



150 лет со дня рождения  
Пьера де Кубертена

15 НОЯБРЯ 2013

№ 11 (1652)

газета издаётся с 1940 года

ISSN 2226-7441

# Лесгафтовец

Газета Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта



7 ноября в НГУ им. П.Ф. Лесгафта прошло заседание Совета ректоров вузов Санкт-Петербурга, подробности читайте на с. 2.

На фото: ректор Санкт-Петербургского национального исследовательского университета информационных технологий, механики и оптики, председатель Совета ректоров, профессор В.Н. Васильев вручает ректору НГУ им. П.Ф. Лесгафта, профессору В.А. Таймазову благодарственное письмо губернатора Санкт-Петербурга за активное участие и образцовую организацию проведения эстафеты огня Универсиады в Казани.

16+

## Новый импульс студенческому спорту

7 ноября в НГУ им. П.Ф. Лесгафта прошло заседание Совета ректоров вузов Санкт-Петербурга, в котором приняли участие вице-губернатор Санкт-Петербурга В.Н. Кичеджи и член Правительства Санкт-Петербурга, председатель комитета по физической культуре и спорту Ю.В. Авдеев.

Руководители обсудили вопросы развития студенческого спортивного движения в связи с подготовкой к

тематическому заседанию Государственного Совета в декабре 2013 года.

Ректор НГУ им. П.Ф. Лесгафта, профессор В.А. Таймазов в своём выступлении рассказал высокому собранию об истории университета, о выдающихся успехах российских и петербургских спортсменов на Универсиаде в Казани. Количество наград, полученных одними лишь студентами-лесгафтовцами, сопоставимо с наградами сборных, занявших

призовые места. Из Казани представители петербургских вузов привезли домой 80 медалей: 47 золотых, 22 серебряных и 11 бронзовых.

Студенческое спортивное движение в Петербурге набирает обороты: если в 2007 году в международных соревнованиях принимали участие около 6 тыс. студентов, то в этом году число юных спортсменов возросло до 15,5 тыс. По словам вице-губернатора Санкт-Петербурга В.Н. Кичеджи, нет сомнений в том, что в ближайшие годы число участников студенческого спортивного движения в Петербурге возрастет до 80% от общего числа учащихся. Успешные результаты наших ребят доказывают, что у Санкт-Петербурга есть большой потенциал для развития студенческого спорта.

В этом году было принято важное решение губернатора Санкт-Петербурга Георгия Полтавченко о премировании участников Универсиады и, что очень важно, тренеров нашей команды.

В ходе собрания обсудили проблемы, с которыми сталкиваются спортсмены. Так, ректор Санкт-Петербургского национального исследовательского университета информационных технологий, механики и оптики, председатель Совета ректоров, профессор В.Н. Васильев предложил скорректировать время проведения вузовских чемпионатов по мини-футболу.

В прениях выступили В.Я. Ходырев, А.Ф. Пшеничников и другие участники Совета.

Вручены награды вузам-победителям студенческой спартакиады. Наш университет поощрён благодарственным письмом губернатора Санкт-Петербурга за активное участие и образцовую организацию проведения эстафеты огня Универсиады в Казани.

**Павел ЦЫПЛЁНКОВ**



## Олимпиада — это победа!

**П**риближаются Зимние Олимпийские игры в Сочи. Многим знаменитым жителям Санкт-Петербурга досталась честь участвовать в эстафете Олимпийского огня, в том числе ректору НГУ им. П.Ф. Лесгафта, профессору В.А. Таймазову, проректору по спортивной работе нашего университета Л.И. Егоровой. О подготовке к сочинским Играм прославленная спортсменка и общественный деятель рассказала газете «Петербургский дневник». Часть этого интервью мы публикуем в нашей газете.

**- Любовь Ивановна, вы вместе с губернатором Санкт-Петербурга Георгием Полтавченко зажгли олимпийскую чашу на Дворцовой площади. Что это значит для Вас?**

Л.Е. Это событие очень важно для меня. Я прошла три больших олимпийских цикла, участвовала во многих эстафетах, часто именно на последнем, решающем этапе. И как спортсменка, завоевавшая шесть золотых олимпийских медалей, могу признаться, что это очень ответственно. Нужно не только не подвести своих товарищей, которые бежали передо мной, но и показать всю мощь и красоту нашего города. И то, что для окончания последнего этапа была выбрана именно Дворцовая площадь — самое сердце Санкт-Петербурга — особенно волнующе и ответственно. Я очень горда этим.

Когда я была действующей спортсменкой, мне не приходилось быть факелоносцем. И дело не в том, что мы как спортсмены не имеем на это права. Просто главное для нас — это соревнования, к которым мы должны готовиться. А для того, чтобы пронести факел, есть немало других уважаемых людей, которые достойны представлять всю нашу страну.

**- Вы, пожалуй, самая знаменитая и титулованная спортсменка в нашем городе. А что вам самой особенно запомнилось в соревнованиях? Какие трудности приходилось преодолевать?**

Л.Е. Попасть на Олимпийские игры — это уже большое счастье. К этому стремятся все спортсмены. Поэтому, когда попадаешь в сборную команду, и особенно когда завоёвываешь медали, становишься самым счастливым человеком в мире. Правда, это приходит потом, со временем. А вначале, в процессе борьбы и накала страстей, ты просто выполняешь свою работу, которую делал на протяжении многих лет. Особенно запоминаются победы в том случае, если ты на них не рассчитывал, не ожидал, что на данный момент станешь самым сильным человеком в своём виде спорта в мире.



**- Сегодня некоторые говорят о том, что Олимпийские игры не нужны, что они стоят больших денег. Вы можете возразить?**

Л.Е. Я думаю, что таких людей очень немного. Подготовка к Олимпиаде — действительно трудоёмкий и длительный процесс. Но могу сказать, что для нашей страны — это огромный плюс. Прежде всего, это создание большой хорошо развитой инфраструктуры, которая остаётся в Сочи, в Краснодарском крае. Это новые прекрасные спортивные комплексы. Это то количество туристов, которые приедут на саму Олимпиаду, а потом будут приезжать на эти спортивные объекты. Все страны борются за право проведения у себя Олимпийских игр, а победили в этой трудной борьбе именно мы. И мы должны гордиться тем, что впервые у нас в стране пройдут зимние Олимпийские игры.

**- Наверное, эта Олимпиада будет иметь огромное воспитательное значение для подрастающего поколения, для развития спорта в целом.**

Л.Е. С этой точки зрения её значение переоценить невозможно. В последнее время развитию детского и юношеского спорта уделяется огромное внимание. Мы говорим о том, что если человек с ранних лет будет заниматься спортом, для него откроются все двери. В жизни нет ничего невозможного.

Все большие спортсмены, которые прошли не через одно испытание, пережили много трудностей, знают, как важно зажечь в сердце ту маленькую искорку, из которой потом разгорится пламя. И тот олимпийский огонь, эстафета которого прошла недавно у нас в городе, обязательно потом воплотится в золотые, серебряные и бронзовые медали.

**- А каков вклад нашего города в Олимпиаду?**

Л.Е. Главный вклад Санкт-Петербурга — это спортсмены, которые будут принимать участие в этих Олимпийских играх, пред-

ставлять сборную команду страны в разных видах спорта. Это также проектировщики и строители, которые возводят спортивные комплексы и объекты инфраструктуры. Это волонтеры, которые будут участвовать непосредственно в Играх.

Сегодня мы частенько говорим о том, что многие спортсмены уезжают за рубеж и там готовятся к выступлениям. То есть получается, мы пополняем казну других стран. Но для того чтобы пополнять наш бюджет, должны строиться большие современные объекты у нас в стране. Их надо заполнить, им надо работать. Это большой плюс как для Краснодарского края, так и для всей страны — пополнение её бюджета.

Автор: **Марина Алексеева**,  
«Петербургский дневник»,  
№ 210, 2013.

Фото с сайта НГУ им. П.Ф. Лесгафта

## «В пятьдесят лет жизнь только начинается!»

В таком знаковом вузе как НГУ им. П.Ф. Лесгафта практически все учебные подразделения изучают целенаправленную двигательную активность человека. Но есть одна кафедра, для которой закономерности движений человека являются и основой преподавания, и предметом научных изысканий – это кафедра биомеханики.

В этом году кафедре исполняется 50 лет, причём изыскания в области биомеханики проводились в нашем вузе практически с момента его основания, задолго до основания нашей кафедры.

Петр Францевич Лесгафт понимал, что функции живого организма, каким является организм человека, невозможно изучать односторонне. Он писал: «Описательный анатом знает только мёртвый материал. Механику недостаточно известен ни живой, ни мёртвый механизм, чтобы правильно уяснить существующие при этом отношения и структуры. Физиолог будет исследовать функцию живого организма только путём экспериментов. Любое одностороннее исследование, проведённое только с помощью одного метода, недостаточно объективно, чтобы исчерпать гармонические проявления жизни». Именно поэтому, разрабатывая теоретические основы анатомии, П.Ф. Лесгафт привлекал большой фактический материал, который затем лёг в основу других наук, в частности, биомеханики.

В своем труде «Основы теоретической анатомии» П.Ф. Лесгафт (1905) рассмотрел ряд вопросов, которые в настоящее время составляют направления исследований в биомеханике: механические характеристики биологических тканей (костной, соединительнотканной и мышечной); особенности строения и соединения костей в зависимости от действующих на них сил; особенности функционирования перистых мышц; морфометрические характеристики мышц (длина волокна, площадь поверхности опоры, расстояние от места прикрепления мышцы до оси вращения в зависимости от противодействия внешним силам и функции в организме). На основе анализа морфометрических характеристик мышц П.Ф. Лесгафт предложил новую классификацию скелетных мышц (мышцы сильные и мышцы ловкие). Помимо этого П.Ф. Лесгафтом был разработан новый учебный предмет «Теория телесных движений», который затем был преобразован в биомеханику физических упражнений. Следует отметить, что термин «биомеханика» в научных статьях стал использоваться в конце XIX века, но широкое распространение этот термин получил в начале XX века после фундаментальных исследований Н.А. Бернштейна.

После смерти П.Ф. Лесгафта в 1909 году его ученица Анна Адамовна Красуская

(впоследствии за большие научные достижения ей было присвоено звание «Герой Труда») возглавила кафедру анатомии. Совместно со своей ученицей Еленой Агеевой Котиковой она продолжила исследования П.Ф. Лесгафта в области биомеханики. С позиций биомеханики изучался механизм дыхания при выполнении физических упражнений. Следует отметить, что до настоящего времени при выполнении практических работ по курсу биомеханики студенты выполняют биомеханический анализ статических положений с точки зрения обеспечения механизма дыхания.

Постепенно научные исследования в области биомеханики значительно расширились, и на кафедре анатомии в середине 30-х годов была образована доцентура по направлению «Биомеханика». Помимо Е.А. Котиковой научные исследования стали проводить Елена Григорьевна Котельникова, Иван Михайлович Коряковский, Дмитрий Артемьевич Семёнов. Биомеханическому анализу были подвергнуты многие физические упражнения, в том числе спортивные движения. Результатом проведённых исследований стало опубликованное в 1939 году первое в СССР учебное пособие «Биомеханика физических упражнений».

После войны исследования по биомеханике физических упражнений были продолжены. Этими исследованиями руководил заведующий кафедрой физиологии Евграф Константинович Жуков. Выдающийся советский физиолог, он имел разнообразные научные интересы. Направлениями его исследований были: физиология и биохимия скелетных мышц, мышечный тонус, биомеханика двигательной деятельности, эволюция мышечной системы. С помощью киноанализа и электромиографической методики он и его ученики изучали координационную структуру многих физических упражнений. Результаты этих исследований нашли своё отражение в учебнике «Биомеханика физических упражнений» (1963).

Примечательно, что первая в СССР кафедра биомеханики была образована в ГДОИФК имени П.Ф. Лесгафта в 1963 году. Её заведующим стал кандидат физико-математических наук, профессор Валентин Александрович Петров.

Под его руководством были разработаны программы обучения и учебные пособия по дисциплинам: «Математика», «Механика спортивных движений», «Статистика», «Приборы и методы исследований спортивных движений». В.А. Петров создал лабораторию, в которой разрабатывались новые научные методики для проведения занятий по биомеханике и спортивной метрологии. В 1974 году совместно со своим учеником Юрием Александровичем Гагиным он под-

готовил учебник по механике физических упражнений.

После провального (естественно, по меркам того времени) выступления советской команды на играх XIX Олимпиады в Мехико (Мексика, 1968 г.) стало понятно, что готовить спортсменов по старинке уже нельзя. Было принято государственное решение о приоритетном научном обосновании всех сторон тренировочного процесса. Начался, образно говоря, «золотой век» отечественной спортивной науки.

В это время (начиная с 1973 года) кафедрой биомеханики руководил доктор биологических и доктор педагогических наук, профессор Игорь Михайлович Козлов. Он закончил биолого-почвенный факультет Ленинградского государственного университета и под руководством Е.К. Жукова начал исследования спортивных движений. Будучи учеником выдающегося тренера Виктора Ильича Алексева, сам очень хороший спринтер, И.М. Козлов одним из первых использовал электромиографическую методику для изучения спортивных движений. Благодаря своей целеустремлённости И.М. Козлов сумел создать на кафедре биомеханики крупный научный центр, оснащённый современными научными методиками.

Одновременно И.М. Козлов активно сотрудничал с лабораторией спортивной радиоэлектроники Ленинградского электротехнического института (руководитель – профессор Юрий Дмитриевич Ульяницкий). Это сотрудничество позволило молодым аспирантам кафедры биомеханики принимать активное участие в научных конференциях и экспериментах, проводимых в лаборатории спортивной радиоэлектроники.

Однако было понятно, что полученные экспериментальные материалы должны быть внедрены в учебно-тренировочный процесс спортсменов. И тогда началось сотрудничество кафедры биомеханики и лаборатории спортивной радиоэлектроники со Школой высшего спортивного мастерства им. В.И. Алексева. В ШВСМ им. В.И. Алексева была создана научная лаборатория, задача которой состояла в обеспечении комплексного контроля тренировочного процесса.

Благодаря созданию научной лаборатории при ШВСМ им. В.И. Алексева были проведены многочисленные научные исследования. В частности, выполнены диссертационные исследования В.М. Борисова, Н.А. Дьяченко, В.П. Муравьёва, Д.В. Незнамова, Ю.Б. Никифорова, В.Г. Соколова, А.В. Самсоновой, С.В. Серова, Л.Л. Ципина «Специальные упражнения сопряженного воздействия как средство тренировки бегунов на средние дистанции в подготовительном периоде» и др.

В результате сотрудничества кафедры биомеханики, лаборатории спортивной радиоэлектроники ЛЭТИ им. В.И. Ульянова (Ленина) и ШВСМ им. В.И. Алексеева ученики И.М. Козлова и Ю.Д. Ульяницкого смогли успешно защитить более 40 кандидатских и 6 докторских диссертаций, а И.М. Козлов — опубликовать более 10 монографий и 200 статей, в том числе и в зарубежных изданиях. В 1984 году под руководством И.М. Козлова был издан практикум по биомеханике. В своей монографии «Биомеханические факторы организации движений» (1998) И.М. Козлов обобщил результаты проведённых исследований и рассмотрел периферические механизмы организации движений на основе детального анализа морфометрических и электромиографических характеристик мышц.

В конце XX века И.М. Козлов и его ученики (Н.А. Орлова, В. Сепсяков) стали активно разрабатывать вопросы сенсомоторной структуры двигательных действий. Результаты этого исследования отражены в монографии Н.А. Орловой «Биомеханическая характеристика физической и технической подготовки в легкоатлетической школе В.И. Алексеева» (2007).

В это время страна переживала нелёгкие времена. Это сказалось на оснащении кафедры научными методиками. В то время как все зарубежные биомеханические научные исследования проводились с использованием персональных компьютеров, в нашей стране продолжали выполнять вычисления, как правило, на программируемых микрокалькуляторах («Электроника БЗ-34»). В эти сложные времена практически без аппаратных методик И.М. Козлову удалось доказать, что программа двигательной деятельности во многом зависит от ряда биомеханических факторов, например, от степени устойчивости человека. В настоящее время эти исследования продолжены учеником Л.Л. Ципина М.А. Самсоновым, который изучает влияние степени устойчивости стартового положения спринтера на эффективность выполнения низкого старта и стартового разгона.

И.М. Козлов продолжает активно сотрудничать с Институтом физической культуры и дзюдо (г. Майкоп). Сотрудниками и аспирантами этого вуза под его руководством защищено более десятка кандидатских и докторских диссертаций.

Со дня основания кафедры профессором, доктором биологических наук Галиной Павловной Ивановой и её учениками активно развивается научное направление, связанное с биомеханикой ударных движений и эргономикой. Под руководством Г.П. Ивановой защищено 13 кандидатских диссертаций. Среди её учеников не только представители России, но и других стран: Туниса (Шекиб Жемай), Китая (Чжан Сяо Цюань). В настоящее время вышли в свет учебные пособия: «Биомеханика соударения», «Био-

механика тенниса», монография «Воспитать чемпиона», главы в монографии: «The Biomechanics of the Complex Coordinated Store», глава «Современный теннис: биомеханика, эргономика, техника игры» в энциклопедии «Наука о спорте».

Начало нового тысячелетия ознаменовалось ещё большей экспансией новейших технических средств в научные изыскания в области спорта. Однако наше отставание от зарубежных учёных в области аппаратного обеспечения стало постепенно сокращаться. Это произошло во многом благодаря существенной поддержке кафедры ректором НГУ им. П.Ф. Лесгафта профессором В.А. Таймазовым. С 2002 года по настоящее время кафедра биомеханики приобретает необходимое научное оборудование, без которого проведение актуальных научных исследований было бы просто невозможно. Помимо этого, в 2012 году В.А. Таймазов помог ввести в учебный процесс кафедры биомеханики новую учебную аудиторию, оснащённую современными силовыми тренажёрами, в которой студенты изучают курс «Тренажёры в спорте», а аспиранты проводят научные исследования.

Всё это позволило кафедре в качестве приоритетной задачи избрать выполнение исследований, позволяющих ей выйти в лидеры в России и затем — в мире. Задача постепенно выполняется. Однако уровень мировых исследований в любой отрасли научных исследований сегодня настолько высок, что добиться признания можно только постоянной работой в одном и том же направлении в течение нескольких десятилетий при условии применения самого современного научного оборудования.

Биомеханика силовых упражнений и биомеханика силовых способностей — одно из научных направлений, активно развиваемое на кафедре биомеханики. Руководит работой этого направления заведующая кафедрой биомеханики (начиная с 2002 года), доктор педагогических наук, профессор Алла Владимировна Самсонова. В рамках этой тематики в настоящее время активно работает целый ряд преподавателей и аспирантов кафедры: профессор Нина Борисовна Кичайкина и её ученик, аспирант кафедры биомеханики Г. А. Самсонов, доцент М. А. Борисевич, аспирант А. В. Вахнин, доцент И.Э. Барникова и ст. преп. В.В. Азанчевский. В 2012 году ученицей А.В. Самсоновой Е.А. Косьминой успешно защищена диссертация на тему «Развитие силовых способностей юношей методами «до отказа» и субмаксимальных усилий на начальном этапе занятий атлетизмом».

Руководит направлением, связанным с использованием силовых упражнений, выполняемых на тренажёрах, профессор кафедры, кандидат педагогических наук Николай Андреевич Дьяченко. В 2012 году успешно защитил кандидатскую диссертацию ученик Н.А. Дьяченко Лайоза Эстебан

Ленин «Коррекция техники выполнения рывка штанги у тяжелоатлетов высокой квалификации на основе биомеханического анализа компенсируемых ошибок». В настоящее время под руководством профессора Н.А. Дьяченко исследования по использованию тренажёрных устройств в гребле занимается аспирант Т.М. Замотин.

Биомеханикой оздоровительных упражнений занимается профессор кафедры Леонид Львович Ципин и его ученики Н.С. Беляев и Ф.Е. Захаров. В настоящее время Л.Л. Ципиным опубликован ряд учебных пособий и монографий по этой тематике, среди которых: «Физическая культура с основами биомеханики оздоровительных упражнений», «Научно-методические основы занятий студентов оздоровительными физическими упражнениями».

Помимо «чистой» биомеханики на кафедре проводятся серьёзные научные изыскания в области спортивной метрологии (доценты Александр Григорьевич Биленко и Лев Павлович Говорков), наукометрии (профессор Сергей Александрович Пронин), дистанционного обучения (доцент Павел Георгиевич Бордовский).

Высокий градус научной активности кафедры проявляется в значительном количестве опубликованных в последние годы работ. Изданы учебно-методические пособия «Биомеханика», «Биомеханика мышц», «Основы измерений в биомеханике физических упражнений. Теоретический курс», «Измерения в биомеханике физических упражнений». Опубликована глава «Морфобиомеханические предпосылки индивидуализации занятий оздоровительными физическими упражнениями» в коллективной монографии «Здоровье как национальное достояние». Вышла в свет монография А.В. Самсоновой «Гипертрофия скелетных мышц человека», в которой освещаются вопросы увеличения массы скелетных мышц и развития силовых способностей. Также в содружестве с РГУФКСМУ опубликован учебник «Биомеханика двигательной деятельности». Фундаментальная библиография «Двадцатый век российской науки о физической культуре и спорте» подготовлена С.А. Прониным.

С 2007 года на кафедре биомеханики стал выходить ежегодник «Труды кафедры биомеханики университета П.Ф. Лесгафта». В этом сборнике имеют возможность опубликовать свои последние результаты не только сотрудники кафедры, но и дружественные кафедры.

В заключение, перефразируя фразу героини фильма «Москва слезам не верит», следует сказать, что «в пятьдесят лет жизнь только начинается!» Кафедра биомеханики движется вперёд. И движется не по инерции, а набирая скорость.

**Алла САМСОНОВА,**  
зав. кафедрой биомеханики, профессор  
**Сергей ПРОНИН,** профессор

## Три награды нашей лучницы

С 12 по 22 октября в городе Вуси (Китай) проходило первенство мира (World Archery Youth Championships) среди спортсменов до 20 лет.

Студентка 1 курса кафедры ТиМ ННВС Александра Савенкова (специализация — стрельба из лука) выиграла две золотые и одну серебряную награды: 1 место в личном зачёте; 1 место в командном зачёте, микс-команда (юноша, девушка); 2 место в командном зачёте (женская команда).



Коллектив кафедры биомеханики

## Газета «Мы» — победитель конкурса молодёжных СМИ «СеЗаМ-2013»

Учебная газета «Мы», выпускаемая студентами кафедры связей с общественностью социально-гуманитарного факультета, стала победителем конкурса молодёжных и студенческих СМИ, организованного в рамках XI Форума СМИ Северо-Запада «СеЗаМ-2013».

«СеЗаМ» — ежегодный профессиональный конкурс для журналистов Северо-Западного региона России. Организатор конкурса — Ассоциация средств массовой информации Северо-Запада (<http://www.asmi-sz.ru>). В творческом состязании вместе с журналистами Санкт-Петербурга принимают участие десятки представителей региональных СМИ от Калининграда до Вологодской области и Республики Коми. Председателем общественного жюри в этом году стал директор Государственного Эрмитажа М.Б. Пиотровский, а председателем профессионального жюри — крупнейший деятель советского и российского телевидения, президент Национальной ассоциации телерадиовещателей Э.М. Сагалаев. Наряду с дипломами и наградами Ассоциации журналистам вручаются призы от губернаторов Санкт-Петербурга и Ленинградской области, а также специальный приз от Полномочного представителя Президента РФ в Северо-Западном федеральном округе.

Конкурс молодёжных и студенческих СМИ в рамках Форума проводился впервые.

Подведение итогов состоялось 22 октября в помещении новой сцены Александринского театра. Редакция газеты «Мы» удостоена диплома I степени в номинации «Дизайн».



## Молодым везде у нас дорога!

**Н**оябрь в глобальном масштабе – месяц молодёжи. Мировое сообщество установило в ноябре сразу несколько молодёжных праздников.

Так, 10 ноября отмечается Международный день молодёжи, принятый Генеральной Ассамблеей ООН 17 декабря 1999 года по предложению Всемирной конференции министров по делам молодёжи. Ассамблея рекомендовала проводить пропагандистские мероприятия в поддержку Международного дня для повышения информированности о Всемирной программе действий, касающейся молодёжи, принятой в 1995 году. Руководство нашей страны неоднократно постулировало, что только молодёжи под силу поднять экономику России на новый качественный уровень, внедряя передовое инновационное оборудование, повышая производительность и эффективность производства. В России для этих целей разработаны специальные социальные программы. Планово и постоянно осуществляется молодёжная политика, в том числе направленная и на поддержку молодых семей. Фестивалем молодости, силы и спортивных умений станут Олимпийские игры в Сочи, которые, несомненно, обеспечат общий подъём и развитие молодёжного движения в нашей стране.

17 ноября празднуют Международный день студентов. Не путайте его с Татьяниним днем 25 января – праздником российского студенчества. День международной солидарности студентов был учрежден в 1941 году в Лондоне на

встрече европейских студентов, боровшихся против фашизма, в честь студентов Чехословакии – героев Сопrotивления. 17 ноября 1939 года немецкие оккупанты рано утром окружили студенческие общежития в Праге. Более 1200 студентов были арестованы и заключены в концлагерь. Девятерых активистов студенческого движения казнили в тюремных застенках. Спустя годы Международный день студента изменил свои интонации, это уже не день скорби или протеста. Студенты всех факультетов в этот день традиционно веселятся на полную катушку, забыв о предстоящей сессии, зачётах и «хвостах». А в учебных заведениях в честь этой даты проводятся игры КВН, концерты и другие праздничные мероприятия.

С 1954 года 20 ноября по рекомендации Генеральной Ассамблеи ООН называют «Всемирным днем ребёнка». Во всех странах обсуждают и подводят итоги деятельности, направленной на обеспечение благополучия детей во всём мире. В этот день в 1959 году была принята «Декларация прав ребёнка», а в 1989 году «Конвенция прав ребёнка». Вероятно, в нынешних вузовских программах уделено место изучению этих документов? Усилия международного сообщества направлены на защиту прав детей-сирот, детей, потерявших родителей. Различные фирмы и организации проводят в День ребёнка благотворительные акции. Часть выручки этого дня отдают в детские фонды, больницы, детские дома. За прилавки ресторанов, например, в этот день во всём мире встают популярные артисты, журналисты, политики, спортсмены.

Представляется, что не должна молодёжь забывать также и о том, что именно в ноябре на нашей планете возник самый молодой и прогрессивный общественный строй – социализм. 7 ноября 1917 года большевики взяли власть в столице Российской Империи Петрограде, и начался отсчёт новой исторической эпохи в развитии человечества. Социалистическое государство просуществовало в России более 70 лет. За эти годы аграрная страна превратилась в могучую индустриальную державу, страну Советов, в которой каждый молодой человек имел возможность бесплатно получить высшее образование. Советский человек одолел фашизм, первым вышел в космос, восхищал современников своими выдающимися достижениями в искусстве и спорте. Советский период истории нашей родины даёт примеры не только побед, но и трагических ошибок, заблуждений, гонений. Молодым людям следовало бы учесть опыт отцов и дедов, чтобы не допускать подобных просчётов, когда придёт их черед руководить отделом, предприятием, управлять муниципалитетом или всей страной. Это время обязательно наступит, и вы, сегодняшние юноши и девушки, с удивлением обнаружите, что в ваших руках не айнады с конспектами и игрушками, а кормило власти над трудовым коллективом, спортивным клубом, редакцией газеты, заводом, городом. И потому мы уже сегодня поздравляем всех вас, будущих наших лидеров, с молодёжными праздниками ноября.

**Павел ВАДИМОВ**

### Юбиляры:

- 2 ноября – **Сергей Алексеевич Маринов**, доцент кафедры биомеханики.
- 6 ноября – **Алла Борисовна Кочина**, вахтёр учебного корпуса № 2.
- 12 ноября – **Татьяна Николаевна Вагушева**, ст. преподаватель кафедры ТИМ конькобежного спорта.
- 13 ноября – **Юрий Иннокентьевич Попов**, доцент кафедры гражданской защиты.
- 15 ноября – **Галина Ивановна Куликова**, специалист по УМР факультета подготовки научно-педагогических работников.
- 22 ноября – **Ирина Геннадьевна Терентьева**, доцент кафедры современных технологий АФК.
- 22 ноября – **Анатолий Иванович Горюнов**, доцент кафедры ТИМ бокса.
- 23 ноября – **Эмилия Георгиевна Путятова**, профессор кафедры социальных технологий.
- 27 ноября – **Зулуйха Закирзяновна Быкова**, уборщица корпуса № 1.

### Дни рождения:

- 1 ноября – **Ольга Анатольевна Двейрина**, декан факультета довузовской подготовки.
- 2 ноября – **Александр Иванович Волков**, директор Института экономики и социальных технологий.
- 16 ноября – **Александр Александрович Никитин**, заведующий кафедрой ННВС.
- 17 ноября – **Юрий Владимирович Шулико**, зав. кафедрой МФОРИТ.
- 23 ноября – **Алла Владимировна Самсонова**, зав. кафедрой биомеханики.

Наши поздравления



*Коллектив  
университета  
сердечно поздравляет  
именинников и  
юбиляров и желает  
крепкого здоровья,  
благополучия и  
исполнения всего  
задуманного!*

**КОРОТКОЙ СТРОКОЙ****ТУРНИР МАСТЕРОВ И ВЕТЕРАНОВ ДЗЮДО**

2 ноября в Школе высшего спортивного мастерства на Каменном острове прошёл международный турнир по дзюдо, в котором приняли участие ветераны и мастера этого вида борьбы из России и Белоруссии. На фотографии организаторы мероприятия:

В.И. Дейч (главный судья соревнования), президент Ассоциации ветеранов дзюдо Санкт-Петербурга Ю.Н. Труфанов, А.В. Быстров, профессора НГУ им. П.Ф. Лесгафта А.Г. Левицкий и В.П. Липовка, вице-президент Ассоциации ветеранов дзюдо Санкт-Петербурга А.В. Уханов, Генеральный консул Японии в Санкт-Петербурге, господин Ёсихиро Ямамура.

Соб. инф.

**ИЗОБРАЗИЛИ ЛОГОТИП**

19 октября 2013 года проходила городская акция «Город ждёт перемен». Актив ППОСиА НГУ им. П.Ф. Лесгафта и Студенческого совета – студенты 1 курса Валентина Урвачёва, Даниил Горев, Ирина Соловьёва, Ася Губаненкова, Наталия Кечик приняли участие в этой акции от нашего вуза. Мероприятие проходило в саду усадьбы Юсуповых. Ребята на специальной стене изобразили спортсменов и нарисовали логотип НГУ им. П.Ф. Лесгафта. Несмотря на капризы погоды, было очень весело и приятно осознавать, что мы участвуем в преобразении нашего города!

Студ. совет

**ЕДИНОБОРЦЫ БОРЮТСЯ ЗА ЧИСТОТУ**

Осенний месячник по благоустройству города прошёл 19 октября в Писаревском саду. Инициатором подготов-

ки территории к зимнему периоду стал факультет единоборств НГУ им. П.Ф. Лесгафта. Проявив добровольный энтузиазм, студенты кафедры ТиМ атлетизма в количестве 25 человек приняли активное участие в традиционном мероприятии и внесли свой вклад в чистоту и ухоженность любимого города.

Все студенты 111 гр. своевременно получили необходимый инвентарь от зав. хозяйственной частью университета О.Н. Сорокиной. В сложных погодных условиях, так как моросил дождь, А.А. Алексеев личным примером показал, как нужно поднимать настроение и создавать энтузиазм в процессе работы, как решать поставленные задачи.

Участники благородного труда не только внесли свой вклад в благоустройство Писаревского сада, но интересно и весело провели личное время.

**Дмитрий ДАЛЬСКИЙ,**  
старший преподаватель кафедры  
ТиМ атлетизма



## Олимпийское образование в формировании ценностных ориентаций и идеалов общества

К 150-летию со дня рождения Пьера де Кубертена

**О**лимпийское образование, целью которого является приобщение детей и молодёжи к идеалам и ценностям олимпизма, занимает всё более важное место в формировании социальных ценностей общества. Во многих странах реализуются программы олимпийского образования для школьников, студентов, других групп детей и молодёжи. В 1994 году при поддержке президента МОК создан руководящий комитет проекта всемирной кампании «Национальные олимпийские комитеты в действии: продвижение олимпийских идеалов через образование».

Приобщение детей и молодёжи к идеалам Олимпизма, которые ориентированы на общечеловеческие, гуманистические духовно-моральные ценности, связанные со спортом, особенно важно в современных условиях жизни. В современном обществе у молодёжи наблюдается снижение ценностных ориентаций, некое безразличие к духовным ценностям человека. Приобщение подрастающего поколения к идеалам и ценностям олимпизма, начиная со школьной скамьи, — важная задача олимпийского образования.

В настоящее время существует достаточное количество исследований, посвящённых проблеме ценностных

ориентаций. Под ценностными ориентациями понимается отражение в сознании человека ценностей, признаваемых им в качестве стратегических жизненных целей и общих мировоззренческих ориентиров. Развитие ценностных ориентаций молодёжи идёт по двум направлениям. Первое направление — это направление духовности, которое характеризуется господством нравственных установок, гуманизма и человеколюбия. Второе направление — это направление, которое характерно для последних десятилетий, нацеленное на индивидуализм, на приоритет материального над духовным. У определённой части современной молодёжи снижаются культурные запросы, наблюдается кризис идеалов и утрата духовных ориентиров. Жизненные ожидания молодёжи базируются на индивидуальных ценностях. Поэтому настоятельной необходимостью сегодня является формирование системы воспитания социализации молодёжи.

Олимпийское образование способно формировать идеалы и ценности современного человека. Перечислим основные философские идеи олимпизма и олимпийского образования:

– идея мира, мирного сосуществования социальных систем, государств и народов, в которой олимпизм высту-

пает как системообразующий фактор, а олимпийское образование — как средство воспитания молодёжи в духе мира;

– идея общечеловеческой ценности, основывающаяся на интернационализме, интерсоциальном воспитании;

– идея гуманистического, всестороннего развития личности, базой реализации которой являются олимпийское образование молодёжи, олимпийская субкультура;

– идея приоритета этических ценностей, исходя из философии Fair Play.

НГУ им. П.Ф. Лесгафта не остаётся в стороне и вносит немалый вклад в развитие олимпийского образования. 2013 год в университете объявлен годом Пьера де Кубертена, наш университет принимал участие в эстафете олимпийского огня Универсиады в Казани, студенты университета становятся победителями крупнейших соревнований, представители нашего университета принимают участие в ежегодной Олимпийской сессии в Москве, публикуют научные и публицистические публикации и др. Всё это способствует объединению спорта и культуры, гуманизации современного общества.

**Иван КРУГЛИК,**

председатель СНО кафедры ТимФК

**Юрий КУРАМШИН,**

заведующий кафедрой ТимФК

### Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «НАЦИОНАЛЬНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ

имени П.Ф. ЛЕСГАФТА, САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»

16 января 2014 года ОБЪЯВЛЯЕТ ВЫБОРЫ НА ЗАМЕЩЕНИЕ ДОЛЖНОСТИ  
**ЗАВЕДУЮЩЕГО КАФЕДРОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ**

**Требования к кандидатам:** высшее профессиональное образование, наличие учёной степени и учёного звания, стаж научно-педагогической работы или работы в организациях по направлению профессиональной деятельности, соответствующей деятельности кафедры, не менее 5 лет, курсы повышения квалификации за последние 5 лет.

С 15 ноября по 14 декабря 2013 года  
ОБЪЯВЛЯЕТ КОНКУРС НА ЗАМЕЩЕНИЕ  
ДОЛЖНОСТЕЙ

**ПРОФЕССОРОВ ПО КАФЕДРЕ:**

**Теории и методики лёгкой атлетики (1 чел. — 1 ст.)**

**Физической реабилитации (1 чел. — 0,5 ст.)**

**Требования к кандидатам:** высшее профессиональное образование, учёная степень

доктора наук и стаж научно-педагогической работы не менее 5 лет или учёное звание профессора, курсы повышения квалификации за последние 5 лет.

**ДОЦЕНТОВ ПО КАФЕДРЕ:**

**Теории и методики конькобежного спорта и фигурного катания (2 чел. по 1 ст.)**

**Теории и методики футбола (1 чел. — 1 ст.)**

**Требования к кандидатам:** высшее профессиональное образование, учёная степень кандидата (доктора) наук и научно-педагогический стаж не менее 3 лет или учёное звание доцента (старшего научного сотрудника), курсы повышения квалификации за последние 5 лет.

**СТАРШИХ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ПО КАФЕДРЕ:**

**Теории и методики гребного спорта (2 чел. по 0,5 ст.)**

**Экономики спорта и финансов (1 чел. — 0,5 ст.)**

**Требования к кандидатам:** высшее профессиональное образование и стаж научно-педагогической работы не менее 3 лет, при

наличии учёной степени кандидата наук стаж научно-педагогической работы не менее 1 года, курсы повышения квалификации за последние 5 лет.

**ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ПО КАФЕДРЕ:**

**Теории и методики физической культуры (1 чел. — 0,5 ст.)**

**Требования к кандидатам:** высшее профессиональное образование и стаж работы в образовательном учреждении не менее 1 года, при наличии послевузовского профессионального образования (аспирантура, ординатура) или учёной степени кандидата наук — без предъявления требований к стажу работы.

С 15 ноября по 14 декабря 2013 года осуществляется приём документов от кандидатов на замещение вышеназванных должностей.

Срок подачи документов и заявлений на конкурс со дня опубликования — 1 месяц.

Документы направлять по адресу: 190121, Санкт-Петербург, улица Декабристов, дом 35, отдел кадров. Справки по телефону: 714-34-01.

## Гражданская защита — изучаем вместе

Техногенный мир, созданный человеком в целях самозащиты и расширения цивилизационных благ, на самом деле очень хрупок. В Японии, наиболее технологически продвинутой стране планеты, в марте 2011 года случилась серьёзная авария на атомной электростанции «Фукусима Даичи». В окружающую среду было выброшено огромное количество радионуклидов, которые попали сначала в атмосферу, а затем и в Тихий океан. Произошло радиоактивное заражение прилегающих к АЭС территорий. Погибли два сотрудника станции, и переселить пришлось почти 80 тысяч человек.

Люди, уже подзабывшие уроки Чернобыля, снова начали вслушиваться в новостные программы, ловя себя на том, что они не совсем понимают, что такое радиация, радиоактивное и ионизирующее излучение, в каких единицах они измеряются. Наша газета университетская, и мы были бы плохими учёными и педагогами, если бы не помогли читателям получать и обновлять свои знания. В XXI веке техническая грамотность просто необходима людям для защиты от техногенных опасностей.

В 1896 году французский ученый А.Беккерель обнаружил, что соли урана самопроизвольно испускают лучи, которые отличаются по свойствам от уже известных лучей Рентгена. Оказалось, что беккерелево излучение никак не зависит и от воздействия внешних факторов (температуры, давления, освещенности и т. п.). Несколько позже по предложению Пьера и Марии Кюри это свойство ядер некоторых элементов было названо радиоактивностью, а сами природные элементы, обладающие им, — радиоэлементами. Так стартовала эпоха радиоактивных элементов в технике и военном деле.

Способность радиоактивных излучений ионизировать окружающие вещества, детально изученная Дж. Томсоном и его сотрудниками, была принята к концу XIX века в качестве основной меры интенсивности излучения. За единицу активности того или иного радиоизотопа было принято кюри (Ки) — такое количество радиоизотопа, в массе которого происходит  $3,7 \times 10^{10}$  распадов в секунду. Это сравнительно большая активность, и на практике пользуются тысячной и миллионной долей, то есть милликюри и микрокюри.

Распад ядер радионуклидов приводит, как правило, к выделению трёх типов излучения. Альфа-излучение (поток двухзарядных положительных ионов гелия-4) задерживается, например, листком бумаги и практически не способно проникнуть через наружный слой кожи, образованный отмершими клетками. Поэтому оно не представляет опасности до тех пор, пока радиоактивные вещества, испускающие альфа-частицы, не попадут внутрь организма через открытую рану, с пищей или воздухом, тогда они становятся чрезвычайно опасными. Бета-излучение (поток электронов) обладает большей проникающей способнос-

тью: оно проходит в ткани организма на глубину 1-2 см. Проникающая способность гамма-излучения (поток квантов электромагнитной энергии высокой частоты) очень велика: его может задержать лишь толстая свинцовая или бетонная плита. Учитывая разрушительность воздействия радиоизлучения на живой организм, учёные пришли к выводу, что необходимо введение величины для оценки дозы излучения.

Излучение ионизирует воздух, то есть делает его «заряженным» электричеством. Учёные решили, что удобно измерять экспозиционную дозу — отношение суммарного заряда всех ионов одного знака в элементарном объёме воздуха к массе воздуха в этом объёме. В системе СИ единицей измерения экспозиционной дозы является кулон, делённый на килограмм (Кл/кг). Внесистемная единица — рентген (Р).  $1 \text{ Кл/кг} = 3876 \text{ Р}$ .

В живом организме ионизацию трудно зафиксировать, и тогда пришли к выводу, что практически понятнее «поглощённая доза».

**Поглощённая доза** показывает, какое количество энергии излучения поглощено в единице массы любого облучаемого вещества и определяется отношением поглощённой энергии ионизирующего излучения к массе вещества.

За единицу измерения поглощённой дозы в системе СИ принят грэй (Гр). 1 Грэй — это такая доза, при которой массе 1 кг передается энергия ионизирующего излучения 1 Дж. Внесистемной единицей поглощённой дозы является рад.  $1 \text{ Гр} = 100 \text{ рад}$ .

И вновь информация оказалась неполной, ведь разные по массе частицы наносят живому организму разный по величине разрушительный эффект. Это обусловлено тем, что более тяжёлая частица (например, протон) производит на единицу пути в ткани больше ионов, чем лёгкая (например, электрон).

Чтобы учесть это свойство радиации, введено понятие **эквивалентной дозы**, которую рассчитывают путём умножения значения поглощённой дозы на специальный коэффициент — коэффициент относительной биоло-

гической эффективности (ОБЭ) или коэффициент качества.

Единицей измерения эквивалентной дозы в системе СИ является зиверт (Зв) (в честь шведского учёного Рольфа Зиверта). Величина 1 Зв равна эквивалентной дозе любого вида излучения, поглощённой в 1 кг биологической ткани и создающей такой же биологический эффект, как и поглощённая доза в 1 Гр фотонного излучения. Внесистемной единицей измерения эквивалентной дозы является бэр (до 1963 года — биологический эквивалент рентгена, после 1963 года — биологический эквивалент рада).  $1 \text{ Зв} = 100 \text{ бэр}$ . Зиверт используется с 1979 года. Через другие единицы измерения СИ зиверт выражается следующим образом:

$$1 \text{ Зв} = 1 \text{ Гр} = 1 \text{ Дж/кг}$$

В заключение следует напомнить, что дозиметристы определяют эквивалентную дозу облучения в случае техногенной аварии для обеспечения безопасности людей, особенно работников, устраняющих последствия аварии.

Человеческий организм имеет определённый запас «радиоактивной прочности». Безопасным считается уровень радиации до величины приблизительно 0,5 мкЗв в час (до 50 микрорентген в час) в течение суток. Сократив время непрерывного нахождения до нескольких часов, люди могут без риска для здоровья перенести излучение мощностью в 10 мкЗв/ч (соответствует 1 миллирентген в час), а при времени экспозиции, измеряемом в минутах — относительно безвредно облучение с интенсивностью до нескольких миллизивертов в час (при медицинских исследованиях — флюорография, небольшие рентгеновские снимки и др.).

Поглощённая доза облучения накапливается в организме, и за всю жизнь сумма не должна превышать 100-700 мЗв. В наш век техники не будем забывать об этих научно обоснованных пределах, и тогда радиация не причинит вреда нашему здоровью.

**Валерий ЖИВОДЁРОВ,**

помощник ректора по делам ГО, ЧС и организационно-мобилизационным вопросам, доцент



2 ноября 2013 года на 96-ом году жизни скончался участник Великой Отечественной войны, доцент кафедры ТИМ лёгкой атлетики, заслуженный тренер СССР

**Иван Семёнович ПОЖИДАЕВ.**

Коллектив НГУ им. П.Ф. Лесгафта выражает соболезнования семье и близким.

**ДАЙДЖЕСТ КАФЕДРЫ ТИМ МФОРИТ**

Ежегодно, вот уже 42 года подряд, городской клуб туристов проводит ночные соревнования по спортивному ориентированию, посвящённые памяти известного туриста Анатолия Окинчица. С каждым годом эти соревнования собирают всё большее количество участников, число которых уже превышает 3000 человек.

Несколько лет подряд студентам удавалось привлечь к участию в соревнованиях олимпийскую чемпионку Татьяну Казанкину, которая в те годы являлась заведующей кафедрой МФОРИТ.

Также в октябре 2013 года несколько команд кафедры ТИМ МФОРИТ приняли участие в соревнованиях.

Однако основное амплуа студентов кафедры на этих соревнованиях — это не забег по ночному лесу, а обеспечение финишировавших участников чаем. Эта судейская функция включена в учебный план 1 курса как практическое занятие, на котором

студенты знакомятся с организацией массовых спортивных мероприятий по спортивному ориентированию.

В Туле факел Олимпийских игр в Сочи (2014) пронесла Надежда Сорвачёва, кандидат в мастера спорта по спортивному ориентированию, студентка 1 курса кафедры ТИМ МФОРИТ НГУ им П.Ф. Лесгафта.

Соб. инф.

**ДАЙДЖЕСТ КАФЕДРЫ ТИМ БОКСА**

С 8 по 10 ноября в Екатеринбурге, в прекрасном спортивном комплексе ДИВС «УРАЛОЧКА», проходил Кубок России по тхэквондо (ИТФ), в котором приняли участие 298 спортсменов из 37 субъектов Российской Федерации.

В общекомандном зачёте в упорной борьбе с хозяевами турнира — сборной командой Свердловской области — 1 место заняла команда Санкт-Петербурга и увезла в наш город главный трофей турнира, хрустальный кубок! Выше всех похвал

выступили женская и мужская сборные команды, выиграв командный туль и командный спарринг.

Честь Петербурга на Кубке России защищали десять студентов кафедры ТИМ бокса:

1. Анастасия Колесниченко (2 курс), 1м. спарринг 63 кг, 2 м. туль I дан, 1м. ком. туль и ком. спарринг.
2. Алина Шулёва (2 курс), 1 м. спарринг 45 кг, 1 м. туль III дан, 1 м. ком. туль и ком. спарринг.
3. Екатерина Симакова (3 курс), 1м. туль II дан, 1 м. ком. туль и ком. спарринг.

4. Анна Горицкая (2 курс, ИЭСТ), 1 м. спарринг 57 кг, 1 м. ком. туль и ком. спарринг.

5. Александр Пустуев (5 курс), 2 м. спарринг 71 кг, 2 м. туль I дан, 1 м. ком. туль и ком. спарринг.

6. Руслан Баталов, 1 м. спарринг 63 кг.

7. Андрей Лукошко (2 курс, заочное отд.), 3 м. спарринг 71 кг.

8. Дмитрий Симаков (1 курс), 3 м. спарринг 69 кг, 2 м. туль III дан.

9. Александра Маркова (1 курс), 3 м. спарринг 57 кг.

10. Роман Ивницкий (1 курс).

Руслан Баталов по результатам Кубка России выполнил норматив мастера спорта! От всей души поздравляем Руслана с этим высоким званием!

Подготовил сборную команду Санкт-Петербурга главный тренер, заведующий кафедрой ТИМ бокса, кандидат педагогических наук, заслуженный тренер России Александр Михайлович Симаков.

Поздравляем победителей Кубка России, призёров и тренеров с победами!

Соб. инф.

