

За физкультурные КАДРЫ

Орган партбюро, комитета ВЛКСМ, профкома, месткома и
ректората Государственного ордена Ленина и ордена Красного
Знамени института физической культуры имени П. Ф. Лесгафта

№ 10 (274)

Суббота, 10 марта 1962 г.

Год издания восьмой.
Цена 1 коп.

ИЗ КАВГОЛОВА
СООБЩАЮТ...

Этот субботний день на нашем сборе был несколько необычен. Уже с утра в комнатах и коридорах все были заняты приготовлениями к предстоящему зачету — лыжной гонке на 10 км: смазывали лыжи, проверяли крепления, примеряли нагрудные номера.

Пройти такую дистанцию не более чем за 52 минуты — для некоторых это не так-то просто. Ведь среди нас, участников сбора, есть и впервые вставшие на лыжи. Трудновато было, например, в самом начале сбора южанам С. Шамилову, В. Ричке, В. Воронину, В. Фильчуку. Но они упорно и настойчиво овладевали техникой лыжной гонки. И результаты пришли: зачет они сдали.

В день зачета погода в Кавголове стояла отличная.

— Лыжи сами катят, — говорили довольные спортсмены.

В 11.00 даются первые старты. Гонки открывают девушки. У них дистанция 5 км. В группе № 5 зачет по лыжам сдали 26

студентки, и только две не уложились в норму. Огненно прошли дистанцию и выполнили норму 2-го разряда студентки В. Самушкина, Л. Рябинкина и другие.

Успех сопутствовал и мужчинам. Зачет сдали почти все. А студенты Ю. Ганженко, М. Матюнин, В. Сергеев, П. Строганов и другие выполнили норму 2-го разряда.

УДАЧНЫЕ СТАРТЫ

Впервые сдали зачет монголы Соль и Тумба. Хорошо прошел дистанцию Баднасай.

В целом все первокурсники гонку провели намного лучше, чем в предыдущую субботу.

Теперь впереди у них зачет по конькам. Идет усиленная тренировка. Надо думать, что и на этот раз зачет пройдет хорошо.

П. ВОРОНОВ,
студент

В ПРАЗДНИЧНЫЙ ДЕНЬ

Коллектив нашего института торжественно отметил Международный женский день. 7 марта в Актовом зале состоялся вечер, посвященный этой дате.

Многим нашим труженицам за отличную работу объявлена благодарность в приказе по институту. Портреты лучших из них помещены в специально выпущенном фотобюллетене. Это преподаватели З. И. Знаменская, А. Ф. Константинова, доценты В. В. Белорусова, Е. Г. Котельникова, лаборант С. С. Таланова, старший бухгалтер М. М. Платонова, а также студентки Т. Братусь и Э. Озолина и другие.

Не были забыты и пенсионерки, много лет отдавшие работе в нашем институте: К. А. Кузьмина, А. Г. Рафалович, М. В. Лейкина и многие другие. Всех их коллектив вуза тепло поздравил.

М. ЧУЕВА, преподаватель

Поможем озеленить стадион

Институт имени П. Ф. Лесгафта взял шефство над нашей школой. Благодаря шефам у нас работают секции ручного мяча, баскетбола, хоккея. скоро начнет действовать секция футбола.

22 февраля с. г. был проведен спортивный праздник. Директор школы вручил грамоты лучшим спортсменам — школьникам. Затем состоялся большой концерт. Выступали студенты института: гимнасты, фехтовальщики, акробаты. Демонстрировались также спортивные документальные фильмы, состоялись игры баскетбольных юношеских команд.

От имени всех ребят школы хочется за все поблагодарить наших шефов.

Мы постараемся не остаться в долгу перед ними. Совет ДСО «Смена» 242-й школы постановил: взять шефство над институтским стадионом, весной принять участие в его озеленении. Об этом у нас пойдет большой разговор на очередном комсомольском собрании.

Таня КУЗНЕЦОВА, ученица 242-й школы

К итогам первенства мира

по конькобежному спорту среди мужчин

И ПОБЕДИТЕЛЕЙ СУДЯТ...

Спортивно-технические итоги первенства мира по конькам 1962 года уже давно известны, а обсуждение их продолжается. Почему наши скороходы бег на длинные дистанции начинают очень спокойно, легко, даже как-то лениво катаясь, но всё же до конца дистанции их не хватает? Почему оба Нильссона, Ван дер Грифт и Куприянов бег начинают смело, энергично, а финишируют с еще большей скоростью? Почему Ван дер Грифт так высоко поднимает голень свободной ноги? Как получилось, что на длинных дистанциях побеждали спортсмены в общем с довольно низкой спортивной техникой? Ведь техника бега наших и китайских скороходов значительно выше? За счет чего побеждают Нильссоны, Ван дер Грифт и Куприянов? Почему мы проиграли обе длинные дистанции?

Эти вопросы мы слышим до сих пор, и они задаются всё настойчивее. На них надо отвечать.

На этом чемпионате убедительно продемонстрировано наше техническое и тактическое превосходство в беге на дистанции 500 м. В исключительном по красоте и напряженности беге с чемпионом мира 1961 года Ван дер

Грифтом на дистанции 1500 м победил Борис Стенин.

На прошедшем первенстве, как, по-видимому, и на первенстве прошлого года, отчетливо наблюдались два направления в технике бега на длинные дистанции.

Первое направление — наше. Оно характеризуется низкой посадкой спортсмена, совершенством формы движений, минимальным движением по вертикали, низким темпом бега, т. е. бега редкими, длинными шагами, как на прямых, так и на поворотах, в среднем 12 одиночных шагов на прямых, 10 (по малой дорожке) и 12 (по большой дорожке) на поворотах. И толчок продолжительный, и такое же скольжение после толчка — явно затянутый шаг.

Второе направление в технике бега на длинные дистанции продемонстрировано шведами (прежде всего обоими Нильссонами), голландцами Ван дер Грифтом и Лисрехтсом, французом Куприяновым, англичанином Монаганом, канадцем Энком, американцем Рудольфом. Это второе направление характеризуется высоким темпом бега на прямых (в среднем 16—18 шагов, а у Ван дер Грифта — до 20 шагов) и на поворотах (12, 14 и даже 16 ша-

гов), резким толчком и коротким, но ярко выраженным (начинающимся в положении равновесия на коньке, на плоскости полоза) свободным скольжением в беге по прямой и бегущим шагом на повороте, более высокой посадкой, значительными вертикальными колебаниями и меньшей отточенностью отдельных движений.

При бесспорной важности правильного построения движений, характеризующего первое направление в работе над техникой бега, несомненный интерес вызывает второе направление работы над техникой бега. Это второе направление представляется нам более прогрессивным, несмотря на то, что не всё и не во всех отношениях в нем является совершенным. Главное его достоинство заключается в высоком темпе и большей динамике бега.

Высокий темп во всех отношениях оправдан. Многолетняя круглогодичная всесторонняя физическая подготовка делает такого бега посылным для всех конькобежцев.

Продемонстрированная же нашими конькобежцами «утюжка льда» является последствием и разновидностью когда-то официально единственно принятой у нас так называемой техники жи-

ма, последствиями указаний специально увеличивать продолжительность толчка, начиная его плавно, мягко, а после толчка, прежде чем начать приводить свободную ногу, продолжать разгибать ее в тазобедренном суставе. Такая техника бега, такое построение шага не обеспечивали проявления качества быстроты. И это в таком скоростном виде спорта, как бег на коньках! Эта техника явно менее эффективна и более тяжела и утомительна по сравнению с легким, веселым бегом в несколько более высокой посадке.

В чем преимущество бега в высоком темпе, т. е. частыми шагами, по сравнению с бегом в низком темпе, редкими длинными шагами?

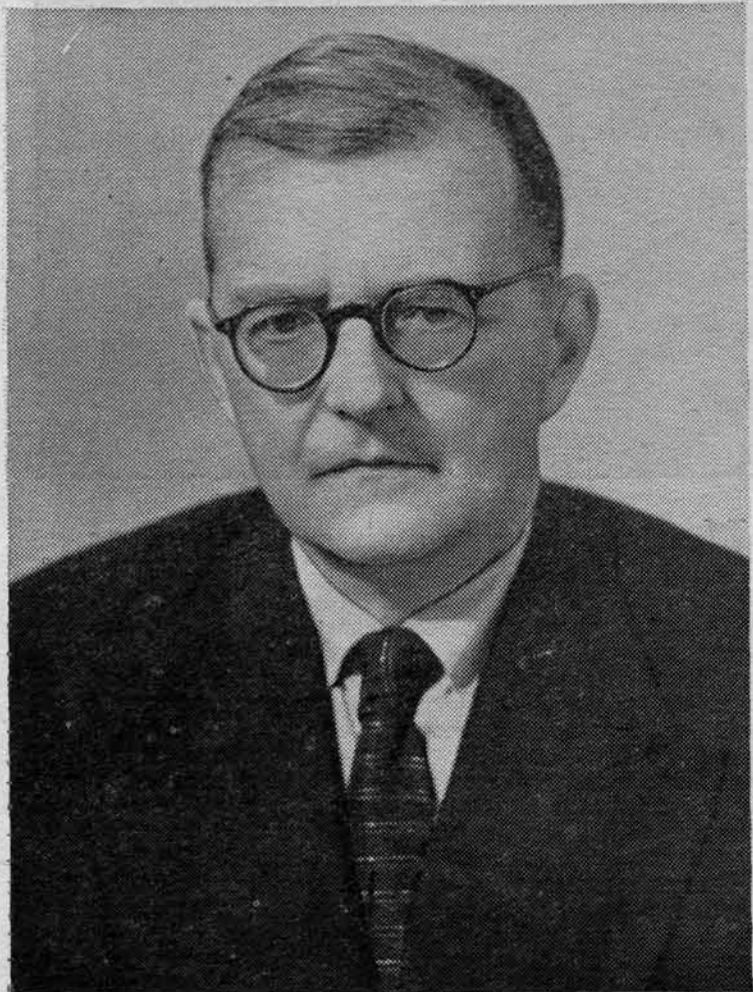
1. При беге в высоком темпе все движения выполняются быстрее, что способствует усилению толчка.

2. При большем количестве шагов толчки легче могут быть направлены под меньшим углом в сторону, больше назад.

3. Бег получается более прямой.

4. Количество толчков на дистанции бывает большим.

(Окончание на 2-й стр.)



Д. Д. Шостакович родился в 1906 году в Петербурге, в семье инженера. В 1919 году он поступил в Петроградскую консерваторию. Музыкальное дарование Д. Д. Шостаковича высоко оценил талантливый русский композитор А. К. Глазунов.

В 1925 году Д. Д. Шостакович заканчивает выпускную работу — Первую симфонию, привлекающую внимание советской общественности. В 1937 году в Ленинграде исполняется его Пятая симфония, в которой композитор раскрывает богатство духовного мира советских людей.

Во время Великой Отечественной войны Д. Д. Шостакович создает Седьмую Ленинградскую симфонию. В послевоенный период им написаны оратория «Песнь о лесах», Десятая симфония, Одиннадцатая симфония («1905 год»), скрипичный и виолончельный концерты, цикл хоров на стихи поэтов-революционеров, музыкальная комедия «Москва — Черемушки» и др.

Д. Д. Шостакович трижды избирался депутатом Верховного

В списках отметились не все

Несколько дней осталось до выборов в Верховный Совет СССР. Проверка списков для голосования сейчас в основном уже закончена. В нашем общегородской по ул. Декабристов, 35, из проживающих здесь 480 человек 470 уже отметились в списках. Среди тех, кто до сих пор не удостоился это сделать, — студенты Г. Туркин, А. Краснов, В. Коршаков, С. Захаров, В. Шеголев, аспирант В. Т. Бельды. Как видно, забыли о том, что должны голосовать на нашем избирательном участке, Ю. Рычков, В. Свиридов и другие, проживающие в городе, но прописанные в нашем общежитии.

Пусть товарищи по учебе напомнят им, что так относиться к своему гражданскому долгу лешафтовцам не к лицу.

Ю. ДОБРИЦКИЙ,
студент, старший агитатор

Больше конкретности в соцобязательствах

Рабочие и служащие нашего института в повседневном своем труде стремятся вносить достойный вклад в ту великую созидательную работу, которую осуществляет весь советский народ, строящий коммунистическое общество. Каждый трудовой день лесгафтовцев проходит в упорном соревновании. Но всеми ли первичными профсоюзными организациями, в полную ли силу и всегда ли правильно используется эта замечательная форма еще большей активизации усилий каждого труженика? Нет, во многих случаях имеются здесь значительные упущения.

Так, профгруппа бухгалтерии еще не представила в местном взятых на себя социалистических обязательств (профгруппа И. С. Мацкевич). Большим недостатком является то, что многие соцобязательства, утвержденные на профсоюзных собраниях подразделений института, неконкретны: по целому ряду пунктов не указаны сроки и ответственные за их выполнение. Это касается почти всех профгрупп, за исключением библиотеки, бассейна и учебного отдела.

В обязательствах работников учебных мастерских (профгруппа О. В. Иванов), например, записано: «Не реже одного раза в ме-

сяц устраивать совещания и обсуждать вопросы об улучшении условий труда, организации отдыха и занятий спортом». Один из пунктов обязательств, принятых на базе в Кавголово (профгруппа И. Н. Шило), гласит: «Бороться за культуру быта и воспитание детей».

В некоторых профгруппах обязуются выполнять то, что относится непосредственно к повседневной, и без того обязательной их работе: «Работать так, чтобы не было жалоб и нареканий» (административно-хозяйственная часть, профгруппа А. И. Ермановская), «своевременно оформлять приказы, листки временной нетрудоспособности, а также другие документы по отделу кадров». Медчасть института (профгруппа В. С. Тихонова), например, обязуется «осуществлять планирование и организацию врачебно-педагогических наблюдений по всем видам спорта».

Но, дорогие товарищи, это же не что иное, как свидетельство чистейшей воды формализма!

Для того чтобы улучшить социалистическое соревнование, чтобы можно было объективно оценить труд нашего большого коллектива, выявить лучших тружеников — ударников коммунистического труда, профгруппам нужно в самые короткие сроки внести необходимые уточнения в социалистические обязательства своих подразделений.

С честью выполнить социалистические обязательства — почетный долг каждого работника нашего института.

Т. ВАСИЛЬЕВА, О. КОНСТАНТИНОВ, члены месткома

Победа «Буревестника»

Пять дней сильнейшие легкоатлеты сборных команд ДСО и ведомств оспаривали зимнее лично-командное первенство Ленинграда. 4 марта состоялись финалы.

В командном зачете победила команда «Буревестника», почти на девять десятых состоящая из студентов-лесгафтовцев. Сумма очков, набранная студентами (97943), на 13548 превышает результат спортсменов ДСО «Труд», занявших второе место. Третьим призером была команда «Спартак».

В личном первенстве было показано много отличных результатов. Установлено восемь высших достижений Ленинграда для закрытых помещений: Т. Щелканова («Буревестник») пробежала 60 м за 7,1 сек., 200 м — за 24,9 сек. и прыгнула в длину на 6 м 29 см. В. Парфенов на дистанции 2000 м с препятствиями показал время 5 мин. 43,2 сек., армзеец А. Кленин преодолел 250 м с барьерами за 31,9 сек., в прыжках с шестом лучшим был Л. Басов (4 м 48 см), среди десятиборцев первенствовал Э. Орциев (6452 очка); в эстафете 4×400 м со временем 3 мин. 22,7 сек. первое место заняла команда «Буревестника» (Е. Попов, Ю. Сотников, И. Лещенко, С. Прокофьев).

Призовые места заняли многие наши студенты. Эдвин Озолин стал победителем в беге на 100 м — 10,8 (10,7 в полуфинале), он же победил и в спринтерском троеборье. Чемпионами города также стали И. Лещенко (300 м — 36 сек.), А. Золотухина (метание диска — 45 м 48 см.); Л. Мотина — 100 м — 11,9 сек. (11,8 в предварительном забеге); Л. Григорьева (прыжок в высоту — 165 см); Э. Орциев — десятиборье.

Н. АНАТОЛЬЕВ, студент



На снимке: заведующая кафедрой истории и организации физической культуры Т. М. Каневец беседует с группой четверокурсников, проходящих практику в целинной Кокчетавской области. Фото К. Короткова

Кубок выигран!

Закончился розыгрыш кубка вузов Ленинграда по хоккею. В финале наши хоккеисты встретились с одной из сильнейших команд города — ЛПИ. Лесгафтовцы выиграли с весьма убедительным счетом — 10:1.

Команда выступала в следующем составе: Ю. Ануфриев, В. Бобров, Г. Кудряшов, Г. Ясюнас, Е. Угрюмов (все — III курс спортфака), Б. Бабич, В. Федоров, В. Гринин (II курс педфака), Н. Крупин (I курс спортфака), А. Борисевич (IV курс педфака), В. А. Алов (преподаватель кафедры спортивных игр). Тренер команды — В. И. Лапин.

Команда награждена грамотой и ей будет вручен почетный приз — кубок.

И. МЕЩЕРЯГИН

6 дипломов первой степени

Более ста работ было представлено на Ленинградской городской выставке радиолюбителей-конструкторов, организованной в Доме обороны ДОСААФ. С успехом участвовали в ней и радиоконструкторы нашего института.

Аспирант кафедры физиологии А. Г. Фалалеев демонстрировал на выставке велоэргометр с тензометрическими педалями и рулем. Заведующий лабораторией Ю. Н. Верхало представил фототрениметр «ФТ-2В». Экспонировались интерорефлексометр (авторы — профессор А. Б. Гандельсман и Ю. Н. Верхало), а также две установки бывшего аспиранта института И. П. Сальченко: для фотостробоскопии и для миографического исследования тренированности спортсменов-фехтовальщиков.

Все эти работы отмечены дипломами первой степени.

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

5. Суммарная продолжительность отталкивания значительно больше (при повышении темпа сокращается главным образом подготовительная фаза движения, так называемое свободное скольжение на коньке).

6. При беге в медленном темпе больше статической работы мышц и меньше динамической работы. Статическая работа сопровождается значительно большими физическими нагрузками и утомляет быстрее, чем динамическая работа.

7. И, наконец, о начале бега в замедленном темпе, так ярко наблюдавшемся у наших скороходов. Втянувшись в замедленный темп бега, очень трудно, а для многих, не прошедших специальной тренировки, почти невозможно перейти на более высокий темп. Так случилось со Стениным на дистанции 10.000 м.

Темп бега органически, кроме направления и силы толчков, связан и с амплитудой движений, а следовательно, и с высотой посадки. При беге в высоком темпе посадка может и должна быть выше, амплитуда движений — меньше. Очень большую ошибку допускают наши конькобежцы, когда в низкой посадке затягивают шаг, тем самым совершая два тяжчайших преступления против высокого результата.

И ПОБЕДИТЕЛЕЙ СУДЯТ...

В беге представителей второго направления в конькобежной технике видно стремление к сильному толчку и ярко выраженному свободному скольжению. Именно стремлением к прямолинейному движению и положению в равновесии на плоскости полза конька после окончания толчка другим коньком объясняется наблюдающаяся в их беге некоторая небрежность в выполнении отдельных деталей техники бега, отдельных движений. Чтобы сразу же оказаться в равновесии на коньке, один из них делают как будто не совсем оправданное движение плечами, другие — всем туловищем, третьи — свободной ногой.

Почти все представители второго направления при выполнении толчка как бы приседают. В основном закончив толчок, но еще находясь в двухопорном положении, они начинают приподниматься и продолжают разгибание опорной ноги в начале свободного скольжения, благодаря чему выполняют его на менее согнутой ноге. Такие вертикальные колебания делают конькобежную походку еще более динамичной.

Является ли чем-то новым про-

демонстрированное нам направление в технике бега, которое здесь мы назвали вторым? Нет. Еще Н. А. Панин-Коломянкин, обращая внимание на то, что сильнейшие конькобежцы прошлого, в частности чемпион мира 1893, 1894 и 1896 годов голландец Ж. Эден даже длинные дистанции проходил «сравнительно очень частыми шагами».

Более 20 лет устно и письменно мы призываем овладевать сильным, достаточно резким толчком, быстрым темпом бега и началом дистанции «на прямых ногах». Все семь вышеприведенных доводов в пользу быстрого темпа и начала бега в более высокой, доступной для данного конькобежца посадке содержатся в книгах «Тренировка конькобежца» (1950) и «Конькобежный спорт» (1955) и повторены в «Конькобежном спорте», изданном в 1961 году.

Таким образом все это совсем не ново. Удивительно другое: почему все это не принято на вооружение нашей сборной команды? Совершенно очевидно, что настало время наконец покончить с недооценкой сильного толчка и высокого темпа бега и тем на-

Товарищи по курсу поддерживают А. Иванова. Они вносят предложение, чтобы в дальнейшем этому вопросу в институте уделяли больше внимания.

Студентка Л. Иванова проходила практику в Ленинграде, на заводе «Большевик». В этом коллективе, где работают видные спортивные специалисты, ей пришлось многому учиться в организации физкультурной работы на крупном предприятии.

— Я довольна, — говорит Л. Иванова, — что первый шаг в самостоятельной работе мне посчастливилось сделать в таком коллективе.

Студент И. Волков вносит предложение познакомить студентов с практикой в спортивных коллективах, начиная уже с седьмого семестра. Это, считает он, во многом облегчит работу студентов.

С. СОКОЛОВ, студент

правлением в работе над техникой, которое может быть названо узким техницизмом. Все наши конькобежцы должны срочно овладевать легкой, веселой походкой и высоким темпом бега на длинные дистанции. С их более совершенной (в деталях) техникой бега и лучшей всесторонней физической подготовкой они легко добьются значительно более высоких результатов по сравнению с голландцами, французами, шведами и другими, кто уступает им и во всесторонней физической подготовке, и в отработке деталей техники бега, и, главное, в массовости конькобежного спорта.

Но вот уже после первенства мира, 1 марта с. г., в газете «Советский спорт» напечатана статья К. К. Кудрявцева, старшего тренера нашей сборной команды. Она убеждает нас в том, что по крайней мере в ближайшие годы столь необходимого изменения в направлении работы над техникой бега на коньках не произойдет. Взгляды К. К. Кудрявцева на технику бега не изменились. К ошибкам в технике бега юных конькобежцев в его статье отнесено главным образом только то, что противоречит технике жима.

Этим московским, по счету 56-м первенством завершилось десятилетие регулярного участия наших конькобежцев в первенстве мира. В их результатах наблюдается интересная и трудно объяснимая закономерность. Победив в 1953 году, во все последующие нечетные годы наши конькобежцы это первенство проигрывали, а во все четные годы становились чемпионами мира. Они оказались верны своему правилу и в этом, четном, 1962 году.

Своевременная, столь очевидно необходимая перестройка работы над техникой бега позволит нашим конькобежцам сохранить установившуюся традицию четных лет и нарушить традицию нечетных.

Н. ПЕТРОВ, доцент, зав. кафедрой велосипедного и конькобежного спорта