

# На уровень новых задач!

Конференция проходила и знаменательный день. Ровно год назад, 17 октября, открылся исторический XXII съезд ленинской партии.

Вся работа профкома за отчетный период была направлена на

говорил и о недостатках. Так, все еще в стороне от работы профсоюзом стоят рядные члены. Давно назрела необходимость подумать об организации своего пионерского лагеря, ледов. В культурно-массовой работе лишь на-

давая из них в отдельности объять учебную работу полностью не в состоянии.

Заведующая библиотекой А. А. Самойлова говорит о неоптимальных условиях работы библиотеки. Наш институт расширится, уве-

лок до 200—в этом виноваты потребители.

— Мы хотим внести чайный стол, лотки по продаже пирожков, кофе прямо на этажах института, прилагая все силы, чтобы улучшить работу столовой,—говорит тов. Володарский.

На трибуну поднимается председатель правления спортклуба Н. С. Волнов. Он подробно останавливается на вопросе строгости стадиона. 75% членов нашего коллектива участвовало на стройке. Из общеститутских кафедр на строительстве стадиона хорошо поработали коллективы кафедр марксизма-ленинизма и радиотехники.

—В завершающей фазе строительства нам не хватает техники, говорит он. Работы на стадионе на два дня, технику же мы добиваемся уже два месяца.

Проректор института В. П. Знаменский указал на необходимость помощи профкома в работе методической комиссии. Он также поднял вопрос о проведении подготовительной работы по вовлечению коллектива института в борьбу за звание кафедр, лабора-

торная работа. У нас нет клуба, говорит он, но ведь рядом с нами Москва, с ее театрами, музеями, выставками. Надо организовать в институте продажу билетов в театры столицы.

О том, что к каждому делу надо относиться с любовью, о воспитании чувства ответственности у людей говорит вахтер В. Г. Чуйкова. Она вносит предложение о форменной одежде для работников охраны и о необходимости обеденного перерыва для них.

Резкой критике подверг недостатки культурно-массовой работы профкома электромонтер тов. А. П. Попков.

—К нашим студентам в общежитие часто приходят гости,—говорит председатель студенсовета Л. И. Бернштейн,—но их туда не пускают. Надо изменить этот порядок. Надо помнить, что в общежитиях живут люди.

В прениях также выступили представители комитета ДОСААФ товарищи М. Г. Фильшин и Н. Д. Шестоперов, говорившие об улучшении оборотно-массовой работы, о финансировании спортивных секций ДОСААФ, председатели профбюро АМФ тов. Ю. С. Устинов и заместитель декана ФУФ тов. А. П. Воложгон, поднявшие вопрос о подлиске на газеты, о необходимости введения в институте розничной продажи газет, чтобы каждый член нашего коллектива имел возможность читать «Правду», «Известия» и «Комсомольскую правду», комедант общежития тов. Е. И. Белова, заведующая профлабораторией тов. Н. Л. Киреева, врач М. Х. Минзасян, студент В. В. Максимов.

Конференция приняла развернутую резолюцию, направленную на резкое улучшение профсоюзной работы в институте.

Затем делегаты конференции избрали профком, ревизионную комиссию и товарищеский суд.

# ЗНАЮЖУ

Орган партбюро, ректората, профкома и комитета ВЛКСМ Московского физико-технического института

Год издания 5-й  
№ 19 (96)

Среда, 24 октября 1962 г.

Цена 1 коп.

исполнение решений VIII и IX общеститутских профсоюзных конференций, на претворение в жизнь решений XXII съезда КПСС.

В отчетном докладе председатель профкома С. М. Козел подробно остановился на том хорошем, что сделала профсоюзная организация.

В январе 1962 года для детей сотрудников открыт детский сад на 50 мест. Много труда и сил в создании этого детского учреждения вложили председатель детской секции профкома А. П. Докладчик и заведующая детским садом В. И. Огнинева. Институтский профлактор расширен до 50 мест. Самые 1000 человек приняты в члены профкома. Жалобщественная комиссия в своей деятельности стала шире опираться на общественность. Созданы 5 кружков художественной самодельности, в которых занимается более 100 человек. Открыты клубы: клубный университет культуры, Спортивно-массовая и спортивная работа характеризуется такими цифрами: более 700 человек участвовали в 127 соревнованиях, свыше 1000 человек занимались в 17 спортивных секциях, в летнем спортивно-оздоровительном лагере отдохнуло около 300 студентов, в домах отдыха—свыше 100 студентов, аспирантов и сотрудников.

Вместе с тем тов. С. М. Козел

метилось некоторое оживление. Мешает культурно-массовой работе частая смена заведующих клубом.

Спорт в институте не стал еще достаточно массовым. Профком неоднократно планировал по членским взносам, с 1961 года группы 815,

личивается книжный фонд, по помещению для библиотеки остаются прежними; библиотечный фонд разбросан в трех местах, в читальном зале всего 120 мест. Библиотека остро нуждается в дополнительных помещениях.

Директор столовой И. А. Воло-

**Советские профсоюзы! Развивайте активность рабочего класса и интеллигенции в борьбе за построение коммунизма! Неустанно заботьтесь о повышении коммунистической сознательности, дальней-**

**шем подъеме благосостояния и культурного уровня трудящихся!**

Да здравствуют советские профсоюзы—школа коммунизма!  
(Из Призывов ЦК КПСС к 45-й годовщине Великой Октябрьской социалистической революции).

715, 721, 724, 825 совсем не платили профсоюзные взносы.

Конференция заслушала и утвердила доклады председателя ревизионной комиссии Б. Ф. Воробьева, председателя товарищеского суда Н. А. Рогозинского, председателя мандатной комиссии А. Д. Эфроса.

Затем развернулись прения по отчетному докладу председателя профкома. На трибуне Ю. П. Озерский. Он рассказывает о работе учебно-производственной комиссии. Важное значение должна сыграть система аттестации студентов. В институте все общественные организации занимаются учебными вопросами. Крайне необходимо установить сферу действия этих организаций, ибо каж-

дарский рассказывает о перестройке работы столовой. В последнее время несколько улучшилось качество приготовления пищи, не стало у нас обесов и обмеров. К сожалению, у нас пока плохо обстоит дело с квалифицированными кадрами. Неоптимальным является и то, что в месяц у нас уходит 2500 стаканов (место 400—600), глубоких тар-

торий, групп коммунистического труда. Тов. В. П. Знаменский кратко остановился также на вопросах организации отдыха студентов и сотрудников, о подшефных школах, о библиотеке.

Свои мысли о коллективах коммунистического труда высказал тов. А. А. Туржанский. Он говорил также о культуре обслуживания в столовых и буфетах. Шахматная у нас культурно-мас-

ведущих институтов Академии наук. Если они будут участвовать в семинарах не только в качестве посторонних зрителей, то это может стать для нас источником самой свежей, самой достоверной и интересной информации.

(4) Наконец, подготовка материала для бюллетеня является отличной тренировкой в ясном и точном изложении своих мыслей. Бывает весьма обидно, когда вали собеседник не в состоянии понятно и интересно рассказать о том, что он знает и в чем понимает толк.

Трудно человеку, когда он один. Современная наука представляется ему чем-то необъяснимым; что касается научной информации, то в одном американском журнале недавно была выразительная картинка: обложки научных изданий образуют «сеннейший ком»!

Объединение усилий — единственное, что можно этому противопоставить. Такое объединение предлагается здесь. Возможно, идея требует доработки, но комитет комсомола надеется, что это начинание будет поддержано, а первый выпуск бюллетеня не останется единственным».

Е. ВОРОНОВ, ассистент, член комитета ВЛКСМ.

\* Если вы ознакомились с нашим бюллетенем, то вам уже известен адрес, по которому можно предложить свою помощь и где она будет с радостью принята. В противном случае—воп от комитета 408, корпус «В».

## КАК ОБЪЯТЬ НЕОБЪЯТНОЕ?

12 октября вышел в свет первый выпуск информационного бюллетеня «Новости науки и техники».

В наши дни наука развивается столь стремительно, что даже специалисты с трудом успевают следить за новым в своей области. Тесное взаимодействие совершенно разнородных и подчас диаметрально противоположных прежде отраслей знания еще больше затрудняет правильное представление об их состоянии сегодня.

Создание бюллетеня основано на желании, чтобы на физтехе можно было без труда узнавать о самых новых и самых важных достижениях науки и техники. Принятая у нас система обучения предполагает развитие широкого кругозора у студентов. Этому должно способствовать и издание нашего бюллетеня. Он рассчитан на круг людей, владеющий математикой и физикой в объеме первых двух-трех курсов МФТИ. Значит, в отличие от большинства общедоступных изданий, обзорных современных состоянии науки и техники, уровень изложения в нашем бюллетене мог бы быть нетривиальным.

Конечно, специалист (дипломник, аспирант или преподаватель) вряд ли узнает из бюллетеня что-то новое в своей области, но им должны быть интересны новости смежных наук. Первый номер бюллетеня, возможно, выглядит несколько однообразным, потому что он был выпущен силами очень немногих участников, главным образом, си-

лами ребят с V курса РТФ.

Для того чтобы бюллетень выходил систематически, необходимо участие большого числа людей, которые делались бы прочитанным в журнале или услышанным на научном семинаре. Конечно, старшкурник может это сделать с большим пониманием, но желательно, чтобы все энтузиасты приняли посильное участие. Мне кажется, что участие в выпуске бюллетеня—лучшее поприще для общественной работы студента МФТИ, повод для отхода от традиционной позы наблюдателя и потребителя.

Если издание бюллетеня наладится, то эта работа будет отнимать у каждого участника совсем немного сил и времени и каждому почти наверняка принесет пользу.

(1) Пусть, например, вы возьметесь раз в месяц просматривать один определенный журнал; кроме организованности и систематичности в работе, это даст вам репутацию самого осведомленного в своей области человека. Рекомендации по этому поводу можно получить у преподавателей и в любом базовом институте.

(2) Регулярный обзор иностранных журналов дает практическую, а главное, целенаправленную практику в языке. Каждый может при желании быстро научиться понимать специальные тексты без словаря.

(3) Многие студенты физтеха бывают на научных семинарах

### Члены профкома

- Орлов Р. И.—председатель профкома.
- Яковлев А. И.—заместитель по организационно-массовой работе.
- Глушakov А. Х.—заместитель по работе среди студентов.
- Ногин А. М.
- Иванов Ю. П.
- Мишин Б. Е.
- Шаркова Р. П.

- Нанительщикова А. Н.
- Александров Ю. Н.
- Дмитриева Е. И.
- Антонова Л. В.
- Шнапов В. И.
- Гуднов А. И.
- Норатов В. М.
- Чащин Л. К.
- Платов Ю. Д.
- Нириллава И. В.

### Члены ревизионной комиссии

- Кузряцкая Е. С.

- Нарцисова Л. Е.
- Волнов А. М.

## БОЛЬШОЕ СПАСИБО ВАМ!

В институте я начала работать в 1951 году. За десять с лишним лет мне приходилось обращаться по самым различным вопросам за советами к товарищам по службе. И, как правило, они всегда чутко откликались ко мне. И сейчас, уходя из МФТИ на другую работу, особенно хочу поблагодарить Е. М. Зинченко, Л. А. Смирнову,

- Г. Ф. Подушнова, Ф. М. Вирман, Л. М. Ларию, М. В. Дрямина, Н. Я. Ложкина, С. М. Козел, Д. А. Андюшина, Н. А. Талон, Б. Е. Мизина.
- Спасибо вам, дорогие товарищи, желаю больших успехов в труде и счастья в жизни.

Е. ТАБАЧНИКОВА.

### ЗА КОММУНИСТИЧЕСКИЙ БЫТ

## Поддержим почин долгопрудненцев!

Из года в год растет и хорошеет молодой город Долгопрудный, которому в октябре исполнилось всего лишь пять лет. Совсем недавно здесь был пустырь, а теперь вдоль широких асфальтированных улиц высятся корпуса предприятий и учебных заведений, возмужают все новые и новые жилые кварталы. У всех долгопрудненцев горячее желание — превратить свой город в цветущий сад, в город коммунистического труда и быта.

В борьбу за коммунистический быт вступила вся общественность, профсоюзные и комсомольские организации, домовладелец и уличные комитеты, товарищеские суды.

Наш институт должен занять ведущее место в борьбе за коммунистический быт. Работать, учиться и жить по-коммунистически — по велению каждого студента.

В общежитии должен быть установлен такой порядок, который бы в наибольшей степени обеспечивал нормальные условия как для успешной учебы, так и для сохранения здоровья. Поддержим порядок в общежитии, создание наиболее благоприятных условий для учебы, бережение государственного имущества должно обеспечиваться в первую очередь своим студенческим коллективом.

Наша дружина охраны общественного порядка должна усилить свою работу в городе. Многие призыв сделать и агитколлектив, который обязан еще шире развернуть среди жителей города разъяснительные работы ХХП съезда и Программы КПСС, вносить текущую политику.

## С большим интересом

Мне приходится руководить кружком текущей политики не первый год. Так что приобретен кое-какой опыт и создались определенные впечатления о слушателях.

Самое главное — это то, что все с большим интересом изучают вопросы текущей политики. Я не стараюсь особенно ограничивать знания рамки программы. Всегда стараюсь подчеркнуть, что больше всего получает членов кружка, чем они интересуются.

Вот, к примеру, наше первое занятие, которое состоялось 10 октября этого года. Пришло участвовать первое занятие организационный. Это, конечно, нормально. Мы избрали старшину, а ознакомил слушателей с программой, установили дни занятий. На это ушло несколько минут. Остатнее время мы отдели на беседу.

Желающих заниматься в кружке оказалось больше, чем предполагалось. В кружке числятся 15 человек, а на первое же занятие пришло 20. Это главным образом работники хозяйства, в основном

уборщики учебных корпусов.

О чем шел у нас разговор? Все очень интересно ход выполнения семилетнего плана, успехи, достигнутые советским народом за год после ХХП съезда, принятую Программу КПСС — программу строительства коммунизма, как советские люди готовятся к 45-й годовщине Октября. Об этом была у нас интересный разговор. Касались и задач работников хозяйства.

Ну, понятно, затронули вопросы зарубежной жизни, в частности, говорили об Алжире, и долгой борьбе завоевавшим себе независимость, а в положении в Лезане, в борьбе за мир во всем мире.

В беседе принимали участие многие, но особенно активно т. т. М. П. Будаева, А. П. Гудкова, Е. Д. Ермакова.

Думаю, что и последующие занятия у нас будут проходить интересно и живо.

Х. ТУМΠΑРОВ,  
пропагандист кружка.

## Дела учебные

### Новый набор студентов АМФ

В этом учебном году первый курс отличается тем, что количество студентов, пришедших с предприятий и из Советской Армии, значительно больше, чем в прошлые годы. Несмотря на большой перерыв в учебе, производившие сдали вступительные экзамены хорошо. Это вместе с таким ценным качеством для физтеха, как усидчивость и трудолюбие, дает основание верить, что результаты сессии будут лучше, чем в прошлом году.

Задания и лабораторные работы, в основном, сдаются по графику. Студентам, по каким-либо причинам отставшим от товарищей, оказывается помощь. Так, например, в 231 группе студенты Хоринский и Завражнов шефствуют над студентами Коштеревым и Перемитиным, а в группе 2310 помощь оказывается студенту Николаеву.

Студенты с желанием посещают занятия по всем дисциплинам. Имеются, однако, и недобросовестно относящиеся к учебе студенты. За непосещение занятий отчислен из института студент Вишинский. Пропускают занятия студенты Комиссаренко, Найфельд, Корнел, Смирнов и некоторые другие.

Некоторые студенты еще не усвоили, как делать лабораторные работы по физике, как выполнять задания, как распределять свое время. Совет такой — обращайтесь по всем непонятным вопросам к преподавателям и старшесекурсам, которые вам с великим желанием помогут.

В. НОЗДРИН, зам. декана АМФ.

Адрес редакции: Московская область, город Долгопрудный, Московский физико-технический институт

## Наш университет здоровья

### ЕЖЕДНЕВНАЯ УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА — ИСТОЧНИК БОДРОСТИ И ДОЛГОЛЕТИЯ

Дождение и широко понимая этот слова является основным биологическим раздражителем, который стимулирует процессы роста и развития, поддерживает и развивает функции организма.

Ограниченное использование движений, характерное для людей умственного труда, часто приводит к дисгармонии между нервно-психической и физической деятельностью, понижает общую работоспособность.

Когда человек длительно выполняет часть органов из нормального функционирования, эти органы становятся менее работоспособными, а затем в них нарастают процессы обратного развития или перерождения. Например, всем известно, что у гипертоника-спортсмена сильные мышцы живота, но если тот же гимнаст перестает тренироваться, то у него мышцы живота становятся слабыми, а затем часть из мышечных волокон перерождается в жировую инертную ткань. Так как в организме человека все органы взаимосвязаны и своей деятельностью, то выключение какого-либо функций обычно приводит к возникновению болезненных изменений во всем организме. К ним относятся сутулость, болезни позвоночника, искривление лопатки плеча и жесткость позвоночника и др.

Прекрасным и самым простым средством предупреждения функциональных расстройств является ежедневные занятия утренней гимнастикой в течение 10—15 минут. Академик А. А. Богомолов, занимающийся проблемой продолжения жизни человека, писал: «Очень полезны для борьбы с застойными кризис в отдельных местах организма гимнастика и массаж. С них надо начинать день! 10—20 минут, ежедневно затраченных на это, не только продлят

бодрость на весь день, но и сохранят немало лет жизни».

Революционер Н. А. Морозов, просидевший 21 год в Шанхайской тюрьме, в статье «Гимнастика спасла мне жизнь» рассказывает: «Несколько десятков лет я прожил в заключении в одиночной камере, где мало света, мало воздуха и невозможно было двигаться. Многие из моих товарищей по заключению, не найдяши в себе энергии для гимнастических занятий, начали и погибли один за другим. Глубоко убежден, что только гимнастика сохранила мне силы и здоровье. Не забросил я гимнастику и после выхода из тюрьмы в эмиграцию. Несмотря на свои годы, а в настоящее время ежедневно физкультурными занятиями. Любите гимнастику, она даст вам хорошее физическое развитие, здоровье, бодрость духа! В этом вам поможет мой 30 лет».

Физиологи утверждают, что организм разностороннее воздействие на органы человека. Те физиологические процессы распада, которые происходят в мышцах во время движения, одновременно движутся и процессом усвоения их восстановлению. Мышечные волокна, приведенные в действительное состояние, выделяют из организма продукты распада быстрее выводятся из организма. Одновременно изменяется и химический состав мышц, они обогащаются наиболее важными для деятельности веществами (белками, гликогеном, ферментами и др.), лучше используют кислород, повышается кровяное давление, повышается работоспособность мышц и поддерживают развитие утомляемости. Тренированная мышца дает больше энергии даже в более короткое время работы, чем мышца не-

тренированная. От постоянного упражнения и усиления крови вены и капилляры становятся более эластичными, упругими и сильными, увеличивается толщина и общая масса, что придает телу человека внешнюю красоту. И, наоборот, если мышца обречена на длительную покой, физиологические процессы в ней протекать плохо, они становятся даже уменьшаются в объеме, становится дряблыми, слабыми, наступает атрофия мышечных волокон, часть из них перерождается в нежироподобную ткань.

Мышечная деятельность увеличивает образование крови в органах, стимулирует кровяную функцию, тем самым улучшает качественный состав крови.

Работавшая мускулатура лучше развивается сама, и улучшает работу центральной нервной системы головного мозга.

Русские физиологи К. М. Чернов и И. П. Павлов всегда подчеркивали большое значение мышечных упражнений для развития функций организма. И. П. Павлов писал, что мышечные движения можно считать и поддержкой для головного мозга, мышечная деятельность приводит организм к состоянию, что исключают стрессовые для человека расстройства. Человек выживает физически упражнения. Опытами бедности и удальствости при мышечной работе Павлов назвал мышечной радости. Сам К. М. Чернов любил ходить на лыжах, а лыжи на лыжнике и даже в глубокой старости, сохраняли свежесть ума и бодрость духа. Наш докторов знает. И наш доктор роль играет организм физическая подвижность организма.

Мышечная деятельность у людей замедляется утомления трудом, помогает предупредить склеротические изменения в организме.

В пожилом возрасте, когда начинают снижаться мышечные функции и обмен веществ, человек нуждается в мышечной деятельности в такой же мере, как и в молодости, и чем раньше приступит к занятиям, тем лучше. Постарайтесь, ежедневно тренироваться даже в поздней старости — можно достигнуть прочности некоторых процессов старения, например, избежать атрофические процессы в мышцах, предотвратить накопление в них радиоактивного распада, предупредить развитие атеросклероза, улучшить осанку, и многое другое. Гимнастика — это залог общей жизненной радости. Те же, кто занимается ежедневной утренней гимнастикой, постоянно чувствуют ее благотворное действие. Те же, кто не занимается или занимается неправильно, начинают ощущать упадок, начинают заниматься гимнастикой с опозданием, и скоро им почувствуют неблагоприятное действие этого неумеренного источника бодрости и долголетия. М. М. МАРСКИН, врач кафедры физиологии в СССР.

## Тото! Тото!



Кому улыбнется спортивное счастье? Вот что вынесет многомиллионную армию любителей футбола. А физтех? Разве в свои ряды он не имеет любителей футбола, но темпорантис не успевали даже знаменитым южноамериканским.

И в дни занятий, это дело для студентов время, физтех находит минуту, чтобы поиграть в футбол, поиграть в футбол. Пожалуй, наиболее физически привади футболу аэромехи.

Накануне каждого матча устраивается тоталитар. Вот где можно отвести душу! Клуб АМФ во время подведения итогов так напоминает стадион, бурно реагирующий на ошибку судьи.

На фото вы видите счастливых обладателей очередного тото. Селева А. Красильников, справа А. Забелда.

Приходите к нам болеть! Добро пожаловать!

Фото А. Щуки.