

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

№ 2 (308)

Суббота, 12 января 1963 г.

Год издания девятый
Цена 1 коп.

Двадцать вторая студенческая

ТОН ЗАДАЮТ ЧЕТВЕРОКУРСНИКИ

Конференция СНО проходит в этом году по-новому: два дня пленарных заседаний, на которые кружки отдельных кафедр послали своих лучших представителей, и кафедральные конференции в сроки, удобные для членов кружков. Так, пленарным заседаниям предшествовали конференции на кафедрах марксизма-ленинизма, гимнастики, спортивных игр. В феврале-марте в Глав-

В КОНФЕРЕНЦИИ кружка СНО кафедры спортивных игр участвовало 62 человека. Среди присутствующих было много преподавателей ряда кафедр института.

Работу конференции открыл руководитель СНО Ю. И. Портных. Он рассказал о работе кружка, о планах студентов-исследователей на будущее, затем он вручил ценные подарки четверокурсникам педфака В. Дякову и В. Ершову, работы которых были премированы на конференции в прошлом году.

Основное направление деятельности кружка отражено в докладах наших «старичков» — студентов IV курса обоих факультетов. Отрицательным является то, что четверокурсники начали основательно осваивать «целину» теории спортивных игр. Не отстает и III курс, чего нельзя сказать

в голове проведут свою научную конференцию лыжники и т. д.

На пленарных заседаниях было заслушано 14 докладов от кружков кафедр марксизма-ленинизма, теории и методики физического воспитания, педагогики, психологии, физиологии, гигиены, гимнастики, легкой атлетики и спортивных игр. Все доклады основаны на обработке большого количества разнообразных наблюдений и экспериментальных данных и связаны с практикой физкультурной и спортивной работы. В процессе выполнения работ многие студенты овладели сложными и тонкими методами исследования. Это М. Михайлов, В. Пахомов, П. Примеров — члены кружка кафедры физиологии, М. Лаптев (кафедра гимнастики), В. Мироненко (кафедра легкой атлетики). Все они, как и подавляющее большинство докладчиков, — четверокурсники.

Понятно, что лучшие исследования у тех, кто больше и дольше работает в студенческом научном кружке. Но дело не только в этом. К сожалению, многие студенты лишь на третьем, а то и на четвертом курсе начинают интересоваться научными проблемами. А по-настоящему значительная научная работа делается ведь не за один год. К работе СНО надо привлекать как можно больше студентов-первокурсников.

Ю. КИСЕЛЕВ, аспирант

Кружок набирает силу

Содержательно прошло расширенное заседание студенческого научного кружка кафедры марксизма-ленинизма, посвященное ноябрьскому Пленуму ЦК КПСС. Студенты Т. Бакулина, Т. Панова, М. Матюшин, Б. Романов выступили с хорошо подготовленными, аргументированными сообщениями по некоторым теоретическим положениям, выдвинутым в докладе Н. С. Хрущева на Пленуме. Студенты Бакулина, Матюшин, Романов умело увязывали разрабатываемые вопросы с профилем нашего вуза, с задачами развития физической культуры и спорта, воспитания советских людей. Тепло было встречено выступление студента Зорига Болдана, который говорил о значении ноябрьского Пленума ЦК КПСС для Монгольской Народной Республики.

Лучшие выступления студентов были вынесены на общестуденческую конференцию студенческого научного общества.

К сожалению, не все студенты — члены кружка явились на заседание, мало присутствовало членов комсомольских бюро факультетов, курсов и комитета ВЛКСМ института.

В 1963 году намечено провести несколько заседаний кружка, на которых запланировано заслушать доклады студентов на весьма актуальные темы. Комитет комсомола института должен позаботиться о том, чтобы такие заседания посещали многие комсомольцы.

Э. САКУН, студент II курса педфака

В городском совете Спортивного союза

ЗВАНИЕ судьи республиканской категории по классической борьбе присвоено преподавателю нашего вуза Н. Болдину.

ГРАМОТОЙ городского совета спортивного союза награждены за долголетнюю общественную и спортивную деятельность лесгафтовцы заслуженный мастер спорта В. А. Воронов и судья республиканской категории по лыжам Е. Ф. Ехлакова.

рошее начало. Пусть его продолжат студенты I и II курсов, пусть они подхватят то, что начато нашими выпускниками, пусть смелее берется за работу.

А. КРИВЦОВ, студент II курса педфака, член СНО

САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ, СМЕЛОСТЬ — ЭТО ХОРОШО

о втором. С первокурсников, вероятно, спрашивать еще рано.

На конференции было заслушано шесть докладов студентов. Наибольший интерес вызвали работы В. Дякова, А. Жилинкова, А. Гордиенко, Б. Сычева. Каждый из них затронул ряд очень важных проблем, по которым в ходе их обсуждения возникло много споров, вопросов.

В их работе были и недочеты, много спорного. Но важно, что они пошли не по проторенной дорожке, проявили немало инициативы. Это — хо-

С мастерским результатом

В соревнованиях лыжников в честь открытия сезона студент III курса спортивного факультета Ф. Залесов выполнил норматив мастера спорта СССР: дистанцию 15 км он прошел за 55 мин. 45 сек.



- * Сессия пришла к третьекурсникам
- * Отчитываются энтузиасты СНО
- * Отличные шефы у юных спортсменов!
- * 26 ЛЕТ В СТРОЮ
- * Растет авторитет дружины
- * Хорошая заявка Олега Иванова

ВТОРАЯ ГРУППА ПОДВОДИТ

6 января четверокурсники завершили сдачу экзаменов (по иностранному языку, спортивной медицине, а также получили зачет по плаванию). Результаты неплохие: средний балл по курсу составляет 4,0. 21 человек сдал оба предмета на «отлично». Семь отличников — в 4-й и столько же в 5-й группе.

Пятую сессию подряд получают только пятерки студенты М. Михайлов и В. Бакаев; О. Николаев и Н. Евстигнеева являются отличниками уже четыре семестра, М. Херузе, Т. Щекина и А. Петухов — третью сессию.

Лучший средний результат показала 4-я группа (лыжники) — 4,2 балла (старший преподаватель И. Лазарев), второе и третье место поделили 1-я и 5-я группа (старшие преподаватели В. Карев и Д. Поляков). На последнем месте оказалась 3-я группа (спортигровики).

Ни шатко ни валко — на «троечки» — сдали экзамены Г. Гоголев, В. Трабер, Н. Соловьева и Г. Тараторин. По одной неудовлетворительной оценке умудрились получить Н. Терентьева, В. Пузынин, Г. Ясюнас, В. Провоторов и В. Кувыркин. Этим студентам необходимо к последней весенней сессии готовиться очень и очень серьезно. Иначе их ждут неприятные осложнения.

Третьекурсники сдали по одному экзамену. 4-я и 5-я группы экзаменовались по физиологии. Первые получили одну двойку, у вторых не сдали двое. Без неудовлетворительных оценок прошел экзамен по политэкономии у 1-й и 3-й групп.

А вот студенты 2-й группы «отличились»: из 17 сдававших политэкономии 8 получили «неудовлетворительно». Сказалось то, что многие из этой группы большое количество времени провели на различных сборах, а вовремя наверстать упущенное, как видно, поленились. Много было пропущено студентами группы лекций и семинарских занятий также и без уважительных причин. Отсюда и поверхностные знания.

А. ИГНАШЕНКО, декан спортивного факультета

ОТКРЫВАЯ СЕЗОН

5 и 6 января на нашем стадионе состоялись первые в этом году соревнования по конькобежному спорту на приз открытия сезона ЛОС СДСО «Буревестник». 196 студентов — любителей скоростного бега на коньках оспаривали первенство на дистанциях 500 и 1500 метров (женщины), 500 и 3000 м (мужчины).

Первые старты на ледяной дорожке показали, что многие студенты хорошо подготовились к сезону. Среди женщин на двух дистанциях первой была студентка нашего института А. Кутумова (IV курс спортфака). Второй — ее однокурсница А. Генералова. На третьем месте неожиданно для многих оказалась студентка Политехнического института В. Кабанова.

У мужчин первым по сумме двух дистанций был мастер спорта СССР студент I курса Политехнического института С. Евстигнеев. Второе место занял высту-

пивший в этих соревнованиях ниже своих возможностей студент IV курса педфака О. Мурылев. Следует отметить результаты первокурсника спортивного факультета О. Иванова, преодолевшего 500 м за 47,1 сек. и 3000 м за 5 мин. 13,2 сек. С этими показателями О. Иванов занял третье место. Олегу 17 лет. Для открытия сезона его результаты можно считать отличными.

В командном зачете с большим преимуществом первое место занял коллектив нашего института. Второе место — за Политехническим институтом, на третьем — конькобежцы Университета.

Завтра, в 12 часов, впервые на нашем стадионе состоится соревнования, в которых примут участие сильнейшие конькобежцы Ленинграда. В программе — бег на дистанции 5000 и 10.000 м у мужчин и 1500 и 3000 м у женщин.

А. ПАВЛОВ, преподаватель

Дружина действует

Вышел очередной номер стеноидной фотогазеты «Дружинник». В нем рассказывается о том, как лесгафтовцы осуществляют охрану общественного порядка в доверенном им микрорайоне.

Сейчас дружина состоит из трех отрядов, в нее также входят группы оперативная и ГАИ.

Самый трудный участок — у спортивного факультета. Вот что пишет в заметке командир отряда спортфаковцев преподаватель В. С. Конников:

«Мы осуществляем дежурство на территории жилищной конторы № 18. В патрулировании принимают участие все группы факультета во главе с преподавателями. За последнее время (что очень отраднo) в рейдах участвовали преподаватели теоретических кафедр. Это Т. И. Поморцев, С. В. Ксенофонтов, А. Ф. Константинова, А. П. Страхов, председатель СКИФа Н. Г. Герасимов.

За отличное дежурство районный штаб наградил студента 3-й группы IV курса Гордиенко грамотой.

Много работы в субботние и воскресные дни, когда в штаб доставляется по 5—6 нарушителей».

...Педфаковцам работает спокойнее. Порядок царит во Дворце культуры имени Первой пятилетки.

Каждый год меняются формы дежурства. Сейчас решили создать семь постоянных групп, состоящих из студентов, каждая из которых дежурит в определенный день недели. Это удобно, но зато, кроме командира отряда Н. И. Болдина и начальника штаба И. И. Шустера, не увидишь ни одного преподавателя педфака, а их в дружине больше 30.

Дружина института стала довольно известной в Октябрьском районе. В штабе часто раздаются звонки из разных учреждений с просьбой прислать на помощь наших дружинников.

В. СОЛОВЬЕВ, студокр

На снимке: студент I-й группы IV курса спортфака М. Михайлов составляет протокол о задержании нарушителя.

Фото автора

Ребята станут инструкторами

Как и в прошлом году, мы пришли на педагогическую практику в школу № 245 Октябрьского района. Ребята встретили нас как старых знакомых, с большим дружелюбием и теплотой. Это воодушевило нас — мы приступили к работе с еще большим желанием дать им знания, привить им любовь к физкультуре и спорту, с возможно большей пользой провести нашу практику.

Перед бригадой встал вопрос, какие новые формы работы можно применить, чтобы улучшить физкультурную работу в школе, в пионерской организации. Одним учителям очень тяжело охватить все звенья работы, и мы на заседании бригады решили, что это может сделать только хорошо подготовленный широкий актив из числа самих спортсменов-школьников.

Совместно с нашим методистом — преподавателем кафедры гимнастики А. С. Серебряным и учителем А. А. Карелиным мы решили создать при школе курсы общественных инструкторов. Была написана программа, которую обсудили на собрании нашей бригады, а затем мы пошли к директору школы А. М. Кантору. Он одобрил наше начинание и утвердил программу.

Вот уже два месяца работают эти курсы. По тому, с каким увлечением ребята занимаются здесь, можно судить, что наше начинание удалось. Особенно слушателям курсов нравится, что им привьют навыки, необходимые для того, чтобы самостоятельно командовать, проводить физзарядку, а также знакомят их с тем, как организовать физкультурные мероприятия в школе. Кроме этого, учим их, как проводить и организовывать занятия на коньках, на лыжах и т. д.

Ребятам очень импонирует то, что по окончании курсов лучшие из них получают от дирекции школы удостоверение о присвоении звания общественного инструктора физической культуры и спорта в школе.

Очень отрадно, что к этому ме-

роприятию хорошо отнеслись на кафедре гимнастики. Там представили нам на воскресные дни зал.

Такие курсы действуют под руководством студентов нашего института и при 229-й школе. Всего на курсах, слушатели которых совместно занимаются по воскресеньям в зале кафедры гимнастики, 70 учащихся 245, 229, 250-й школ.

Директор 245-й школы, побывавший недавно на наших занятиях с юными спортсменами, остался доволен.

— Если бы у нас на уроках была такая дисциплина, как здесь, — сказал он, — ничего лучшего и желать не надо было бы.

Спасибо и кафедре лыжного спорта, которая помогла нам организовать для наших питомцев во время каникул на базе института в Кавголове семинар по теме «Как провести лыжную вылазку со школьниками».

И. ЛАЦИГИН, И. МИРОНОВ, Л. БЕЛОВА, Ю. ХАРИТОНОВ, Г. КРУПЕЙНИКОВА, В. ГУРЬЛЕВА, студенты 5-й группы II курса спортфака

Месячник ДОСААФ

Районный комитет ДОСААФ объявил с 15 января месячник по смотру достижений в оборонно-массовой работе, который посвящен 45-й годовщине Советской Армии и Военно-Морского Флота. Этот смотр ставит перед первичными организациями ДОСААФ следующие задачи: дальнейшая пропаганда решений XXII съезда КПСС, решений ноябрьского Пленума ЦК КПСС, а также 5-го съезда ДОСААФ, всемерное усиление военно-патриотического воспитания трудящихся в духе постоянной готовности к защите социалистической Родины, совер-

шенствование всех форм оборонно-массовой работы.

При подведении итогов месячника и определении мест в районном масштабе, а также по кафедрам, отделам, курсам, факультетам института будет учитываться: количество и качество проведенных лекций, число экскурсий, демонстраций учебно-оборонных фильмов, встреч с героями и передовыми людьми нашего района и города; количество подготовленных спортсменов, а также призванных и допризывников по военно-прикладным видам спорта; количество и качество обученных по 18-часовой программе «Готов к ПВО» 2-й ступени; проведение соревнований по военно-прикладным видам спорта; количество вовлеченных в члены ДОСААФ и выполнение плана сбора членских взносов.

Товарищи! Принимайте активное участие в объявленном месячнике-смотре оборонно-массовой работы, вступайте в члены патриотического общества ДОСААФ.

Б. КАТАН,
председатель комитета ДОСААФ института

Труженица, ленинградка...

Вряд ли найдется в институте студент или преподаватель, не знающий Марию Михайловну Иванову. Одним она помогает подобрать литературу для курсовой работы, другим — материалы, необходимые в процессе написания диссертации, третьим — книги для подготовки бесед в школе. Если книг нужных читателей, в библиотеке нет, она разыскивает их в других книгохранилищах Ленинграда, а нередко и в других городах страны.

Двадцать шесть лет назад Мария Михайловна пришла работать в библиотеку техникума физической культуры.

Когда началась война, техникум остался в Ленинграде, осталась и Мария Михайловна. Вместе со студентами она дежурила на крышах, тушила зажигательные бомбы, откапывала людей, засыпанных обломками зданий.

Ночь. Всюду высокие сугробы снега. Ярко светит луна. Далеко окрест видно каждую тень на снегу. К Неве по обледенелой тропинке медленно идет за водой человек. Днем в библиотеке много работы. «Завтра нужно непременно заставить девочек вымыться», — думает Мария Михайловна. Это тоже борьба за жизнь, борьба за победу... Приходилось думать и о большой мате-

ри, и о студентах, здесь, в блокированном городе, оторванных от родных и близких.

Во время одного из обстрелов помещение библиотеки было разрушено. Морозными днями, на санках, истощенная голодом, Мария Михайловна одна перевезла 45 тысяч книг в новое помещение.

В 1957 году Мария Михайловна перешла работать в библиотеку нашего вуза. Она помнит каждый учебник, знает, когда вышла книга, кому можно ее рекомендовать. Она и сейчас забывает о

конце рабочего дня. Ей всегда приходится напоминать об этом.

Мария Михайловна — старший работник читального зала. Коллектив этого участка библиотеки молодежный, и Мария Михайловна свой опыт и знания охотно передает молодым работникам, учит их человечно относиться к людям, четко трудиться. Душой болеет она за доверенное ей дело.

А. ПАЛЕВИЧ

На снимке: М. М. Иванова за работой.



Алкоголь и его последствия

ЗА ЗДОРОВЫЙ БЫТ

Осуществляя построение коммунистического общества в нашей стране, мы имеем целью не только дальнейшее мощное развитие экономики, но и воспитание человека, достойного нашей эпохи, преодолевшего целый ряд вредных традиций, искоренившего пережитки прошлого, в том числе и злоупотребление алкоголем.

Пьянство — один из отвратительных пережитков прошлого. Систематическое злоупотребление спиртными напитками является плодом недостаточной культуры человека, его моральной распушенности, отсутствия чувства ответственности перед обществом и семьей, а также недостаточной воспитательной работы общественности. Нельзя забывать, что злоупотребление алкоголем влечет за собой потерю чувства самоконтроля и нередко приводит к нарушению норм поведения в обществе, а порой к преступлению.

Как же влияет алкоголь на психику, отдельные органы и на весь организм в целом?

Мнение меньшинства о бодрящем влиянии алкоголя не соответствует действительности. Наблюдениями и опытом установлено, что вслед за кратковременным кажущимся поднятием трудоспособности и бодрости после принятия алкоголя наступает резкое их снижение. Нужно помнить, что

усталость проходит только при условии разумно организованного отдыха.

Алкоголь, вызывая расширение периферических кровеносных сосудов, создает приятное ощущение прилива тепла, а тем самым создаются условия повышенной теплоотдачи в окружающую среду, и поэтому организм, теряя свое тепло, быстрее охлаждается. Вот почему опьяненный более подвержен простуде и замерзанию.

Привычка выпить «рюмочку перед едой для аппетита» приносит впоследствии большой вред организму. Раньше — просто выпивка, затем — потребность выпить. А это приводит к болезни — алкоголизму. Алкоголь перед едой действительно вызывает усиленное выделение желудочного сока и повышение аппетита. Но все это ведет к осложнению. Слизистая оболочка желудка постепенно грубеет, появляется тошнота, изжога, рвота и т. д.

Среди некоторой части даже творческих работников распространено мнение о благоприятном влиянии алкоголя на активность трудового процесса. Это не соответствует действительности. Изучение этого вопроса показало обратное. Так, например, 200 граммов водки понижают мышеч-

ный тонус до 30 процентов. У пьющих производительность труда снижается до 4 процентов, при этом особенно страдает точное производство, а в наших условиях — спортивный навык.

Исключительно вредное воздействие алкоголь оказывает на клетки организма, нарушая обмен в них, их кровоснабжение и иннервацию. То, что алкоголь — яд, губительно действующий на живую клетку, подтверждалось рядом опытов, проводимых учеными.

Несомненно, что вреден алкоголь детям и подросткам. Доказано, что он передается и с молоком кормящей матери.

В состоянии опьянения человек как бы готов к преодолению любых трудностей и невзгод. Это состояние и служит обычно стимулом для дальнейшего употребления алкогольных напитков, и человек, привыкая к своей обычной дозе, начинает ее все больше увеличивать, а таким образом намечается путь от трезвенника к пьянице.

Алкоголь, попадая в желудок, а затем в кишечник, быстро всасывается в кровь, задерживаясь в печени и центральной нервной системе, нарушая их деятельность. А отравляя нервные клетки, он

пагубно влияет на мозг, нарушая процесс мышления и сознания. Нарушение же нормальной деятельности центральной нервной системы приводит к различным несчастным случаям, изменению отношения к окружающим, чрезмерной раздражительности, конфликтам и т. д.

У систематически пьющих людей нарушается прежде всего психика, у них отмечается упадок нравственности, притупляется интерес к жизни, такой человек по характеру становится грубым, эгоистичным, ревнивым. Уменьшается способность к сосредоточенному вниманию. Такие люди начинают мыслить шаблонно и примитивно. У них развивается быстрая утомляемость, рассеянность, ослабляются волевые качества и наконец появляются различные психозы.

В качестве примеров воздействия алкоголя на отдельные органы можно отметить поражение слизистой оболочки как верхних дыхательных путей, так и желудочно-кишечного тракта с соответствующими последствиями, наблюдаются изменения со стороны оболочек мозга и самого вещества мозга. Происходят изменения и со стороны сердечной мышцы, сердечно-сосудистой системы. Из

других внутренних органов основательно поражается печень и главным образом ее антиоксидантная барьерная функция, наступает перерождение печеночной ткани. Страдают и такие органы, как поджелудочная железа, половые железы (с последующим нарушением их функций), следствием чего может явиться бесплодие и импотенция.

Злоупотребление водкой, вином делают человека восприимчивым ко многим заболеваниям, ведут к преждевременной старости, и в конечном счете, к сокращению жизни.

Общезвестно отрицательное влияние алкоголя на течение инфекционных заболеваний.

Для предупреждения такого грозного заболевания, как алкоголизм, необходим своевременный и эффективный комплекс мероприятий по линии как профилактической, так и воспитательной работы.

А. СТРАХОВ,
старший преподаватель

Редактор М. В. БАРАНЧИКОВ
М-23545 Заказ № 88
Типография им. Володарского
Лениздата, Ленинград,
Фонтанка, 57