

ЗА КОММУНИЗМ

ОРГАН ПАРТКОМА КПСС, ОМК ПРОФСОЮЗА И КОМИТЕТА ВЛКСМ В ОБЪЕДИНЕННОМ ИНСТИТУТЕ ЯДЕРНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ

№ 38 (1855)

Вторник, 22 мая 1973 года

Год издания 16-й

Цена 2 коп.

В парткоме КПСС

Массовая политическая работа к выборам

На состоявшемся 17 мая заседании парткома КПСС в ОИЯИ был обсужден вопрос об организации массовой политической работы партийными бюро ЛЯП и ЛНФ среди избирателей в период подготовки к предстоящим выборам.

Отмечено, что в лабораториях и подразделениях Института созданы агитколлективы, подобраны и утверждены партийными бюро заведующие агитпунктами и руководители агит-

коллективов. Главными организациями на закрепленных за ОИЯИ четырех агитпунктах определены ЛВЭ, ЛЯП, ЛНФ, Управление.

Партийные бюро ЛВЭ и ЛНФ оказывают должное внимание работе агитколлективов и агитпунктов. Закрепленные за ними агитпункты действуют нормально. Руководителями агитколлективов и агитпунктов назначены коммунисты, имеющие

опыт агитационно-массовой работы.

Вместе с тем отмечено, что в организации предвыборной кампании имеется ряд недостатков. К моменту проверки агитпункты в Доме культуры (отв. В. Г. Калинин) и Доме пионеров (отв. Е. М. Журавлев) не были оборудованы. С опозданием открылись агитпункты по ул. 50-летия комсомола (отв. И. М. Саламатин) и Доме культуры (отв. В. Г.

Калинников). Очень малочислен агитколлектив ЛВЭ и ОНМУ, в нем всего 25 человек. Агитаторы не имеют заданных участков работы.

Партийный комитет обязал секретарей партийных бюро головных организаций взять под строгий контроль работу агитпунктов и агитколлективов, развернуть широкую массово-политическую работу среди избирателей.

ДУБНА — ПРАГА

На днях в Чехословакию выехали директор Лаборатории ядерных реакций ОИЯИ академик Г. Н. Флеров и начальник научно-экспериментального химического отдела этой лаборатории член-корреспондент Чехословацкой Академии наук профессор Иво Звара. Они посетят ряд институтов в Праге, Братиславе, Кошице, ознакомятся с проводимыми в них исследованиями, обсудят вопросы сотрудничества. Академик Г. Н. Флеров выступит в этих научных центрах с лекциями по синтезу, поискам в природе и изучению свойств далеких трансуроновых элементов, а также по использованию ускорителей тяжелых ионов в решении научно-технических задач и в народном хозяйстве.

В беседе с нашим корреспондентом академик Г. Н. Флеров сказал, что Объединенный институт и, в частности, Лаборатория ядерных реакций в течение ряда лет успешно сотрудничают с научными организациями Чехословакии. Прежде всего он отметил активное участие чехословацких ученых в ядерных исследованиях в Дубне, их высокую квалификацию. Лаборатории ОИЯИ тесно сотрудничают с рядом институтов Чехословакии, выполняются совместные экспериментальные исследования. Это сотрудничество может успешно развиваться и дальше.

М. ЛЕБЕДЕНКО.

ОБНАРУЖЕН АНТИТРИТИЙ

Наши интервью

Антитритий — последний изотоп антиводорода, до сих пор остававшийся неоткрытым, обнаружен в результате опытов, проведенных на серпуховском ускорителе совместно учеными Лаборатории ядерных проблем ОИЯИ и ИФВЭ. Это дает науке дополнительные важные сведения об атомном ядре, способствует расширению и уточнению представлений об антиматерии, имеющих фундаментальное значение для познания строения вещества.

Опыты были проведены на ускорителе протонов в Серпухове. Вместе с советскими учеными в них участвовали физики и инженеры из ГДР и Польши. Пучок протонов с энергией 70 миллиардов электронвольт бомбардировал металлическую мишень, помещенную внутри огромной кольцевой камеры ускорителя. Миллиарды быстрых частиц, вызванных к жизни столь энергичной бомбардировкой, выводились из ускорителя и с помощью сложной системы из 13 магнитных устройств транспортировались по 170-метровому каналу. Чувствительная и сверхбыстрая аппаратура, установленная на протяжении последних 100 метров канала, анализировала всю эту лавину частиц, мчащуюся почти со скоростью света, и передавала информацию электронной вычислительной машине, непосредственно участвовавшей в опытах. В результате эксперимента обнаружены и надежно опознаны 4 ядра антитрития, каждое из которых состоит из одного антипротона и двух антинейтронов.

— В чем заключались основные трудности эксперимента? — с таким вопросом мы обратились к

руководителю дубненской группы участников опыта кандидату физико-математических наук В. И. Петрухину.

— Основная из них, — ответил ученый, — состояла в чрезвычайной редкости «рождения» ядер антитрития. По оценкам теоретиков, одна такая частица появляется в сто миллиардов раз реже, чем другие сопутствующие частицы, составляющие фон. И действительно, в результате экспериментов на ускорителе наша аппаратура обнаружила 4 ядра антитрития, распознав их среди 400 миллиардов других частиц.

В. И. Петрухин рассказал далее и еще об одной трудности, усугубившей положение экспериментаторов. Отыскиваемые ядра антитрития отличались от других частиц, составляющих фон, только по своей массе. Следовательно, они должны иметь и скорость, отличную от скорости других частиц. Но разница эта ничтожно мала. Она составляет лишь около трех десятых процента. Если учесть, что весь поток частиц мчался почти со световой скоростью, то окажется, что на дистанции 100 метров искомые частицы отстанут от других всего на одну миллиардную долю секунды.

— Как же удалось преодолеть все эти трудности?

— Прежде всего успех опытов обеспечил замечательный ускоритель в Серпухове. Очень важную роль сыграла разработанная нами сложная электронная аппаратура и принципиально новые многоканальные черенковские счетчики, созданные под руководством В. И. Рыкалина, возглавляющего группу серпуховских участников эксперимента. Разработка этих новых

счетчиков является новым большим шагом в развитии методики физического эксперимента и заслуживает отдельного описания. Созданная в Серпухове аппаратура, работая в обстановке больших помех, способна распознать различия во времени пролета, не превышающие 2—3 десятиллиардных долей секунды. На создание всей этой аппаратуры затрачено несколько лет.

Что же касается электронной аппаратуры, которую мы создали в Дубне, то сложность ее определяется трудностями обнаружения антитрития, описанными выше. Наши приборы, состоящие из многих тысяч транзисторов, интегральных схем и других элементов, заполнили собою отдельный экспериментальный домик площадью 32 квадратных метра. Но дело, конечно, не в объеме, а в точности, в разрешающей способности.

— Насколько надежны результаты эксперимента?

— Мы приняли все необходимые меры, исключающие сомнения. Каждая из пролетающих частиц анализировалась по 52 различным признакам. Это полностью исключило всякие имитации, ошибочные опознания. Например, стометровый участок пролета частиц был разделен на 2 равные части. Аппаратура фиксировала скорость пролета каждой частицы на первых 50 метрах и сравнивала с ее же скоростью на финишных 50 метрах.



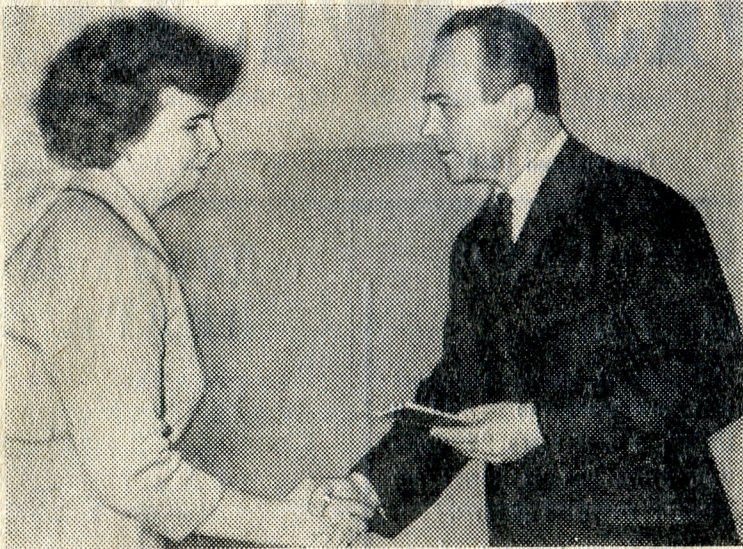
Лаборатория высоких энергий. В апреле этого года 2-метровая жидководородная пузырьковая камера ЛВЭ «Людмила» была облучена на пучке антипротонов с импульсом 23 Гэв/с в Институте физики высоких энергий. Впервые в комплексе с камерой работала система быстрого вывода с магнитными элементами, фокусирующими выведенный протонный пучок на внешнюю мишень сечением 1,5x1,5 мм², а также канал, состоящий из 20 магнитных элементов и двух радиочастотных сепараторов для выделения антипротонов. Наладка канала проводилась совместными усилиями сотрудников ИФВЭ и Лаборатории высоких энергий ОИЯИ с помощью аппаратуры, изготовленной в ЛВЭ и Протвино.

В процессе наладки канала и получения рабочих снимков проводился просмотр получаемого материала и предварительная обработка по определению состава пучка, возможных примесей и фона. Со стороны ЛВЭ этими работами руководили И. М. Граменский и М. Д. Шафранов. Работа выполнялась физиками отдела водородных камер ЛВЭ. В ней также приняли активное участие наши гости — доктор Шмак (ЧССР) и доктор Льюнг (Финляндия).

На снимке: сотрудники Лаборатории высоких энергий Р. Ледницкий (ЧССР), кандидат физико-математических наук М. Д. Шафранов и доктор С. Льюнг (в центре) за обсуждением предварительных результатов облучения.

Фото Н. Печенова.

Идет обмен партийных документов



Месяц назад в городской партийной организации начался обмен партдокументов. Новые билеты образца 1973 года получили коммунисты Лаборатории ядерных проблем и Лаборатории высоких энергий ОИЯИ. В ближайшие дни билеты будут вручены коммунистам ЛВТА и ЛНФ, а затем других лабораторий и подразделений. В конце июня обмен партдокументов в парторганизации КПСС в ОИЯИ будет закончен.

Вручение партийных билетов нового образца — большое событие для каждого члена партии. С особой взыскательностью подходят коммунисты к себе, к своей работе, к участию в жизни партийной организации.

На снимке: секретарь горкома КПСС И. М. Макаров вручает новый партбилет В. П. Матвеевой — руководителю электротехнической группы ОЭФА ЛВЭ ОИЯИ.

Фото Н. Печенова.

В ЭТОМ учебном году занятия в партийной сети политпросвещения Лаборатории ядерных реакций имеют одну особенность: они ведутся по единому направлению — изучение экономики.

Теоретический семинар, руко- но увязывается с насущными задачами лаборатории. К сожалению, несколько занятий семинара прошли с отставанием на одну-две недели. Семинар несколько перегружен слушателями — 38 человек. Но весьма спорно, следует ли счи-

тия проходят активно, часто возникают оживленные и интересные обсуждения.

Массовая политическая пропаганда представлена в нашей лаборатории школой коммунистического труда (пропагандист Н. К. Скобелев), кружком «Основы экономических знаний» второго года обучения (пропагандист Б. Н. Марков) и двумя кружками, изучающими тему «XXIV съезд КПСС о внешнеполитической деятельности партии и советского государства» (пропагандисты В. А. Михайлов и В. Н. Покровский). Опытные руководители этих кружков умело проводят занятия. Коммунисты Б. Н. Марков и Н. К. Скобелев приглашают в качестве докладчиков ведущих сотрудников Института, организуют экскурсии на предприятия Москвы, Дубны и соседних городов.

Двенадцать сотрудников Лаборатории ядерных реакций посещают экономический факультет вечернего университета марксизма-ленинизма.

Важную роль в идеологической работе играют политинформаторы. Регулярно проводят беседы, которые очень хорошо

принимаются слушателями, коммунист В. В. Кораблинов и беспартийная Л. А. Рубинская. Не было случая, чтобы слушатели остались безучастными к их беседам.

Идеологическая работа многообразна, и нет возможности остановиться на всех ее сторонах в одной заметке. Есть у нас и трудности. Одна из них — наглядная агитация. Это такой участок работы, который требует от организаторов, чтобы они были если уж не профессиональными художниками, то, во всяком случае, имели соответствующие способности. Очень трудно в условиях лаборатории организовать наглядную агитацию на одних лишь общественных началах. Необходимо все оформление в целом по Институту поручить группе художников, архитекторов, а если нужно — и другим специалистам — оформителям. Общественность при этом, разумеется, в стороне не останется и примет необходимое участие.

К. СЕМИН,
член партбюро
Лаборатории ядерных
реакций.

Наши дела, наши заботы

Водимый пропагандистами В. А. Карнауховым и Б. И. Пустыльниковым, избран для изучения тему «Экономика и научно-технический прогресс». Слушатели семинара — научные сотрудники, инженеры, руководящий состав лаборатории. Занятия здесь проходят всегда живо, интересно. Как правило, содержательные доклады вызывают оживленные дискуссии, в которых участвуют все слушатели. Характерно, что почти в каждом докладе не только излагается та или иная теоретическая проблема, но она тес-

но увязывается с недостатком. Активность слушателей, как показывает опыт, во многом зависит от их числа.

В школе основ экономических знаний обучаются 22 коммуниста из производственных отделов лаборатории. В этом составе они занимаются уже не первый год. Пропагандиста В. В. Батуню, перешедшего в методический совет при кабинете политпросвещения парткома КПСС в ОИЯИ, сменил пропагандист И. В. Колесов. Он быстро освоился, заня-

С ЮБИЛЕЕМ!

20 лет тому назад пришла на работу в отдел рабочего снабжения ОИЯИ коммунист Мария Ивановна Савина. Шел трудный период становления и роста орс. В те годы особенно остро стоял вопрос о кадрах, и Мария Ивановна сделала много по подготовке и воспитанию молодежи, пришедшей работать в торговлю и общественное питание.

Мария Ивановна Савина — хороший организатор, добросовестный работник, активный общественник. 15 лет она беспрерывно выполняет ответственное партийное поручение — проводит подписку на газеты и журналы в нашем коллективе. И с этим поручением справляется отлично — за активную работу по распространению газеты «Правда» Мария Ивановна награждена Почетной грамотой редколлегии «Правды».

За долголетнюю и безупречную работу, активное участие в общественной жизни М. И. Савина награждена юбилейной медалью «За доблестный труд».

Руководство, партийная и профсоюзная организации, коллектив орс поздравляют М. И. Савину с юбилеем, желают ей больших успехов, крепкого здоровья.

В. СУДАКОВ,
зам. секретаря
партбюро орс.

Заочная конференция покупателей

Закончилась заочная конференция покупателей, которая проходила в магазинах отдела рабочего снабжения с 1 марта по 20 апреля. В конференции приняли участие около 80 покупателей. Администрация орс благодарна товарищам, которые приняли участие в конференции: дали объективную оценку работе магазинов, показали слабые стороны в организации торговли, высказали в анкетах много теплых слов в адрес работников магазинов.

«Нравится мне магазин «Россиянин», — пишет покупательница Н. И. Волковская. — Около 20 лет пользуюсь услугами этого магазина. Все здесь было хорошо, а стало еще лучше. Я очень довольна. Лучшего отношения к покупателям, чем здесь, не встречала».

Постоянные покупатели магазина «Универсам» Р. И. Абдурахманова и Т. И. Полинчук пишут: «Здесь всегда большой ассортимент товаров, со вкусом оформлены витрины, внимательны продавцы. Можно быстро купить необходимое, кассиры с большой точностью и внимательностью производят расчет».

«Лично мне и нашей семье нравится магазин «Волжанка», — пишет А. С. Волкова, — здесь встречают вежливо и с таким вниманием, что уходишь из магазина с хорошим настроением».

«От души радуемся широкому ассортименту промышленных товаров», — пишет А. Т. Баландикова. — Больше стало хорошей обуви,

трикотажа, тканей, но пока недостаточно зимней обуви». Эту мысль продолжает Н. Н. Смирнов. Он отмечает, что с ростом ассортимента товаров растут и запросы покупателей, особенно к качеству, моделям изделий и т. д. Работникам торговли надо глубже изучать покупательский спрос.

Много отзывов высказали покупатели в адрес раскройщицы Дома торговли М. А. Аверьяновой, которая дает много полезных советов нашим женщинам по подбору и раскрою тканей.

В анкетах много различных пожеланий. Так, А. П. Ларионов пишет, что пора при Доме торговли организовать доставку мебели на дом, открыть в магазине «Яблочко» отделы мясной и рыбный. Есть предложения по расширению торговых залов магазинов «Галантерея» и «Обувь», по расширению ассортимента продовольственных и промышленных товаров (швейные изделия, головные уборы, мебель, кондитерские товары, пиво, вино и т. д.).

Участники конференции пишут и о взаимоотношениях продавца и покупателя, отмечая, что здесь должно всегда быть взаимное уважение.

Предложения покупателей по улучшению работы промтоварных и продовольственных магазинов изучены руководством орс и проводятся в жизнь.

Л. СТАЛЬЦОВА,
ст. инспектор по
торговле.

По письмам читателей

Читатель нашей газеты А. Писун прислал в редакцию письмо, в котором содержится ряд предложений по улучшению организации отдыха трудящихся. Так, он считает необходимым рассмотреть вопросы о создании в окрестностях Дубны профилактория и о строительстве лодочной причала для всего города.

Автор, в частности, пишет: «Чтобы построить стоянку лодок для всех горожан, но не одной части города, следует подумать, не подойдет ли для этой стоянки готовое озеро за железнодорожным вокзалом Дубна-1. Размеры озера достаточно большие и могут вместить весь лодочный парк левобережной и правобережной частей города, включая лодочный парк организаций. Уровень воды озера и канала имеет небольшой перепад, и использование его вполне возможно. Затраты на создание причала в озере будут незначительными. Потребуется получить согласие управления канала о проплате небольшой ширины прохода. Длина прохода не более 50 метров. Подъездные пути есть — автобусная линия с маршрутом Дубна — Дубна-3. Близко и заправочная станция».

Несколько лет назад в этом озере планировалась стоянка судов на зиму, но было подобрано более удобное место около г. Калаязна.

Не решен вопрос и с городским парком. О строительстве городского парка в первую очередь должен думать городской Совет. Городской Совет должен объединить левобережное предприятие и ОИЯИ и общими силами приступить к строительству парка.

С развитием города в сторону Московского моря уместно разместить парк на территории между речным вокзалом и аварийными воротами, т. е. у озера, в котором рекомендуется лодочный причал. Работы по строительству парка можно провести в два-три периода.

Вначале следует сделать планировку, закупить саженцы и посадить.

Работы по посадке саженцев, прокладке дорожек и созданию клумб выполнит общественность.

Можно подобрать территорию для парка и в другом месте, однако его нужно разместить в центре города».

Это письмо редакция направила для рассмотрения в исполком горсовета. Главный архитектор Дубны Б. К. Сафонов ответил редакции: «В районе Ратмино проектируется лагерь-профилакторий на 640 мест для ОИЯИ. В зимнее время лагерь будет работать как профилакторий (для взрослых) с общей вместимостью 320 человек. Проектная документация по пионерскому лагерю-профилакторию разрабатывается».

В отношении размещения лодочной причала в районе бывшего карьера на Большой Волге сообщая, что проектом детальной планировки правобережной части города в районе бывшего карьера предусматривается размещение спортивного парка городского и частично областного значения».

А как же с городским парком? Автор письма совершенно правильно ставит вопрос о том, что городу нужен парк.

НА ШКОЛЬНЫЕ ТЕМЫ

В клубе интернациональной дружбы

Каждый месяц в клубе интернациональной дружбы проводятся интересные встречи. На заседаниях клуба мы узнаем о жизни пионеров многих стран. В члены нашего клуба мы приняли немецких, венгерских, польских и болгарских ребят. Они рассказали нам о своих пионерских организациях, о прошлом и настоящем своих стран.

Нам хочется, чтобы клубы интернациональной дружбы работали всегда и во всех школах, потому что это способствует развитию интернациональной дружбы детей.

ЛЕНА ВОРОНИНА,
НАДЯ КУДРЯВЦЕВА,
члены КИД школы № 4.

Мы и «Звездочка»

В детский клуб «Звездочка» каждый вечер приходят малыши. Здесь можно сыграть в разные игры, посмотреть интересные диафильмы, в библиотеке взять увлекательную книжку.

В праздники проводятся концерты и игры. Проводились также и КВНы, и вечера сказок, загадок и отгадок. Особенно всем понравился праздник Нового года. Запомнился малышам и вечер посвященный 1 Мая. Они услышали рассказ

о том, как встречали раньше рабочие этот день, узнали, что значит слово «маевка», услышали много стихов о Первомае. Потом ребятам были показаны диафильмы о первых маевках, о том, как встречают 1 Мая в наше время. Малыши любят свой клуб. Очень нравится бывать здесь и нам, помогать в проведении всех вечеров.

ИРА ТИТОВА,
НАТАША ГРИДАСОВА,
ученицы 5 «Б» класса
школы № 4.

**НА СЦЕНЕ —
„МЕЛОДИЯ“**

С успехом прошел 15 мая в Доме культуры ОИЯИ отчетный концерт вокального ансамбля «Мелодия» — руководитель Д. Н. Минаева, концертмейстеры Т. В. Волкова, Е. Н. Воронова-Лысак.

Новая программа ансамбля очень разнообразна. В ней — произведения Рахманинова, Кюи и Гурилева, песни советских композиторов — Бабаджаняна и Новикова, Пономаренко и Флярковского, Пахмутовой и Подельского, русская и словацкая народные песни. В большинстве исполненных произведений вновь проявился неповторимый характер ансам-

бля — искренняя и неторопливая манера исполнения, в которой удачно сочетаются мягкая женственность, задушевность, легкая грусть и нежность.

Концерт показал, что ансамбль и солисты постоянно работают над повышением исполнительского мастерства, усложняется репертуар, больше стало в нем классических произведений. С особым теплом слушатели приняли песни, исполненные солистами вместе с ансамблем, когда голос певца очень органично и чисто накладывается на рисунок песни, исполняемой ансамблем.

В концерте также принял участие молодежный ансамбль «Юность».

**Приглашение
к размышлению**

Дом культуры Объединенного института ядерных исследований продолжает организацию встреч с представителями литературы, искусства братских народов нашей страны. 17 мая здесь состоялась встреча с эстонским писателем Энном Ветемаа.

Имя этого поэта, писателя, драматурга, автора песен и киносценариев приобретает все большую известность. С его творчеством знакомы не только эстонские читатели — произведения Э. Ветемаа уже переведены на русский, французский, венгерский, финский, грузинский и латышский языки. Вокруг его книг не раз

возникали бурные дискуссии, о них спорят читатели и писатели. Диалогу Э. Ветемаа и литературного критика А. Марченко уделила значительное место в своем номере от 16 мая «Литературная газета».

«Маленькие романы» — так назвал писатель свою книгу, в которой объединены четыре произведения («Монумент», «Усталость», «Реквием для губной гармоники», «Яйца по-китайски») — почти одинаковые по объему, но столь различные по сюжету, по стилю.

«Эта книга из тех, которые хочется прочесть еще раз», — сказал о «Маленьких романах» литературовед А. Турков, который вел встречу. Он тепло и проникновенно рассказал о родине писателя, о том, над чем работают сейчас молодые эстонские поэты и прозаики. Не беря на себя непосильную задачу передать содержание книги, дать ей разверну-

тую оценку, А. Турков сумел заинтересовать кругом проблем, которые волнуют Э. Ветемаа, размышляющего в своих книгах о мнимых и истинных нравственных ценностях, о чувстве долга и честности перед самим собой, об ответственности за то, что делается вокруг нас.

С особой теплотой было встречено выступление присутствовавшего на встрече дубненского драматурга Иона Друце, с пьесой которого — «Птицы нашей молодости» познакомились в этом году дубненские зрители.

И пусть в этот вечер зал Дома культуры не был заполнен «до отказа», пусть не всем, кто пришел сюда, было знакомо имя эстонского писателя, но когда в заключение вечера выступил сам Энн Ветемаа, то раздались такие дружные аплодисменты, что стало ясно: после этой встречи у него появится много новых читателей, которых книга «Маленькие романы» заставит думать, размышлять, действовать.

А. ГИРШЕВА.

Дубненский эксперимент

В третьем номере журнала «Техника и наука» за 1973 год напечатана статья Ю. Ковалева «Изучайте иностранные языки», в которой изложены некоторые итоги и перспективы изучения языка методом гипнопедии. В статье говорится и о проведенном несколько лет назад в Дубне эксперименте по этому методу. Соответствующие выдержки из статьи печатаются ниже. Просим участников эксперимента откликнуться по существу затронутых вопросов. Эти отклики будут доведены до сведения экспериментаторов.

... Сразу следует оговориться: метод, связанный с элементами гипнопедии, основан на разумном сочетании учебы в дневное время с введением информации (в память человека) в некоторые периоды естественного сна. Пояснение это, на мой взгляд, необходимо потому, что несколько лет назад, когда проводился эксперимент в Дубне, можно было услышать от людей, толком не разобравшихся в сути метода, всевозможные, порой нелепые рассуждения по этому поводу. Дескать, не рассказали им до конца удивительную сказку о том, как после спокойного сна, не затрачивая ни малейших усилий, встаешь утром просветленный и свободно читаешь Диккенса.

Главное и неперемное условие для изучающих язык с помощью гипнопедии — строжайший режим. Кажется, пустяк, а многие именно на этом и «спотыкались». В отличие от лозановского, данный

метод рациональнее и эффективнее, так как на обучение затрачивается совсем немного времени — пятнадцать минут перед сном и сорок пять минут утром. И в общей сложности не более 70 минут за ночь в стадиях дремоты, легкого поверхностного сна или сна средней глубины. Обучающийся воспринимает информацию по радио или с магнитофонной пленки.

Гипнопедический метод был разработан еще в начале шестидесятых годов в Институте языкознания им. О. О. Потемкина АН УССР кандидатом филологических наук Л. Ближниченко. Среди множества опытов самым массовым и показательным был радиоэксперимент по обучению английскому языку в гор. Дубне. С 21 декабря 1965 года по 16 февраля 1966 года более двух тысяч дубненцев изучали язык. Причем отбор желающих не носил предвзятого, установочного характера, а полностью основывался на принципе добровольности. Под руководством Л. Ближниченко эксперимент проводили кандидат медицинских наук В. Зухарь, нейрофизиолог Ю. Максимов, психолог И. Пушкина, специалисты Московского государственного педагогического института иностранных языков им. Мориса Тореза. За 36 уроков был пройден материал, включающий около 1000 слов, словосочетаний, базисных моделей и конструкций.

Все обучающиеся могли проконсультироваться не только по языку, но и по вопросам медицины,

психологии, физиологии. Опрос показал, что соблюдение строгого режима повысило работоспособность и общее самочувствие большинства слушателей. Те, кто начали «с нуля», за время учебного курса хорошо усвоили основы языка: грамматику, лексику, фонетику и могли свободно говорить в пределах прослушанного материала. Еще лучше были результаты у тех, кто когда-то изучал язык в школах и вузах. Казалось, давно забытое вдруг вспомнилось, знания быстро расширялись и особенно активизировалась устная речь.

Многие участники эксперимента после полуторамесячного обучения продолжали совершенствоваться: читали литературу, разговаривали с зарубежными коллегами, а их в Дубне работает немало. Проведенная летом прошлого года проверка убедила экспериментаторов в том, что 85 процентов полученной информации дубненцы помнят и сейчас. А многие из них до сих пор даже копируют интонации преподавателя, чей голос они слушали шесть лет назад.

Итак, рациональность и эффективность гипнопедического метода очевидна. Тогда, может быть, имеет смысл применять его в более широких, массовых масштабах? Но как это осуществить практически? Для начала нужны соответствующие условия.

Следовательно, снова необходимо подчеркнуть, что и этот метод хорош для определенного контингента, которому изучение иностранного языка продиктовано абсолютно ясной и четкой целью...

Более 50 работ

художника Рубена Габриэляна представлено на открывшейся 18 мая выставке в Доме культуры ОИЯИ, которая недавно экспонировалась в Новосибирске и Челябинске. Центральное место на выставке занимают картины, созданные в 1962-1964 гг. в Академгородке Сибирского отделения АН СССР. Это «Портрет академика Соболева», «Пиголкины», «Решетняк», «Семенов», триптих «Проблемы», наброски, сделанные во время советско-американского симпозиума. Посетители выставки могут ознакомиться с графическими работами последних лет.

Выставка открыта до 15 июня, с 17.00 до 22.00.

Интересные поездки

Начались первые в этом году дальние поездки по историческим местам нашей страны, регулярно организуемые Домом ученых ОИЯИ. Уже первые 80 человек побывали в древнейших русских городах, богатых прекрасными историко-художественными и архитектурными памятниками XII-XVII веков, — во Владимире и Суздале, увидели белокаменную церковь Покрова на Нерли, которая по своим художественным достоинствам и идеальным пропорциям яв-

ляется одним из самых совершенных творений не только русских зодчих, но и всей мировой архитектуры, осмотрели знаменитый памятник XII века — храм Бориса и Глеба в Кидекше, бывшей резиденции князя Юрия Долгорукого.

В течении лета Дом ученых предполагает организовать еще немало интереснейших поездок: по городам «золотого кольца» — Ростов, Переславль Залесский, Ярославль, в Ленинград, Таллин, Киев, в Ясную Поляну, Архангельское, Кусково. Цель этих поездок — знакомство с историей, культурой, архитектурой народов, населяющих нашу Родину, посещение мест, отмеченных героизмом советских людей, проявившимся в особенно трудные для Отечества годы. Участники поездок познакомятся также с интересными народными промыслами. Эти поездки способствуют укреплению интернационалистского духа, дружеских связей между сотрудниками ОИЯИ, приехавшими в Дубну из разных стран.

Дубненцы любят путешествовать, они ходят по горам и сплаваются на плотах и байдарках по быстрым рекам, но поездки Дома ученых, кратковременные, хорошо организованные, интересные, включающие обширную программу знакомства с памятниками истории и культуры, пользуются особой популярностью.

25 мая — День освобождения Африки

День освобождения Африки отмечает все прогрессивное человечество как день борьбы за полную ликвидацию последних очагов колониализма, против расизма и империалистической агрессии. Более сорока государств африканского континента, получив свободу, продолжают активно бороться за свою экономическую самостоятельность. Ряд молодых африканских государств вступили на некапиталистический путь развития. Большая роль в упрочении единства африканских стран принадлежит организации Африканского Единства (ОАЕ). Она оказывает всемерную помощь патриотам в борьбе с агрессивными вылазками

империализма и неоколониализма.

Значительны успехи национально-освободительного движения народов португальских колоний — Анголы, Гвинеи (Бисау) и Мозамбика.

Советский Союз оказывает бескорыстную помощь африканским государствам в их борьбе за преодоление экономической отсталости.

В настоящее время СССР имеет межправительственные соглашения об экономическом и техническом сотрудничестве с 22 африканскими странами.

На снимке: партизаны Народного движения за освобождение Анголы (МПЛА) на марше.

Фотохроника ТАСС.



ПО РОДНОЙ СТРАНЕ

Курортный сезон в Сочи



Теплая ясная погода стоит на Черноморском побережье Кавказа. Сочинские санатории, пансионаты и дома отдыха гостеприимно принимают трудящихся, приезжающих сюда со всех концов страны.

В санатории имени Орджоникидзе отдыхают (на снимке слева направо) — проходчик шахты Подмосковского бассейна С. С. Кротов, наладчик автоматов из Червонограда И. Н. Писарик, начальник машиносчетного бюро в Клину Н. В. Монова, литейщик из Ленинграда Н. Г. Громов и работница Свердловского рудоремонтного завода В. М. Полякова.

Фото И. Григорова (Фотохроника ТАСС).

Беречь и украшать природу

Несколько лет тому назад в нашем городе создано общество охраны природы. Общество насчитывает 34 первичные организации и 27 коллективных членов. За эти годы проведена определенная работа по охране окружающей нас природы.

Несколько слов о положении первичных организаций и их правах. Всероссийское общество охраны природы является добровольной массовой общественной организацией и призвано активно содействовать мероприятиям партии и правительства в деле охраны, разумного использования и умножения природных богатств. Прием в члены Всероссийского общества охраны природы производится непосредственно первичной организацией на основании личного заявления желающего вступить в члены общества.

Всю свою деятельность первичная организация направляет на выполнение стоящих перед обществом задач. С этой целью она вовлекает широкие массы населения в члены Всероссийского общества охраны природы, разъясняет цели и задачи общества, ведет пропаганду знаний о природе, рациональном использовании и воспроизводстве ее богатств. Содействует руководящим органам своего предприятия, учреждения, организации и т. п. в озеленении населенных пунктов, берегов водоемов, дорог, территорий предприятий, школ, учреждений, в разработке мероприятий по сохранению, обогащению, рациональному использованию местных природных богатств и устранению вредного влияния производственной деятельности на объекты природы. Воспитывает у населения любовь к природе и бережливое отношение к ее богатствам.

Наш город молодой и зеленый. Вокруг Дубны прекрасные места отдыха. Нам, дубненцам, надо беречь то, что создала для нас природа. Поэтому все предприятия, каждый житель должны стать членами общества. Но пока в таких крупных коллективах, как СМУ-5, орс ОИЯИ, орс Большой Волги и других нет первичных организаций общества охраны природы. Из взрослого населения только 5 процентов состоит в обществе охраны природы, школьников — 60 процентов.

Начинается лето. На водоемах, в лесах с каждым днем будет все больше отдыхающих — как местных, так и приезжих. Сейчас надо готовить к летнему периоду места массового отдыха, закрепленные за предприятиями и учреждениями города. Долг каждого жителя — беречь и украшать природу.

Л. ШЕСТЕРНИНА,
инструктор городского общества охраны природы.

В НАСТОЯЩЕЕ время установлена несомненная связь между малоактивным образом жизни, полнотой и сердечно-сосудистыми заболеваниями. Полнота является одной из причин «изнашивания» организма и преждевременной старости. По мнению крупного советского клинициста М. П. Кончаловского, до 60 лет доживает 60 процентов тучных и 90 процентов худых людей, до 70 лет — 30 процентов тучных и 50 — худых, до 80 лет доживает 10 процентов тучных и 30 — худых. По данным же американских страховых компаний оказалось, что в группах лиц в возрасте от 50 до 60 лет, вес которых на 15-24 процента превышал норму, показатель смертности был на 17 процентов выше, чем у лиц с нормальным весом. Если превышение веса выражалось в 25-34 процентах, то показатель смертности увеличивался до 41 процента.

Профессор В. Палий утверждает,

наилучшая упитанность для женщины, 360-389 — средняя упитанность, 320-359 — плохая упитанность, 300-319 — очень плохая упитанность, 200-299 — истощение.

Излишняя полнота возникает из-за несоответствия между поступлением и расходом питательных веществ в организме. Многие болезни человеческого организма происходят от чрезмерного употребления пищи и пренебрежения физическими упражнениями, а также от неправильного образа жизни и вредных привычек.

Человек, следящий за своим весом, должен контролировать количество поглощаемых за день калорий и знать энергетические затраты. Ниже мы приводим калорийность некоторых наиболее часто употребляемых продуктов питания (число больших калорий в 100 г продуктов): хлеб ржаной — 189, пшеничный грубый — 217; баранки, сушки — 272; печенье разное

торта в 100 г. человек получает 300 больших калорий, которые для своего расходования требуют трехчасовой стирки белья; от двух грецких орехов — получает 80 больших калорий, для расходования которых требуется ходить в течение 45 минут; три чайные ложки сахара дают организму 60 больших калорий, а чтобы израсходовать их, надо в течение часа гладить белье.

Таким образом, в первую очередь следует ограничить питание. Но не пытайтесь есть как можно реже. В Чехословакии были проведены опыты: из 450 здоровых мужчин одни принимали пищу дважды в сутки, а другие — то же количество пищи, но через каждые 4 часа. В результате первые прибавили в весе, а у людей, питавшихся более часто, вес не изменился.

Хорошее лекарство от ожирения — физический труд в саду или на огороде, плавание, бег, лыжи, прогулки и туристские походы. Можно также рекомендовать некоторые специальные упражнения для похудения. Они усиливают кровообращение, разбивают и сгоняют избыток жира в области живота, поясницы, бедер.

Вот эти упражнения:

1. Лежа на спине, поднять ноги и коснуться ими пола за головой (6-10 раз).

2. Лежа на спине, раскинуть руки в стороны, ладонями вниз. Поднять ноги и опустить их вправо. Не меняя положения рук и корпуса, поднять ноги и медленно опустить в исходное положение, а затем влево (4-6).

3. Лежа на коврике на полу, сделать полный круг вращения прямыми ногами в одну и другую стороны (5-10).

4. Лежа на спине, одновременно поднять ноги и коснуться их руками (5-8).

5. Лежа на спине, закрепив стопы, руки за головой, поднимать туловище (5-10).

6. Лежа на спине, имитировать езду на велосипеде (15-30 секунд).

7. Лежа на спине, поднять по очереди ноги вверх и развести их в стороны, делая «ножницы» (10-15 секунд).

8. Стоя на коленях, прогнуться, стараясь головой коснуться пола (6-10 раз).

9. Ноги широко расставлены. Наклон корпуса далеко вперед, стараясь коснуться пола локтями рук, и далеко назад.

10. Ноги на ширине плеч. Прогнувшись назад, постарайтесь коснуться руками пяток (5-10 раз).

11. Ноги вместе. Постарайтесь поочередно коленом дотронуться до плеча. Плечи при этом не опускайте (10-15 раз).

Не исключено, что не всем эти упражнения будут сразу доступны. Однако некоторое время вы сможете проделать подряд 2-3 серии упражнений.

Л. ЯКУТИН,
врач.

Редактор В. И. СОЛОВЬЕВ

ВАШИ ВЕС

ет, что организм 35-40-летнего человека, имеющего излишек веса в 10-12 кг, за пять лет изнашивается так, как за семь. В возрасте 45 лет такому человеку уже физиологически 47-48 лет, а в 60 — уже 70 лет!

К сожалению, излишний вес — очень распространенное явление. Причем, ожирением чаще страдают женщины: в среднем у 75 женщин из 100 вес превышает нормальный. Это объясняется конституционными особенностями женского организма, любовью к лакомствам и некоторым пренебрежением к занятиям спортом.

Как же определить излишний вес? Простейший способ определения присутствия жира — оттягивание кожи на животе. Если лишнего жира нет, то кожа будет легко оттягиваться от брюшной стенки. Если вы на ощупь чувствуете, что кожа очень толста (складка свыше 2 см), это значит, под ней скопился жир. Известен также ряд индексов и формул для оценки веса. Согласно индексу Брока, нормальный вес (для данного лица) равен длине тела в сантиметрах минус 100. Этот индекс получил очень широкое распространение, но мало доказателен.

Для более точной оценки веса применяют так называемый весоростовой показатель или показатель упитанности. Он определяется путем деления веса (в граммах) на величину роста (в сантиметрах). Если количество граммов на 1 сантиметр роста окажется более 540 — у вас ожирение, 451-540 — чрезмерный вес, 416-450 — излишний вес, 401-415 — хорошая упитанность, 400 — наилучшая упитанность для мужчины, 390 —

— 383; макароны, лапша — 343; свинина жирная — 358, тощая — 121; ветчина — 359; колбаса вареная — 204; копченая — 296; сосиски — 212; масло коровье (сливочное) — 885, масло растительное — 866; маргарин — 748; молоко коровье — 66; сыр — 351; мороженое сливочное — 187; кефир — 48; яйца (1 штука) — 80; картофель — 84; капуста свежая — 24, квашеная — 10; яблоки свежие — 4; груши — 47; сахар — 405; мед пчелиный — 315; шоколад — 548; конфеты — 390; орехи грецкие — 620, рис — 334; говядина жирная — 261, средняя — 138; сливки — 229; сметана — 256, творог жирный — 227.

А какой расход энергии вызывают различные наши действия? В этом отношении могут помочь приводимые ниже данные: во время сна расход энергии — 0,93; сидение в покое — 1,43; ходьба со скоростью 4,2 км в час — 3,14, при скорости 6 км в час — 4,45; езда на велосипеде со скоростью 10 км в час — 8,56; бег со скоростью 8 км в час — 8,13, при скорости 12 км в час — 10,78, ходьба на лыжах со скоростью 8 км в час — 8,57; плавание со скоростью 10 м в минуту — 3, при скорости 20 м в минуту — 4,25; мытье посуды и глаженья белья — 2,06; канцелярская работа — 2,0. В приведенных данных расход энергии указан в больших калориях на килограмм веса в час. Следовательно, пользуясь ими, следует указанную величину помножить на вес тела и длительность действия.

Теперь сопоставьте свои энергозатраты и количество поглощенных продуктов. Дональд Г. Кулей, автор книги «Питаться так, чтобы всегда быть изящным», приводит такие примеры: от одного куска

ТЕЛЕВИДЕНИЕ

ВТОРНИК, 22 МАЯ

9.30 — Программа передач. 9.35 — Новости. 9.45 — Для школьников. «Костер». (Повторение от 21 мая). 10.15 — И. В. Гете — «Фауст». Телевизионный спектакль. Части 1 и 2-я. 13.30 — «На полях страны». 13.45 — Цв. тел. «Вокализ». Телевизионный музыкальный фильм. 16.15 — Программа передач. 16.20 — «Михаил Шолохов — Публицистика». Учебная передача по литературе. 17.30 — Для детей. «Ребятам о зверятах». Передача из Ленинграда. 18.00 — Новости. 18.10 — «От руды до комбайна». Передача 2-я. 18.40 — Цв. тел. Для детей. «В кукольном магазине». 19.00 — Концерт оркестра русских народных инструментов Всесоюзного радио и телевидения. Дирижер — В. Федосеев. 19.30 — Цв. тел. «Впервые на экране ЦТ». Художественный фильм «Остров сокровищ». По одноименному роману Р. Стивенсона. 21.00 — «Время». Информационная программа. К визиту Генерального секретаря

ЦК КПСС члена Президиума Верховного Совета СССР товарища Л. И. Брежнева в Федеративную Республику Германии. 21.30 — «Лица друзей». В передаче принимает участие председатель Центрального совета Всесоюзной пионерской организации имени В. И. Ленина А. В. Федулова. 22.15 — Концерт классической музыки. Передача из Ленинграда. 22.45 — «На велогонке Мира». Передача из ГДР. 23.05 — Новости. Программа передач.

СРЕДА, 23 МАЯ

9.30 — Программа передач. 9.35 — Новости. 9.45 — Для школьников. «Добрые дяди и тети». 10.15 — Цв. тел. «Остров сокровищ».

Комитет ДОСААФ Объединенного института доведит до сведения всех желающих учиться на курсах водителей мотоцикла, что первое занятие группы состоится 25 мая 1973 года в 18 часов на учебном пункте Института.

За справками обращаться: ул. Мичурина, 21, тел. 4-83-11.

Художественный фильм. 11.40 — «Человек и его дело». 12.10 — «Музыкальный календарь». 12.55 — В эфире — «Молодость». 13.25 — Кинопрограмма Куйбышевской студии кинохроники. 16.15 — Программа передач. 16.20 — Экономическая география СССР. «Армянская ССР». 17.00 — «Природа пустыни. Оазисы». Учебная передача по природоведению. 17.20 — Для школьников. Играет детский духовой оркестр г. Коломны. 17.45 — «Сельская страда». 18.00 — Новости. 18.10 — «От руды до комбайна». Передача 3-я. 18.40 — Цв. тел. Для детей. «Загадки и

отгадки». Кукольный спектакль. 19.00 — «Человек и закон». 19.30 — Концерт мастеров искусств. 21.00 — «Время». Информационная программа. 21.30 — «Документальный экран». 22.45 — «На велогонке Мира». Передача из ГДР. 23.05 — Новости. Программа передач.

С 21 по 24 мая в Дубне в ночное время проводятся аэрозольные работы против комаров. Пчеловодам необходимо принять меры по сохранению пчел.

Московская областная станция по защите зеленых насаждений.

МСУ-96 срочно ТРЕБУЮТСЯ инженерно-технические работники: старший инженер-технолог, инженеры-механики, инженеры-электромонтажники, техники-механики, техники-сантехники, техники-электромонтажники.

Обращаться по адресу: Дубна, ул. Курчатова, дом 2-б, МСУ-96, отдел кадров, и к уполномоченному по использованию трудовых ресурсов (исполком, комната № 1).

АДМИНИСТРАЦИЯ.