, что позволило попробовать себя и в качестве автора, и в качестве оратора.



Талантливый молодой ученый, хороший педагог и просто красивая женщина – все эти характеристики применимы к нашей героине Виктории Сакович (кандидат экономических наук, ассистент кафедры налогов и налогообложения). Каким должен быть прогрессивный преподаватель? Оптимальный подход к формированию налоговой политики, каков он? Какие реформы в сфере управления государственными финансами необходимы? Об этом и не только – в нашем интервью.

– Расскажите о сфере ваших научных интересов, какие вопросы вас особенно увлекают?

– Государственные финансы, государственный бюджет. В настоящее время активно работаю над темой программно бюджетирования.

– Наверное, у каждого ученого есть какая-то глобальная мечта или цель, иногда безрасчетная, на первый взгляд недосягаемая, есть ли такая у вас?

– Работа в сфере высшего образования открывает просторы для самореализации, претворения в жизнь творческих идей. Осознание личного вклада в общенациональное дело воодушевляет и дает мне силы непрерывно стремиться к совершенству собственного профессионализма и в результате к формированию высококвалифицированных специалистов как фундамента белорусской экономики.

– Вы по натуре прагматик или мечтатель?

– В большей степени мечтатель. Но стараюсь трезво смотреть на жизнь.

– Расскажите о самом запоминающемся опыте в вашей карьере молодого ученого, возможно, были какие-то интересные стажировки и т.д.?

– За период своей научной деятельности участвовала во множестве конференций, семинарах, форумах и др. (в том числе в составе жюри).

Особенно полезным с практической точки зрения было участие в пленарном заседании бюджетного сообщества REMPAL, посвященном вопросам использования бюджетных правил для обеспечения результативности и устойчивости бюджета. REMPAL – сообщество по взаимному изучению и обмену опытом в управлении государственными финансами, представляет собой многосторонние усилия по разработке и развитию возможностей для проведения реформ, а также для обмена опытом в их проведении между странами Средней Азии и Центральной и Восточной Европы. В составе сообщества REMPAL состоят чиновники из различных государств, но со схожими задачами создать свою собственную программу действий и стремлением найти пути для создания наилучших возможностей для обмена опытом между собой, используя компьютерную сеть, электронное изучение и встречи лицом к лицу.

Ежегодно принимаю участие в составе жюри в Международной научно-практической конференции студентов (МНПКС) «Национальная экономика Республики Беларусь: проблемы и перспективы развития», а также в рамках международного сотрудничества являюсь членом жюри на Международной научно-практической конференции молодых налоговиков «Актуальные проблемы налоговой политики» (Владивосток-Иркутск-Москва-Екатеринбург-Минск-Прага-Краснодар-Курган-Санкт-Петербург-Ставрополь).

Считаю обмен мировым опытом одним из ключевых инструментов развития научной деятельности, поэтому стараюсь воспользоваться любой возможностью услышать мнение коллег из разных стран. В 2021 году я являлась слушателем на гостевых лекциях известных ученых, представляющих научные организации и учреждения высшего образования Российской Федерации, проводимых в БГЭУ: лекции Нечаева А.С. (д.э.н., профессор, директор Института экономики, управления и права Иркутского национального исследовательского технического университета), Пинской М.Р. (д.э.н., профессор, руководитель Центра налоговой политики Научно-исследовательского финансового института Министерства финан-

сов России), Богачева С.В. (д.э.н., профессор Департамента налогов и налогового администрирования Финансового университета при Правительстве Российской Федерации). Мероприятия были очень информативными и насыщенными практическими ситуациями.

Постоянно повышаю свой профессиональный уровень в области педагогики (на базе Института повышения квалификации и переподготовки экономических кадров БГЭУ), а также использования информационных технологий в образовательном процессе. Интересными были курсы по подготовке кадров в сфере ПОД/ФТ (на базе Международного сетевого института в сфере ПОД/ФТ) и др.

– Какими достижениями вы особенно гордитесь?

– 30 сентября 2020 года защитила диссертацию на соискание ученой степени кандидата экономических наук по специальности 08.00.10 — «Финансы, денежное обращение и кредит» на тему: «Государственные расходы и пути повышения их эффективности в современных условиях бюджетирования». По результатам защиты присвоено ученой степени кандидата экономических наук. Горжусь также своим участием в разработке нескольких серьезных трудов в области государственного бюджета. В 2022 году мне назначена стипендия Президента Республики Беларусь талантливым молодым ученым. Горжусь своим непрерывным участием в

Считаю обмен мировым опытом одним из ключевых инструментов развития научной деятельности, поэтому стараюсь воспользоваться любой возможностью услышать мнение коллег из разных стран.

научно-исследовательских программ. За период научной деятельности я участвовала в разработке не менее 5 тем научных исследований, в одном из которых была руководителем ВНК.

Осуществляю научное руководство студентами в рамках студенческой научно-исследовательской лаборатории «Казначей», организованной на базе кафедры налогов и налогообложения.

– Каких принципов придерживаетесь в своей педагогической деятельности, что категорически не приемлете в поведении студентов или своих коллег? Преподавательский труд довольно сложен, что помогает вам избежать «выгорания»?

– «Сильным, опытным становится педагог, который умеет анализировать свой труд» (В.А. Сухомлинский). Моя педагогическая деятельность направлена на внедрение личностного подхода в организацию образовательного процесса. Личностный подход предполагает тесную взаимосвязь обучения с воспитанием, активное взаимодействие студента с преподавателем, направленное на передачу знаний, навыков, умений от преподавателя студенту таким образом, чтобы развить в последнем способность решать в трудовой среде реальные проблемы – от производственных до социальных.

Я делаю упор на активные методы обучения, направленные не только на усвоение студентами знаний и формирование профессиональных умений и навыков, но и развитие творческих и коммуникативных способностей личности, формирование личностного подхо-

да к возникающей проблеме и нахождение нестандартных путей ее решения. При изложении материала использую модульный подход, позволяющий достичь избирательности и гибкости при подаче новой информации. В процессе разработки методической базы для каждой преподаваемой дисциплины формируются индивидуальные совокупности методов, адаптируемая под конкретный педагогический замысел, устанавливаются ожидаемые результаты и проводится контроль по их достижению. Вся совокупность действий подлежит поэтапному последовательному воплощению.

При безусловной значимости разработки путей повышения степени усвоения информации и применения их на практике, деятельность педагога, на мой взгляд, должна также быть направлена на создание благоприятного климата в студенческом коллективе, построение отношений между студентом и преподавателем, основанных на доверии и взаимоуважении. Именно такие цели я ставлю перед собой, стремясь также к развитию в студенте правильного мировоззрения, основанного на патриотизме, любви к себе и к окружающему миру. Еще одним стремлением в данной области могу обозначить попытку укоренения идеи среди студенческой молодежи о глобальной важности внесения своего вклада в развитие Республики Беларусь.

– Если говорить о сфере ваших профессиональных интересов, приверженцем какой налоговой политики вы являетесь: либеральной (полная свобода ведения предпринимательства и налогообложения) или более строгой налоговой модели?



Работа со студентами - мое призвание!

– В любой деятельности важен баланс. При разработке налоговой политики, с одной стороны, необходимо обеспечить формирование доходной базы государственного бюджета, достаточной для

При безусловной значимости разработки путей повышения степени усвоения информации и применения их на практике, деятельность педагога, на мой взгляд, должна также быть направлена на создание благоприятного климата в студенческом коллективе, построение отношений между студентом и преподавателем, основанных на доверии и взаимоуважении.

реализации задач социально-экономического развития страны, с другой стороны, система налогов должна способствовать непрерывному развитию экономики. Это требует разработки налоговой политики, формирующей оптимальный уровень налоговой нагрузки на экономику.

В Республике Беларусь нормы налогообложения непрерывно совершенствуются. В настоящее время идет дальнейшее сближение налогового законодательства РБ и РФ с учетом подписанных дорожных карт. Введено ограничение возможности ИП действовать вне контроля государства, тому подтверждение – отмена УСН для индивидуальных предпринимателей (ИП) и перевод их на общую систему налогообложения с уплатой подоходного налога, а также ограничение для применения УСН для организаций. Введен профессиональный налог для самозанятых. Производится текущая корректировка иных налогов в части объектов, налоговой базы, освобождений.

Особо отмечу, что происходит постоянное обновление программного обеспечения, направленного на автоматизацию сбора/приема налоговой информации, проверок, автоматизацию предоставления налоговых услуг.

– А если затронуть сферу государственных расходов и в общем управления государственными финансами, какие направления реформирования являются сейчас наиболее актуальными?

– Направления совершенствования управления государственным

финансами Республики Беларусь определены в Государственной программе «Управление государственными финансами и регулирование финансового рынка на 2020 год и на период до 2025 года». Целями Государственной программы являются обеспечение долгосрочной сбалансированности и устойчивости бюджетной системы, повышение качества управления государственными финансами, дальнейшее развитие рынка ценных бумаг, страховой и аудиторской деятельности. В указанной государственной программе отражено множество задач, которые будут решаться в ближайшем будущем, направленных на обеспечение устойчивости бюджетной системы, повышение эффективности управления государственным долгом, долгом органов местного управления и самоуправления, налоговое и таможенное регулирование и администрирование в Республике Беларусь и др.

В своих научных изысканиях я акцентирую внимание на вопросах дальнейшего совершенствования программно бюджетирования в Республике Беларусь, направленных на повышение эффективности расходования бюджетных средств, а также администрирования государственных программ. Мне также интересно развитие в области управления бюджетными рисками. Данная задача является актуальной не только для Республики Беларусь (что отражается в законодательных актах), но и для мирового сообщества.

На мой взгляд, актуальными для Республики Беларусь в перспективе могут стать развитие инициативного бюджетирования, реформирование бюджетных советов, использование инновационных подходов при обеспечении гласности процесса исполнения государственных программ.

– Были ли мысли уйти из педагогической, научной деятельности в практику, развить свой бизнес как налоговый консультант, например?

– Нет. Педагогика – мое призвание.

– Кем видите себя через лет 10?

– Я планирую дальнейшее развитие своей научной деятельности и, конечно, создание семьи.

Беседовала А.Яковенко

Наши успехи

Наши студенты всегда отличались харизмой, талантами и амбициозностью. Они приходят в университет не для того, чтобы «отсидеться», а чтобы заявить о себе, прославить свой вуз. Среди таких ярких учащихся – талантливый спортсмен Глеб Бондарев (3 курс ФКТИ) – чемпион Республики Беларусь по пауэрлифтингу. Мы расспросили Глеба о его успехах.

«Я фанат своего дела!»



– Расскажите, как вы пришли в спорт, почему выбрали данное направление?

– Впервые со спортом познакомился в 4 классе, когда в один из школьных дней в начале учебного года в наш класс зашла тренер по легкой атлетике. Тогда еще никто не понимал, что такое спорт, в частности легкая атлетика, однако все ребята класса хотели записаться в эту спортивную секцию, и я был в том числе. Легкой атлетикой занимался с 4 по 10 класс. Не сказать, что это было на профессиональном уровне, однако уже в юном возрасте довольно часто выступал на областных соревнованиях. Специализацией, которую я для себя выбрал, был спринт – забег на короткие дистанции, в моем случае это 100 и 200 метров. В 9 классе на очередных областных соревнованиях выполнил 2-ой взрослый разряд в забеге на дистанции 100 метров. Мой результат – 11,7 секунд по ручному хронометражу, за что спасибо моему первому тренеру Ирине Петровне Приходько, которая прикладывала все возможные усилия, чтобы привить мне все профессиональные качества, присущие спортсмену. В 11 классе пришлось бросить занятия спортом, так как предстояла подготовка к выпускным экзаменам и сдаче ЦТ.

Знакомство с пауэрлифтингом – это, можно сказать, стечение обстоятельств. После окончания обучения в школе поступил в БГЭУ на факультет коммерции и туристической индустрии. Знал, что можно выбрать спортивную секцию, и уже заранее для себя решил, что это будет тренажерный зал, так как хотел привести себя в форму, поскольку всегда был худощавого телосложения. Никогда не интересовался силовыми видами спорта, однако после поступления уже в тренажерном зале познакомился с преподавателем Павлом Петровичем Масловским, который является тренером сборной команды БГЭУ по пауэрлифтингу, а также выступающим спортсменом и рекордсменом Республики Беларусь. Он рассказал мне о пауэрлифтинге, и по общим впечатлениям я решил, что стоит попробовать себя в данном виде спорта. Таким образом, с 1 курса и по сей день занимаюсь пауэрлифтингом и тренируюсь под руководством Павла Петровича.

– Какие жертвы, обязательств предполагает карьера спортсмена, были ли в вашей жизни критические моменты, когда хотелось бросить спорт?

– Жертвы и обязательств – это громко сказано. Ведь если ты выбираешь карьеру спортсмена, то должен понимать, на что идешь. Спорт – это всегда тяжелый и упорный труд, результат которого виден лишь сквозь время. Выбирая спорт, ты выбираешь образ жизни, определенное мышление. Необходимо постоянно тренироваться, потому что без тренировок все усилия, которые уже были приложены, могут попросту раствориться.

В моем же случае занятия пауэрлифтингом – удовольствие. Каждый раз уходя с тренировки, с нетерпением жду следующей. Не считаю, что я чем-то жертвую, выбирая спорт, поскольку это мой осознанный выбор, делая который, я понимаю, что за этим стоит. Единственное, что хочу отметить, – это соблюдение режима дня. Это основа, без которой не может быть прогресса. Однако у меня с этим проблем нет, так как моя задача – достигнуть максимального результата за максимально короткий период времени. Я бы даже сказал, что являюсь фанатом своего дела.

– Как проходит подготовка к соревнованиям?

– Обычно мой соревновательный сезон начинается осенью, с началом учебы. Летом я поддерживаю форму и отдыхаю, хотя есть желание выступать и летом, но жара не позволяет сохранить необходимую интенсивность тренировок.

У профессионального пауэрлифтера в году 2-3 основных старта. В моем же случае это 4-5 стартов, на которых из раза в раз я стараюсь улучшить форму, но не всегда получается.

Тренировочный процесс, как правило, состоит из микроциклов, то есть 3-4 тренировки в неделю. В начале подготовки тренировки проходят в большем объеме, включают упражнения ОФП и большое количество подсобных упражнений для «тройки» («тройка» – жим штанги лежа, приседание со штангой и становая тяга), которые позволяют подготовить тело к соревновательному сезону. За 1,5 месяца до соревнований интенсивность снижается, остаются упражнения «тройки» и несколько подсобных упражнений, которые позволяют прокачать слабые места. Непосредственно за 3-4 недели до самих соревнований «приходится сидеть на весах», которые, в свою очередь, позволяют сконцентрироваться на разовом максимуме в каждом движении. За неделю до соревнований необходимо дать организму отдохнуть, чтобы показать наилучший результат на помосте. В течение этой недели проходят легкие тренировки, примерно 50-60% от одноповторных максимумов основной «тройки», чтобы тело «не забыло движение».

– Придерживаетесь ли вы какой-то системы питания, чтобы всегда быть в форме?

– Нет, не придерживаюсь. Пауэрлифтинг – такой вид спорта, где любые калории являются «полезными». В моем случае работает принцип «чем больше, тем лучше», так как для моего роста я имею низкий собственный вес (в рамках пауэрлифтинга, конечно), что не позволяет мне раскрыть собственный силовой потенциал.

– Говорят, что профессиональный спорт и здоровье несовместимы, каково ваше мнение на этот счет?

– Справедливость в этом есть. Ради профессиональной карьеры люди доводят свой организм до предела возможностей. Каждое спортивное увлечение способно нанести урон, о котором многие люди даже не догадываются. Эти последствия скрыты от глаз обывателя, но это не значит, что их не существует.

– Расскажите о своих самых значимых достижениях?

– Осознанный соревновательный путь начался на 2 курсе, когда я впервые испытал себя на соревнованиях республиканского уровня, но неудачно. В связи с этим было принято решение выступить на следующих соревнованиях (VI Чемпионат WRP/WEPF Belarus 2022), которые проходили в Минске. Этот старт оказался для меня удачным: занял III место среди юношей в весовой категории до 90 кг с результатом 625 кг и выполнил норматив кандидата в мастера спорта. Также установил рекорд Европы и Республики Беларусь в троеборье (присед) среди юношей – 252,5 кг.

В ноябре я выступил на соревнованиях от этой же федерации (VII Кубок WRP/WEPF BELARUS), которые также прошли в столице. Я занял II место в возрастной категории юношей в весовой категории до 100 кг с результатом 657,5 кг. Было установлено 2 рекорда: рекорд Республики Беларусь в троеборье (присед) среди юношей в весовой категории до 90 кг – 267,5 кг. Так, был обновлен не только собственный рекорд, но и рекорд Республики Беларусь в троеборье среди юношей в весовой категории до 90 кг – 657,5 кг. Они же являются рекордами Европы.

17 декабря в составе команды БГЭУ выступил на Открытом Кубке Беларуси. Для меня выступление оказалось неудачным, но это не помешало нам занять 2 командных места в экипировочном дивизионе: 2 командное место среди юниоров и юниорок и 2 командное место среди мужчин и женщин.

– Спортивная карьера почти всегда конфликтует с академическим образованием, будь то школа или университет, нужно пропускать уроки/пары. Как преподаватели в университете относятся к таким вещам, поддерживают вас?

– Я стараюсь не пропускать пары, так как я студент бюджетной формы обучения очного отделения, тем более процесс обучения сам по себе довольно занимательный. Но иногда появляется ощущение, что я поступаю не в ВУЗ, а в тренажерный зал, так как там приходится проводить еще больше времени, чем в учебных аудиториях.

Ситуация с преподавателями довольно неоднозначная. Большинство преподавателей относятся нейтрально к спортивной деятельности студентов. В свою очередь, есть и те, кто относится негативно, ведь «это же не университет физической культуры». И только единицы поддерживают студентов в их спортивных начинаниях и делают послабления. Возможно, это дело случая, и мне не повезло, я не знаю.

– Какие у вас планы относительно развития спортивной карьеры?

– Сложно ответить на данный вопрос, так как моя спортивная карьера только началась. 2,5 года – очень мало для пауэрлифтинга с точки зрения достижения результатов. Как сказал один из «классиков» в мире пауэрлифтинга, профессиональный пауэрлифтинг начинается после достижения уровня мастера спорта. Поэтому передо мной стоит именно эта задача на данный момент.

Сейчас готовлюсь к Республиканской Универсиаде по классическому пауэрлифтингу, которая пройдет 28-31 марта в городе Горки, где я и попытаюсь выполнить норматив мастера спорта. Далее планирую выступить на Открытом Чемпионате и Первенстве Беларуси, а также на VII Чемпионате WRP/WEPF Belarus.

Беседовала А.Яковенко

БГЭУ гордится своими аспирантами!

В соответствии с распоряжением Президента Республики Беларусь от 12 января 2023 г. № 4рп «О назначении стипендий аспирантам» стипендия Президента Республики Беларусь на 2023 год назначена следующим аспирантам нашего университета:

Милош Диане Викторовне, аспиранту кафедры финансов (научный руководитель – доктор экономических наук, профессор Вережубова Татьяна Анатольевна);

Чувчал Ангелине Андреевне, аспиранту кафедры гражданско-правовых дисциплин (научный руководитель – доктор юридических наук, профессор Таранова Татьяна Сергеевна).

Поздравляем и желаем творческих и научных побед!

БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ЭКОНОМИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

СПАРТАКИАДА РАБОТНИКОВ БГЭУ

К 90-ЛЕТИЮ ОБРАЗОВАНИЯ
УНИВЕРСИТЕТА

23 ЯНВАРЯ – 3 ФЕВРАЛЯ 2023 ГОДА

Спартакиада работников БГЭУ, посвященная 90-летию образования университета

В целях пропаганды здорового образа жизни, широкого внедрения физической культуры и спорта в повседневную жизнь работников университета для сохранения и укрепления здоровья с 23 января по 3 февраля пройдет спартакиада работников БГЭУ.

Соревнования пройдут по следующим видам спорта:

- Мини-футбол (мужчины/женщины)
- Волейбол
- Настольный теннис
- Бильярд
- Дартс
- Шахматы
- Плавание
- Домино

Желаем удачи всем участникам!

Аўтары апублікаваных матэрыялаў нясуць адказнасць за падбор і дакладнасць фактаў. Іх меркаванні не абавязкова адлюстравваюць пункт гледжання рэдакцыі. Матэрыялы друкуюцца на мове арыгінала.

НАШ АДРАС:
220070, г. Мінск,
Партызанскі пр., 26А, пакой 16/3, корп. № 2
E-mail: ekonomist@bseu.by
Электронная версія газеты размешчана на сайце bseu.by



Тэлефон:
12-46 унутр.
209-78-69

Газета набрана і зьярстана на рэдакцыйна-выдавецкім комплексе БДЭУ. Размешчана на інтэрнэт-партале www.bseu.by

Нумар падпісаны да друку 17.01.2023 г.
Выходзіць два разы на месяц.