

ЛОМОНОСОВЕЦ

Издается с 26 января 1990 года



№ 21 (322) 1 октября 2002 г.

ФАКУЛЬТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

ПОЗДРАВЛЯЕМ

*всех преподавателей и сотрудников
с 20-летием открытия военной кафедры!
Самые добрые Вам пожелания!
Процветания, успехов и счастья!*

*С уважением
факультет физической культуры.*

ДОРОГИЕ ПРЕПОДАВАТЕЛИ И СОТРУДНИКИ УНИВЕРСИТЕТА!

*Факультет физической культуры от всей души
поздравляет Вас с Днем учителя!*

*Желаем в жизни Вам успеха,
поменьше слез, побольше смеха,
дорогу жизни подлинней
и много радостей на ней.*

*Пусть каждый Ваш обычный день
в прекрасный праздник превратится,
и никогда негали тень
в Ваших глазах не отразится.*

Историческая справка

- 1948 г. - постановлением Правительства в АГПИ имени М. В. Ломоносова был создан самый северный в нашей стране факультет физического воспитания и спорта. Его организатором и первым деканом был Виктор Васильевич Петров, работавший в то время председателем областного комитета физкультуры. Первыми студентами факультета стали ведущие спортсмены города и области.
- 1952 г. - состоялся первый выпуск факультета физической культуры. Многие выпускники первых лет стали в дальнейшем преподавателями факультета.
- 1962 г. - открытие нового спортивного корпуса с гимнастическим залом и бассейном.
- 1969 г. - защита первой кандидатской диссертации преподавателем факультета А. Б. Майским.
- 1982 г. - открытие военной кафедры и специальности «Начальное военное обучение и физическое воспитание».
- 1983 г. - к спортивному корпусу пристраиваются игровой зал, учебные аудитории.
- 1986 г. - первый прием на заочное отделение специальности «Физическое воспитание».
- 1989 г. - создание кафедры медико-биологических основ физической культуры.
- 1990 г. - защита первой докторской диссертации преподавателем факультета А. В. Грибановым.
- 1992 г. - открытие аспирантуры для выпускников факультета по специальности «Физиология человека и животных» при кафедре медико-биологических основ физической культуры.
- 1998 г. - факультет физической культуры Поморского государственного университета отметил свой 50-летний юбилей.
- 2002 г. - открытие новой специальности «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья».
- 2003 г. - состоится 50-й выпуск на факультете физической культуры и исполнится 55 лет факультету.



На снимке: преподаватели факультета физической культуры.

Факультет физической культуры - это один из интереснейших факультетов университета. Именно здесь готовят учителей физической культуры. Тех, кто проводит в массы идеи здорового образа жизни, тех, кто умеет радоваться победам своих учеников и вместе с ними переживать неприятные минуты поражений, но потом, собравшись, вновь и вновь покорять недосягаемые вершины. И этому тоже учат здесь.

Сегодня на факультете работает достаточно сильный педагогический коллектив. Учебный процесс на двух факультетских кафедрах осуществляют высококвалифицированные специалисты в области физической культуры и спорта - 3 доктора наук, 11 кандидатов наук, 2 заслуженных тренера России, 7 мастеров спорта России, 3 аспиранта очной формы обучения, 3 преподавателя завершают работу над диссертациями.

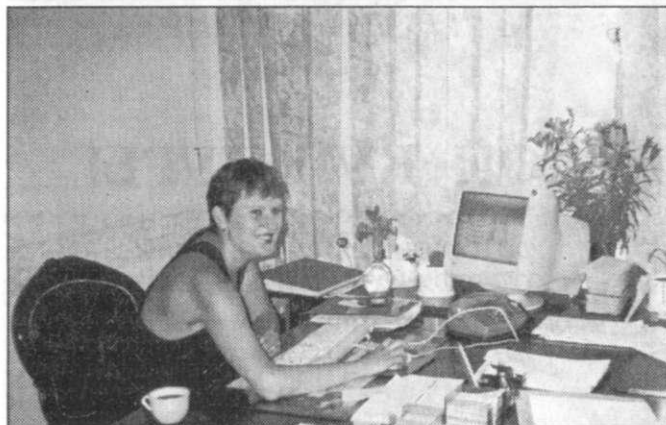
У факультета есть неплохая материальная база - настоящий спортивный комплекс, в котором имеются игровой зал и гимнастические залы, зал «сухого» плавания и бассейн, тренажерный зал, центр проведения восстановительных мероприятий: сауна, солярий, гидромассаж. Есть хоккейная площадка и комплекс открытых спортивных площадок. Все это доступно обучающимся на факультете, как и аудитории для лабораторных, семинарских и лекционных занятий.

Многообразна и интересна деятельность студентов факультета физической культуры - теоретические и практические занятия, учебно-тренировочные занятия в группах спортивного совершенствования, педагогическая практика в школах и детских оздоровительных лагерях, участие в научных конференциях.

(Окончание на 2-й стр.)

Факультет физической культуры

(Окончание. Начало на 1-й стр.)



На снимке: О. А. Румянцева - декан факультета.

Студенты специализируются в 9 основных для нашего региона видах спорта: легкая атлетика, плавание, гимнастика, волейбол, баскетбол, флорбол, хоккей с мячом, полиатлон. Кроме этого, есть возможность и свободной специализации в таких видах, как тяжелая атлетика, различные виды единоборств, гребля на байдарках, фигурное катание и т. д.

У обучающихся есть хорошие возможности в организации и проведении научных исследований в области физической культуры и спорта. На факультете создана и активно функционирует научно-исследовательская лаборатория, оснащенная необходимым современным оборудованием, где студенты имеют возможность выполнять на высоком научно-методическом уровне курсовые и дипломные проекты, что создает перспективы продолжить свое образование в аспирантуре университета.

После трех лет обучения студент имеет возможность выбрать следующие специализации: «Тренер по виду спорта», «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм», «Физическая реабилитация».

Выпускники факультета успешно работают в школах города и области, ДЮСШ, средних учебных заведениях, вузах, и особым спросом они пользуются в силовых структурах области.

В последние годы еще больше повышается роль факультета физической культуры не только в рамках подготовки педагогических кадров по физической культуре, но и успешной деятельности по разработке и претворению в жизнь городских и областных программ развития физической культуры и спорта. Так, участвуя в областной программе «Новому веку - здоровое поколение», факультет физической культуры координирует раздел научно-методической работы по физической культуре и спорту. Уже в 2003 году на базе факультета планируется открытие областного научно-методического центра по проблемам физического воспитания и спорта.

На протяжении многих лет преподаватели факультета оказывают помощь учителям физической культуры города и области, на базе факультета проводятся курсы повышения квалификации и работает аттестационная комиссия по физической культуре.

Развиваются и международные связи факультета. Только что группа преподавателей и студентов факультета вернулась из поездки в Финляндию, где наш коллектив представлял спортивные традиции города Архангельска.

В рамках открытия новой специальности «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» на факультете большое внимание уделяется вопросам реабилитации детей-инвалидов. Организовано обучение плаванию группы детей-инвалидов, активное участие в этой деятельности принимают студенты факультета.

О. А. РУМЯНЦЕВА, декан факультета.



На снимке: посвящение в студенты.

Наш отдых

На факультете физической культуры ежегодно проводятся культурно-массовые мероприятия, посвященные памятным датам и праздникам. Наиболее яркими из них, по мнению как студентов, так и преподавателей, стали: «Посвящение в студенты», «День факультета», «Экватор», «Последний звонок», «Волейбольный турнир памяти В. С. Худякова». Студенты факультета успешно дебютировали в финальных играх КВН-2001, мнение судей было единогласным: «Не ожидали!».

Нельзя не отметить активную спортивную жизнь студентов нашего факультета, они участвуют в соревнованиях различного уровня - от университетских до международных. Примером для многих студентов являются преподаватели, которые, несмотря на напряженный темп жизни, могут, если необходимо, и в волейбол поиграть, и в эстафете пробежать, и стойку на руках сделать.

Наверное, еще долго по спортивному корпусу будут ходить восторженные разговоры студентов, которые этим летом были на спортивно-оздоровительных сборах на Черном море. Там ребята успели еще больше подружиться, ведь в команде были действующие спортсмены - представители разных видов спорта, которые в период учебы и напряженных тренировок не всегда могут найти время для общения. Каждый день сборов был насыщен тренировками, походами на море, экскурсиями, ну и, конечно же, вечерними развлечениями, которые готовили и проводили сами студенты. Ребята в один голос говорят: «Там было здорово!», ну а те, кто там не был, просто тихо завидуют.

Все это мы не смогли бы осуществить без поддержки ректора профессора В. Н. Булатова, администрации университета и нашего студенческого профсоюзного комитета, за что им огромное спасибо!

Н. Б. ЛУКМАНОВА,
зам. декана по физ.-восп. работе.

Этапы становления

Сияние звезд «Галактики»

С первого чемпионата российской студенческой волейбольной лиги вернулась сборная области.

Команда «Галактика» была сформирована на базе ПГУ, в составе которой выступали и воспитанники МСОУ «Строитель».

Семь волейбольных коллективов выходили на площадку столичного спортзала Российского государственного технического университета им. Баумана (они перечислены согласно конечному распределению мест): Москвы, Архангельска, Перми, Омска, Читы, Калуги и Саратова.

В составах ряда команд можно было увидеть игроков суперлиги (МГТУ, Москва; «Уралсвязьинформ», Пермь) и высшей лиги («Энергия», Саратов и «Зоркий», Красноярск). Тем почетнее итоговое второе место наших ребят, которые не спасовали перед именитыми соперниками, а навязали им свою игру.

Победа в первой встрече над командой Читинского Забайкальского государственного педуниверситета им. Чернышевского со счетом 3:0 придала уверенности нашим волейболистам, сняла скованность в их действиях. Затем была игра с омичами и вновь - 3:0. После очередной «сухой» победы над волейболистами Калуги, набрав 6 очков, к всеобщему удивлению, сборная Архангельской области возглавила таблицу. Даже проиграв будущим чемпионам, хозяевам площадки, 1:3, не поколебал лидирующих позиций северян, а успех в игре со спортсменами Саратова (3:0) обеспечил им второе место за день до завершения турнира.

По окончании соревнований руководство студенческой спортивной лиги определило лучших игроков. Самым полезным игроком турнира был признан наш Константин Крупин. Вдвойне приятно, что приз ему вручил президент Российского студенческого спортивного союза, наш именитый боксер Александр Киселев. Руководители корпорации «Галактика» (региональный представитель - Игорь Андрейченко) в торжественной обстановке вручили тренерскому дуэту - Вячеславу Рубцову и Александру Малышеву, а также волейболистам скромные денежные призы.

А. Н. МАЛЫШЕВ,
тренер команды «Галактика».

по адаптивной физической культуре на бюджетной основе. 25 абитуриентов из 130 желающих успешно выдержали конкурс и стали первыми студентами, обучающимися по новой специальности.

Сегодня прием на факультет физической культуры проводится по двум специальностям: «Физическая культура» с получением квалификации «Педагог по физической культуре» и «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» с квалификацией «Специалист по адаптивной физической культуре».

Илья РЕПИЩНЫЙ,
выпускник 2002 г., преподаватель
кафедры физвоспитания.

Перелистывая страницы истории факультета, хочется вспомнить имена тех преподавателей, которые сегодня уже ушли из жизни. Многие поколения студентов с благодарностью вспоминают Е. Р. Кривоногову, Г. М. Маминову, В. С. Баева, И. А. Ефимовскую, В. Г. Полякова, А. М. Соколова, Н. П. Летовальцева, В. С. Худякова, А. Г. Гмырина и многих других, которые до конца своих дней трудились на факультете, иногда умирая прямо на рабочем месте, как солдаты на боевом посту. Низкий поклон им и вечная память и благодарность.



На снимке: О. А. Румянцева и Н. Б. Лукманова со студентами отделения адаптивной физической культуры.

2002 год знаменателен для Поморского государственного университета имени В. Ломоносова. Осенью 2002 года ему исполняется 70 лет. В 2003 году структурному подразделению университета - факультету физической культуры - исполнится 55 лет.

Немалую роль в подготовке педагогических кадров по физической культуре и спорту сыграл Архангельский техникум физической культуры, открытый в год окончания Великой Отечественной войны. Крайне неблагоприятное положение в области с преподавательскими кадрами в школе: большинство учителей физического воспитания не имели специального образования; значительная часть нуждалась в повышении образовательного уровня и специальной подготовке. Поэтому в соответствии с Приказом министра просвещения РСФСР в 1948 году был открыт факультет физического воспитания в Архангельском педагогическом институте. Спустя год на факультете обучалось 48 студентов (I курс - 18 человек, II курс - 30 человек). В 1952 году состоялся выпуск специалистов с высшим физкультурным образованием в количестве 27 человек. Возглавлял факультет в течение первых двух лет Виктор Васильевич Петров, работавший председателем областного комитета по делам физической культуры и спорта.

До 1951/1952 учебного года на факультете была одна кафедра - физического воспитания, в штате которой было 7 преподавателей и 1 заместитель (С. Ф. Дудочкина, И. И. Таурас, Л. П. Кондакова, В. Н. Иванова, А. А. Ефимовская, Г. В. Пятина, В. А. Палладина, М. А. Палладина). К началу 1952 учебного года Министерством было утверждено 3 кафедры: теории и методики физического воспитания и гимнастики; спорта и спортивных игр; физического воспитания. В штате трех кафедр на факультете было 11,5 единицы.

В учебном плане, рассчитанном на 4-летний срок обучения, было свыше 30 предметов; факультативные дисциплины - учебно-тренировочные занятия, физиология, народные и балльные танцы, фехтование, пение, музыка и др. Трудными были первые годы становления факультета. В то послевоенное время не хватало многого: слаба была материальная база (зал в деревянном корпусе и зал в подвале главного корпуса, где в настоящее время располагается лаборатория физмата); нехватка учебной и методической литературы и оборудования.

Незаурядные преподаватели, которые

были выпускниками Московского и Ленинградского институтов физической культуры, соединение учебного процесса с разнообразной спортивной практической деятельностью и научными исследованиями обусловили быстрый рост числа желающих заниматься на факультете физического воспитания, и спрос на его выпускников опережал предложение. В 1960 году был вдвое увеличен прием студентов, сначала до 50, затем до 60 человек. Одновременно шло увеличение числа преподавателей. К этому времени на факультете преподавали В. С. Баев, В. А. Дружинин, Е. М. Кузнецов, Р. Я. Камалутдинов, В. Д. Клишкин, Л. П. Кондакова, Г. М. Маминов, А. С. Маркова, А. Б. Майский, В. В. Палкина, Л. М. Фильчагин, П. С. Князев (декан). Кафедра физического воспитания стала общеинститутской.

В связи с тем, что на факультет физического воспитания нередко принимались студенты, не имеющие достаточной физической подготовки, с 1955 года был введен вступительный экзамен по физической подготовке. Экзамен по физической подготовке проводился первым, и лица, получившие неудовлетворительную оценку, к другим экзаменам (физика, химия, сочинение) не допускались. Экзамен был непростым, даже по меркам сегодняшних дней; к примеру, для мужчин на оценку «отлично» нужно было выполнить комплекс упражнений (типа зарядки) на 9 баллов, лезть по канату без помощи ног на 5 метров, пробежать 100 метров за 13 секунд, 800 метров - за 2 минуты 20 секунд, прыгнуть в высоту на 150 см, толкнуть ядро на 10 м, проплыть без учета времени 200 м.

Для факультета существенным являлось привлечение молодых людей, наиболее способных в двигательном отношении и интересующихся наукой и учебой. Большинство преподавателей и студентов факультета составляли более 50% сборных команд города и области, многие из них входили в состав сборных команд республики, были участниками международных соревнований.

Неумолимо бежит время. Сегодня факультет является важным структурным звеном образования, науки, культуры и спорта на Северо-Западе России, активно участвуя в реализации Федеральных программ развития физической культуры и формирования здорового образа жизни населения региона.

В 2002 году факультет физической культуры первым на Северо-Западе России начал осуществлять подготовку специалистов

БАЙДАРКИ, ПОЛНЫЕ ВОДЫ

(Размышления пятикурсников)



На снимке: «Байдарки, полные воды, обед с комарами, баня в речке».

Наряду со сложившимся мнением о студенте ФФК - тугодуме, дебошире - есть кое-что другое. А именно: спортивные, веселые, всегда отзывчивые, находчивые, неунывающие и симпатичные молодые люди и девушки. Некоторые студенты нашего факультета овладевают множеством профессий параллельно учебе, таких как: продавец-консультант спортивных товаров, работник кофейни, инструктор по аэробике и шейпингу, охранник. Но самое главное, чем славится наш факультет, - это спортивный дух: мы готовы до утра веселиться и гулять, но при этом на следующее утро собираем спортивные сумки и идем в свой родной спорткорпус.

На протяжении пяти лет учебы нас учили и нам помогали отзывчивые и компетентные преподаватели и сотрудники факультета. Нам были созданы великолепные условия для учебы и спортивного совершенствования в спортивном и гимнастическом, тренажерном залах, плавательном бассейне, а также для отдыха - сауна, солярий и уютное кафе. За время учебы у нас появились новые начинания и традиции: участие команды факультета физической культуры в КВН, празднова-

ние «Экватора» совместно преподавателей и студентов, организация похода и посвящения в студенты первокурсников, день факультета.

Самые яркие впечатления в период учебы:

- туристический поход на II курсе «Байдарки, полные воды, обед с комарами, баня в речке»;
- лыжные сборы в тридцатиградусный мороз;
- предмет «музритм», когда танцуешь в паре с боксером весом 120 килограммов при своих 50 кг.

Чтобы охарактеризовать студентов ФФК, надо сказать одну фразу: «Мы веселимся, когда нам весело, и сплываемся, когда нам трудно». Советуем всем пройти хорошую школу жизни под названием «Факультет физической культуры».

Слова благодарности преподавателям:

Мы подтвердить готовы вновь,
Что мы вас любим, как и прежде,
Мы ценим всю вашу любовь,
заботу и надежду.

Студенты V курса ФФК.



На снимке: «Поездка на катере».

«Храм жрецов спорта»

Спортивный комплекс, находящийся по адресу: Смольный Буян, 3, готов предложить студентам ПГУ и студентам других вузов ряд услуг, позволяющих не только сохранить не только вашу красоту, но и здоровье. Это и тренажерный зал, в котором имеется весь необходимый инвентарь для занятий спортом, который поможет поддержать ваше тело в тонусе или создать его «по-новому», консультируясь с тренером, и спортивный зал, удивляющий своими огромными размерами, где постоянно проводятся соревнования по различным видам спорта, таким как футбол, баскетбол, волейбол и т. д. Также в спортивном комплексе существуют зал «сухого плавания и бассейн, позволяющие вам не только усовершенствовать свое умение в плавании, но и весело и полезно провести свое время, и гимнастический зал для поддержания гибкости и ловкости вашего тела. Ну и, конечно, кафе-бар, где вас не только приятно встретят и обслужат, но и вкусно накормят. Здесь же, в спортивном комплексе, проводятся занятия по шейпингу, аэробике, аквааэробике. Советуем посетить прекрасную сауну. Предоставляются еще и услуги парикмахера, маникюрного зала (особенно для девушек, желающих быть красивыми прекрасными). За умеренную плату, а для студентов существуют скидки, вы можете получить любой вид перечисленных услуг. Обо всем этом «хозяйстве» заботится и заведующая спорткорпусом В. Н. Сметанина.

Мы знаем, что спорт сплачивает, именно поэтому «жрецов спорта» называют самыми дружными людьми во всем университете.

Екатерина БОРИСОВА
Анастасия ЧУБАКОВА

ФФИЖ, отделение журналистики

Советы бывалых (прочитай и вырежь!)

Все знают и понимают, что физическая культура важна и полезна каждому человеку. Но где же взять время и силы заставить себя заниматься этими полезными упражнениями?

Сегодня мы предлагаем комплекс упражнений, которые можно выполнять прямо на рабочем месте - в кабинете или аудитории, главное условие, чтобы рядом был крепкий стул со спинкой и сиденьем.

Итак, начинаем.

1-е упражнение: сесть на край стула, опереться лопатками в спинку, выпрямить ноги, руки скрестить на груди. Делая

вдох, потянуться, прогибаясь в спине, руки вверх. Возвращаясь в исходное положение, сделать выдох. Темп медленный. Упражнение повторить 5 - 6 раз.

2-е упражнение: встать спиной к спинке стула и опереться руками о спинку. Поднявшись на носок правой ноги, левую согнуть в коленном и тазобедренном суставах - вдох. Вернуться в исходное положение - выдох. Сделать то же с левой ноги. Подняв колени, прогнуться в пояснице. Темп медленный. Упражнение повторить 8 - 10 раз.

3-е упражнение: встать спиной к спинке стула, руки опустить за спинку. Прогнуться

назад до отказа - вдох, вернуться в исходное положение - выдох. Ноги не сгибать. Темп медленный. Упражнение повторить 5 - 6 раз.

4-е упражнение: сесть на край стула, опереться на него руками. Не отрывая рук, низко присесть на правую ногу, левую вытянуть вперед - выдох. Принять исходное положение - вдох. Сделать то же на левой ноге. Не сутулиться. Темп медленный. Упражнение повторить 8 - 10 раз.

5-е упражнение: исходное положение - сидя на стуле, ноги вместе, руки опущены. Глубоко вдохнуть; во время выдоха подтянуть то одну, то другую ногу к животу и гру-

Редактор И. В. СИДОРОВ

АДРЕС РЕДАКЦИИ: 163006, Архангельск, пр. Ломоносова, 6, 1-й этаж. Тел. 28-03-35

ФГУ ИПП «Правда Севера», г. Архангельск, пр. Новгородский, 32. Тираж 999. Заказ 6627