

Суббота,

1 февраля

1941 г.

№ 6 (36)

ЛЕСГАФТОВЕЦ

О Р Г А Н
партбюро и дирекции
Государственного
ордена Ленина
института
физической культуры
имени П. Ф. ЛЕСГАФТА

Комсомольский лыжный кросс

На старт!

ЗАВТРА тысячи комсомольцев и физкультурной молодежи города Ленина выйдут на старт комсомольского лыжного кросса имени XXIII годовщины Красной Армии. Комсомольский лыжный батальон лесгафтовцев по подразделениям также участвует в этом почетном соревновании, которое продлится до 28 февраля.

Каждому из нас дорога честь нашего орденоносного института, все мы стремимся в своей жизни и работе осуществлять боевые традиции наших лучших товарищей, прославивших свой коллектив в лыжных походах в дни боев с белофиннами. Участвуя в комсомольском лыжном кроссе, мы должны еще раз доказать, что лесгафтовцы всегда готовы продемонстрировать свою боевую подготовку и мастерство владения лыжами, выносливость и дисциплину.

В течение февраля все подразделения лыжного батальона поочередно пройдут установленные дистанции, согласно положения о кроссе. Сегодня необходимо каждому участнику кросса внимательно повторить и хорошо помнить основные условия положения и правила соревнований.

Запомним!

Комсомольские соревнования по лыжной подготовке проводятся на дистанции, установленной в комплексе ГТО 1-й и 2-й ступени и в условиях пересеченной местности.

Мужчины, имеющие значок ГТО 2-й ступени, 20-километровую дистанцию кросса должны пройти не более чем за 2 часа (на «сдано»). Для того, чтобы получить отличный зачет, время пробега должно составлять 1 час. 50 мин.

Для женщин — значкистов ГТО 2-й ступени установлена 5-километровая дистанция. На 5 км дается 35 мин. («сдано»). Для получения отличной оценки необходимо показать время, равное 32 мин.

К участию в лыжном кроссе допускаются только те, кто за период подготовки прошел тренировочный минимум на лыжах в общей сложности 70 км для мужчин и 40 км для женщин.

Каждый командир, проверь готовность и знания условий соревнования своими подчиненными!

Зачет производится по пяти членам команды, как личико-командный. Если один из членов команды не уложился в нормы ГТО, вся пятерка не попадает в зачет показателей своей первичной комсомольской организации.

В оценку результатов участия первичной комсомольской организации в соревновании входят показатели:

1. Процент участвовавших в соревнованиях комсомольцев от общего количественного состава первичной комсомольской организации. 2. Количество набранных процентов участниками соревнований, допущенных в зачет (процент уложившихся в нормы ГТО). Сдавшим нормы ГТО 2-й ступени процент удваивается.

Комсомольские организации, занявшие лучшие места в кроссе, награждаются призами и грамотами ЦК ВЛКСМ и Всесоюзного комитета по делам физкультуры и спорта при СНК СССР. Итоги кросса опубликовываются в печати.

Задачи ясны. Сейчас, используя каждый день для окончательной тренировки, надо сделать все, чтобы каждая пятерка, каждая курсовая комсомольская организация, все участники кросса самоотверженно выполнили стоящую перед ними задачу.

ПОРЯДОК УЧАСТИЯ В КРОССЕ

Завтра в 12 час. в Кавголово первыми начинают участие в комсомольском лыжном кроссе команды I курса (70 чел.) и школы тренеров (17 чел.). 8 февраля в 10 час. 32 студента школы тренеров выходят на старт кросса. 9 февраля 50 студентов IV и V курсов и 10 февраля 120 студентов II курса участвуют в кроссе.

16 февраля 100 лыжников-студентов IV и V курсов и преподавателей, а 17 февраля 80 студентов школы тренеров соревнуются на 20-километровой дистанции кросса. 21 февраля 150 студентов III курса участвуют в кроссе.

Последний день выступлений наших команд — 23 февраля. В этот день все лыжники, не участвовавшие в кроссе в составе своих подразделений, будут соревноваться в сводной команде.

С 2 по 19 февраля проводятся последние тренировки для отстающих групп. 2 февраля в Кавголово тренируются команды месткома; 5 и 6 февраля на базе «Строитель» — IV курс; 7 февраля — преподаватели; 9 февраля в Кавголово — преподаватели и служащие. 11 и 13 февраля на базе «Строитель» — IV и V курсы. 14 февраля — школа тренеров. 15 и 19 февраля — преподаватели.

Кроме непосредственного участия в кроссе, лесгафтовцы обеспечивают обслуживание кросса Октябрьского района в Петергофе. 2 февраля судят студенты I гр. III курса, 3, 4 и 5 февраля — студенты 3, 4 и 5 групп; 6 и 7 февраля — 5 и 6 групп. 8 февраля студенты школы тренеров; 9 февраля — 8 гр. II курса; 10 февраля — 9 группа; 11 февраля — 1 гр. I курса и 12 февраля — 2 гр. I курса. 13, 14 и 15 февраля судят 3, 4 и 5 гр. I курса; 16, 17, 18 и 19 февраля — студенты 4, 5, 6 и 7 гр. II курса; с 20 по 25 февраля судейство проводят студенты 1, 2, 3, 4, 5 групп IV курса.

Согласно приказу директора института, участие в лыжном кроссе включается в зачет межкурсовой спартакиады и устанавливается 4 командных премии для лучших лыжных пятерок (2 женских и 2 мужских); из них по одной для преподавательского состава и служащих.

В финале кросса 23 февраля в Кавголово состоится институтская спартакиада по лыжам.



Лыжная пятерка на дистанции.

В ПЕРВОЙ ГРУППЕ ВТОРОГО КУРСА

БОРЕМСЯ ЗА ПЕРВЕНСТВО

В прошлом учебном году наша группа занимала одно из последних мест. На II курсе положение резко изменилось и по праву I группа считается передовой. Объясняется это тем, что в группе было несколько человек, разлагавших дисциплину, ленивых. Они и тянули группу на последнее место. Освободившись от них, мы сумели укрепить дисциплину, повысить ответственность за учебу. Не было сначала необходимой сплоченности и дружбы коллектива, вяло работали общественные организации, актив группы не всегда был в авангарде борьбы за дисциплину и отличную учебу.

Год совместной учебы дал себя знать. Произошли большие перемены. Хорошо работает актив, все значительно лучше учатся, с желанием занимаются спортом. Оживленно прошли тренировки по баскетболу, гимнастике и фехтованию. Наша группа заняла 1 место на курсе по баскетболу и 2 по гимнастике.

Сейчас мы усиленно готовимся к экзаменационной сессии, намерены закончить ее успешно и завоевать переходящее красное знамя II курса.

Командир группы ХАВРАЙ.

КОМСОМОЛЬЦЫ—ВПЕРЕДИ

Из 22 студентов нашей группы—15 комсомолки. Все они не на словах, а на деле осуществляют авангардную роль в учебе, дисциплине, в спорте и в общественной работе. Комсомолки I группы активные общественники. Они ведут большую работу не только в группе, но и на курсе. Все командные посты занимают комсомолки. Стипендиаты-отличники нашей группы Шатихина, Корнеев, Трофимова и Тихонова также члены ВЛКСМ. Никифорова и Кондратьева избраны в бюро комсомольской организации II курса, а Корнеев — член комитета ВЛКСМ института. Шатихина активно работает в редколлегии газеты «Лесгафтовец». Все девушки живут дружно между собой, помогают друг другу в учебе.

Комсомолки являются застрельщиками и передовиками социалистического соревнования. Дружба и сплоченность комсомольцев и несоюзной молодежи наглядно проявилась на недавних спортивных соревнованиях II курса и на зачетах. Группа получила высокие оценки по учебе и показала хорошие спортивные результаты. В дальнейшем мы не собираемся снижать достигнутых показателей.

Комсорг ТИХОНОВА.



На дистанции.

★ ★

УЧИТЬСЯ НА „ОТЛИЧНО“

После постановления правительства о платности обучения и новом порядке назначения стипендии, успеваемость в нашей группе значительно повысилась. Все же отличников еще очень мало. Мы уверены, что после зимней экзаменационной сессии у нас будет уже не 4 отличники, а значительно больше. Это вполне возможно. Студенты, находясь на сборе, неся большую физическую нагрузку, стремятся использовать свободные часы для самостоятельной подготовки к экзамену, читают литературу, конспекты, обмениваются мнениями, сообща разрешают трудные вопросы.

В свое время не сдали текущие зачеты по плаванию Кондратьева (за I и II курсы) и Воденникова (за II курс). После сбора им придется ликвидировать задолженность и готовиться к экзаменам. Остальные же целиком могут свободное время уделять на самостоятельную подготовку.

З. ТРОФИМОВА.

ЗАБЫВАЮТ О ДИСЦИПЛИНЕ

Личный состав II курса проходит военно-учебный лыжный сбор в Кавголово. Студенты повседневно овладевают техникой лыжного спорта, усваивают тактико-строевые знания.

К сожалению, не все сразу поняли серьезность и важность выполнения этих задач и соблюдения дисциплины. Отдельные товарищи нарушают внутренний распорядок, не выполняют требований командира группы, вступают в пререкания с дежурными. Например, Чеканова, Щелкунова и др. несколько раз ходили в столовую без строя; Петросьян, Нилов, Федоров и др. раскуривают в общежитии. За свои проступки они понесли соответствующее дисциплинарное взыскание. В первые дни сбора не четко осуществлялось несение караула. Дежурные тт. Кооп, Слободянюк и др. показали, что они не владеют командным языком, не умеют отдавать рапорт, не требовательны к подчиненным.

Несмотря на отдельные недостатки в организации сбора, учеба идет строго по программе, студенты с большим желанием отдадут всю энергию на овладение военно-лыжным делом. По вечерам целые группы занимаются подготовкой к экзаменационной сессии.

Старшина сбора
Д. НЕПОМНЯЩИЙ.

СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА

Значение глубоко разработанной теории тренировки для практики физкультурного движения огромно. Несмотря на то, что этим вопросом занимались иностранные крупнейшие ученые (Лагранж, Демен, Ру, Хилл, Крэг, Линдгард, Христensen), а также отечественные исследователи и ученые (Лесгафт, Ухтомский, Бернштейн, Палладин, Крестовников и др.), достаточной ясности все же еще нет. Спорными остаются определение тренировки, ее общие и частные принципы, эффективность методов и методических приемов в частных случаях тренировки и проч.

Физиологические основы тренировки, наиболее разработанные в нашем институте, должны быть еще более уточнены и углублены соответственно успехам советской физиологии за последние годы. Но одних методов физиологии недостаточно для того, чтобы раскрыть всю сложность процессов, происходящих в организме и связанных с тренировкой. Слабо раскрыты психологические и педагогические основы тренировки, слабо раскрыты связи между координационными особенностями техники физических упражнений и физиологической тренировкой. Недостаточны методические материалы, говорящие об особенностях тренировки физических упражнений в связи с индивидуальными, возрастными и половыми особенностями. Не разработана тренировка в подростковом и юношеском возрастах.

В большом ходу общие, весьма расплывчатые определения тренировки. Несмотря на то, что тренировка для нас является действительно «наущным хлебом», в теории и практике работы всех кафедр ГОИФБ и отделений НИИФБ, мало или почти нет научно-исследовательских или учебно-методических тем по тренировке.

Тема эта настолько значительна, что за ее разработку должны взяться все кафедры и отделения института. Особенно актуальным является вопрос о тренировке военно-прикладных навыков и воспитании таких ценных в военном отношении качеств, как например, выносливость.

В свете этих замечаний, возникающих в связи с тренировкой, должно быть понятным, почему сейчас этот вопрос подвергается всестороннему обсуждению и изучению.

В. КОРОНОВСКИЙ.

К вопросу о тренировке скорости в спорте

Каждый, изучавший физическое упражнение или стремящийся улучшить свой спортивный результат, знает, сколько трудов и времени приходится тратить на то, чтобы выполнить это упражнение правильно и показать хороший результат. Особенно тяжело эти результаты даются в том случае, если по каким-либо причинам нет опытного преподавателя-тренера, который мог бы тут же исправить ошибку и указать кратчайший путь к овладению тем или иным упражнением. Найти этот кратчайший путь, раскрыть те основные законы, по которым совершается наиболее экономно овладение любым новым движением — задача одна из интереснейших и актуальных в теории и практике физической культуры. Всякая работа в этой области является вкладом для обогащения методики изучения и тренировки различных видов спорта, содействуя тем самым повышению среднего уровня достижений громадной армии физкультурников СССР и достижению рекордных результатов.

В огромном большинстве физических упражнений большую роль играет скорость. Сюда следует отнести в первую очередь все те виды спорта, лучший результат которых измеряется временем (бег, лыжи, гребля, плавание, коньки). В некоторых видах спорта скорость, хотя и не является решающим компонентом, тем не менее является сопутствующим фактором, определяющим высокое качественное исполнение этого упражнения (футбол, теннис, хоккей и т. п.).

Какую роль играет элемент скорости при изучении этих упражнений? Правильно ли мы поступаем, когда, изучая их, начинаем идти от овладения упражнением в медленном темпе с по-

степенными ускорениями и доведением этого темпа до той скорости, которая определяет высокое качество его исполнения?

Основной методической предпосылкой для быстрого овладения тем или иным упражнением является необходимость создания таких связей движения и в такой форме, в которой они впоследствии будут действительно использованы. Действительные связи могут быть образованы лишь в том случае, если при изучении не будет нарушена основная двигательная структура упражнения. Именно этим объясняется один из методических принципов, принятых на кафедрах спортивных дисциплин нашего института, по которому путь изучения сложного движения идет не от элементов к целому движению, а движение изучается сразу как целостное, которое в дальнейшем отшлифовывается в деталях. Путь этот, несомненно, правильный. Но он будет нарушен и не оправдан, если при этом упражнения будут изучаться сначала на медленных движениях; неправильными потому, что при этом будет нарушаться основное — двигательная структура этого упражнения. Одно и то же упражнение, выполненное одинаково по форме, будет иметь другую динамическую структуру, если его выполнять с различной скоростью.

Целый ряд физиологических и биодинамических работ показал, что количественные изменения, изменения в скорости одного и того же по форме движения, вызывает в некоторых фазах движения совершенно иные взаимоотношения сокращающихся мышечных групп, обуславливающие принципиально различную динамическую конструкцию этих движений. Следовательно, ес-

ли мы будем повторять движение в медленном темпе, то будем все время закреплять не те перво-мышечные связи, к которым мы стремимся. Отсюда вытекает непривычный, может быть, парадоксальный вывод, что быстрое движение нужно тренировать с самого начала в быстром темпе.

Помимо изучения и совершенствования техники движений тренировка должна обеспечить наибольшую производительность организма во время испытания на соревнованиях. Эта производительность будет зависеть от координированной работы центральной нервной системы, мышечной системы, сердечно-сосудистой и легочной аппаратов. Регуляция этой работы будет зависеть и по разному протекать при работе различной мощности (Бэйнбридж, Фарфель, Тавастшерна). Предъявляя к организму во время тренировок требования, значительно отличающиеся от тех, которые ему будут предъявлены во время испытания, тем самым не создаются предпосылки для координированной работы внутренних органов на работу определенной мощности. Тесно связанный с этим вопрос длительности протекания этой работы в практике, должен решаться построением такой методики, которая обеспечивала бы все же сохранение благополучия всего организма при работе сравнительно большой мощности. Одним из основных средств для этого являются различные формы повторного прохождения укороченных дистанций при сохранении нужной мощности работы (практически в заранее установленное время). Правильность этих предпосылок косвенно подтверждается еще и работами физиологической школы проф. Быкова, которые устанавливают наличие у внутренних органов своеобразных рецепторов, которые могут посылать импульсы в кору головного мозга. Таким образом можно создать условную рефлекторную связь на любой внутренний орган, в том числе и на сердечно-сосудистый и легочный аппараты с помощью любого индифферентного раздражителя, в том числе и proprioцептивного.

Приведенные физиологические и биомеханические данные должны быть учтены при построении всякой конкретной методики тренировки.

Специально проведенная в этом направлении опытная работа по тренировке двух групп школьников летом 1940 г. в беге на 1000 метров, отчетливо показала все значение и важность в методике тренировки повторных прохождений отрезков укороченных дистанций с учетом адекватной тренируемой дистанции мощности. Теоретические предпосылки и проведенный эксперимент должны явиться стимулом для пересмотра некоторых узловых вопросов тренировки всех тех видов спорта, в которых фактор скорости играет либо решающую роль, либо он, наряду с другими, сопутствует и в более или менее значительной мере определяет полноценное и успешное выполнение упражнения.

С. ЯНАНИС,
ст. научный сотрудник.

Присуждение ученой степени

На открытом заседании ученого совета института состоялась защита диссертаций тт. Вершинским Е. В. и Березиным В. И.

Е. В. Вершинский окончил институт в 1929 г. С 1930 г. по настоящее время заведует кафедрой физической культуры педагогического института имени Герцена. За эти годы им был написан ряд работ методического характера по физической культуре. В качестве диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук он представил работу: «Плотность гимнастического урока в вузе». По отзыву одного из оппонентов — доцента А. Ц. Пуни — диссертация представляет ценное научно-педагогическое исследование.

В. И. Березин окончил институт в 1935 г. После двух лет работы преподавателем и инструктором физкультуры, поступил в аспирантуру. Он уже имеет 16 лет физкультурного стажа.

Диссертация его — на соискание ученой степени кандидата педагогических наук — на тему «История спортивных игр в дореволюционной России» по отзыву оппонента — доктора исторических наук проф. Гуковского характеризуется смелостью постановки вопроса, тщательностью разработки и правильностью основных выводов.

Тайным голосованием совета оба диссертанта были признаны заслуживающими присуждения ученой степени кандидатов педагогических наук по физической культуре.

Н. ЯКОВЛЕВ,
Зав. лабораторией обмена веществ
ЛНИИФБ.



Лыжники-разведчики в походе.

Тренировка мышц и витамины

Значение так называемых дополнительных факторов питания, или витаминов, чрезвычайно велико. Эти вещества, принимаемые организмом с пищей хотя и в небольших количествах, имеют теснейшее отношение к процессам обмена веществ. Так, например, витамины, растворимые в воде, объединяемые в группу В, необходимы для нормального окисления углеводов тканями организма. Весьма тесное отношение к окислительным процессам имеет и другой растворимый в воде витамин — С. Растворимые в жирах витамины А и Д имеют большое значение в жировом и липоидном обмене, кроме того, витамин Д необходим для правильного течения минерального (главным образом кальциевого и фосфорного) обмена, а также способствует накоплению гликогена в мышцах. Помимо этого, витамины способствуют росту организма, функции размножения, работе нервной системы и т. д.

Весьма большое значение витамины имеют и для мышц, способствуют течению окислительных и многих синтетических процессов.

Как показали многочисленные исследования на животных, мышечная рабо-

та повышает потребность организма, в целом ряде витаминов. Особенно велика при этом потребность организма в витаминах В и С, а затем в несколько меньшей степени, в витамине А. С другой стороны, существуют данные о том, что при недостатке в пище витаминов В и С мышцы становятся менее работоспособными, а избыток витамина С повышает работоспособность и понижает утомляемость мышц. Если взять, например, две изолированные лягушечьи мышцы и раздражать их электрическим током, поместив одну из них в обычный изотонический солевой раствор, а другую в такой же раствор, но содержащий еще и витамин С, то вторая мышца будет отвечать на раздражение и совершать работу гораздо дольше, чем первая. Если животных довести до полного утомления с помощью длительного бега, а затем одному из них ввести в кровь раствор витамина С, то животное, получившее витамин, оправится от утомления гораздо скорее, чем не получившее его.

Дальнейшее изучение этого вопроса показало, что, во всяком случае, в условиях эксперимента на животном витамин В и С отчетливо повышают эффективность тренировки мышц (как в отношении работоспособности, так и в отношении химических показателей). Повышающее эффективность тренировки мышц действие свойственно и витамину А, но только при условии одновременного усиленного подвоза витамина С. Результат от комбинации ви-

таминов А и С получается более значительный, чем от одного витамина С и несравненно больший, чем от одного витамина А.

Причина такого, повышающего эффективность тренировки действия витаминов заключается, видимо, в том, что мышцы организма, насыщенного витаминами, находящиеся в лучших условиях в смысле течения окислительных и ряда синтетических процессов, утомляются значительно меньше, быстрее ликвидируют последствия утомления, а поэтому и лучше тренируются.

Проводящаяся в настоящее время проверка этих данных дала уже положительные результаты.

Группа лыжников, получавшая витамин С в период тренировки, на зачетах показала лучшее время прохождения дистанции, чем контрольная группа. Однако, эти хорошие результаты не дают еще права считать работу в этом направлении законченной и заставляют еще более широко и углубленно продолжать изучение этой проблемы.

Пока можно только констатировать, что значение витаминов в пищевом рационе спортсмена исключительно велико и заслуживает самого серьезного внимания не только со стороны теоретиков физкультуры, но и со стороны самих спортсменов.

Настойчиво овладевать знаниями

«Много ярких страниц вписано в историю высшей советской школы в минувшем 1940 году. Этот год принес подлинный перелом в жизни вузов. Решение ЦК ВКП(б) о вредной практике искусственного повышения оценок, введение платности за обучение и новый порядок назначения стипендий явились важнейшими организационными мероприятиями, обеспечившими повышение качества высшего образования. Качество подготовки специалистов в нашей стране имеет огромное значение. Не случайно в докладе на XVIII съезде ВКП(б) товарищ Молотов специально остановился на задачах высшей школы. «Главное внимание, — говорил товарищ Молотов, — должно быть обращено на качество высшего образования» (Кафтанов, «Известия» от 28 января 1941 г.).

В нашей стране, где образование является достоянием народа, имеются все условия для повышения качества высшего образования. Партия и правительство требуют от учащейся молодежи одного: учиться так, как работает передовая часть народа. Нашей стране надо в кратчайший срок перегнать в экономическом отношении передовые капиталистические страны. Сейчас, как никогда, нам нужно крепить оборону страны, поэтому стране нужны прекрасные специалисты — отличные знатоки своего дела. И передовое студенчество стало на этот путь.

Закончившаяся несколько дней назад зимняя экзаменационная сессия в вузах Советского Союза, — первая сессия, проходившая в новых условиях работы высшей школы, — показала рост качества высшего образования по сравнению с прошлыми годами. В нашем институте сейчас — период подготовки к зимней экзаменационной сессии, которая начнется 24 февраля на всех курсах института и школы тренеров.

Студенчество нашего института имеет необходимые условия для успешной учебы и подготовки к экзаменационной сессии. Мы обладаем крупнейшей библиотекой с тремя замечательными читальными залами. Хорошо оборудованные аудитории и лаборатории предоставлены в распоряжение студентов. Богатое оборудование кафедр анатомии, биомеханики, физиологии и гигиены является гордостью научных работников и преподавателей этих кафедр. Есть гимнастические залы с первоклассным оборудованием, наличие на территории института нескольких катков и, наконец, военно-физкультурная база в Кавголово

красноречиво говорят об условиях для учебных занятий наших студентов.

В нашем вузе работает высококвалифицированный профессорско-преподавательский состав, силами которого за последние 2—3 года выпущено и сдано в печать около 40 учебников и учебных пособий.

Партия и правительство уделяют большое внимание военно-физкультурной работе. Это мы чувствуем повседневно. Ведь не проходит дня, чтобы в печати не появлялись статьи, посвященные значению физической культуры и спорта. Такое исключительное внимание к вопросам физической культуры поднимает значение работников физической культуры и обязывает профессорско-преподавательский состав и студенчество упорно бороться за подготовку полноценного специалиста физической культуры, вооруженного прочными знаниями, не боящегося трудностей, новатора в своем деле. Таким специалистом может быть каждый студент, если он занимается настойчиво и трудолюбиво и если к нему предъявляются высокие требования, удовлетворить которые является делом его чести, его важнейшим долгом.

Перед нами, в связи с подготовкой к экзаменационной сессии, стоит задача — устранить недостатки, мешающие нормальному ходу учебной работы, повысить качество учебного процесса и усилить массовую воспитательную работу среди студентов, чтобы помочь им расти и успешно овладевать знаниями.

Директор института
И. НИКИФОРОВ.



Перед прыжком с трамплина.
Фото С. Колесникова.



Зимняя тренировка легкоатлета. Обучение сальто.

III курс накануне зачетной сессии

Весь состав III курса института 13 февраля выезжает в Кавголово на военизированный лыжный сбор. После сбора студенты сразу включаются в сдачу экзаменов. Наступает исключительно ответственный и напряженный момент.

Большинство студентов отдает себе отчет в предстоящей работе, завершающей учебу 1-го семестра. Они планируют бюджет времени, сочетают работу с учебой и систематически готовятся к сдаче текущих зачетов и экзаменов. Обращают на себя внимание прилежным отношением к выполнению учебной программы 1-го семестра тт. Козюренко (2 гр.), Е. Богданов и Синельников (3 гр.), Люкшинов (5 гр.), Нестеренко, Барабаш, Поцелуев, Хмыловский, Катков, Баскаков, Недосекин, Иванов (6 гр.), Кислов, Новоселов, Крылова (7 гр.) Колосников (6 гр.), Арсеньева, Михайлова, Ойчева, Тобольская, Моисеева (8 гр.), Иванова, Веселова (9 гр.) и др. Они успешно закончили сдачу текущих зачетов, а некоторые из них, как, например, т. Богданов Е., Люкшинов, Козюренко, Синельников и др. обязались сдать один из сессионных предметов до отъезда в Кавголово. Свои обязательства они выполняют. Первым на «отлично» сдал сессионный предмет (физиологию) т. Синельников.

Но не у всех студентов III курса проявляется сознание ответственности к учебной работе. Есть еще равнодушные относящиеся к учебе, не мобилизовавшиеся для образцовой встречи предстоящей сессии. Не все рационально используют свободное расписание.

До выезда в Кавголово остались считанные дни. За это время необходимо сдать ряд текущих зачетов, экзаменов и домашних заданий по предметам, заканчивающимся в 1-м семестре. Задолженность хотя бы по одному предмету не дает права на допущение к

экзаменационной сессии. Не понимают этого только такие студенты, как Василевский, Евстафьев, Луговцев, Добачевский, Пицхелаури, Евдокимов, Тейдер, Ермак, Польшенко, имеющие большую академическую задолженность.

Василевский не сдал еще зачета по спортиграм, боксу, методике, гигиене, политэкономии; Евстафьев по спортиграм, боксу, методике, гигиене, политэкономии, иностранному языку. Луговцев имеет задолженность по гимнастике, общей методике, гигиене и политэкономии; Добачевский — по боксу, политэкономии и гигиене. Пицхелаури, кроме спортигра, бокса, гигиены и методики, 2 года подряд не сдает зачет по иностранному языку. За Евдокимовым числится гимнастика, гигиена, бокс, методика; за Тейдер — гигиена, рукопашный бой, подвижные игры, политэкономия. Ермак не сдал зачетов по боксу, рукопашному бою и гигиене, Польшенко — по гигиене, рукопашному бою, спортиграм и политэкономии.

Мало вероятно можно считать, что им удастся успешно освободиться от этого «груза» и подготовиться к сдаче экзаменов.

Должны улучшить свое отношение к сдаче зачетов и экзаменов студенты Левин, Черепенин, Арлашин, Коровин, Аристов, Рейснер, Сорин, Колесников, Туманов, Псахис, Колесниченко, Абрамович, Федорова и Волбикова. У них с успеваемостью могло обстоять значительно лучше. Только слабая требовательность к себе, привели к тому, что и они имеют задолженность.

Основная часть студентов по-настоящему подходит к предстоящей зачетной сессии. По инициативе актива 7 группы многие взяли социалистические обязательства в честь XVIII партконференции. Есть все возможности и время образцово подготовиться к экзаменационной сессии и закончить 1-й семестр с высокими показателями.

А. ЯРЖОМБЕК.

На научной конференции

Традиционная ежегодная конференция подвела итоги научной деятельности ЛНИИФК за 1940 г. Конференция заслушала только часть наиболее интересных научно-исследовательских работ. Они показали явный рост научно-исследовательских кадров института, продемонстрировали ряд достижений в области развития теории и практики физкультуры и спорта.

В первый день были заслушаны доклады научных сотрудников сектора истории физкультуры С. Д. Синицына, Н. И. Торопова и кандидата педагогических наук доцента А. В. Грачева о национальных видах спорта и игр в Казахстане, Таджикистане и Узбекистане. Содержательные и интересные доклады, иллюстрированные выставками фотографий и кино, остро поставили вопрос о необходимости углубленного изучения национальных видов спорта и игр в национальных республиках с целью их обработки и включения в систему физического воспитания трудящихся этих национальностей, как средств массового привлечения к физическому воспитанию, оздоровлению и подготовке к труду и обороне.

Против ожидания, не возбуждая прений, прошли первые 2 доклада второго дня, связанные с комплексом ГТО. Оживленно провел свой доклад ст.

научный сотрудник С. В. Янанис «К вопросу о тренировке скорости в спорте». (См. статью т. Янанис на 2 стр.).

Доклад вызвал горячие прения аудитории.

Последующие доклады кандидатов педагогических наук доцентов Г. В. Васильева и заслуженного мастера спорта доцента Н. А. Панина о «Значении и характере «разминки» легкоатлета на соревнованиях» и «Оптимальных величин углов и динамики поворотов головы в фигурном катании на коньках» были достаточно обоснованы экспериментом и показательны.

Третий день начался докладом ст. научного сотрудника А. И. Кураченко: «Травматические повреждения костно-суставного аппарата у лыжников и пути к их устранению». Он еще раз мобилизовал внимание работников института на борьбу с травматизмом в спорте, который чаще всего является результатом неправильной методики обучения. Кандидат педагогических наук доцент Г. М. Краковяк сделал предварительное сообщение по еще незаконченной работе о физической подготовке танкистов. Кандидат педагогических наук ст. научный сотрудник В. Ф. Сорокин в своем докладе дал биомеханический анализ различных стилей ходьбы на лыжах, что является большим подспорьем в методике обучения лыжному делу. Последующее со-

общение кандидата медицинских наук доцента В. К. Добровольского продемонстрировало успехи теории и практики лечебной и физической культуры и ее применение при лечении военных травм.

Интересным было сообщение кандидата биологических наук Н. Н. Яковлева — «Потребность в витаминах при мышечной работе и значение их для эффективности тренировки мышц».

Последний день был полностью посвящен работам физиологической лаборатории профессора А. Н. Крестовникова. Доклад доктора медицинских наук профессора А. Н. Крестовникова «Роль проприоцептивной чувствительности при физических упражнениях» ясно показал, что выключение шейно-сухожильных рефлексов вызывает нарушение координации и ухудшение качества выполнения движений.

Кандидат биологических наук И. П. Байченко доложил об утомляемости участников и судей соревнований по фехтованию. Эта работа подкрепляет предположение, что состояние утомления зависит от нарушения функциональной деятельности центральной нервной системы. Исключительно четко, с глубоким знанием изучаемого вопроса, провел свой доклад научный сотрудник А. Н. Яроцкий. Его работа «О взаимоотношении между функцией преддверия и полукружных каналов» является частью цикла исследований по выяснению рациональной методики тренировки вестибулярного аппарата.

Кандидат медицинских наук Я. А. Эголинский в докладе «Возрастная утомчивость к недостатку кислорода» сообщил об интересных результатах исследования, обнаружившего, что дети от 12 до 16 лет способны переносить недостаток кислорода лучше, чем взрослые. Это выдвигает вопрос о возможности тренировки к повышению способности противостоять недостатку кислорода (высокогорная тренировка) с юношеского возраста.

Обстоятельный и интересный доклад кандидата биологических наук доцента Н. П. Тавадзерна: «Изучение биохимических процессов при физических напряжениях» показал, что выведение организмом через почки креатинина не одинаково при различных характерах мышечной работы (скоростная, на выносливость, статическая).

Научная конференция закончилась выступлением зам. директора ГОЛИФК И. М. Коряковского. На основе анализа докладов он отметил успешность научно-исследовательской работы в 1940 г., большой объем продукции, рост ее качества и выдвинул перед сотрудниками ЛНИИФК и ГОЛИФК ряд новых задач.

К недостаткам конференции можно отнести слабую посещаемость ее заседаний работниками руководящих физкультурных организаций Ленинграда, а также и студентами ГОЛИФК.

Н. ОВСЯНКИН.

На зачетах по биомеханике

Организация проведения зачетов по биомеханике в школе тренеров с самого начала отличалась рядом недостатков. Сроки по отделениям были назначены без учета загруженности студентов по работе и подготовке к другим зачетам. В результате большинство студентов не явилось в назначенный день. По истечении данных сроков студентам было предоставлено дополнительно 3 срока для сдачи, но картина мало изменилась. В первый из этих дней на зачет явились 2 студента, во второй — 16, в третий — 2. Оказывается, не все зависело от руководства школой тренеров. Сами студенты недостаточно серьезно подошли к экзамену.

В отделении плавания из 17 сдали зачет только 7 человек. На «отлично» сдал и показал умение разбираться в материале т. Дименков; трое сдали «на хорошо» и четверо — на «средственно». В отделении гимнастики из 26 сдали зачет 16. Глубокие знания и серьезное отношение к учебе показала т. Новгородцева, получившая отличную оценку. На «отлично» сдали также Харламова и Фатеев; хорошую оценку получили 4 человека, посредственную — 7 и плохую — 7.

Нечестно отнесся к зачету Левитский. При первой попытке, получив плохую оценку, он вступил в пререкания с преподавателем. Не подготовившись, он все же решил на обман и отправился в тот же день сдавать зачет к преподавателю т. Котельниковой. И снова провалился. Вообще он не имел права сдавать биомеханику, так как не сдал еще зачета по мышечной системе. «Примеру» Левитского последовал и Жуков. Он 2 раза пытался сдать зачет в один день двум преподавателям. Верцинская, Рубенс, Чубарь, Шарапова и Миленина не сдали зачета.

В отделении владения холодным оружием из 11 сдали 7 человек. Отличную оценку получил только т. Лысенко, хорошую — 4 человека, посредственную — 3. Не сдал Чухломин. В отделении легкой атлетики зачет сдали 7 человек из 11. Шаховцев получил высшую оценку; на «отлично» сдал также т. Яник. Из отделений лыж и спортигр ни один человек до сего времени не сдал зачета.

Как правило, студенты хорошо разбираются только в материале своей специальности, в остальном — чувствуются слабая заинтересованность, а зачастую и нежелание работать. Со стороны доцентуры были предоставлены все возможности для хорошей подготовки, организованы консультации и с отстающими проводились дополнительные занятия.

Зав. доцентурой Е. КОТИКОВА.

ПЕРЕДОВИКИ МОТОДЕЛА

Студенты IV и V курсов недавно сдавали экзамен на право вождения мотоцикла. Свидетельства Государственной автоинспекции получили 12 студентов I группы V курса и 8—2 группы. Из I и 4 групп IV курса сдали 9 человек. Таким образом 29 студентов-выпускников овладели мотоциклом и официально имеют право вождения.

Выдающиеся отличные знания на экзамене показали тт. Хавин, Курчавин, Голомазов (2 гр. V курса), а также 3. Иванова (1 гр. V курса).

30 студентов V курса еще не сдавали экзамена в Госавтоинспекции и будут подвергнуты проверке при кафедре военной подготовки в начале февраля. Зачет по мотоциклу для студентов IV курса распоряжением директора института перенесен на II семестр.

После прохождения специальной тренировки сдали экзамен на знание инструкторов практики езды на мотоцикле тт. Чудинов, Бекариков и Янковский.

М. ФОМИН.

ОБЪЯВЛЕНИЕ

В связи с подготовкой к выпуску книги о Герое Советского Союза Владимира Мягкова, издательство «Физкультура и спорт» обращается с просьбой ко всем сотрудникам и студентам института, знавшим т. Мягкова, прислать свои воспоминания по следующему адресу: Москва, Б. Черкасский пер., 13, редактор, т. Сожину.



В пути на лыжную базу.

ЧЕГО НЕДОСТАЕТ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ

«Работа над усовершенствованием воензированной основы советской физической культуры, над приведением ее содержания в соответствие с новыми требованиями боевой подготовки РККА и военного воспитания молодежи является неотложной боевой задачей, стоящей перед советским физкультурным движением, в том числе и перед институтами физической культуры». Естественно, что задача перестройки работы кафедр должна идти в направлении органической связи спортивной дисциплины с элементами военно-прикладных навыков.

В лыжном спорте, на основе овладения техникой скользящего шага и вообще лыжной техникой, прикладные и военно-прикладные навыки тесно сливаются с лыжным спортом. Любое перемещение на лыжах — прогулка, развозка почты, поездка в школу, спортивное соревнование, поход группы по определенному заданию, воензированной поход — везде мы видим ту же основную технику ходьбы на лыжах, которая может совершенствоваться в каждом отдельном случае. К лыжникам предъявляются только различные требования в отношении выносливости. Приобретение этого качества в трудных переходах лишь будет способствовать росту спортивных достижений.

Подобной связи, к сожалению, не видно в работе легкоатлетических секций. Даже государственная программа по легкой атлетике, предназначенная для спортивных секций, не считая элементов строевой подготовки, не отражает овладения военно-прикладными навыками. Воензация в легкой атлетике представлена введением в соревнования воензированных видов, которые имеют прикладной характер. Но ясно,

*) Е. Зеликсон. «Лесгафтовец» № 5.

Лучше работать над иностранным языком

Специфика изучения иностранного языка требует систематической самостоятельной работы. Без этого невозможны хорошие результаты. Но студенты, ссылаясь на свою занятость, недостаточно глубоко прорабатывают материал. В дальнейшем не ликвидируют задолженность и, не имея прочной основы, не могут освоить новые задания. Отсюда — отставание, отказ от сдачи зачета в установленный срок.

Закончившие недавно текущие зачеты по иностранным языкам показали, что студенты II курса недооценивают значения этой дисциплины. В течение семестра аккуратно посещали занятия главным образом сильные студенты, даже те, которые взяли уроки иностранного языка на свободное расписание. Это — тт. Малей, Гемже, Иванов, Ушенина, Переверза и др. Без особых трудностей они справились с заданиями и успешно сдали зачет. Отличное знание предмета показали тт. Безганц, Колычева, Соловова.

что эти элементы воензации изолированы и оторваны от так называемых «академических» видов легкой атлетики. Английская ходьба не связана с маршевым походом, спортивный бег отгораживается от бега патрулей и прочих прикладных видов бега. Это же можно сказать о прыжках и метаниях. Общее можно подметить только в воспитании выносливости.

В тренировке выносливости совсем не применяются военно-прикладные виды бега. Это, очевидно, происходит потому, что не установлено единство в элементах техники спортивных движений и военно-прикладных видов. Боязнь нарушить спортивную технику в тренировке на военно-прикладных видах отодвигает ценные военно-прикладные виды на второй план. На соревнованиях военно-прикладные виды совершенно не связаны со спортивной программой легкоатлетических выступлений. Составление военно-прикладных комплексов носит отпечаток надуманности и искусственности, часто более близких к гимнастике или рукопашному бою, чем к легкой атлетике.

Необходимо серьезно взяться за пересмотр вопроса о воензации легкой атлетики и найти звенья, которые должны органически связать спортивные элементы легкой атлетики с военно-прикладными. Основным звеном, скрепляющим легкую атлетику с военно-прикладными навыками, очевидно, должна стать изучение техники этих движений так же, как это имеет место в лыжном спорте.

Этим вопросом должны заняться не только кафедры легкой атлетики, наш научно-исследовательский институт, но и вся легкоатлетическая общественность.

М. ЛУКИН.

Овладевать основами марксизма-ленинизма

Успешное овладение основами марксизма-ленинизма — одна из важнейших обязанностей студента. Но несмотря на это, есть еще среди нас такие, которые недооценивают значение этой дисциплины, не систематически работают над собой, плохо готовятся к семинарам.

В 1-й группе II курса с начала года было заметно, что кое-кто не уделяет должного внимания изучению основ марксизма-ленинизма, по-казенному относится к лекциям, не занимается самостоятельно, дополняя лекционный материал новыми данными из рекомендованной литературы. Теперь положение значительно изменилось, выступления на семинарах отличаются продуманностью и ясностью. Все же иногда встречаются и такие случаи, что студенты вроде Григорьянц и др. не дорабатывают материал, а просто по-школьному заучивают тему. Трудность и непродуктивность такого метода, конечно, не дает нужных результатов. Не все еще уяснили себе, что систематическое конспектирование, краткие записи основных разделов лекций хорошо помогают в изучении темы. В дальнейшем этот материал можно использовать как ценное подспорье в подготовке к экзаменам. Многим из нас надо взять пример с тт. Тихоновой, Трофимовой и Сильверстовой. Они серьезно и настойчиво занимаются, их выступления на семинарах обнаруживают прочные и ясные, а не поверхностные знания.

Улучшение качества подготовки к семинарам заметно. Это значит, что мы можем хорошо подготовиться, усвоить объем материала и с высокой оценкой сдать предстоящий экзамен. Время еще есть, чтобы заняться и одолеть наиболее сложные разделы, повторить ряд тем и в соответствии с личным планом сдачи экзамена, параллельно уделить внимание другим дисциплинам.

А. КОРНЕЕНКО.

НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ КРУЖОК ПРИ КАФЕДРЕ СПОРТИГР

Студенческий научно-практический кружок, существующий при кафедре спортивных игр, имеет свою историю. Осенью 1933 г., когда еще не было кафедры спортивных игр, под руководством профессора Г. А. Дюперрона начала работать группа «выдвиженцев». Несколько человек изъявили желание заниматься изучением спортивных игр. В этой группе находился и автор заметки.

В 1935 г. после смерти проф. Дюперрона наша работа прекратилась. Только в 1938 г. при кафедре спортивных игр под руководством доцента Кашурова возник научный кружок. Начало работы обещало успех. В составе кружка оказался ряд способных студентов, например, П. Чумаков — теперь аспирант кафедры спортивных игр, В. Лапин — преподаватель кафедры спортивных игр и др. Работа одного из членов кружка — А. Томашевича о графической записи спортивных игр была напечатана в спортивной газете.

В прошлом году кружок не работал. И только теперь начинает вновь оживать. О желании заниматься в кружке заявил ряд студентов. Предполагается, что каждый член кружка изберет себе отдельную тему, выполнение которой поможет ему углубить теоретические знания и даст возможность познакомиться с методами научно-исследовательской работы. Для руководства и консультации к каждому будет прикреплен преподаватель кафедры. Так, например, я буду руководить работой бригады, приступившей к изучению методов графической записи игр.

В. БЕРЕЗИН,
кандидат педагогич. наук.

Ответственный редактор
П. П. ПИРГОВ.

M2687.

Заказ 558.

Ленинград — типография № 2.
Ленинград, Социалистическая, 14.

Л. БЕЛИНА, В. БАГЕНСКАЯ.