



День Советской Конституции

5 декабря, День Советской Конституции, — это большой всенародный праздник в нашей стране. У нас Конституция впервые в истории предоставила трудящимся самые широкие политические и социальные права и свободы.

За годы, прошедшие со дня принятия Конституции, в жизни советского общества произошли огромные изменения. Под руководством Коммунистической партии советский народ добился всемирно-исторических успехов в развитии экономики, науки, техники и культуры.

Наша Конституция является самой демократической конституцией в мире. Новая Программа партии предусматривает дальнейшее развитие социалистической демократии, активное участие всех граждан в управлении государ-

ством, в руководстве хозяйственным и культурным строительством, в улучшении работы государственного аппарата и усиление народного контроля над его деятельностью.

С ПЕРВОЙ ПОБЕДОЙ, МОНГОЛЬСКИЙ ДРУГ!

...Один из боксеров — Токашев (общество «Трудовые резервы»), второй — наш студент II курса спортфака из Монгольской Народной Республики Дондог Бямба. Это боксеры легкого веса. Первый раунд проходит в равных обоюдных атаках, но во втором Дондог Бямба усиливает темп и выигрывает бой ввиду явного преимущества.

Это его первый бой, первый его большой успех, первая победа на советском ринге.

Мы рассказали вам об одном

из поединков состоявшейся в прошлое воскресенье матчевой встречи сборных команд СМФ и «Трудовых резервов» (техникума физкультуры). Красиво и увлекательно протекал поединок полутяжеловеса студента II курса спортфака мастера спорта Вячеслава Смирнова с сильным, волевым боксером В. Работы. Победу одержал более опытный и техничный В. Смирнов.

Его товарищ по команде В. Колесников уже в первом раунде одержал победу над Макушевым

(противник отказался продолжать бой). Победил и третьекуртник В. Степанов.

Наш боксеры В. Захаров (легкий вес), Р. Магалашвили (1-й средний вес) и В. Рыжков (1-й средний вес) проиграли.

Матч явился пробой сил перед предстоящим первенством профсоюзных Ленинграда, которое будет проходить с 1 по 5 декабря.

П. ВОРОНОВ,
студент II курса педфака

ЗАДАВШИСЬ КОНКРЕТНОЙ ЦЕЛЮ

Советы
практикантам

Студент IV курса вечернего отделения А. Францев, которого я встретила в 253-й школе, где он проходит практику, был в самом хорошем настроении: день у него выдался трудовой, наполненный событиями. С некоторой гордостью А. Францев сообщил, что сегодня он присутствовал на двух уроках в классе, к которому он прикреплен, а теперь идет на урок физики.

— А какая цель вашего посещения уроков? — спросила я.

— Мне нужно познакомиться с классом...

Невольно мне вспомнились случаи из прошлогодней педагогической практики, когда некоторые студенты вот так же просиживали по несколько часов «для знакомства с классом», не имея определенной установки, не задавшись конкретной целью, что и как наблюдать на уроке.

Было бы несправедливым полностью обвинить во всем студентов. Мне думается, в этом повинны прежде всего мы, руководители практики, так как еще не всегда достаточно конкретно ставим задачи перед нашими воспитанниками.

Впереди у студентов еще много дней пребывания на практике в школе. Хочется дать им несколько советов.

Прежде всего практиканту перед посещением любого урока следует продумать цель своего

посещения, а в связи с этим наметить и круг вопросов, которые помогут ему решить поставленную перед ним задачу.

Например, студенту поручено провести наблюдение, как учитель обеспечивает дисциплину учащихся на уроке. Для этого в процессе наблюдения ему нужно обратить внимание на поведение учителя, на его умение владеть классом, на то, как учитель добивается активности и заинтересованности учащихся на занятиях, какие приемы для этого он использует и как на это реагируют учащиеся.

Из поля зрения студента не должно ускользнуть то, как учитель владеет материалом, как добивается того, чтобы ученики овладели знаниями, навыками, и как это влияет на дисциплину школьников. Следует также обратить внимание на отношение учителя к ученикам с учетом их индивидуальных особенностей и на ответную реакцию учеников, на то, каков внешний вид учителя, культура речи, голос, поза и т. д. и как все это влияет на воспитание дисциплины учащихся.

Еще пример. Сейчас в педагогической практике огромное внимание уделяется проблеме активизации учащихся в процессе обучения, задаче занять всех учащихся класса целеустремленной работой на протяжении всего урока. Думается, что практиканту

небезынтересно будет пронаблюдать, как учителя физической культуры школы решают эту проблему, и в дальнейшем использовать приобретенный опыт в своей будущей педагогической деятельности. В данном случае можно предложить практиканту провести наблюдение по теме «Активизация методов обучения».

И при наблюдении, и при обобщении материала студенту следует учитывать следующее: в каком классе проводится урок и какова обстановка урока; тему и задачи и содержание урока; за счет каких методов и приемов осуществляется целенаправленная активность учащихся в каждой части урока (разъясняется ли ученикам, для чего нужно научиться выполнять то или иное упражнение, какое воздействие оно оказывает на организм); практикант может высказать свои соображения о доступности и образности объяснения учителя, о том, как сочеталась демонстрация с объяснением упражнений; о системе повторения упражнений. Студенту следует обратить внимание на организацию самостоятельной работы учащихся и как контролируется качество исполнения и т. д.

Проводя наблюдения и обобщая, нужно иметь в виду и дидактические задачи, которые ставятся в каждой части урока: то ли это изучение материала, то

ли повторение пройденного — совершенствование, то ли проверка пройденного.

Свои наблюдения практикант может записывать следующим образом: а) действия учителя; б) действия учащихся; в) суждения практиканта.

В заключение, обобщив результаты своих наблюдений, практикант делает выводы, чему школьники научились на уроке, и затем беседует с учителем и методистом по этим вопросам.

З. БЛИНОВА,
старший преподаватель кафедры педагогики

Горячая вода должна быть

Никто не станет возражать против того, что личная гигиена спортсмена является необходимой составной частью всего тренировочного процесса. Нет необходимости говорить здесь также о том, что на тренировке спортсмен трудится буквально «в поте лица своего».

Но, к сожалению, об этом, видимо, забывают в нашем институте (в стенах которого как нигде пропагандируется личная гигиена студента). Иначе чем объяснить тот факт, что после окончания учебных практических часов, в перерыве между занятиями — именно тогда, когда сту-

дий, повторяющих содержание учебника.

В. КОРШАКОВ, А. ТУМКО,
студенты 2-й группы IV курса педфака

ОБЪЕДИНИТЬ УСИЛИЯ

Стремясь к улучшению учебного процесса, мы должны постоянно помнить о специфических особенностях подготовки педагогов по физическому воспитанию и спорту.

Самое трудное — органическая увязка всех дисциплин между собой в последовательную и по определенным этапам продуманную систему подготовки будущих специалистов. Пока, к сожалению, это и самое слабое место в нашей работе.

В значительной мере наши дис-

циплины изучаются совершенно самостоятельно, имея конечной задачей зачет и экзамен. Между тем опыт работы подсказывает важность выделения этапов по содержанию обучения наших специалистов. Этапы эти могут быть, к примеру, следующими: овладение основами движений в физическом воспитании и спорте; освоение методики двигательной деятельности; практическое участие в педагогической работе; обобщение опыта работы педагога в спорте.

И здесь необходимы объединенные усилия всех кафедр, преподающих дисциплины и практического, и теоретического цикла. Реализовать это наиболее целесообразно с учетом специфики факультетов, имеющих различное время и условия на изучение ходимых предметов.

Пока что при факультетах не имеется подчиненных им кафедр, что отрицательно сказывается на учебном процессе. А самостоятельные кафедры при спортивном, педагогическом и объединенных при заочном и вечернем факультетах и школе тренеров иметь совершенно необходимо.

Необязательно увеличивать количество кафедр. Наоборот, возможно иметь на факультетах соединенные кафедры по циклам: теории и педагогики с психологией, биологии и медицины, общей физической подготовки, специальной спортивной подготовки и другие.

Совместная работа факультетов и кафедр, безусловно, позволит значительно улучшить учебный процесс в нашем вузе.

В. ПЕТРОЧЕНКО,
заведующий кафедрой легкой атлетики

СОЗДАННАЯ ЛЕСГАФТОМ

Биомеханика как учебная дисциплина была создана П. Ф. Лесгафтом в 1877 году под названием «теория телесных движений». Ее конспект он опубликовал в работе «Основы естественной гимнастики», явившейся плодом многолетних исследований и размышлений в области анатомии, физиологии, механики. После смерти П. Ф. Лесгафта большой вклад в развитие биомеханики внесла Анна Адамовна Красуская, разрабатывая и читая предмет «Физическое образование», в который особым разделом вошла «теория телесных движений».

С 1927 по 1945 год при институте функционировала доцентура биомеханики, и биомеханика стала снова развиваться самостоятельно. Возглавляла доцентуру Е. А. Котикова. Талантливый педагог и ученый, ученица Красуской, Елена Агеевна всю свою многолетнюю кипучую деятельность посвятила развитию биомеханики. Она организовала молодежь и руководила ее научными работами. Е. А. Котикова начала научное исследование техники в различных видах спорта (легкая атлетика, лыжи, гребля, коньки, гимнастика и др.) Под ее редакцией в 1939 году вышло первое учебное пособие «Биомеханика физических упражнений». Елена Агеевна подготовила плеяду специалистов в области биомеханики (Д. А. Семенов, В. Ф. Сорокин, Е. Г. Котельникова, З. Я. Бык, Е. А. Малеева и др.).

Курс биомеханики и научные исследования в этой области расширяются и разрабатываются сейчас при кафедре физиологии. Большую помощь в развитии биомеханики оказал профессор Е. К. Жуков, обеспечивший возможность изучения движений комплексом методов (фоторегистрацией движений, записью усилий и записью биопотенциалов — синхронно). Он же возглавил подготовку к изданию нового учебного пособия «Биомеханика физических упражнений».

В настоящее время курс биомеханики физических упражнений введен в программу всех

физкультурных вузов страны и в ряде их читается воспитанниками института имени П. Ф. Лесгафта: З. Я. Бык — в Минске, А. И. Тулуповым — в Алма-Ате, П. К. Губа — в Смоленске.

Е. КОТЕЛЬНИКОВА,
доцент

ГРИГОРИЙ Григорьевич дочитал письмо. «Глубоко уважающая Вас Л. Н. Воронова, — мысленно повторил он последнюю фразу, — Абхазия, село Цебельда». Много, ох, как много лет прошло с той поры, когда оба они, слушатели Вольной высшей школы профессора П. Ф. Лесгафта, жадно впитывали в себя каждую крупинку знаний! Сколько энергии, жизнелюбия было тогда в каждом из них! Впрочем, почему «было»? Профессор Шахвердов еще раз перелистал исписанные твердым почерком листки письма и почти сказал вслух: «Совсем такая, как была. Разве скажешь, что человеку за восемьдесят...».

Он думал в тот вечер о том, что, если ему доведется еще раз рассказать своим питомцам о мужестве, о воле человека, побеждающей самую смерть, он расскажет им именно об этом письме.

Два напряженных года забот о тяжелобольной сестре дали о себе знать: у Людмилы Николаевны начались головокружения, головные боли, обострились астма, склероз, особенно стали мучить мышечные боли во всем теле. Иногда ей казалось, что она не выдержит напряжения.

«И тогда, передо мной со всей остротой встал вопрос о приближающейся смерти, — рассказывала Людмила Николаевна в письме. — Раньше я никогда об этом не думала, так как всегда чувствовала себя достаточно энергичной и работоспособной. Но тут я почувствовала, что сдаюсь. А сдаваться было чрезвычайно тяжело. Хотелось жить и активно участвовать в жизни. Я решила бороться».

В молодости мы очень любили делать длительные экскурсии в горы и применяли разнообразные способы борьбы с болевыми ощущениями от усталости в мышцах. Не покой и отдых были самыми действенными средствами борьбы с мышечными болями, а продолжение прогулки на следующий день, так как при этом сам организм изгонял все продукты распада, отравляющие его и вызывающие в мышцах боль. Это было усвоено практически участ-



Человек не сдаётся

ницами экскурсий, но это не противоречило и теории Лесгафта (Помните? «Где раздражение — там прилив»... Или: «Если начать лежать на боку, — закажи себе гроб...»). И вот у меня появилась мысль: применить к излечению моей «старческой» усталости тот же метод, который мы применяли к «молодой» усталости, а именно: не покой, не «лежка на боку», а повторная посильная деятельность...

Этот опыт я решила проделать над самой собой...

Я и раньше ежедневно занималась суставной физзарядкой по Лесгафту. Но сейчас этого было уже недостаточно. Надо было выработать специальный план противодействия моим старческим болям. Такой план я выработала и стала систематически применять в ежедневной практике. Иногда это было трудно, иногда больно. Но я не отступала.

К суставным движениям пришлось добавить: приседания, прыжки (элементарные), бег, пластику (для спинных и плечевых мышц), танцы («возвышающее чувство удовольствия» Лесгафт), упражнения с мячом; обтирания холодной водой, сон с открытой форточкой или окном, прогулки и самые разнообразные сельские и домашние работы...

28 НОЯБРЯ с. г. в Актовом зале института состоялось юбилейное заседание, посвященное 125-летию со дня рождения П. Ф. Лесгафта. После вступительного слова ректора института Д. П. Ионина с докладами выступили профессор Г. Г. Шахвердов, И. Д. Стрельников, академик В. Г. Касьяненко и кандидат медицинских наук К. И. Машкара.

После некоторого времени настоячивых упражнений (около двух лет) я стала замечать, что все мои разнообразные болевые «старческие» недуги постепенно начинаю исчезать. Я ясно почувствовала, что не только хочу, но и могу работать, и тратить энергию мне легко и весело. Меня радует выполнение всякой работы, физической или психической.

С утра до вечера я энергично и разнообразно работаю и сплю почти всегда без снов... Кошмары исчезли. Пульс мой работает нормально при всяких движениях и беге. У меня не бывает одышки при работе и подъемах на гору (молодежь отстает от меня!). Боли и спазмы исчезли или стали почти незаметными...

Я считаю свой опыт удачным.

В. АЛЕШИН

Но я себя не обольщаю: знаю, что боли придут опять, если я перестану быть бдительной или стану неосторожной.

Старость... С ее приходом недуги неизбежны. Да, неизбежны. Только не для тех, кто в движении, в труде, в дружбе с физической культурой... И кто сказал, что мужество, сильная воля — это удел только молодых?

ПРИЗОВЫЕ МЕСТА БОРЦОВ

В соревнованиях на личное первенство Ленинграда по классической борьбе приняли участие и спортсмены нашего института. Они достигли хороших результатов. Мастера спорта С. Галкин, А. Васильев и перворазрядник Р. Габдуллин в упорной борьбе заняли призовые места.

С. НИКИТИН,
студент III курса педфака

Школа ПОДВОДНИКОВ

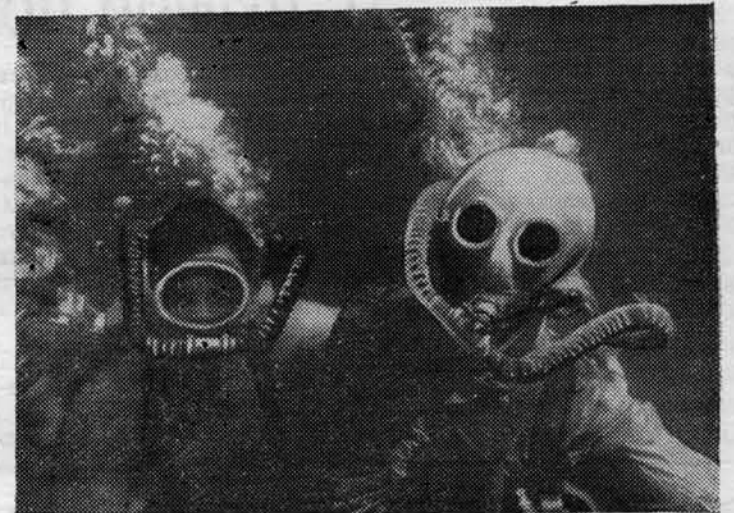
Две недели тому назад при кафедре плавания института, впервые в нашей стране, начала работать детская спортивная школа по подводному спорту.

В ДСШ занимаются 30 мальчиков и девочек — учащиеся 8-х и 9-х классов школ Октябрьского района. Они прослушают ряд бесед по физиологии, изучат снаряжение спортсмена-подводника, научатся плавать и нырять. К концу учебного года аквалангисты должны будут выполнить третий спортивный разряд по подводному спорту.

Занятия, в качестве учебной практики, проводят студенты II курса школы тренеров, специализирующиеся по этому виду спорта. Организует работу в общественном порядке преподаватель кафедры иностранных языков Б. Изюмов.

Н. ДЕМЕНТЬЕВ, старший преподаватель, **В. КЕБНАЛО,** инструктор по подводному спорту

На снимке: аквалангисты под водой.



Новый состав месткома

27 ноября состоялась отчетно-выборная профсоюзная конференция профессорско-преподавательского состава, рабочих и служащих института. Была обсуждена работа местного комитета за отчетный период. В прениях выступили члены профсоюза А. Ц. Пуни, Д. П. Ионов, В. Н. Молодкин, З. В. Блинова и др.

Избран новый состав местного комитета: Б. А. Ашмарин, Е. М. Аксенов, В. В. Икова, Р. П. Грачева, В. Г. Соловьев, Ю. Л. Карпухина, Т. Н. Васильева, М. С. Бойцов, А. Я. Абрамов, А. Н. Извеков, В. А. Евстафьев, Ю. И. Портных, А. А. Крамаренко, В. М. Выдрин, Б. Н. Губанов.

В помощь спортсменам

Лениздат выпустил брошюру В. Попова «Строительство простейших спортивных сооружений», в которой рассказывается о планировке и конструкции комплексных спортивных сооружений и отдельных спортплощадок, даются советы о том, как применить новые дешевые строительные материалы. Тут же приводятся правила соревнований по отдельным видам спорта.

С ПЕРВЫХ же дней учебного года в библиотеке многолюдно. Спешат сюда первокурсники, заходят студенты II и III курсов. Самые редкие гости у нас четверокурсники. И не потому, что им не нужны учебные пособия или они не любят художественную литературу. Причина совсем другая: большинство из них должно книги библиотеке.

Студенты педфака Т. Сучкова, Г. Петрухин, спортфаковцы Н. Евстигнеева и А. Беляков, например, — в числе задолжавших нам еще с первого курса. Можно назвать многих других студентов, для которых важно получить нужную литературу из библиотеки и совсем необязательно сдать ее.

Справедливости ради нужно сказать, что среди наших должников есть и страдающие безвинно. Чаще это относится к студентам, проживающим в общах. Полученные ими из библиотеки книги становятся достоянием комнаты, а иногда и нескольких комнат. В конце учебного года, желая рассчитаться с библиотекой, кто-то из студентов берет первую попавшуюся под руку книгу, не задумываясь над

КНИГА ИЩЕТ ХОЗЯИНА

тем, чья она (имеются в виду учебники одного названия), и несет к нам. В большинстве учебных библиотек, в том числе и в нашей, учет поставлен так, что библиотекарь без труда определяет, за кем числится та или иная книга, и соответственно списывает ее не с того, кто принес, а с того, на кого она была записана.

Отсюда и все «неприятности»: студент, принеся книгу, считает себя ущемленным; студент, за которого сдали книгу, успокаивается и не спешит принести книгу товарищу.

Некоторые студенты идут на то, что берут книги у своих товарищей, поддельвают номера и пытаются сдать за свои. За такие проступки общественность и администрация института строго судят.

Как же быть?

Вот точка зрения, например, студентки III курса Ф. Гуревич: если у студента есть чужая книга, он не должен сдавать ее в библиотеку до тех пор, пока не сдадут его книгу.

Вряд ли найдутся сторонники рассуждений Ф. Гуревич.

В первых числах октября в библиотеку пришел Юрий Волчковский. Он рассказал нам трогательную историю о том, как товарищи по комнате взяли у него и не возвратили книги. При этом вместо слова «взяли» он настойчиво употреблял «стационали». Через неделю после этого к нам пришло письмо от гражданки Н., в котором она сообщала, что в вагоне поезда студент Ю. Волчковский оставил книги со штампом библиотеки института и что он может получить их по указанному адресу.

Как видно, не очень-то уважает Волчковский своих товарищей!

Этот случай не единичен. И тех, кто теряет книгу, и тех, кто варварски обращается с ней, мы лишаем права пользоваться библиотекой литературой. Правда, некоторые наши читатели, например, та же студентка Ф. Гуревич, считают такую меру слишком жесткой. Позвольте, однако, не согласиться с ними.

Трудно представить себе будущего преподавателя, для которого стало безусловной необходимостью бережное отношение к книге, являющейся ценностью не только материальной, но и духовной. К сожалению, студенческие общественные организации не уделяют достаточного внимания этой малоизвестной стороне воспитания молодежи. А пора бы это сделать, и в первую очередь комитету комсомола. Первым шагом пусть является проведение рейда в защиту книги, который будет включать в себя беседы во всех учебных группах о значении книги, об умении обращаться с ней, о фондах нашей библиотеки; обсуждение поведения должников в группах (их нужно обязать в определенные сроки рассчитаться с библиотекой); сбор и сдачу в библиотеку всех «беспорядочных» книг со штампом вузовского книгохранилища.

Итак, рейд в защиту книги! Пусть его участниками будут сотни любящих книгу.

Н. ТЮТИНА,
старший библиотекарь