

Рассекая лёд...

Одним из любимых зимних развлечений является катание на коньках. Но что происходит, когда увлечение переходит в любимое хобби? О своём увлечении фигурным катанием нам рассказала магистрант 1-го года обучения филологического факультета Дарья Лияскина.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ДАРЬИ ЛИЯСКИНОЙ:

1. Не бойтесь льда! Не нужно постоянно находиться у бортика, на первом этапе важно научиться держать равновесие самостоятельно. Боязнь льда можно побороть самовнушением, настроим на позитив.
2. Выпрямите спину! Следует всегда держать ровно и отталкиваться ребром конька, не бояться отрывать ноги ото льда.
3. Предпочитайте удобную одежду! Важное значение имеет одежда, она должна быть лёгкой и нестесняющей движений. Стоит надеть перчатки, чтобы защитить руки во время падений.
4. Научитесь падать! Если вы чувствуете, что начинаете терять равновесие, не пугайтесь! Желательно научиться падать в сторону, а не вперёд или назад.



– Дарья, как произошло твоё «знакомство» с фигурным катанием?

– Я начала интересоваться данным видом спорта в 2016 году. Совершенно случайно на просторах Интернета обратила внимание на видео с участием Юлии Липницкой.

– Сложно сказать о каких-то грандиозных достижениях, однако в настоящее время я научилась довольно уверенно делать заднюю дорожку и поворот на одной ноге. К сожалению, в связи с занятостью мне бывает трудно выделить время, что-

Меня впечатлила пластика юной спортсменки и то, с какой лёгкостью она выполняет сложнейшие элементы.

Я с интересом наблюдала за триумфом молодой фигуристки Евгении Медведевой и за началом её так называемого звёздного пути.

Я стала регулярно следить за новостями, посвящёнными фигурному катанию. Однако не хочется называть себя фанаткой данного вида спорта, так как я предпочитаю давать объективную оценку выступлениям фигуристов, стремлюсь научиться понимать систему оценивания, технику выполнения различных элементов, пытаюсь самостоятельно выполнить комбинации.

– Испытывала ли ты трудности в начале обучения?

– Конечно, были сложности. В первое время сложно разобраться, как правильно делается какой-либо элемент, когда не являешься профессионалом. Я специально искала замедленные съёмки, чтобы разобрать до мельчайших деталей, с какой ноги начинается прыжок, какой частью конька отталкивается фигурист, как правильно он распределяет вес тела. Изучая специфику катания, я выяснила, что самым сложным является лутц – вращение тела фигуриста против часовой стрелки.

– Опиши свои успехи в фигурном катании.



Один из сложных элементов фигуриста – лутц

А ВЫ ЗНАЛИ, ЧТО...

Коньки получили своё название из-за того, что раньше их переднюю часть украшали фигуркой головы коня.

Первый заливной каток появился в 1842 году в Лондоне, который понравился всем. Вскоре увлечение коньками стало очень популярным.

Сначала коньки были доступны только для знати. Уже гораздо позднее их освоили дети. Взрослые пользовались этим средством передвижения в случае необходимости.

бы пойти на каток. Но выходные я стараюсь посвятить любимому занятию и научиться новым элементам. Несомненно, хотелось бы освоить тулуп, ласточку, флип и др.

– Недавно в Саранске прошёл чемпионат России по фигурному катанию на коньках. Насколько нам известно, тебе удалось не только побывать там, но и сделать памятное фото с фигуристкой Евгенией Медведевой. Поделись своими впечатлениями от того дня.

– Это был первый чемпионат по фигурному катанию, на котором я присутствовала. Очень хотела лично встретиться с Евгенией, поддержать её в такой ответственный момент. Как говорится, мысль материальна. До выступления мне посчастливилось встретить Евгению и её тренера Брайана Орсера у Ледового дворца. Я была

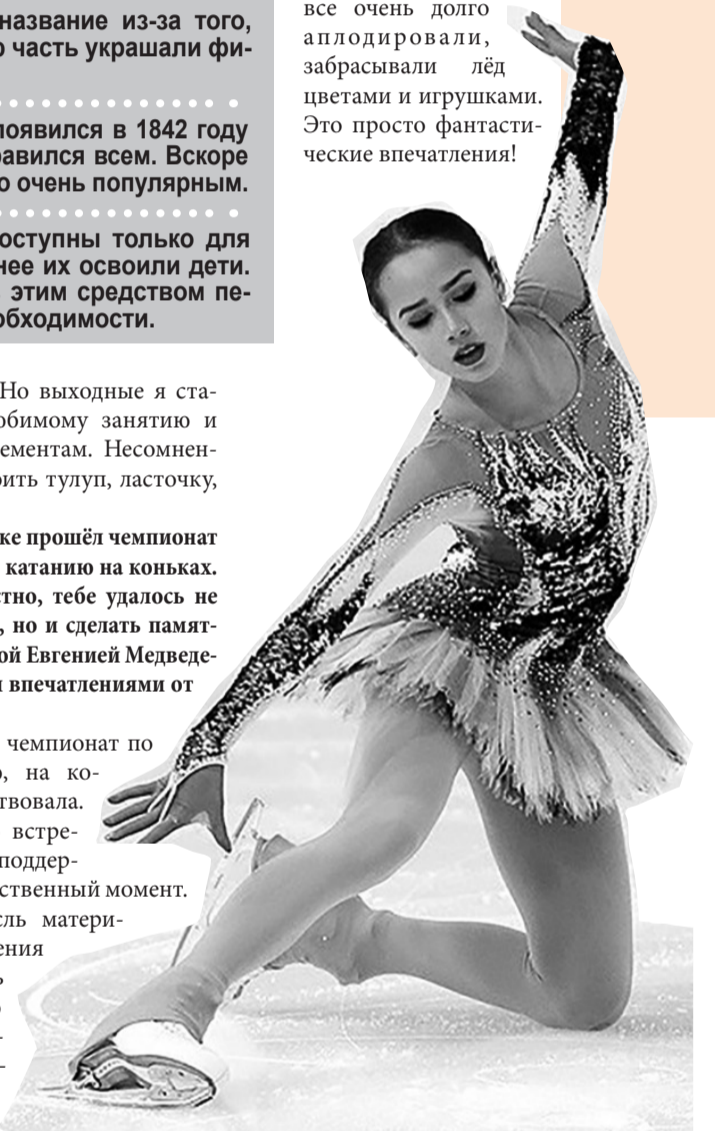


Дарья Лияскина с чемпионкой мира по фигурному катанию Евгенией Медведевой

очень рада сфотографироваться с фигуристкой и выразить ей слова признательности и поддержки.

На чемпионате я испытала поистине незабываемые эмоции! Особенно впечатлила атмосфера трибун, зрители заряжали своей мощнейшей энергией. После выступления Евгении Медведевой

все очень долго аплодировали, забрасывали лёд цветами и игрушками. Это просто фантастические впечатления!



Алена ТРУШКИНА, фото из личного архива Дарьи Лияскиной

Развод на генном уровне

ПЕРЕВОД С НЕМЕЦКОГО

Как известно, дети разведённых родителей в будущем в большей степени подвержены риску самим пережить бракоразводный процесс.



Специалисты до сих пор полагают, что речь идёт лишь о „социальной наследственности“, которую можно свести к дефектам социализации или к неуважительным отношениям между родителями. Однако результаты последних исследований близки к тому, чтобы признать: способность к установлению брачных отношений, возможно, заложена на генном уровне.

Так, американские и шведские учёные исследовали межличностное поведение группы приёмных детей. Установлено, что вероятность развода у них, скорее всего, связана с моделью взаимоотношений не приёмных, а биологических родителей. Это можно объяснить генетическими факторами. Исследования в области генетики поведения показывают, что гены стимулируют выработку различных гормонов, таких как серотонин, окситоцин и вазопрессин, которые в свою очередь влияют на саму личность и её способность устанавливать эмоциональные отношения. С теоретической точки зрения виды генов, которые постоянно влияют на уровень этих гормонов, могут формировать способность к установлению брачных отношений.

Перевод с немецкого языка на русский выполнила переводчик-стажёр молодёжной секции МРО СПР Е. Кривда

Студенты, преподаватели, сотрудники Мордовского университета имеют возможность

ПОБЕСЕДОВАТЬ С ПРАВОСЛАВНЫМ СВЯЩЕННИКОМ В ВУЗЕ

КАЖДЫЙ ЧЕТВЕРГ С 14:00 ДО 16:00

в 303-й аудитории административно-библиотечного корпуса (г. Саранск, ул. Большевикская, 68). Индивидуальные беседы проводит настоятель храма Святой Мученицы Татианы отец Георгий.

Контактный телефон: 8 927 275-87-15