

14 декабря в 15 часов 45 минут в актовом зале главного корпуса состоится конференция трудового коллектива по выдвижению кандидатов в народные депутаты. Регистрация делегатов с 15.15 до 15.30.

23 декабря в 18 часов в ДК «Комбайностроитель» проводится КВН. В нем участвуют команды нашего института и государственного университета. Спешите за билетами в бюро ВЛКСМ МТО и комитет комсомола КрПИ.

ПОЛИТЕХНИК

ОРГАН ПАРТКОМА, РЕКТОРАТА, КОМИТЕТА ВЛКСМ И ПРОФКОМОВ КРАСНОЯРСКОГО ПОЛИТЕХНИЧЕСКОГО ИНСТИТУТА

Газета основана в 1964 г.

№ 33 (900)

Среда, 13 декабря 1989 г.

Цена 2 коп.

В предыдущих номерах нашей газеты уже сообщалось о молодежном центре «Спектр», созданном при комитете комсомола института. Со времени начала его работы прошло всего 7 месяцев. Каковы же результаты работы за этот период, с какими трудностями и проблемами сталкивается сегодня это молодежное объединение института?

«СПЕКТР» является многопрофильным центром, а его деятельность не замыкается на одном только направлении работы. К настоящему времени это: оказание услуг населению, работа по научным и хозяйственным договорам, хозрасчетный штаб ССО и организация досуга в Студенческом городке.

Основной задачей молодежных центров является привлечение нашей молодежи к труду, который ей интересен и дает возможность проявить свой талант, умение, свои знания. Наш МЦ «Спектр» не является исключением. Главную свою цель мы ви-

Какие у «Спектра» проблемы

дим в том, как обеспечить каждого студента, желающего работать в свободное от учебы время, рабочим местом, как обеспечить население Студенческого городка полноценный отдых. Пока в центре занято всего 76 человек. Это студенты, сотрудники, преподаватели. За какие-то 7 месяцев ими оказано услуг населению, выполнено договоров с предприятиями, организациями и институтами края на сумму 112 тыс. 300 руб. Доход, поступающий от деятельности подразделения, идет, как правило, на материальное развитие центра. Часть прибыли, до 10% доходов центра, идет на выполнение социально-политической программы комитета

ВЛКСМ нашего института. За прошедший период это поездка в феврале нынешнего года лучшей группы института по туристической путевке в Киев—Чернигов, проведение дня донора, участие в проведении Дня молодежи, подготовка к институтскому новогоднему балу и многое другое. Кроме того, с 1 января 1990 г. частью дохода тех подразделений, которые занимают площади в общежитиях, на договорных условиях будут распоряжаться студсоветы общежитий, то есть должна появиться материальная заинтересованность студентов в работе таких формирований, в расширении их деятельности.

Какие у центра проблемы?

Такие же, как и у всех молодежных центров. Это полное отсутствие фондов, нехватка помещений, средств и оборудования. Это и полное непонимание со стороны Октябрьского исполкома, и препоны на уровне банка, когда свои заработанные деньги не можешь получить, потому что... Сюда же входит и вопрос о собственности, ставшей краеугольным камнем между Секретариатом ЦК ВЛКСМ и молодежными предприятиями. Об этом подробную информацию вы можете узнать из газеты «Красноярский комсомолец» от 06.11.89 г.

Проблем много, а решать их надо. Тем же, кто заинтересовался, у кого есть свежие идеи и дерзкие предложения,—звоните (тел. 257-353), приходите («Г» 2-60, «Г» 2-52, комитет ВЛКСМ). Мы ждем ежедневно с 14-00 до 15-00.

А. КУЛАЕВ,
директор молодежного центра «Спектр».

О РАБОТЕ ПАРТОРГАНИЗАЦИИ РАЙОНА

Сегодняшний пленум для районной партийной организации может стать важным событием в зависимости от того, какое решение будет принято и какой отклик оно получит у коммунистов и беспартийных.

В последнее время все чаще приходится задаваться вопросом: является ли райком (горком, крайком) партии, партком или бюро на предприятии политическим руководителем или авангардом на данной территории или в организации? И приходишь к выводу, что в полной мере — не является.

Что же нужно сделать, чтобы не упустить инициативу и время? Развернувшаяся по инициативе ГК КПСС дискуссия о роли и месте партии на современном этапе и о демократизации внутрипартийной жизни, судя по всему, идет в организациях и предприятиях по-разному. Расстановка сил, на мой взгляд, следующая.

Часть членов партии считает, что дискутировать уже не о чем — инициатива и авторитет полностью потеряны, надеяться не на кого и пора выходить из рядов партии.

Другая часть, по-видимому, большая, продолжает находиться до сих пор в роли статистов, позиции не имеет и сравнительно спокойно выжидает. Часть же коммунистов ищет выход из создавшейся кризисной ситуации, нарабатывает пакет предложений и по мере сил их продвигает. Будем считать, что сидящие в зале относятся к последней группе. В этой связи хотелось бы заметить, что наш районный комитет, бюро райкома пока еще не являются интегрирующим, аккумулирующим, направляющим штабом этих инициатив. Это относится и к секретариату: секретарей райкома в дискуссиях не очень-то было видно, позиция их по ряду вопросов остается неизвестной.

А спектр вопросов и мнений на сегодня достаточно широк. Например, у нас в институте группа коммунистов (правда, небольшая) выступает за немедленный созыв чрезвычайного съезда КПСС, страстно поддерживает резолюцию ленинградского митинга. Более многочисленная группа коммунистов убеждена, что пора отказаться партии от конституционных привилегий, то есть отменить статью 6-ю Конституции СССР.

Практически единодушны коммунисты института в том, что порядок выборов руководящих органов партии и делегатов на съезд должен быть существенно изменен, предпочтение отдается прямым, на альтернативной основе выборам всех руководящих кадров. Коммунисты считают, что от 30 до 60% партвзносов должны оставаться в первичных организациях.

Неоднозначна позиция наших коммунистов в вопросе о целесообразности совмещения постов секретарей выборных партийных органов и председателей Советов народных депутатов, а также о признании прав меньшинства, о сути демократического централизма, о необходимости создания многопартийной политической системы и очищения партийных рядов. Дискуссия по этим вопросам в предсъездовский период в институте будет продолжена. Коммунисты института видят пути повышения авангардной роли партии через усиление и укрепление первичных организаций и всестороннюю демократизацию внутрипартийной жизни.

В характеристике практической деятельности коммунистов района хотелось бы подчеркнуть, что ближайшей задачей является, конечно, организация выборной кампании в республиканские и местные Советы и участие в ней. Здесь между членами райкома должны быть взаимопонимание, взаимопомощь. Большинству из нас, по-видимому, придется участвовать в борьбе за мандаты депутатов в Советы разного уровня. Нам нужны объективные данные о состоянии социально-экономического развития Октябрьского района, необходимо знать ближайшие цели и задачи. Все это должно помочь нам в предвыборной борьбе.

Пора, на мой взгляд, начать подготовку и к очередной отчетно-выборной районной конференции. Сроки ее проведения приблизил назначенный в октябре 1990 года съезд. Среди делегатов конференции не может быть равнодушных коммунистов, первичные организации должны прийти на конференцию с конкретными политическими позициями и платформами, тогда и дела в районе пойдут более успешно.

В. ТЕМНЫХ,

секретарь парткома.

(Из выступления на V пленуме Октябрьского РК КПСС).



Заметки о межвузовском фестивале стройотрядовой песни, с успехом прошедшем в КрПИ, читайте на 3-й стр.

ПО СЛОЖИВШЕЙСЯ традиции в Красноярском народном университете технического прогресса на транспорте работали два факультета: технического творчества и безопасности движения. Было проведено по 9 занятий на каждом факультете. Число слушателей на двух факультетах составило 135 человек. Среди участников работы народного университета были инженерно-технические работники автотранспорта, ученые КрПИ, студенты старших курсов АТФ.

Особенности работы народного университета в прошлом учебном году заключались в том, что наряду с лекциями по проблемным вопросам развития автомобильного транспорта и связанными с ними проблемами безопасности движения широко распространение получило проведение целевых научно-практических семинаров в АТП по обмену опытом передовой работы. При этом в качестве участников научно-практических семинаров были передовые рабочие специализированных

В ПОМОЩЬ АВТОТРАНСПОРТНИКАМ

участков, студенты старших курсов АТФ. Так, были проведены следующие научно-практические семинары: «Обмен опытом работы участков по изготовлению нестандартного оборудования» (январь 1989 г.), «Переоборудование и техническая эксплуатация автомобилей, работающих на сжиженном газе» (февраль 1989 г.), «Передовая технология ТО и Р ГМП автобусов» (март 1989 г.), «Обмен опытом работы КамАЗа в Сибири» (апрель 1989 г.), «Обмен опытом работы моек автомобилей круглогодичного действия» (май 1989 г.). В 1989—90 учебном году планируется продолжить работу по знакомству слушателей народного университета с основными проблемами автотранспорта на лекциях. Темы следующие: «Перспективы

развития автомобильного транспорта в СССР» (докладчик Мамонтов В. Н.), «Проблемы автоматизации и охраны окружающей среды» (докладчик Архипов С. В.), «Новые формы организации экономической работы автотранспорта» (докладчик Голянд И. А.), «Проблемы организации безопасности движения на автотранспорте. Помимо лекций планируется и проведение научно-практических семинаров: в декабре 1989 г. по вопросам обмена опытом работы кузнечных участков в КПОПАТ-1 и а/к 1265; в феврале 1990 г. по вопросу обмена опытом работы участков диагностики автомобилей; в марте 1990 г. по теме «Обмен опытом работы автомобилей, работающих на сжиженном газе»; в апреле 1990 г. по теме «Повышение эффектив-

ности работы автомобилей КамАЗ в условиях Сибири». Активное участие в работе

народного университета работников автомобильного транспорта принимают студенты старших курсов АТФ как в качестве слушателей, так и в качестве разработчиков, что позволяет им более предметно, целенаправленно углублять свои знания, уязвлять теорию с практикой по проблемным вопросам автотранспорта. Слушатели народного университета принимают активное участие в научно-технических конференциях, конкурсах-смотре. Среди студентов-дипломников из числа слушателей народного университета сложилась практика разработки реальных дипломных проектов с последующим их внедрением в производство.

З. ПОГОРЕЛОВ,
доцент кафедры АТ, ректор народного университета автотранспорта.

ИТОГИ ВИЗИТА

29 ноября — 1 декабря в институте находилась болгарская делегация Высшего технического училища им. А. Кынчева в составе зам. директора по научно-исследовательской и производственной деятельности Г. Попова и научного сотрудника Е. Минева. Визит предусматривает продолжение работ по реализации договора о дружбе и сотрудничестве между институтами.



ститута, на которой с докладом выступил Георгий Попов. Доклад был встречен с должным вниманием и интересом, тем более что наш болгарский гость хорошо владеет русским языком. Достаточно подробно ученый ответил на многочисленные вопросы наших сотрудников, затем после короткого перерыва приступили к обсуждению вопросов по совместной учебной и научно-методической работе, об обмене студентами и преподавателями, а также по информационно-рекламной деятельности, маркетингу. В результате переговоров подписан протокол совместного совещания представителей ВТУ им. А. Кынчева и Красноярского политехнического института. Достигнута договоренность о проведении совместного научно-технического семинара по новой технике и технологии на базе Абаканского филиала КрПИ в мае 1990 г.

Н. ПОПОВА,
инженер первой категории.
НА СНИМКАХ: Г. Попов,
Е. Минева; во время совещания.

Фото А. ШОСТАК.

ИЗ ПОСТАНОВЛЕНИЯ ПЛЕНУМА РК КПСС

Пленум Октябрьского РК КПСС, обсудив 6 декабря итоги дискуссии «О роли и месте КПСС в современных условиях», считает необходимым последовательно реализовывать выработанный XXVII съездом КПСС, XIX Всесоюзной партийной конференцией курс на дальнейшую демократизацию общества, освоение коммунистами политических методов работы, сосредоточить усилия коммунистов районной партийной организации на увеличении соизмерительного вклада в практическое продвижение перестройки, повышении эффективности работы первичных партийных организаций.

В постановлении РК КПСС предусмотрено: Программу действий Октябрьской районной партийной организации одобрить, принять как руководство к действию всем первичным партийным организациям района. Предложения к платформе Красноярской городской партийной организации на выборы в республиканские и местные органы власти принять за основу.

Обратить внимание на необходимость усиления раздела платформы «В области политической деятельности». Считаю необходимым отразить в платформе следующие вопросы:

о проведении прямых выборов делегатов на XXVIII съезд КПСС;

о создании компартии России;

об отношении к статье 6-й Конституции СССР. Пленум РК КПСС поддерживает предложения первичных партийных организаций о создании компартии России, что позволит коммунистам сконцентрировать усилия на решении проблем Российской Федерации, даст возможность создать необходимые структуры и условия совместно с компартиями других республик на равной основе участвовать в поисках консенсуса, решать общие проблемы Советского Союза, вырабатывать единый подход к общественным проблемам.

Коммунистов района волнует вопрос о положении КПСС в политической системе советского общества. Пленум считает, что вопрос о полной отмене статьи 6-й Конституции СССР в настоящее время является преждевременным и политически неправильным, так как указанная статья включает важнейшие положения о принципах действия КПСС — главной политической силы общества в правовой системе государства.

Вместе с тем, учитывая современные тенденции в развитии политической системы общества, статья 6-й Конституции СССР требует новой редакции, закрепляющей эти тенденции, которые должны получить дальнейшее развитие в разрабатываемом в настоящее время проекте Закона об общественно-политических организациях в СССР.

Пленум считает, что необходимо ускорить разработку указанного проекта закона и вынести его на всенародное обсуждение.

В первичных партийных организациях района продолжить дискуссию «О роли и месте партии в современных условиях», формировании предложений по изменению Устава и Программы КПСС.

29 ноября в актовом зале корпуса «Г» состоялась 17-я отчетно-выборная конференция спортивного клуба «Политехник».

КАК уже сообщала наша газета, желающих участвовать в работе конференции было немало. Устроители постарались с оформлением зала. Среди приглашенных — представители администрации, гости из Болгарии. С отчетным докладом выступил председатель спортклуба А. Б. Муллер.

Аксиоматично: спорт — это благо, это всегда польза, это необходимо, это может быть, жизненно важно. И еще одна аксиома в пику первой: организация спортивной жизни в институте сопряжена с немалыми проблемами. Что, кстати, делает достижения спортивного клуба в глазах сочувствующих развитию спорта еще более весомыми.

По мнению активистов спортклуба, 6—8 часов — минимум недельной двигательной активности, способной нормализовать деятельность внутренних систем организма, укрепить и сохранить здоровье, поддерживать высокий уровень работоспособности. Достижение этого минимума каждым членом институтского коллектива, можно сказать, задача работников спортклуба. И тут огонек нашей с вами активности они мечтают раздуть в пламя физкультурно-энтузиазма. Вот такая мечта. Ведь, как известно, кафедра физвоспитания не имеет не только укомплектованного штата преподавателей, но и должной материальной базы. Этот, мягко гово-

ря, «недостаток» «связывает» нас с вами в выборе желаемого вида спорта. Но мы, скажем, — инертные физкультурники. Нам то это подай, то — то. Но на нас, к счастью, свет клином не сошелся.

За нынешний учебный год к дополнительным занятиям в спортивных секциях и оздоровительных группах привлечено 1322 студента, что составляет 33,4% от количества обучающихся. (Справка: в лучших вузах страны этот показатель равен 40%). Для всех желающих работали бесплатные пункты проката: коньков — три раза в неделю, лыж — пять раз в неделю, туристического инвентаря — по воскресным дням. В главном корпусе оборудован тренажерный зал, который позволил дополнительно заниматься 250 студентам. В общежитиях №№ 1, 3, 5, 6, 7 созданы спортивные комнаты, оснащенные тренажерными устройствами. На каждом факультете работают спортсоветы. В соревнованиях, проведенных спортсоветами факультетов и общежитий, приняли участие 20235 человек, в среднем каждый студент участвовал в четырех спортивных мероприятиях. Разработано и внедрено положение о здоровом образе жизни студентов, предусматривающее премирование студентов два раза в год по 50 рублей. По итогам года награждены 8 человек.

Лучших показателей в работе среди факультетов добились МТФ (председатель спортсовета Таченко Руслан), ФАВТ (председатель спортсовета Мариненко Николай),

СПОРТУ — ДА!

МСФ (председатель спортсовета Лисовенко Сергей). Среди студенческих общежитий победили МТФ, ЭМФ, ФАВТ. Проведены 4 спартакиады — среди первокурсников, среди студенческих общежитий, среди факультетов, среди преподавателей и сотрудников. Успешно выступали в соревнованиях различного ранга спортсмены института. Спортивный клуб стал победителем зимней и летней спартакиад 1988 года. Студенты Игорь Кузнецов (МСФ), Роман Ромак (МТФ), Виктор Зданович (РТФ) — неоднократные чемпионы РСФСР, чемпионы СССР 1988 года, чемпионы Европы 1989 года среди молодежи по регби. Инженер кафедры АИТ Владимир Лебедев — четырехкратный чемпион СССР по альпинизму. За последние три года подготовлено 9 мастеров спорта СССР, 35 кандидатов в мастера спорта, 65 спортсменов первого разряда. Институт стал победителем в соцсоревновании на лучшую организацию физкультурно-массовой, спортивной и оздоровительной работы среди вузов края за 1988 год. При кафедре физического воспитания работает научно-исследовательская лаборатория функциональной и двигательной активности человека под руко-

водством доцента кафедры О. Н. Московченко.

Представители Всесоюзного научно-исследовательского института профилактической медицины Минздрава СССР, ознакомившись с условиями организации физвоспитания в институте, вышли с ходатайством перед Госкомитетом СССР по народному образованию и Всесоюзным советом ДФСО профсоюзам о создании на базе нашего института первого в стране центра здорового образа жизни. Этот центр будет призван выполнять ряд программ, в том числе и программу повышения уровня общей культуры студенчества.

Но идея создания центра — пока еще тоже мечта. А сегодня председатель спортклуба вынужден жестко ставить вопрос: «В настоящее время идет всенародное обсуждение проекта концепции развития физкультуры и народного спорта в стране. В одном из разделов концепции говорится о необходимости закрепить в законодательном порядке ответственность руководителей предприятий, учреждений и учебных заведений за создание условий для занятий физкультурой и народным спортом. Ответственность должна выражаться в выполнении го-

сударственных нормативов, к примеру, учебное заведение должно иметь столько-то квадратных метров крытых и открытых сооружений на человека. Хочется выразить надежду, что проект концепции будет утвержден».

Что тут скажешь? Набле-ло. Становление всякого благого дела, так уж в нашей стране повелось, происходит на фоне скрытой или явной борьбы инициаторов дела и их начальства. И опять на конференциях звучали упреки в адрес администрации института. Умолчать сложно. В 1987 году, когда проектировался новый корпус института, работники спортклуба просили учесть пожелания любителей спорта и найти в нем место для спортзала. Руководство просьбы не услышало. (Правда, недавно возникла надежда, что такой спортзал может появиться в не существующем еще пока бытовом корпусе, рядом с общежитием № 7). И при хронической нехватке «метража» установилась порочная практика — сносить под строительство спортивные площадки, взамен, сами понимаете, ничего не создавая. А с невредимыми спортплощадками другая забота — плохая освещенность. А как быть с ремонтом спорткорпуса с плавательным бассейном? С проектированием теннисных кортов? Можно надеяться?

Отдельно в своем докладе председатель спортклуба остановился на проблемах организации спортивно-массовой работы среди преподавателей и сотрудников. Его анализ работы спортивно-оздоровительной комис-

сии профкома, думаю, не вызвал положительных эмоций у членов комиссии и профкома. Здесь же был высказана драгоценная мысль о премировании членов профком преподавателей сотрудников, на личном примере пропагандирующих здоровый образ жизни.

Прошли дебаты по полжениям доклада. Избрал новый состав правления спортклуба. И приятная процедура — награждение победителей смотря-конкурса, студентов-активистов — завершила конференцию.

— Мне казалось, что конференция будет более острой, — поделился Арон Брисович, — что будет больше замечаний и вопросов. Но доволен уже и в том плане, что руководство услышало критику.

Сама я — пассивный физкультурник. А вот отец меня — заядлый спортсмен. Когда я отправляю его тридцатиградусный морозный лыжный пробег до Дивного ска, каждый раз интересуюсь, зачем ему такая сумасшедшая нагрузка и вообще «этот спорт?»

— Здоровеньким хочу гмереть, — традиционно отвечает он.

Это, конечно же, шутка. Но ведь недаром говорят: «Спорт — это жизнь». Увлеченные люди живут спортом и видят в нас, неспортсменах, обделенных судьбой людей. Может, у них иное мироощущение? Наверняка, какое? Интересная загадка, которую в принципе можно разгадать самому.

О. КОЧИ



Проблема мировоззрения чрезвычайно сложна. Ее неоднозначность состоит в том, что человечество не владеет и не может владеть исчерпывающим знанием. Более того, сам процесс пости-

курса факультета автоматики и вычислительной техники.

Исходя из потребности расширения представлений о формах мировоззрения, студенты выразили желание провести дискуссию «Современный мир и новое мышление» и пригласили настоятеля уярского прихода кандидата богословия отца Георгия. Наибольший интерес, естественно, вызвал вопрос о вере. Ситуация сложилась необычная, впервые мы слушали в лекционной аудитории человека иных взглядов. И несмотря на то, что не во всем могли согласиться с отцом Георгием студенты, эта встреча была им весьма полезна.

В. КОВАЛЕВИЧ.
Фото В. Голубцова.

ДЕНЬ ЭНЕРГЕТИКА

В СССР функционирует Единая Энергетическая система, объединяющая европейскую и большую часть азиатской территории страны. Принятая в 1983 году Энергетическая программа СССР планирует дальнейшее развитие топливно-энергетического комплекса. Однако сегодня советская энергетика переживает значительные трудности. С большим напряжением осуществляется энергообеспечение страны, в отдельных регионах случаются перебои в поставке электроэнергии. Первоначально важны вопросы экологической чистоты энергетических предприятий. Во многих регионах они приобрели болезненную остроту. В связи с этим на повестке дня стоит задача создания безотходных технологий, ввода новейшего оборудования и очистных сооружений. Готовится новая редакция Энергетической программы СССР.

Важнейшие цели перестройки — повышение благосостояния советских людей, осуществление экономических и социальных реформ — не могут быть достигнуты без коренной перестройки всей нашей экономики и ее основы — энергетики.

Слово певицы

Случилось так, что Алла Борисовна Пугачева два раза откладывала выступление, которое должно было состояться в первый день ее гастролей в нашем городе. Ей не повезло. В первый же день пребывания в Красноярске она заболела. И вот наконец-то в последний день гастролей Пугачева пела для нас.

Представление началось с того, что Алла Борисовна извинилась за несостоявшиеся концерты, поблагодарила нас за терпеливое ожидание и пообещала сделать все, чтобы мы не пожалели о потерянном времени.

Концерт прошел замечательно. Держалась и выглядела певица отлично, она сразу же собой заполнила весь спортивный комплекс «Енисей». Казалось, что именно она была здесь хозяйка, а мы ее гости. Все находилось в ее чарах до самого конца. Ее долго не отпускали со сцены, вызывали на «бис». Но вот А. Пугачева простилась со зрителями, и все стали нехотя расходиться. Но я не спешила к выходу. Дело в том, что в сумке у меня лежали две газеты «Политехник» со стихами, посвященными А. Пугачевой (стихи написаны Жанной Иосифовной и опубликованы в нашей газете три года назад под заголовком «Поклон певице». — Ред.). Я решила их показать актрисе. Когда я сообщила администрации о своем намерении, то начались дебаты. Дело в том, что ввиду болезни Алла Борисовна никого не принимала. Эта причина была достаточно веской, чтобы отказаться от своих намерений. Я хотела уже уходить, как один из присутствующих заметил: «А я считаю, что стихи нужно показать Алле Борисовне. Вдруг они улучшат ее самочувствие!» Было решено, что газеты ей отнесет Филипп Киргоров, который приехал на гастроли вместе с Пугачевой. Филипп взял газеты и пошел в ее гримерную. Мы стали ждать. Через некоторое время он вышел и сказал, что одну газету «Политехник» она оставила себе, а на другой написала свой автограф и отослала мне. Вот и все. Чу! улучшилось ее состояние или нет, судите сами. Вот ее автограф..

«Благодарю за внимание к моему творчеству. От этого действительно душа расцветает, тает, как ледок».

Ал. Пугачева».

Ж. СВАТКОВА, секретарь ЭМФ.

СТУДЕНЧЕСКИЙ УТРЕННИК

3 декабря в актовом зале корпуса «Г» прошел 1-й тур фестиваля студенческих строительных отрядов — конкурс стройотрядовской песни.

Гости из Москвы, Омска, Абакана, Перми, Свердловска прибыли в наш город по приглашению Красноярского института космической техники и краевого штаба ССО. Такой выбор приглашенных не случаен. Строительные отряды вузов этих городов в свое время работали на территории нашего края.

На мой взгляд, праздник в стенах политехнического института прошел удачно. Хотя, разумеется, не все выступления были однозначны. А порой явно просматривалась тенденция: чем западнее адрес исполнителей, тем выше уровень их исполнительской культуры и мастерства. Не совсем удовлетворенная своим субъективным восприятием, я поинтересовалась мнением о первом туре фестиваля у общеизвестных лидеров институтской художественной самодеятельности.

Андрей Закомолкин, бывший стэмовец:

— Сложное у меня отношение к сегодняшнему празднику. Выступления понравились, но не все. Вообще-то я отдаю предпочтение определенной направленности подобных мероприятий: тематической, идейной и пр. А получилось, кто во что горазд.

Да, действительно организаторы утренника никак не ограничивали фантазию исполнителей. Но на то он и утренник, чтобы дать возможность представить раз-



нообразия жанров, стилей, вкусов, творческих пристрастий и манер.

Л. П. Абрамова, художественный руководитель института:

— Считаю, что начало фестиваля было совершенно грандиозным. Особенно, если учесть, что инициаторы из КИКТа своей не совсем добросовестной организаторской работой перед началом конкурса поставили нас в сложное положение: было заявлено о выступлении 6 творческих групп, а таковых оказалось 10.

Надо отдать должное нашему студклубу. Роль хозяина праздника он исполнил блестяще. На высоком уровне тонус присутствующих в зале поддерживали СТЭМ, танцевальная группа «Рее-

ранс», эстрадный оркестр под управлением А. Стрижевского.

В завершение околотрехчасового праздника жюри, выражающее, как водится, объективную точку зрения, назвало победителей конкурса. Ими стали трио ССО «Эдельвейс» из Перми, Оля Максимова из ССО «Алиса» (КИКТ), творческий коллектив девушек из Абаканского музучилища, команда Уральского политехнического института, дуэт братьев Андрющенко из Московского института радиозлектроники. Приза зрительских симпатий удостоился творческий коллектив ССО «Юность» (КИКТ). В качестве презента всем коллективам был вручен экземпляр грампластинок «Знаменка», где собраны

популярные студенческие песни. Кстати, подарком для студентов нашего института стало сообщение о присуждении отряду «Энергия» (ЭМФ) звания лучшего отряда среди ССО края.

Когда прозвучали последние слова и аккорды, ведущий Сергей Лившиц наметил гостям, что если те вознамерятся пригласить студентов КрПИ на подобные фестивали в любые уголки страны, то красноярцы не откажутся. Хотелось бы, чтобы этот шуточный прогноз непременно осуществился.

Вторым туром фестиваля стал конкурс «А ну-ка, девушки!», прошедший в мединституте. После в ДК «1 Мая» состоялась праздничное шоу, закрывшее фестиваль.

О. ПУХОВА.



Я разработал для любителей бега из городского клуба «Беркут» комплекс упражнений на все группы мышц и методику интенсивного его выполнения. Цели: разностороннее физическое развитие бегуна и дополнительная тренировка общей выносливости.

Группа, с которой я занимался в зале тяжелой атлетики политехнического института, была небольшая, и постепенно на занятия стали приходить родственники и знакомые бегунов. Тогда я подумал, что эта методика, которую назвал «аэробический атлетизм», может иметь самостоятельное значение. А когда описал ее, то понял, что она близка к методике «1000 движений» Н. Амосова. По мнению людей, занимавшихся по методике Н. М. Амосова и моей, комплекс «1000 движений» труден психологически из-за большого числа повторений, «аэробический атлетизм» — более современная модификация идеи Н. М. Амосова.

АЭРОБИЧЕСКИЙ АТЛЕТИЗМ

Для современного человека важнейшим физическим качеством, определяющим уровень здоровья, является выносливость. Она зависит в первую очередь от состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Чтобы

развить и укрепить эти системы, нужно заниматься циклическими (аэробными) видами спорта: ходьбой, бегом, ездой на велосипеде, плаванием, лыжными гонками. Но аэробные виды слабо развивают мышечную систему. Кроме того, при ходьбе, беге, езде на велосипеде получается однобокое физическое развитие: ноги работают максимально, в то время как верхняя половина тела почти бездействует. С другой стороны, занятия популярным ныне атлетизмом дают гармоничное развитие мышцам, но слабо воспитывают выносливость.

А нельзя ли придумать такую методику занятий, которая совместила бы преимущества аэробных видов и атлетизма? Оказывается, можно. Для этого надо повысить интенсивность атлетических упражнений до такой степени, чтобы они оказыва-

ли тренирующее действие на сердечно-сосудистую и дыхательную системы: Интенсивность можно повысить за счет увеличения повторений, повышения темпа движений и уменьшения отдыха между подходами. Для увеличения повторений и повышения темпа движений уменьшаем вес отягощений. А для сокращения отдыха выполняем в каждом следующем подходе упражнение на другую удаленную группу мышц, то есть используем круговой метод тренировки.

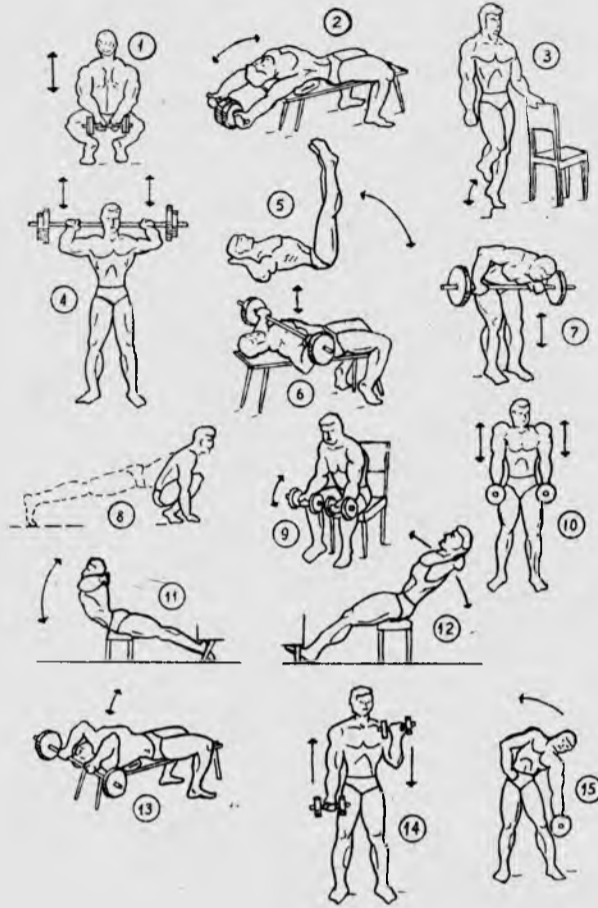
В итоге предлагается выполнять с высокой интенсивностью комплекс атлетических упражнений на все группы мышц. Эта методика физических упражнений близка по своему эффекту к широко известной гимнастике академика Н. М. Амосова, только с большим акцентом на развитие силы и силовой выносливости.

МЕТОДИКА ДЛЯ АТЛЕТОВ

Для достижения аэробического эффекта занятия должны проходить при оптимальной для каждого человека частоте сердечных сокращений, которая зависит от воз-

раста и физического состояния. Оптимальную частоту сердечных сокращений можно определить по следующей таблице:

Возраст, лет	Уровень физического состояния		
	Низкий	Средний	Высокий
20	130	150	170
30	120	140	160
40	110	130	150
50	100	120	140
60	85	105	125



№№ п/п	Преимущественная направленность упражнения	Содержание упражнений	Количество повторений
1	2	3	4
1	Мышцы бедра	Приседание с отягощением в руках сзади	15—20
2	Дыхательные мышцы	Опускание и поднятие отягощения прямыми руками за голову, лежа спиной на опоре. При опускании — вдох, при поднятии — выдох	15—20
3	Икроножные мышцы	Поднимание на носок одной ноги, стоя на бруске 7—10 см	20—30
4	Мышцы плеч (дельтовидные)	Жим отягощения, стоя, из-за головы	15—20
5	Нижняя часть живота	Поднимание и опускание ног, лежа на коврике	20—30
6	Грудные мышцы	Жим отягощения, лежа	15—20
7	Средняя часть спины (широчайшие)	Притягивание отягощения в наклоне, спина прямая	15—20
8	На координацию	Упор присев — упор лежа	15—20
9	Мышцы предплечья	Предплечья на опоре, сгибание и разгибание рук в запястьях, хват отягощения снизу, в нижней точке пальцы частично разгибать	20—30
10	Верхняя часть спины	Пожимание плечами вверх — назад, отягощение в опущенных руках	15—20
11	Нижняя часть спины	Поднимание и опускание туловища, лежа бедрами на опоре, ступни закреплены	15—20
12	Верхняя часть живота	Опускание и поднятие туловища, сидя на опоре, ступни закреплены	20—30
13	Трицепсы	Жим отягощения, лежа, узким хватом от лба, локти неподвижны	15—20
14	Бицепсы	Сгибание и разгибание рук с отягощением, стоя, хват снизу	15—20
15	Косые мышцы живота	Наклоны в сторону с отягощением в одноименной руке, вторая рука на поясе. То же в другую сторону	15—20



гивания. После тренировки нужно проделать несложные упражнения на гибкость. Для облегчения тренировки за упражнениями вы нагрузки на сердечно-сосудистую систему следующие. Самым трудным является упражнение 8. При его выполнении в конце каждого движения в паузе в следующей тренировке постепенно сокращайте время отдыха. Так называемые «упорные» мышцы — голень и предплечья — плохо поддаются тренировке. Поэтому для них, а для мышц живота, увеличьте число повторений до 20—30 (упражнения 5, 9, 12).

Величина отягощения в упражнениях 11 и 12 определяется за счет полных рук: вдоль туловища, над головой. Если занятия в домашних условиях не удается закрепить для выполнения упражнения 11, то можно заменить наклонами вперед с отягощением на плечах. Но при этом должна быть тщательно прямая. В качестве опоры дома можно использовать табурет, постелить на него мягкий коврик.

Если вы захотите из этого комплекса, то помните для облегчения его выполнения в аэробическом режиме нужно чередовать упражнения для больших и малых мышц, для мышц верхней и нижней частей тела.

Раз в неделю, в свободный день, атлетическую тренировку желательнее проводить занятием игровыми видами спорта, пробежкой или ходьбой. Регулярные занятия аэробическим атлетизмом дадут вам гармоничное физическое развитие и мое повышение уровня здоровья.

Ю. БОГАЧ
ст. преподаватель к физвоспитанию.

Как показала практика, предлагаемая методика даже при выполнении упражнений без отдыха не обеспечивает высокого уровня сердечных сокращений для молодых людей с высокой подготовкой. Поэтому методика аэробического атлетизма рекомендуется в первую очередь для лиц среднего и старшего возраста.

При выполнении комплекса необходимо периодически контролировать частоту сердечных сокращений. Низкая интенсивность не даст тренирующего эффекта для развития общей выносливости, высокая же приведет к переутомлению.

Для того, чтобы улучшить здоровье, нужно заниматься три раза в неделю по 45 минут, то есть выполнять комплекс на каждой тренировке по круговому методу два раза. К такому объему желательно идти постепенно. Форсирование нагрузок, кроме вреда, ничего не принесет. Нельзя тренироваться два дня подряд, так как мышцам требуется примерно 48 часов для восстановления работоспособности. Но когда

вы сможете легко выполнять какие-либо упражнения максимальное число повторений, нужно увеличить вес снарядов.

Занятия по предлагаемому комплексу можно проводить не только в специальном зале, но и в домашних условиях. Это немаловажно для экономии времени и для слабобудовленных, которые стесняются заниматься в зале. Для выполнения комплекса можно обойтись разборными гантелями, хотя некоторые упражнения удобнее делать со штангой.

Для каждого упражнения вес снаряда (гантелей, штанги) подбирается так, чтобы его можно было повторить 15—20 раз. Выполнение упражнений с легкими снарядами сделает ваши занятия приятными. Индивидуальный подбор отягощений обеспечит от растяжений и других травм. Движения нужно выполнять в темпе выше среднего, но плавно, без рывков. Перед началом занятия выполняется разминка, состоящая из 3—5 минут бега и 5—7 минут упражнений для разогревания мышц и растя-

Добрая традиция

Традиция — это то, что копится годами, совершенствуется, развивается и укрепляется. В нашем институте, к сожалению, традиций не так уж много, поэтому мы так дорожим нашими встречами с теми, кто в разное время отдыхал в оздоровительно-спортивном лагере «Политехник», что на далеком Убей. Лето, общие радости и трудности, работа на благо лагеря, вечера дискотек, концерты, костры, праздники Нептуна, спартакиады, море, солнце и самые яркие звезды — это все Убей! Тренировки, ходьба по росе, катание на лодках и катамаранах, варенье из экологически

чистой ягоды, рыба, отливающая серебром, самодельные торты и призовая банка сгущенки за лучший номер на открытии лагеря, поход на «Палласово железо» и полное отсутствие комаров — это тоже Убей! Нам есть что любить и вспоминать, поэтому всем, кому дороги этот прекрасный уголок и его обитатели, мы приглашаем на вечер старых убейцев 13 декабря в 19.00 в зал корпуса «Д». В программе вечера — кино, концерт убейских талантов и дискотека. Приходите — встретимся.

А. АБРАМОВА,
художественный руководитель института.

ПОПРАВКА

В предыдущем номере газеты по вине корреспондента Ольги Мягковой в статье В. М. Камнева «Россия в революции, революция в России» допущена ошибка. В третьей колонке под заголовком следует читать: «...поэтому смысл революции не в освобождении от нищеты, а в освобождении от рабства...» Приносим автору и читателям свои извинения.



Дорогие читатели, майтесь физической силой по системе Ю. Бюки и вы, возможно,нете высшего пилота: акробаты-парашютисты этом снимке. На первом снимке мира в I по групповой парав акробатике соревновались восемь команд выиграла команда США. Советские участники впервые удостоены брянских наград в этом парашютного спорта.

Телефото АП-

Редактор
Л. П. АНТОЛИНОВС