

ДА ЗДРАВСТВУЕТ ДЕНЬ КОНСТИТУЦИИ!



НОВАЯ ПОБЕДА СОВЕТСКОЙ НАУКИ

В соответствии с планом научно-исследовательских работ 1 декабря 1960 года в Советском Союзе осуществлен запуск третьего космического корабля на орбиту спутника Земли.

Для выполнения медико-биологических исследований в условиях космического полета в кабине корабля-спутника находятся подопытные животные — собаки с кличками «Пчелка» и «Мушка». В кабине также находятся другие животные, насекомые и растения.

Наблюдение за подопытными животными производится при помощи радиотелевизионной аппаратуры и телеметрических систем, передающих на Землю объективные и физиологические показатели, характеризующие состояние животных.

С помощью научно-измерительной аппаратуры, находящейся на корабле-спутнике, предусмотрено проведение ряда научных исследований по физике космического пространства.

Вес третьего советского корабля-спутника без последней ступени ракеты-носителя составляет

4.563 килограмма. Его движение происходит по эллиптической орбите. По полученным предварительным данным, начальный период обращения корабля-спутника по орбите равен 88,6 минуты, высоты перигея и апогея орбиты составляют примерно 187,3 и 265 километров соответственно. Наклонение орбиты к плоскости экватора 65 градусов.

На корабле-спутнике установлен радиопередатчик «Сигнал», работающий на участке 19,995 мегагерца в режиме телеграфных посылок переменной длительности.

Питание бортовой аппаратуры электроэнергией производится от химических и солнечных источников тока.

Согласно имеющимся предварительным данным, вся находящаяся на корабле-спутнике аппаратура работает нормально.

Наземные радиотехнические станции ведут регулярные наблюдения за третьим советским кораблем-спутником.

Пролетарии всех стран, соединяйтесь!



Кадровое приборостроению

Орган партбюро, комитета ВЛКСМ, профкома и дирекции Ленинградского института точной механики и оптики

№ 39 (314)

Среда, 7 декабря 1960 г.

Цена 20 коп.
Выходит с 1931 г.

Наша советская, социалистическая демократия

ДЕНЬ Конституции СССР вошел в жизнь советского человека, как праздник советской демократии.

Ныне действующая Конституция СССР была принята 5 декабря 1936 года на чрезвычайном VIII Всесоюзном съезде Советов. Она законодательно закрепила великие социалистические преобразования в стране.

Люди старших поколений помнят, как после победы социалистической революции и установления диктатуры пролетариата многочисленные враги Советского государства подняли шумиху по поводу того, что большевики будто бы «погубили» демократию, что, мол, демократия и диктатура несовместимы, исключают одна другую.

Разбивая выводы наших идейных противников, Владимир Ильич говорил: «Да, Советская власть — это организационная форма диктатуры пролетариата так же, как буржуазная демократия фактически, на деле, форма диктатуры буржуазии. С той, однако, существенной разницей, что первая из них — это диктатура большинства — это диктатура большинства в интересах всего народа, а вторая — диктатура незначительной кучки богачей, эксплуататоров над огромными массами трудящегося населения».

Советскую систему организации общества Ленин называл высшей формой, высшим типом демократии. Называл так потому, что Советская власть действительно

но приобрела к самостоятельному управлению государством миллионные массы трудящихся, передала в руки народа все средства производства.

XXI съезд КПСС ознаменовал вступление нашей Родины в новый важнейший этап развития — этап развернутого строительства коммунистического общества. На нынешнем этапе еще больше возрастает роль Советов как массовых организаций трудящихся.

Советское общество достигло такого уровня развития, при котором многие функции, выполнявшиеся до сих пор государственными органами, должны постепенно переходить в ведение общественных организаций. В решениях XXI съезда КПСС говорится, что в деле соблюдения правил социалистического общежития важную роль призваны играть добровольные народные дружины, товарищеские суды и подобные им организации. В ведение общественных организаций переданы также спортивные и физкультурные организации. Вопросы здравоохранения все больше переходят в ведение профсоюзов. Общественные организации занимаются также и некоторыми вопросами культурного обслуживания населения.

Постановления партии и правительства, направленные на сокращение рабочего дня и рабочей недели, открывают перед трудящимися новые возможности повышать свой технический и культурный уровень. Велика тяга совет-

ских людей к знаниям, и Основной Советский Закон широко открывает перед ними двери школ, техникумов, институтов. Обучение на всех ступенях является бесплатным, студентам вузов и техникумов выплачивается государственная стипендия, нуждающимся предоставляется общежитие.

Постановления партии и закон о связи школы с жизнью, принятый Верховным Советом СССР, а также последующие постановления правительства относительно вечернего и заочного образования еще и еще раз подтверждают неослабную заботу партии и правительства о благе советских людей.

Слава подлинно демократической Конституции — Основному Закону трудящихся Советского Союза!

В НОМЕРЕ:

НА ЗАВОДЕ ГОВОРЯТ: «ХОРОШО!»

В гостях у польских друзей

Переводческая группа нужна!

Охота на лося

Вести с практики

НА «КРАСНОГВАРДЕЙЦЕ»...

В НЫНЕШНЕМ учебном году студенты IV курса факультета точной механики проходят технологическую практику по новой программе. Практика эта продолжается четыре месяца. Одновременно с работой на заводах студенты занимаются в институте 4 дня в неделю по 4 часа. Каковы же первые итоги технологической практики по новой программе?

Раньше студенты IV курса направлялись на практику, прослушав лекции и сдав экзамены по целому ряду общетеоретических дисциплин, включая технологию приборостроения. В нынешнем

учебном году студенты проходят курс технологии приборостроения в период их работы на заводах.

Таким образом, во время практики студенты овладевают навыками самостоятельного решения инженерных задач и выполнения заданий, представляющих определенный практический интерес для производства. Большинство студентов ясно представляет себе цель и значение практики для повышения их технических знаний, необходимых для будущей инженерной деятельности.

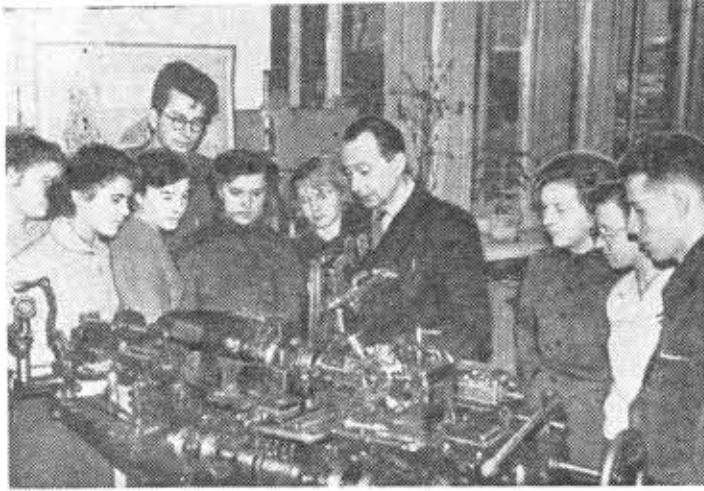
Многие студенты принимают активное участие в разработке технологических процессов и в конструировании приспособлений. Так, студенты 429-й группы Ю. Шумиченко, А. Басов, С. Файгенбаум, проходившие практику на заводе «Красногвардеец», удостоились хороших отзывов со стороны руководителей практики и администрации цехов за проявленную ими инициативу в разработке чертежей по изготовлению приспособлений.

В дальнейшем с целью лучшей организации 4-месячной технологической практики решено шире привлекать студентов к работе в должностях дублера бригадира, мастера, технолога, младшего конструктора по оснастке, добиваясь зачисления студентов на штатные должности.

П. СТРЕЛКОВ,
зав. производственной практикой

В институте вступили в строй студенческие мастерские. С интересом слушают трехкурсники ст. преподавателя П. А. Грязнова, рассказывающего о принципе работы токарного револьверного автомата.

Фото З. Степановой



Трудовые юбилеи

Недавно исполнилось 30 лет работы в институте токаря УПМ Ивана Яковлевича Деденкова и 15 лет работы столяра Павла Антоновича Смирнова и оптика-механика Николая Васильевича Жукова.

В связи с этим директором института издан приказ, в котором за долголетнюю и безупречную работу юбилярам объявлена благодарность.

Изгнать скуку и формалистику!

МНОГОЕ сделано в нашем институте по перестройке учебного процесса: налажена связь с производством, в корне изменились формы и сроки проведения практики, созданы СКБ и студенческие мастерские, оживилась работа СНО. Однако эти изменения не коснулись еще всех студентов, а опыт экспериментаторской работы необходимо получить всем, ведь теоретические знания надо как-то закрепить и подтвердить. Для этого служат лабораторные работы и практические занятия.

Институт имеет много прекрасно оснащенных лабораторий, где есть все возможности проводить лабораторные работы. Эти работы должны быть возможно более самостоятельными.

На деле же это не всегда так. Лабораторные работы часто выполняются формально, и интерес у студентов вызывает не столько работа, сколько поиски образца для отчета да то, как принимается зачет — «строго» или нет.

Происходит это большей частью из-за плохой организации, особенно на старших курсах. Если на I—III курсах к лабораторной работе все же необходимо подготовиться заранее, почитать книги, лекции, то на старших курсах этого никто не требует, так как подготовку заменили аккуратные папки пособий и описаний, где подробно и по пунктам разъяснено, какой винтик за какой гайкой надо снимать.

Часто приходит студент в лабораторию, не имея понятия, какую работу он будет делать, так как заранее это ему неизвестно, берет соответствующие пособия и работает по пунктам. Основная забота студента — оформить отчет, да этим он не очень-то часто утруждает себя, особенно если товарищ его уже оформил.

Еще хуже обстоит дело на кафедре экономики промышленности и организации производства. Кафедрой заготовлены многочисленные методические указания и бланки лабораторных работ. Конечно, против этого возразить трудно, так как это освобождает студентов от ненужной работы. Но все дело в том, как проходит занятия: чуть ли не под диктовку студенты записывают необходимые расчетные формулы и проявляют самостоятельность только в области счета на логарифмической линейке или арифмометре. Правда, делались иногда попытки вести опрос по теоретическому материалу, но все это было без подготовки со стороны студентов и носило характер вопросов и вымученных ответов.

Под диктовку проводятся и лабораторные работы на некоторых других кафедрах.

Особое недоумение вызывают у студентов лабораторные работы по гирскопическим приборам и устройствам.

Занятия начинаются с того, что дежурный приносит из библиотеки учебники, и студенты штудируют их от сих и до сих и следующие два часа тоже от сих и до сих и т. д., причем все это происходит в непосредственной близости от «живых» приборов, но их не видно под кожухами и колпаками.

Потом за 15 минут преподаватель пытается объяснить устройство прибора с демонстрацией его, и только тогда студентам разрешается иногда прикоснуться к той или иной кнопке или рубильнику. Причем не проходит занятия, чтобы не упоминалось, что приборы очень сложные, небезопасны в обращении, чрезвычайно дороги и готовы к действию только через 5—6 часов после запуска. Усвоением этих истин приходится ограничиться студентам после окончания курса лабораторных работ по гирскопическим приборам.

Неужели нельзя иначе? Все преподаватели кафедры в один голос говорят, что нельзя, но мы считаем, что можно. Например, можно изготовить и действующие модели и макеты для использования во время лабораторных работ. Такие макеты уже изготавливаются студентами по линии СНО. А почему бы не изучать конструкцию прибора и на его неисправных образцах?

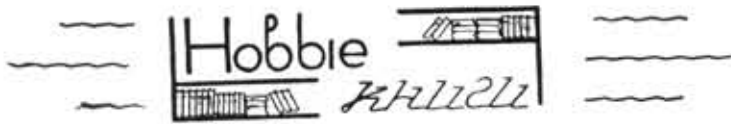
Найти выход из создавшегося положения можно и его необходимо найти! Ведь на других кафедрах студентам тоже приходится сталкиваться с дорогими и сложными приборами, и ничего, справляются при помощи и под руководством преподавателей.

Мы все стремимся к тому, чтобы институт выпускал квалифицированных инженеров-приборостроителей. Поэтому необходимо облегчить студентам доступ к



На кафедре счетно-решающих приборов и устройств напряженная пора. Скоро сессия, и студенты стремятся завершить все лабораторные работы.

На снимке: Тамара Филоненко из 574-й группы исследует вращающиеся трансформаторы. Фото З. Степановой



В техническую библиотеку нашего института поступили книги:

1. Мейнис Х. и Гундлах Ф. В. РАДИОТЕХНИЧЕСКИЙ СПРАВОЧНИК, т. 1. М.-Л., Госэнергоиздат, 1960. 416 с.

Книга представляет собой перевод первых 9 глав немецкого справочника по радиотехнике. Приведен обширный материал по теории, расчетам и проектированию радиодеталей, электрических цепей, линий передачи, волноводов, резонаторов антенн и линий радиосвязи.

приборам и аппаратуре, чтобы сделать лабораторные работы исследователями, творческими и самостоятельными.

Д. ЗЕЛИКСОН,
наш студент

2. Железнов Н. А. НЕКОТОРЫЕ ВОПРОСЫ ТЕОРИИ ИНФОРМАЦИОННЫХ ЭЛЕКТРИЧЕСКИХ СИСТЕМ. Л., ЛКВВИА, 1960. 156 с.

Монография посвящена разработке основного аппарата теории информационных электрических систем и решению ряда важных прикладных вопросов на базе новых моделей сигналов и информационных каналов.

3. СПРАВОЧНЫЕ ДАННЫЕ ПО ЭЛЕКТРОБОРУДОВАНИЮ. М., Машгиз, 1960. 608 с. (ЦНИИТМАШ. Кн. 95).

Справочник является продолжением книги 94-й ЦНИИТМАШа и содержит технические данные, габаритные размеры и характеристики ртутных и кристаллических выпрямителей, аппаратуры управления электроприводами и приборов.



В ОКТЯБРЕ 1960 года по приглашению Комитета польско-советской дружбы в народной Польше побывала группа из 300 советских ветеранов войны, которые принимали участие в освобождении страны от немецко-фашистского ига. Среди 40 ленин-

дом. Эти связи с каждым годом становятся все крепче и крепче.

Когда «Поезд дружбы» подошел к станции Тересполь, первому населенному пункту на пути следования от советской границы, при виде большого числа людей, вышедших встречать бывших со-

ветских воинов, наши сердца наполнились радостным чувством. В этой связи, забегая немного вперед, хочется повторить слова, сказанные на одной из встреч в городе Лодзи старым польским коммунистом: «Мы всегда с надеждой смотрим на Советскую Россию. Вы нас избавили от фашистского рабства, и мы вечно благодарны вам».

Варшава... С волнением подъезжали мы к этому прекрасному городу. Трудно было вернуться к мысли о том, что польская столица была сметена с лица земли пламенем войны. Мне особенно памятные эти места. В январе 1945 года в рядах Советской Армии я участвовал в освобождении этого города. И теперь видеть его поднявшимся из руин, выстроенным почти заново было особенно радостно.

Трудящиеся польской столицы тепло встретили нас. Здесь на могилах советских воинов, павших во время боев за город, делегация возложила венки. Память об этих

героях вечно будет жить в сердцах двух братских народов. Заботливо следят польские товарищи за могилами воинов — памятники всегды утопают в гирляндах живых цветов.

Из Варшавы мы, разделившись на группы, отправились в поездку по стране для ознакомления с жизнью новой Польши. На пути следования нашей группы первым крупным городом был Лодзь — центр текстильной промышленности Польши.

Затем группа посетила Краков. Жители города исключительно сердечно приветствовали нас. Здесь группа ветеранов ознакомилась также с памятными местами, связанными с жизнью и деятельностью В. И. Ленина.

Большое впечатление произвела на нас поездка в Новую Гуту. Здесь высятся построенные с помощью Советского Союза корпуса металлургического комбината име-

ни Ленина. Польские трудящиеся очень гордятся этим первенцем польской индустрии, который производит сейчас больше стали, чем вся довоенная Польша. Вокруг комбината уже вырос целый город со столысячным населением.

Группа посетила также бывший фашистский лагерь смерти Освенцим. Страшное, неизгладимое впечатление производит все увиденное здесь. Бараки на 500—1200 человек, газовые камеры, крематории — все для варварского уничтожения людей. Какое сердце не дрогнет при виде гор человеческих волос, зубов, вещей, одежды... Здесь было замучено свыше 4 миллионов людей 28 национальностей.

Разве такое можно забыть! Среди членов советской делегации были бывшие узники Освенцима. Им не нужны были экскурсоводы. На митинге у памятника жертвам фашизма советские ветераны войны и наши польские друзья поклялись сделать все, чтобы помешать империалистам разжечь огонь

третьей мировой войны. За время поездки мы ли теплыми, дружески-убедились, что польский народ под руководством своей Объединенной рабочей партии за 15 лет добился замечательных успехов в развитии экономики, науки, культуры и уверенно идет по пути к социализму. И всюду, где бы ни появлялись посланцы Стран Советов, их встреча- ми улыбки. Эта поездка как явилась дальнейшим свидетельством укрепления дружеских связей советского и польского народов.



На снимках: встреча советских ветеранов войны; возложение венков на могилы павших советских воинов.

ПО ПОЛЯМ ОТГРЕМЕТВШИХ СРАЖЕНИЙ

градцев, входивших в состав делегации, был доцент кафедры марксизма-ленинизма нашего института Василий Иванович Карлов. Вот что рассказал В. И. Карлов в беседе с нашим студентом Л. Аронсом.

— Польская граница... 16 лет назад советские люди впервые перешли ее, перешли в военной форме с оружием в руках. Они спешили на помощь польскому народу, не склонившему головы перед гитлеровскими оккупантами. В сердцах поляков навечно сохранилась память о советских воинах, отдавших свою жизнь за освобождение их родины. Общественность Польши и сейчас не теряет дружеских связей с советскими ветеранами войны, занятыми ныне мирным, созидательным тру-

Кадров
ПРИБОРОСТРОЕНИЮ

Мы записался в дружину?

ВЕЛИКА роль добровольных народных дружин в охране общественного порядка, в воспитании у наших людей коммунистического отношения к общественному достоянию. В конечном счете деятельность дружин — это борьба за нашу, советскую идеологию, за наши общественные идеалы.

До недавнего времени мне не приходилось иметь дело с дружинниками. Я видел на улице парней с повязками на рукавах, но не задумывался над их задачами, обязанностями. Теперь, когда я сам записался в дружину, на меня и моих товарищей легла непосредственная ответственность за поддержание порядка.

Новости техники



Отдел ведет студент М. Иванов

Телевизор-картина

КАК ШУТКИ, так и фантазии часто претворяются в жизнь. Несколько лет назад карикатуристы нередко рисовали телевизоры, оправленные рамами картин и повешенные на стенах. Недавно в Англии сконструирован плоский кинескоп с углом развертки 180°, который можно поместить в раму. Для сравнения заметим, что используемые ныне кинескопы имеют угол развертки лишь около 90° и являются самой длинной частью телевизора.

ЧЕТЫРЕ РАЗА В ДЕНЬ

СЛЕДУЕТ принимать пищу четыре раза в день, причем четырехчасовые перерывы после каждой еды наиболее целесообразны. В течение этого времени в основном заканчивается переваривание пищи и вновь появляется

ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ —

аппетит. В деятельности пищеварительных желез чередуются периоды возбуждения, истощения и восстановления. Это связано с состоянием центральной нервной системы.

Более длительный перерыв должен быть установлен на время ночного отдыха и сна. Принято считать, что есть перед сном вредно. Действительно, непосредственно перед сном нецелесообразна обильная еда, особенно еда, богатая белком. Если же поесть за час до сна немного — выпить стакан молока или простокваши, стакан чаю с вареньем, с хлебом или печеньем, то это будет лишь полезно, сон будет более спокойным.

Как распределить суточный рацион и в какие часы лучше всего есть?

ПЕРВЫЙ ЗАВТРАК

РАБОТАЮЩИЕ и учащиеся в первой смене должны съесть первый завтрак — примерно около трети всего дневного рациона — утром, до работы или занятий. За время ночного сна

Работа дружинника требует немалой выдержки и собранности.

Ведь паразит вылезает из своего логова только тогда, когда уверен в своей безнаказанности. Значит, надо поставить дело так, чтобы нарушители общественного порядка навсегда потеряли покой. Систематические и неожиданные рейды народных дружин, общественные обследования должны проводиться систематически, ибо борьба общественности с пьяницами, хулиганами, туеядцами — это прежде всего дело каждого из нас, всех студентов без исключения.

Однако еще не все наши товарищи с достаточной ответственностью относятся к участию в рейдах. Из явившихся порой удаётся составить очень малочисленные группы, которым трудно, конечно, охватить намеченный район. Этот недостаток надо устранить возможно скорее.

Кончается рабочий день. Город окутывает пелена сумерек. На улицах среди пешеходов нередко можно заметить молодых людей с красными повязками на рукавах. Есть в этой полезной работе и наша доля. Пусть же ряды дружинников нашего института станут еще сплоченнее и многочисленнее!

Л. АРОНС,
студент 260-й группы

Телеаппарат с подвижным кинескопом

ПЕРЕДВИГАТЬ телевизор по комнате, особенно если она мала, — дело хлопотливое, да и небезопасное для прибора. А ведь иногда хотелось поставить телевизор на маленький столик, взять с собой в кровать или поместить его в такое место, где бы он не мешал другим.

Эта проблема решена в Чехословакии постройкой телевизора с передвижным кинескопом. Кинескоп, смонтированный в отдельном небольшом ящичке, связан с собственно приемником специальным кабелем.

силы организма восстанавливаются, надо «зарядить» его запасы пищевых веществ для предстоящей работы или учебы.

Очень вредно уходить на работу или в учебное заведение натощак: это приводит к ослаблению деятельности мозга, снижает ра-

ботоспособность. За завтраком следует съесть немного жира — лучше всего масло с хлебом, белковое блюдо (сыр, творог, колбасу, копченую рыбу и т. п.). Полезно съесть какую-либо кашу или винегрет. Чай, кофе или какао с молоком, с сахаром — обычные напитки, один из которых входит в меню первого завтрака.

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

ВТОРОЙ завтрак работающие съедают в обеденный перерыв, учащиеся — в перерыве между занятиями. Второй завтрак восстанавливает энергию, затраченную в первой половине рабочего дня, но он не должен быть обильным. К этому времени организм уже выполнил определенную трудовую задачу, но ему предстоит дальнейшая работа и поэтому чрезмерная нагрузка органов пищеварения нежелательна.

Следует помнить, что пищеварение связано с определенной работой сердца и пищеварительных органов. После еды, особенно плотной, возбудимость коры головного мозга снижается; недаром после сытного обеда клонит ко сну. Вот почему второй завтрак не должен быть большим по объему

СВОЕВРЕМЕННОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

СОВЕРШЕННО бесспорно, что молодой специалист, выйдя из стен высшего учебного заведения с дипломом инженера, должен в совершенстве владеть одним или даже двумя иностранными языками. Это расширяет научный и технический кругозор молодого специалиста и обогащает его новыми знаниями, которые так необходимы в наш век технического прогресса.

Не следует забывать и о том, что с каждым годом расширяются международные связи Советского Союза. Все чаще в нашей стране проводятся международные съезды, конференции, совещания, фестивали. Для каждого советского человека становится необходимым знание языков народов других стран.

Поэтому можно только приветствовать предложение студента

М. Иванова создать в нашем институте переводческие группы. Дело, конечно, не простое, а разве легче было создать студенческое бюро? И все же СКБ соз-

ПРЕДЛАГАЕМ, ОБСУЖДАЕМ...

дали, работает оно неплохо, причем деятельность его основана на хозрасчете.

По этому же принципу можно и нужно создать переводческие группы. Я изучаю и люблю французский язык. Мне он нравится, и я охотно буду работать в такой переводческой группе.

Мне кажется, что это вопрос не дискуссионный. Совершенно ясно, что переводческие группы

или бюро (лучше их называть так) нам нужны, и их нужно создать без промедления, чтобы к началу будущего семестра они уже работали. Кафедра иностранных языков и общечеловечность института не должны медлить. Время не ждет, нужны практические дела.

Хочется напомнить, также и еще об одном немаловажном деле. Лесотехническая академия имени С. М. Кирова в помощь студентам выпустила «Лесотехнический русско-немецкий словарь». Стоит всерьез подумать об издании такого словаря и у нас с учетом профиля нашего института.

Разумеется, такой словарь должен быть выпущен в русско-немецком, русско-английском и русско-французском вариантах. Он намного облегчит студентам работу с иностранными текстами и пособиями.

Ценное предложение М. Иванова, поддержанное газетой «Кадры приборостроению», заслуживает всяческого одобрения. Это своевременное, нужное и полезное дело.

Е. БРОЗГОЛЬ,
студентка 434-й группы

Встречи, обсуждения, вечера...

ВОЗОБНОВИЛО свою работу литературное объединение ЛИТМО. Мы снова собрались, чтобы поделиться летними впечатлениями, почитать друг другу новые стихи, дневники, рассказы. Каждый из членов объединения знает, что наша аудитория — это аудитория внимательных и добросовестных критиков.

Оживленнее стало теперь на занятиях литературного объединения: к нам пришли новые товарищи. Нас стало значительно больше, чем в прошлом году. Это радует.

Руководит деятельностью литобъединения член Союза писателей Лев Васильевич Мочалов, завоевавший наше уважение тонким и глубоким пониманием поэзии и живописи.

На занятиях в ноябре мы узнали много нового. Л. Мочалов прочитал нам обзорную лекцию о современной живописи. У нас состоялся интересный разговор о стихотворных сборниках. В ближайшее время будет обсуждаться новая книга Андрея Вознесенского «Парабола» и «Мозанка».

Подобные обсуждения помогают нам правильнее и глубже воспринимать достоинства поэтических произведений. В 1961 году мы, так же, как и раньше, будем встречаться с известными поэтами и писателями, организовывать совместные вечера с другими литературными объединениями города. Будем мы и разбирать творчество членов нашего ЛИТМО (уже состоялся, например, разговор о стихах В. Васильевского).

Члены литературного объединения приняли активное участие в подготовке сатирического спектакля для эстрадного коллектива института.

Всех, кто чувствует в себе творческие силы, мы приглашаем в наши ряды.

Г. ЛЕУХИН,
председатель бюро литобъединения ЛИТМО



Не простое это дело — исследование катушек индуктивности. Внимательно следят за показаниями приборов и производят расчеты студенты 485-й группы О. Панченко и Э. Бернштейн. Фото З. Степановой

ВЫСОКАЯ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ

ягодного сока или поесть каких-нибудь фруктов.

Во всяком случае нельзя во время перерыва в работе плотно наесться. А между тем такая привычка у многих укоренилась. Нередко люди идут на работу, выпив стакан чаю с хлебом, а иногда натощак, и чрезмерно наедаются во время обеденного перерыва. Несомненно, такой режим питания нецелесообразен — он не соответствует общему ритму трудовой деятельности.

ОБЕД И УЖИН

ОБЕД после работы, в 5—7 часов вечера, должен восполнить траты организма, произведенные во время работы, и содержать более трети суточного рациона. Нельзя во время обеда чрезмерно наесться, вместе с тем после него не должно оста-

ваться ощущение голода. Желательный обед из четырех блюд: кусочка перед обедом возбуждает аппетит; суп возбуждает деятельность пищеварительных желез; второе мясное или рыбное

блюдо с овощами или кашей составляет основную, питательную часть обеда и, наконец, сладкое блюдо приносит чувство насыщения и удовольствия.

Легкий ужин за час до сна должен быть небольшим по объему. Как мы уже говорили, стакан чаю с вареньем или стакан молока, простокваши, булочка или печенье — вполне достаточная еда перед сном.

КАЖДОЙ СМЕНЕ — СВОЙ РЕЖИМ

ТАКИМ образом, при работе в учреждении или в утреннюю смену на промышленном предприятии рекомендуется такой режим питания:

первый завтрак — до работы в 7—8 часов утра, второй завтрак — в обеденный перерыв, в 11—12 часов; обед — после работы (Окончание на 4-й стр.)

С маленькой ракеткой
УСПЕШНО выступают в соревнованиях по настольному теннису спортсмены нашего института. Недавно закончилось первенство Октябрьского района по этому виду спорта. Звание чемпионки района среди женщин завоевала студентка 242-й группы Римма Взорова. Второе место заняла студентка 306-й группы Татьяна Фроловская.

Неплохо выступили пинг-понгисты ЛИТМО и в состязаниях мужчин. Виктор Немченко (257-я группа) и Александр Корентабак (606-я группа) разделили третье и четвертое места.

Все они, а также студент 642-й группы Владимир Шведченко участвуют сейчас в первенстве города по настольному теннису, причем Взорова и Немченко, удачно проведя предварительные встречи, вышли в полуфинал.

С. ФЕДОРОВ,
тренер по настольному теннису

В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ — ЗДОРОВЫЙ ДУХ

ВОЗОБНОВИЛА свою работу секция общей физической подготовки. В малом спортивном зале института регулярно проводятся занятия, на которых присутствуют преподаватели и лаборанты нашего института.

Под руководством заслуженного мастера спорта Т. С. Орловой они занимаются в малом спортивном зале института легкой атлетикой и гимнастикой. Активно посещают занятия преподаватели Г. Д. Апанов и А. К. Полубояринов (кафедра теоретической механики), В. А. Рейнер, П. Н. Микерора (кафедра теории механизмов и деталей машин), А. М. Великсон (кафедра физики) и другие. Большой популярностью у занимающихся пользуются тренировки по настольному теннису, которые проводит с ними тренер С. Н. Федоров.

Предполагается, что по воскресным дням секция будет устраивать лыжные вылазки за город.

В свободную КАНИКУЛУ

Почему мы так говорим

ЗОЛОТО

СКОТОВОДЧЕСКИЕ народы и готскую скат, немецкое шатц — сокровище, клад. Некоторые ученые связывают скот и меха, как единицы ценности, с происхождением русского слова золото. По их изысканиям, золото восходит к скифскому национальному названию скотот, имеющему двойника на Кавказе — колот, в значении мех, пушной зверь. По свидетельству ученых, в одном из разночтений русских летописей вместо «злати» появляется «колоти».

А между тем...

НЕБЫЮЩЕЕСЯ стекло только недавно стало применяться широко, и многие, вероятно, склонны думать, что это стекло изобретено совсем недавно.

А между тем известно, что небьющееся стекло было изобретено в Риме за 34 года до нашей эры. Изобретатель, однако, поплатился за это своей жизнью. Чтобы секрет не стал широко известен, император Тибериус приказал отрубить изобретателю голову.

Обо всем понемногу

★ В Мельбурне двадцатичетырехлетняя девушка дала согласие обрить свою голову на манер американского киноактера Юла Бриннера. За бритые, транслировавшиеся по телевизионной сети, ей было уплачено 200 фунтов.

★ Серия марок с изображением всех без исключения римских пап издана в Панаме. Серия состоит из 263 портретов.

★ Джон Форд, режиссер фильма, поставленного по мотивам романа Стейнбека «Гроздь гнева», признался, что никогда не читал этой книги.

Английский юмор

— Я не очень высокого мнения о слонах, — сказала одна муха другой.

— А почему?

— Ну, хотя бы потому, что они не умеют ходить по толку.

— Какой формы земля? — спросил учитель, обратившись неожиданно к Вилли.

— Круглая, — сказал Вилли.

— А откуда ты знаешь, что она круглая? — спросил учитель.

— Ну, значит, квадратная, — сказал Вилли. — Я не хочу спорить с вами из-за этого.

Доктор: Сможете ли вы заплатить мне за операцию, если узнаете, что она для вас абсолютно необходима?

Пациент: А найдете ли вы ее необходимой, если узнаете, что я не могу заплатить за операцию?

ПОПРАВКА

В отчетном докладе партбюро ленин тов. Дедюлина В. П. после института (см. № 34 нашей газеты) фамилия тов. Тацитова Г. А. по вине руководителя семинара в год увеличивается число неудовлетворительных оценок». И далее по тексту.

На той же странице в выступ-

На охотничьих тропах...

Добыча на славу!

РАЗРЕШЕНИЕ на отстрел лося городского общества охотников выдает лишь лучшим, хорошо зарекомендовавшим себя коллективам. Такой чести удостоились в нынешнем сезоне охотники ЛИТМО. Десять самых достойных, самых умелых, самых метких получили право принять участие в охоте на лося. Расширенное засе-

дание бюро секции решило включить в эту «десятку» как опытных охотников, так и молодежь.

Охота на столь крупного зверя требует тщательной подготовки. Первая часть группы — разведчики — выехала еще в субботу, чтобы осмотреть место охоты и «обложить» лося.

В воскресенье прибыла вся

остальная команда. Загонщики, проверив следы, доложили, что можно начинать. Но не так просто попасть в красавца-зверя даже когда это разрешено лицензией. Небольшая наша оплошность, и лось прорвался через линию загона.

Все пришлось повторять вновь и не один раз. Первые неудачи не обескуражили наших охотников: они последовательно «прочесывают» один участок леса за другим, проверяют множество следов и вновь нападают на ход лося!

— Все в порядке, — докладывает старший загон. — Можно начинать охоту!

Начался последний, решающий, загон. На предполагаемых местах прохода лося через линию стрелков «боевые позиции» занимают Павел Гаццкий, Виктор Бабах, Василий Шумилов.

Где-то вдалеке слышится возглас: «Пошел!». Загон начался. Голоса слышны ближе и ближе... А вот и лось! Он появился перед Павлом Гаццким и быстро мчится среди мелколесья. Охотник подпускает зверя поближе, раздаётся выстрел, за ним второй... Лось смертельно ранен, но продолжает бежать. И только после двух точных выстрелов Василия Шумилова раздаётся, наконец, охотничий клич: «Готов!».

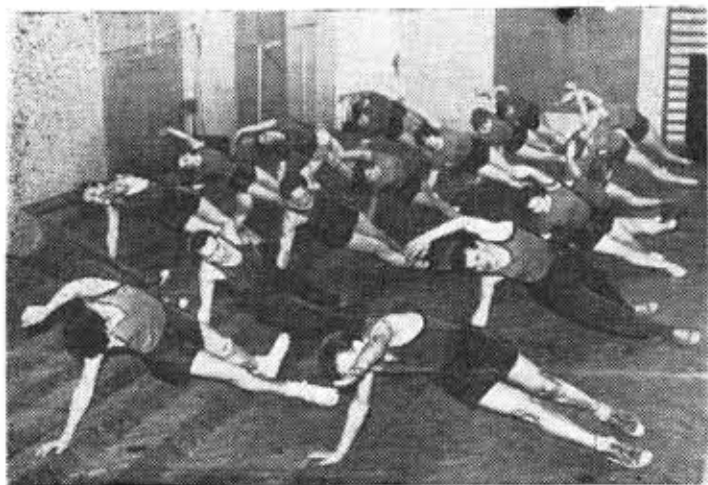
Усталые, но довольные, с богатой добычей возвратились мы в тот вечер домой.

М. С. МАРШАК,

профессор, доктор медицинских наук

А. АЛЕКСЕЕВ,

член бюро охотничьего коллектива ЛИТМО



Спортивный зал института. На занятиях гимнастической секции. Фото З. Степановой

ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ— ВЫСОКАЯ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ

(Начало на 3-й стр.)

боты, в 5—7 часов вечера; ужин — за час до сна, в 10—11 часов вечера.

НЕСКОЛЬКО иначе должен быть построен режим питания студентов. Режим этот такой: в 8 часов утра завтрак, составляющий около четверти дневного рациона; бутерброд с чаем в перерыве между занятиями — в 12 часов; сытный обед — в 4 часа дня и ужин — примерно 20 процентов дневного рациона — в 9 часов вечера.

Таковы основные принципы, которыми необходимо руководствоваться, строя режим питания, согласованный с режимом труда и учебы.

Соблюдая правильный режим питания, соответствующий режиму труда, мы тем самым способствуем поддержанию гармонического равновесия организма, то есть сохранению здоровья и хоро-

Кадр
ПРИБОРОСТРОЕНИЮ

4 стр. 7 декабря 1960 г.



Из снимков фотоконкурса. Вечерние огни.

Фотоэтиюд студента 609 гр. В. Сергеева.