

# Группа здоровья

Все началось с производственной гимнастики. На одном из очередных занятий методист Тамара Семеновна Кищенко предложила:

— Товарищи! Давайте создадим группу здоровья.

Группу здоровья? А что это за группа, чем она будет заниматься? Такие вопросы естественно возникли у работников коксохимического производства.

Тамара Семеновна уже думала над этим. И вопросы такие ждала. Она объяснила, что целью, главной задачей такой группы является оздоровление трудящихся, особенно пожилого возраста.

— Нужно думать не только о работе, о домашнем хозяйстве, нужно бережно относиться и к своему здоровью.

Женщины подумали, и, прямо скажем, отнеслись к этому предложению скептически. Собирается группа должна после работы, а в это время у каждой забот полон рой: семья, дети.

Поэтому на первое занятие пришло всего 10 человек. Среди них инженер Надежда Николаевна Щепина, заместитель главного бухгалтера Анна Петровна Рычик, Нина Никифорова Стулова, начальник планового отдела и старший табельщик Раиса Степановна Сириченко.

Вначале в красном уголке попробовали прыгать с места; движение на гибкость. После проверяли пульс. Можно заниматься по-настоящему.

Местом для занятий выбрали водную станцию металлургов, где свежий воздух, и рядом река. Отличное место.

В руках женщин появился волейбольный мяч, бадминтон. А вот две группы соревнуются в перетягивании каната. И началась самая настоящая физкультурная жизнь.

Домой возвращались бодрыми, чувствовали себя прекрасно.

Женщины даже метали гра-

нату: кто дальше? Однако пока не было еще спорта, была только физкультура, упражнения, игры, волевые движения.

Но вдруг появился и спортивный элемент. Вот как это случилось. Как-то Тамара Семеновна устроила катание на лодках по Уралу. Катались сначала вблизи от города, затем все дальше и дальше. Гребля произвела на женщин отличное впечатление. Однажды устроили поездку до Зеленострой, — в один из выходных дней. Это был уже настоящий водный поход. На одном из занятий кто-то вдруг предложил:

— Давайте, кто быстрее доплывет до косы.

— Давайте!

Сели в лодки. Поплыли. Это были первые соревнования. В них не так важен победитель. Важна победа Тамары Семеновны Тищенко, сумевшей заинтересовать людей, вовлечь их в занятия физкультурой, заставить заботиться о своем здоровье.

Группа начала разрастаться. Анна Петровна Рычик, которой ни много, ни мало 54 года, посоветовала лаборантке Елене Федоровне Зотовой:

— Давайте к нам, это же замечательно. Свежий воздух, вода, солнце. Во всяком случае ничего не потеряете.

Согласилась Елена Федоровна. И не жалеет.

У некоторых женщин все же были трудности в семье: с кем оставить детей?

Тамара Семеновна решила: эту проблему сверхпросто:

— Приводите их с собой. Кроме пользы, ничего не будет.

И вот вместе со взрослыми, на берегу Урала зазвучали детские голоса. С сыновьями Юрием и Вовой приходит на водную станцию Раиса Степановна Сириченко, с двумя дочерьми — Галина Григорьевна Васильченко, Нина Никифорова Стулова приходит с сыном Володей.

Дети на берегу Урала так же как и взрослые играют, соревнуются, резвятся. Хорошо!

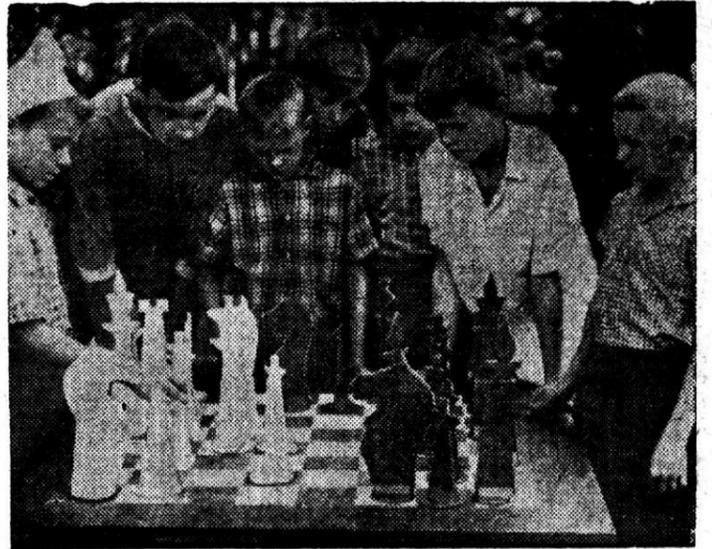
Все члены группы, а их сейчас 25 человек, прекрасно себя чувствуют. Надежда Николаевна Щепина говорит, что у нее было повышенное кровяное давление, но когда стала посещать занятия группы здоровья, оно стало нормальным.

На основе физической культуры сложился хороший, дружный коллектив. В поездку за город все собираются вместе. На Солёное озеро — все в один автобус. В кино, в театр — тоже вместе. Это просто здорово, другого слова не найдешь. Ведь нет в группе здоровья ни одного человека, которому меньше 35 лет.

Сейчас женщины помышляют о подготовке к зиме. Приобретают необходимые спортивные костюмы.

А у Тамары Семеновны Кищенко — новая мечта — создать еще одну группу здоровья — для мужчин. Она теперь твердо убеждена: кроме пользы, ничего не будет.

Н. МАКАРОВ.



Юные жители космодрома «Горный воздух» увлекаются многими видами спорта. Игра в шахматы привлекает немало желающих и болельщиков. Каждому хочется поставить своему противнику мат.

## „КОРАБЛИ“ ПОКИДАЮТ „КОСМОДРОМ“

### Не забудем Вас, воспитатели и вожатые

Весело и задорно звучит горн, призывающий обитателей космического лагеря «Горный воздух» на последнюю линейку в третьей смене. Со всех концов лагеря идут отряды к месту линейки. Здесь, в центре площадки, высится многометровая мачта со звездой наверху, по бокам площадки портреты всех шести летчиков-космонавтов с красными галстуками на груди. Они почетные пионеры лагеря.

На фасаде клуба огромное полотно с изображением пионеров многих стран мира и слова: «Пусть всегда будет солнце, пусть всегда будет мама...» Портреты героев-пионеров Навлика Морозова, Володи Дубинина.

Отряды под звуки марша советских авиаторов проходят на свои места и выстраиваются. Смолкает музыка. И не надолго воцаряется тишина. Но вот раздаётся команда «командира эскадрильи» Нины Семеновны:

— Командирам экипажей сдать рапорта!

Один за другим «командиры» докладывают о готовности экипажей к выполнению заданий. По окончании рапортов и объявления программы полетов на последний день пребывания в лагере звучит команда:

— Поднять флаг!

К мачте подходит почетная пионерка, старшая воспитательница лагеря, завуч школы № 48 З. Б. Шклявер. Она принята в пионеры как хорошо проработавшая в лагерях свыше 15 лет.

Под торжественные звуки Гимна нашей Родины величаво под-

нимается флаг, а с ним с четырех сторон разноцветные гирлянды флагов расцветивания. Подъем флага закончен. Раздается новая команда и под бодрящие звуки марша духового оркестра начинается карнавальное шествие.

Вот величаво проплывает огромный «корабль» «Дружба». Его команда состоит из представителей многих стран мира. На его импровизированных палубах видны норвежцы и шведы, индийцы и египтяне. Приветственно машут руками и что-то кричат темпераментные представители острова свободы — кубинцы и оголенные по поясу темно-шоколадного цвета африканцы, блестят белозубой улыбой негры. Все они поют песни. Песню дружбы поют экипажи кораблей «Восток-8», «Восток-10», «Восток-12» дачи № 7 (пионервожатые — студентки педагогического института Л. Мызина, А. Безденежных и Л. Фролова). Эти экипажи удостоены переходящего Красного знамени лагеря. Они его удержали до конца.

А вот идет отряд космонавтов. Они в скафандрах, на их плечах огромный космический корабль. В стремительном танце проносятся стайка девочек в украинских национальных костюмах. Они пляшут зажигательный «Гопак». За ними в широкополых шляпах сомбреро с гитарами поют национальные песни мексиканцы, дальше веселые клоуны. В конце карнавального шествия идут в средневековых доспехах с глухими забралами немецкие псы-рыцари, напоминающие далекое прошлое, которое юные исполнители знают только по книгам да кинофильмам.

Участники карнавала и зрители устремляются на открытую эстраду. Здесь начинается боль-

шой концерт художественной самодельности, подготовленный силами самих ребят. В национальном костюме индианки выходит на сцену Люда Лонтакова. Она исполняет индийский танец. Ее плавные красивые движения вызывают дружные хлопки юных зрителей. Танец бабочек исполнили участницы балетной студии ученица 3-го класса школы № 51 Данченко Лена и ученица 4-го класса школы № 58 Ира Восичкова.

Группа старших девочек исполнила монтаж на тему «До самой далекой планеты не так уж, друзья, далеко». Лучшие исполнители тут же награждались памятными подарками.

Вторая половина концерта была перенесена на вечер. Концерт состоялся во вместительном лагерьном клубе. Здесь перед ребятами выступили воспитатели и вожатые.

Хор воспитателей и вожатых исполнил родившуюся три года назад прощальную лагерную песню. На ее заключительные слова: Мы довольны нашей встречей, И знакомством очень рады...

Зал дружно ответил: Не забудем вас, Не забудем вас, Воспитатель и вожатый.

Много умения и старания вложили для отдыха наших детей старшие пионервожатые Р. Казакова, В. Соломко, старший воспитатель З. Б. Шклявер, вожатые А. Безденежных, Л. Мызина, Л. Фролова.

Так закончили свой двадцатипятидневный «полет» экипажи эскадрильи космических кораблей.

Н. ТРЕГУБЕНКО,  
электрик ЦЭС.

## ЗА ПРОТИВОПОЖАРНУЮ БЕЗОПАСНОСТЬ

В период по 20 ноября 1964 года на комбинате проводится общественный смотр противопожарной безопасности и состояния охраны материальных ценностей.

Основной задачей смотра является: во-первых, добиться образцового противопожарного состояния всех цехов и улучшить охрану материальных ценностей; во-вторых, поднять уровень массово-разъяснительной работы среди рабочих и служащих; в-третьих, активизировать работу пожарнотехнических комиссий, добровольных пожарных дружин и внештатных инструкторов по профилактике. Для премирования цехов, которые наиболее полно вы-

полняют условия смотра, выделено 14 премий.

Однако следует сказать, что некоторые как участковые, так и цеховые комиссии еще не приступили к практическим делам, хотя смотр идет уже более месяца.

Успех, безусловно, будет там, где в смотре будет участвовать больше трудящихся, где не будет нарушений режима и хищений социалистической собственности.

А. КРИВОРУЧНО.

**Магнитогорский МЕТАЛЛ**

Стр. 3. 9 августа 1964 года



Передовой слесарь по ремонту пантографов электродепо И. С. Немцев. Выполненные им работы всегда отличного качества. Фото Е. Карпова.

## О ГЕРОЕ НАШЕГО ВРЕМЕНИ

ОБЪЯВЛЯЕТСЯ ЛИТЕРАТУРНЫЙ КОНКУРС НА ЛУЧШИЙ РАССКАЗ, ОЧЕРК, КОРРЕСПОНДЕНЦИЮ, СТИХОТВОРЕНИЕ, ФОТО, ЗАРИСОВКУ О МЕТАЛЛУРГАХ МАГНИТКИ

24 декабря 1964 года исполняется двадцатипятилетие газеты «Магнитогорский металл». В связи с этим редакция газеты ОБЪЯВЛЯЕТ КОНКУРС на лучший рассказ, очерк, зарисовку, корреспонденцию, стихотворение, фото и приглашает принять участие в конкурсе трудящихся комбината, местных литераторов, корреспондентов, всех желающих.

Основная цель конкурса — отобразить в литературных произведениях труд и быт людей индустриальной Магнитки, тружеников комбината. На конкретно взятом из жизни материале в произведениях следует показать славные дела коллективов коммунистического труда, новаторов в освоении новых мощностей и совершенствовании производства, самоотверженную борьбу за выполнение планов семилетки и социалистиче-

ских обязательств, учебу и досуг, воспитание трудящихся, укрепление коммунистической морали.

По поводу избранных тем, произведений и по другим вопросам, связанным с участием в конкурсе, можно получить консультацию в редакции ежедневно.

Конкурс проводится с 1 СЕНТЯБРЯ ПО 15 ДЕКАБРЯ 1964 ГОДА. Итоги будут подведены к 25-й ГОДОВЩИНЕ ГАЗЕТЫ «МАГНИТОГОРСКИЙ МЕТАЛЛ».

Все принятые и одобренные произведения будут опубликованы в газете. Лучшие из них будут отмечены премиями.

Редакция газеты  
«Магнитогорский металл».