

# ЗА НАУКУ

Орган ректората, парткома, профкома и комитета ВЛКСМ  
 Московского ордена Трудового Красного Знамени физико-технического института  
 Газета выходит  
 с 1 сентября 1958 г.  
 № 18 (841)  
 Пятница, 13 мая 1983 года  
 Цена 1 коп.

С 1 сентября 1980 года введено новое Положение о межреспубликанском, межведомственном и персональном распределении молодых специалистов, которое утверждено приказом Министерства высшего и среднего специального образования СССР № 870 от 30 июля 1980 г. Это положение обязательно для всех министерств, ведомств, предприятий, высших и средних специальных учебных заведений и других учреждений и организаций.

Выпускники высших и средних учебных заведений, закончившие полный курс обучения, защитившие дипломные работы, сдавшие госэкзамены, направляются на работу комиссией по персональному распределению в соответствии с требованиями специальности и квалификацией по плану межреспубликанского и межведомственного распределения, они считаются молодыми специалистами в течение 3-х лет после окончания учебного заведения.

Молодые специалисты обязаны проработать после окончания учебного заведения в соответствии с назначением комиссией по персональному распределению не менее трех лет. Время пребывания в Вооруженных Силах, на стажировке засчитывается в срок обязательной работы по назначению комиссией.

Лица, окончившие учебные заведения без отрыва от производства, при отсутствии работы по приобретенной специальности там, где они работают, могут быть по желанию направлены соответствующими министерствами для работы по специальности на другие предприятия, организации в той же или другой местности.

Студенты, не защитившие дипломные работы, не сдавшие госэкзамены, также направляются на работу в соответствии с решением комиссии по персональному распределению и используются по специальности, по которой они обучались.

Комиссия по персональному распределению обеспечивает предоставление работы всем выпускникам учебных заведений в соответствии с приобретенной специальностью и квалификацией, с учетом специализации, академической успеваемости, семейного положения, состояния здоровья, участия в научно-исследовательской и общественной работе. Каждому молодому специалисту комиссия сообщает сведения о будущей работе, должности, размере зарплаты, вид предоставляемой жилищной площади. Студенты, не явившиеся на распределение без уважительных причин, распределяются заочно.

Молодые специалисты, имеющие инвалидность первой или второй группы, направляются на работу по месту постоянного жительства семьи или с их согласия в одно из мест, предложенных комиссией. Выпускники, имеющим родителей инвалидов первой или второй группы, при отсутствии в семье других трудоспособных членов, работа предоставляется по их просьбе по месту жительства родителей.

Молодым специалистам, беременным женщинам, матерям, кормящим грудью или имеющим ребенка в возрасте до одного года, работа предоставляется по их просьбе по месту постоянного жительства семьи (мужа, родителей).

Супругам, окончившим учебное заведение одновременно, работа предоставляется в одном городе или районе. Если один супруг окончивает учебное заведение раньше, то ему предоставляется работа на общих основаниях, с учетом будущего направления на работу в тот же район (город) другого супруга. Если молодые специалисты вступили в брак по окончании работы комиссии, место их работы определяется по договоренности между министерствами, исходя из наиболее целесообразного их использования. Во всех случаях молодым специалистам, состоящим в браке, работа предоставляется с учетом семейных обстоятельств и целесообразного их использования.

Предоставление выпускникам учебных заведений возможности самостоятельного трудоустройства является исключением. Получившим свободное распределение должно быть оказано содействие в трудоустройстве по специальности министерствами, ведомствами и учебными заведениями.

После окончания учебного заведения молодым специалистам вручают диплом, удостоверение о направлении на работу или справку о самостоятельном трудоустройстве.

До выдачи диплома о направлении на работу запрещается снимать со стипендии и отчислять из учебных заведений выпускников, защитивших дипломы или сдавших госэкзамены. Все расходы, связанные с несвоевременным получением выпускниками документов, относятся за счет виновных в том министерств и ведомств.

Руководителям учреждений, организаций запрещается в течение 3-х лет увольнять с работы молодых специалистов без разрешения вышестоящих организаций, кроме случаев перехода на выборную работу, перевода супруга военнослужащего на новое место службы, выезд к родителям инвалидам I—II групп, нуждающимся в помощи. Если молодой специалист не может быть использован там, куда он направлен на работу по распределению, ему обязаны предоставить министерство, ведомство другую работу или с его согласия направить в порядке перевода в систему другого министерства.

Руководителям предприятий, организаций запрещено принимать на работу молодых специалистов до истечения 3-х лет после окончания учебного заведения без удостоверения министерства о направлении на работу или справки о свободном распределении. Руководители, допущившие такие нарушения, привлекаются к строгой ответственности. Заключение с молодым специалистом трудовой договор в таком случае может быть расторгнут.

Молодые специалисты согласно п. 55 Положения о персональном распределении вне очереди обеспечиваются жилой площадью (изолированным жилым помещением) предприятием, организацией, в которые они направляются. Место в общежитии является временной мерой обеспечения жилищной площадью, в случае отсутствия ведомственной жилой площади они обеспечиваются жилищной площадью местными Советами депутатов по ходатайству соответствующих организаций. Молодой специалист, получивший жилую площадь, при изменении состава семьи имеет право на улучшение жилищных условий на общих основаниях.

Всем молодым специалистам после окончания учебного заведения предоставляется месячный отпуск, за время отпуска стипен-

диатам выплачивается пособие в размере стипендии, а получившим право на самостоятельное трудоустройство такое пособие не выплачивается (за исключением особых случаев).

Если молодой специалист сразу после окончания учебного заведения приступил к работе, то он может использовать этот отпуск позже в любое время.

Молодым специалистам в случае наступления временной нетрудоспособности или предоставления отпуска по беременности и родам до начала работы пособие по временной нетрудоспособности, по беременности и родам вы-

четверти пособия самого работника.

Молодым специалистам, направленным в остальные районы страны, единовременное пособие выплачивается в размере половины должностного оклада, а начиная с 1984 г. всем молодым специалистам единовременное пособие будет выплачиваться в размере месячного должностного оклада.

Стоимость проезда членов семьи и провоза имущества, а также единовременное пособие на них выплачиваются в том случае, когда они выезжают на новое место жительства до истечения

одного года со дня фактического предоставления жилого помещения.

Молодым специалистам, направленным на работу по распределению, родившим ребенка в период месячного отпуска после окончания учебного заведения, выдается пособие на рождение ребенка организацией, куда они направлены на работу при условии зачисления молодого специалиста на работу.

Молодым специалистам, направленным на работу в другую местность (другой населенный пункт по административно-территориальному делению), выплачиваются компенсации в соответствии с Постановлением СМ СССР от 15 июля 1981 г. № 677:

- а) оплачивается стоимость проезда работника и членов его семьи;
- б) оплачиваются расходы по провозу имущества;
- в) выплачиваются суточные за время нахождения в пути;
- г) выплачивается единовременное пособие.

Молодым специалистам, направленным в районы Дальнего Востока, Сибири, Европейского Севера, Урала, Казахстана, Поволжья, в Волго-Кавказский район — в размере месячного должностного оклада и на каждого приезжающего члена семьи — в размере

одного года со дня фактического предоставления жилого помещения.

Молодым специалистам, направленным в районы Крайнего Севера и приравненные к ним местности, единовременное пособие выплачивается в размере 2-х должностных окладов при условии заключения срочного договора.

Молодым специалистам, направленным после окончания учебных заведений на работу в колхозы, совхозы, единовременное пособие на хозяйственное обустройство выдается в размере до 6-ти должностных окладов, если это условие было оговорено на распределении.

Если молодой специалист не приступил к работе без уважительных причин, он обязан вернуть выплаченные ему денежные средства.

Студентам, имеющим трудовые книжки, должны быть сделаны записи в трудовые книжки о времени учебы в институте. Эти записи вносятся учебным заведением на основании приказов о зачислении на учебу и об отчислении из числа студентов, в таком же порядке делаются записи о работе студентов в период учебы в институте.

Э. УВАРОВА,  
старший юриконсульт.

## БЛАГОДАРНОСТЬ

В осеннем семестре 1982/83 учебного года семинарские занятия по физике в нашей группе проводил ассистент кафедры общей физики Овчаркин В. А. В процессе занятий преподаватель уделял большое внимание как правильному пониманию физики рассматриваемого явления, так и практическим навыкам в решении задач. С самого начала семестра преподаватель периодически интересовался содержанием и степенью готовности вопросов по выбору для госэкзамена по физике. Все студенты нашей группы были вовремя хорошо подготовлены к экзамену. Экзамен группа сдала: 10 человек на отлично и 5 на хорошо.

Мы выражаем Владимиру Александровичу свою глубокую благодарность за ту большую работу, которую он сделал для нас.

Студенты 032 группы.

## НАША ДРУЖИНА

В пятницу, 6 мая, в концертном зале МФТИ состоялось отчетно-выборное собрание дружины института. Около 400 человек участвовало в рядах этой организации.

В ее задачи входят дежурства по городу Долгопрудному, дежурства по студгороду и организации работы внутреннего отряда. В этом году в деятельности дружины наблюдалось значительное улучшение по сравнению с прошлыми и позапрошлыми годами. Во многом этому способствовала налаженная работа дисциплинарной комиссии при дружине, созданной в середине марта 1983 года. Комиссией разбирались все случаи неявки на дежурства, осуществлялся контроль на маршрутах, во время которых проверялась работа отдельных групп дружинников. Работала школа молодого дружинника, действовала секция самбо.

На собрании были подведены итоги социсоревнования факультетских дружин. Первое место, отдавая по всем показателям далеко позади всех остальных, заняла дружина ФРТК. Второе место у ФФКЭ и третье — у ФМХФ. Неудовлетворительной была признана работа единственной дружины — дружины ФОПФ.

Вопрос об этой дружине будет вынесен на заседание комитета ВЛКСМ института. Состоялись выборы. Командиром дружины МФТИ был вновь избран Доскокой Е.

Многим дружинникам были вручены грамоты комитета ВЛКСМ. А лучшим из них профкомом была выделена путевка на поездку в Суздаль.

# МОЛОДОЙ СПЕЦИАЛИСТ, его права и обязанности

Руководителям предприятий, организаций запрещено принимать на работу молодых специалистов до истечения 3-х лет после окончания учебного заведения без удостоверения министерства о направлении на работу или справки о свободном распределении. Руководители, допущившие такие нарушения, привлекаются к строгой ответственности. Заключение с молодым специалистом трудовой договор в таком случае может быть расторгнут.

Молодым специалистам, направленным на работу по распределению, родившим ребенка в период месячного отпуска после окончания учебного заведения, выдается пособие на рождение ребенка организацией, куда они направлены на работу при условии зачисления молодого специалиста на работу.

Молодым специалистам, направленным на работу в другую местность (другой населенный пункт по административно-территориальному делению), выплачиваются компенсации в соответствии с Постановлением СМ СССР от 15 июля 1981 г. № 677:

- а) оплачивается стоимость проезда работника и членов его семьи;
- б) оплачиваются расходы по провозу имущества;
- в) выплачиваются суточные за время нахождения в пути;
- г) выплачивается единовременное пособие.

Молодым специалистам, направленным в районы Дальнего Востока, Сибири, Европейского Севера, Урала, Казахстана, Поволжья, в Волго-Кавказский район — в размере месячного должностного оклада и на каждого приезжающего члена семьи — в размере

одного года со дня фактического предоставления жилого помещения.

Молодым специалистам, направленным на работу по распределению, родившим ребенка в период месячного отпуска после окончания учебного заведения, выдается пособие на рождение ребенка организацией, куда они направлены на работу при условии зачисления молодого специалиста на работу.

Молодым специалистам, направленным на работу в другую местность (другой населенный пункт по административно-территориальному делению), выплачиваются компенсации в соответствии с Постановлением СМ СССР от 15 июля 1981 г. № 677:

- а) оплачивается стоимость проезда работника и членов его семьи;
- б) оплачиваются расходы по провозу имущества;
- в) выплачиваются суточные за время нахождения в пути;
- г) выплачивается единовременное пособие.

Молодым специалистам, направленным в районы Дальнего Востока, Сибири, Европейского Севера, Урала, Казахстана, Поволжья, в Волго-Кавказский район — в размере месячного должностного оклада и на каждого приезжающего члена семьи — в размере

## МАЕВКА

ветского Союза. Звучат короткие речи — о прошедшей войне и о мире, который надо беречь сейчас, о Никарагуа и о Ливане, о советских инициативах и об американских ракетах. А потом на трибуну поднимаются учителя Долгопрудненской школы № 4. Их выступление — это политические стихи, песни. Заканчивают их «Бухенвальдский набат» и минута молчания.

Помните ли вы, что Трумэн планировал сбросить на нашу страну 300 атомных бомб и 25000 тонн обычных? Помните ли вы, что в июне 1981 года Соединенные Штаты Америки 15 минут готовились отразить померещившееся компьютеру нападение Советского Союза, прежде чем была замечена ошибка?

Эти слова говорят с трибуны студенты МФТИ. И вверх вскидываются сотни скатаных в кулак рук — все скандируют: «Европейский марш мира — по бюрократическим штаб-квартирам». А поселемким штаб-квартирам. А поселемким опять звучат факты — обвинение империализму. Во второй

мировой войне было убито 55 миллионов человек. В послевоенные годы — миллионы. Сабра и Шатила — это было совсем недавно! И опять поднимают кулаки: «Миру — да, войне — нет!»

Я выбираю энергично скандирующую девочку и подхожу к ней.

— Нравится вам маевка?  
— Великолепно. Яркая агитация. Чувствуете рядом друзей, видите, что ты не один.

Тут же я попросил высказать свое мнение о маевке Д. А. Кузьмина.

— Хорошая маевка, хорошо организованная. Это не только мое мнение. Все очень довольны, особенно ветераны. Студенты так энергичны. Молодцы!

Вверх уходит воздушный шар, унося обращение к молодежи мира. Около трибуны подписывают письмо Р. Рейгану.

«Над миром угроза нависла слова — мир ждет твоего слова» — скандируют участники маевки. Сегодня они сказали это слово — за мир, свободу и счастье на всей Земле.

А. ВОЖИН,  
студент III курса.

Плакаты Недели международной солидарности МФТИ висели по всему Долгопрудному. «Приди на маевку! Заяви во весь голос о своей солидарности в борьбе за мир, свободу и справедливость! Поставь свою подпись под письмом протеста против безумства гонки вооружений!» — призывали они.

В эти дни Неделя солидарности чувствовалась везде в институте. В концертном зале шел фестиваль политпесен и показывались фильмы М. Ромма. Перед зданием института проводился конкурс детского рисунка «Мир — мир».

Возле столовой собирали подписи под письмом Р. Рейгану. А 30 апреля — IV политическая Маевка МФТИ, заключительный митинг Недели.

...Полетены 8 корпуса увеличено дозугами. Проекторы, направленные на трибуну, освещают большую политическую карту мира. 1250 человек собралось на площадке перед общежитием. Здесь не только студенты, но и жители Долгопрудного — от школьников до ветеранов. На трибуне — ректор МФТИ Д. А. Кузьмин, представитель Комитета защиты мира, Комитета советских женщин, участники войны, герои Со-

# ПОСЛЕ КОНЦЕРТА

На вопросы корреспондента отвечает победитель конкурса «Студенческая весна» студент 4 курса ФФЭЗ К. Коитор.

— Костя, тебя заставляли в детстве играть?

— Было и такое. Теперь-то я понимаю, что мало заставляли. По-настоящему серьезно я начал играть, уже когда стал студентом.

— Какой инструмент у тебя дома?

— Пианино.

— А в концертном зале — рояль. Трудно ли перестраиваться?

— Если пианино хорошее, то не очень трудно. Кроме того, перед концертом все участники имеют возможность поиграть на этом рояле, чтобы привыкнуть к нему, и я всегда пользуюсь ею. Очень желательно знать инструмент, который будет на концерте.

— Проведения каких композиторов ты исполняешь?

— В основном классику: Бах, Шопен, Рахманинов...

— А кто твой любимый композитор?

— Очень люблю Бетховена и Баха. Я бы обязательно включил Бетховена в свою программу на «Студенческой весне», если бы мог сыграть на достаточно высоком уровне, но пока для меня это

сложно. Он — композитор трудный для исполнения.

— А может, имело смысл переключиться? Ведь несплошью, например, фигуристы эlements повышенной сложности надеются произвестись хорошее впечатление?

— Ну нет, влохим исполнением, даже самого интересного произведения, хорошего впечатления не добьешься. Попросту, не раскроешь его.

По-моему, большинство неудачных выступлений на «Студенческой весне» было вызвано именно тем, что участники выбирали себе программу непродуманно сложную и не могли справиться с ней.

— Каково твоё мнение об истре других ребят?

— Некоторые выступления мне очень понравились, например, Татьяна Сергеева из Кооперативного института. Но было много и слабых. Мне кажется, участники сильно недооценили и поэтому ошибались. А если ошибся один раз, то переживаешь еще сильнее и, соответственно, еще больше вероятность снова ошибиться.

И, как я уже говорил, многие выбрали себе чересчур трудную программу. Конечно, прекрасно было бы исполнить сложное произведение, допустим, Моцарта, да



еще сделать это хорошо, но для этого нужно очень высокое мастерство.

— А своим собственным выступлением ты доволен?

— Получится несколько нескромно, но скажу, что да. Уже в начале программы мне стало ясно, что игра получается, и после этого было легче справиться с исполнением. Как-то удалось так настроиться, что именно в тот день и находился в максимум своих возможностей: недели раньше мне пока я бы уже не смог так сыграть. Но не могу сказать, что все было безукоризненно, некоторые недостатки и для себя отметил.

— Скажи, заняты музыкой не мешают тебе учиться? И, наоборот, — не мешает ли музыка учеба?

— Нет, несколько. Музыка я считаю для себя не менее важной, чем, скажем, физика или иностранные языки. Она мне не только не мешает, а, наоборот, помогает мне и в учебе, и в работе, и вообще в жизни. Думаю, что она помогла бы не только мне, но и любому другому человеку.

Беседу записал С. ЯВОРСКИЙ.

## РУКОВОДИТЕЛЯМ ШКОЛ И УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ

Электричество — это великое благо. Пользуется электроэнергией каждое предприятие, стройка, каждый из нас.

Однако не каждый осознает, что электричество — источник повышенной опасности для жизни людей. Несоблюдение элементарных правил электробезопасности может привести к очень тяжелым последствиям, даже к гибели людей. Надо всегда быть осторожным с электричеством. Нельзя прикасаться к электрическим проводам и кабелям — это смертельно опасно.

Если вы заметили упавшие столбы, обрывы и провисание проводов электролиний, установите охрану и не подходите к ним близко — это может привести к тяжелым последствиям. Не разрешайте детям и юношам устремлять под проводами ЛЭП игр

вых и спортивных площадок, влезать на столбы, набрасывать на провода какие-либо предметы, проводить проводку внутри помещений.

Не допускайте посадки зеленых насаждений под проводами электролиний. Если вам необходимо проводить земляные работы с откопкой на глубину более 30 см, то получите на это специальное разрешение «Моеэнерго».

Убедительно просим вас провести со всеми учащимися инструкционные занятия по данному «Обращению». Обо всех неисправностях электросетей просим незамедлительно сообщать по адресу: ст. Водники, ул. Станционная, д. 7 или по телефону: 408-25-22 в любое время суток.

Г. КИДИЯРОВ, директор сетей.

## КРУЛИЦЫ

На одном из экзаменов произошло событие, небывалое в истории физтеха. В 12 часов дежурный преподаватель объявил: «Товарищи, билеты не ждите, билеты кончились».

Сколько стран — столько обычаев!

Говорят, в Японии, студент сдает несколько экзаменов сразу. Этот интересный метод уже нашел последователей на физтехе. Между студентом и преподавателем произошел знаменательный разговор:

— Что сдаете?  
— А вы что принимаете?  
— Я? Статистическую физику.  
— Значит, будем сдавать статистическую физику. Кванты подождут.

Телефонный разговор с поликлиникой МФТИ:

— Поликлиника?  
— Да.  
— Вам акценторы нужны?

## НА ЭКЗАМЕНЕ

— Определите, пожалуйста, период собственных колебаний...  
— Я, к вашему сведению, совсем не дрожу.

— Девушка, а почему вы это выражение не дифференцировали?  
— Испугалась.

— Откуда видим, что предложенная мной установка позволяет менять структуру пространства произвольным образом в пределах планеты при малых затратах энергии.  
— Ну и что?

— Так как вы не ответили ни на один мой вопрос, ставлю вам два.  
— Но ведь вы тоже не ответили ни на один мой вопрос!

— Рассчитайте время релаксации в данных условиях. Если время нашего расчета будет меньше полученного, поставлю вам пять.  
— А за какое время я должен сосчитать? Чтобы получить пять?

## ОПРАВДАНИЯ НЕТ

Это случилось в среду под вечер. Студент Симонюк торопился в главный корпус, делая надежду все успеть выполнить, еще успеть выполнить лабораторную. Неожиданно в дверях его остановил резкий оклик запертого. Руки студента торопливо шарили по карманам в поисках студенбилета. Развязка ясна: молчаливое объявление о пропавшем и испуганный разговор в деканате.

Случай, увы, не единственный. Взгляните на студенческую столовую и вы увидите минимум 3-4 бумажных листка с жалобными: «Помогите...», «Кто нашел...», «Верните...».

Эти объявления стали привычными. Почему же каждый год теряется более семи десятков студенбилетов?

А комсомольские билеты? Сколько их залито варением и чернилами, сколько их в чемоданах и тумбочках? Взгляни на свой комсомольский: ты, случайно, не пользуешься его как записную книжку? Это отнюдь не шутка: сколько подобных случаев разбирается и разбирается комсомольской комиссией института. Дымченко М. (056 гр.), Косарев В. В. (184 гр.), Павлов С. И. (675 гр.) и другие уже получили разговор за плохое состояние комсомольских документов.

Один комсомолец записывал номера телефонов на своих билетах, другие оставляли их вонх в библиотеке и не заботясь о их дальнейшей судьбе. Именно так поступил студент Осекин.

За безответственное отношение к хранению комсомольских документов получали строгие комсомольские взыскания Семенов А. (541 гр.), Антонов А. Ю. (937 гр.), Румишев С. В. (943 гр.), Штарк В. (262 гр.), Соколов В. В. (026 гр.).

Не забывайте: комсомольский билет — это символ и образком экижки. Не боясь повториться, комсомольский билет — долг каждого комсомольца. Мыслимое ли дело — за год терять более 15 комсомольских билетов. Потерянные комсомольские билеты — это потерянные куски комсомольской чести, комсомольского знамени. Как не может быть оправдания подлости, так не может быть оправдания и потере комсомольской чести.

А. ВОВИН, И. ФЕДУНОВ.

# СОВЕТЫ ВРАЧА ОТКАЗАТЬСЯ ОТ ГУБИТЕЛЬНОЙ ПРИВЫЧКИ

По данным Всемирной организации здравоохранения, от болезней, связанных с курением, ежегодно умирает около миллиона человек, причем относительно молодого и вполне трудоспособного населения.

Что такое дилемма в первой сигарете? Чаще всего, просто мода. То, что до сих пор курение и нас является общепринятой формой поведения, факт бесспорный. Сигарета и сигарета — пока еще часть нашего бытия, своеобразный эталон нормального поведения человека. Существует ли выход из создавшегося положения?

Опыт борьбы с опасной привычкой огромен. Он обобщен и систематизирован Всемирной организацией здравоохранения, которая предлагает такой лозунг для кампании по борьбе с курением: «Некурение — это нормальная форма поведения человека в обществе».

Прежде всего это относится к студентам, преподавателям, научным работникам, в том числе и нашего вуза — МФТИ.

Так как же действовать тем, кто решил жить без сигареты? Прежде всего следует четко обосновать для себя причину такого решения. Пусть это будет стремление сохранить и укрепить здоровье, увеличить работоспособность, избежать хронического заболевания и избежать окружающих от вредного воздействия дыма. Важно также четко определить срок, в течение которого вы бросите курить. Он не должен превышать полутора-двух месяцев.

Тщательно проанализируйте свою привычку к курению: определите ситуации, в которых чаще беретесь за сигарету, постарайтесь разобраться, с чем это связано — с отрицательными эмо-

циями, желанием расслабиться, стимулировать работоспособность. А затем отработайте тактику поведения. Постепенно уменьшайте количество выкуриваемых в течение дня сигарет. Ближе к сроку полного отказа от курения попробуйте обходиться без сигарет сутки, двое, три, чтобы легче преодолеть желание увеличить пребывание на свежем воздухе, больше ходить, выработать комплекс гимнастических упражнений, займитесь бегом, плаванием. Хотя бы на два-три дня откажитесь от алкоголя, напитков, крепкого чая и кофе, острой и соленой пищи.

Старайтесь не переедать, употребляйте больше растительной пищи, соков, минеральной воды. Если очень сильно хочется курить, берите не конфеты или сахар, а жевательную резинку.

Существует много лекарственных средств, помогающих преодолеть синдром абстиненции. Группа препаратов, по своему действию сходных с никотином, но лишённых его вредных свойств «Табекс-Болгарский», отечественный гидрохлорид азабона. Бывают отращения при курении помогает 1-2% раствор азотнокислого серебра, протаргола и другие средства.

Имеется сведения о высокой эффективности лечения методом гипнотизации. По свидетельству многих бросающих курить, хорошо помогают витаминные группы В и С. Главное же условие успеха — желание полностью отказаться от опасной привычки и стать здоровым человеком.

И. БЕЛАШ

врач поликлиники МФТИ



Оценная закончившийся 22 апреля чемпионат института 1983 г. следует отметить качественным ростом. Гимнастика является индивидуальным видом спорта, поэтому здесь особенно сложна задача задания количественного охвата занимающихся. Тем не менее ответственным за специальную подготовку старшему преподавателю Г. А. Горькову совместно со своим помощником А. С. Выхваткиным удалось держать цифру массовости на вполне достойном уровне — 70-80 занимающихся. Не прорит картины и ФАЛТ, где соответствующий показатель колеблется в пределах 12-15 занимающихся.

Все факультеты выставили полные команды для участия в первенстве института, причем борьба была как никогда острой. Первенствовала очень сильная команда ФОФФ, набравшая 232,50 балла. Призерами стали ФАЛТ (224,70 балла) и ФУПМ (201,20 балла).

За личное первенство соревновались трое спортсменов, выигравших по разряду мастеров спорта, один — по разряду кандидатов в мастера и трое по 1 разряду. Собранные вместе в одну команду, они продемонстрировали хорошую гимнастику. Как правило, оштрафывали в районе 9 баллов. Достаточно сказать, что все выступавшие по разряду ма-

стеров спорта выдвинули рекорды к нормативу (540 баллов). В Ворожцово (ФАЛТ) удалось обогнать своего товарища по спортивной команде Г. Куряева, который, видимо, не успел еще стабилизироваться после первенства Областного «Буревестника», где он вывел победителя. У Г. Куряева 53,80 балла. Третье место занял также представитель ФОФФ Л. Бутов, сумма которого всего на три десятых меньше — 53,5 балла. Студент 173 группы А Королев по разряду кандидатов мастера набрал 50,2 балла.

Места на пьедестале у перворазрядников распределились так: П. Белокопы (183 гр.) — 52,2 балла, В. Яничкой (172 гр.) — 48,7 балла, В. Барский (взрослый) — 48,6 балла. Награждая победителей и обладателей итогов соревнований, исполняя обязанности заведующего кафедрой физического воспитания В. М. Гуров отметил не только хорошие спортивные результаты, но и высокую организацию первенства (ст. судья А. С. Вязлицев), оперативную работу секретариата (ст. секретаря С. Н. Каширина), качественную работу судейской коллегии.

К. ДАНИЛОВ

доцент кафедры физвоспитания, заслуженный тренер РСФСР