ВСЕ НА СТАРТ!

Комитет ВЛКСМ и совет ДСО «Труд» комбината приняли совместное постановление «О проведении первенства Магнитогорского металлургического комбината и матча металлургических комбинатов по многоборью ГТО на приз газеты «Комсомольская правда» и заводской газеты «Магнитогорский металл».

Соревнования по многоборью ГТО проводятся с целью улучшения массовой физкультурно-оздоровительной работы, привлечения металлургов к регулярным занятиям спортом, к активному участию их в сдаче норм комплекса ГТО.

Этот большой спортивный праздник состоится 22, 23 и 24 мая 1976 года. Спортсмены будут состязаться в плавании, стрельбе, беге, метании гранаты. Поединки будут проходить на спортивных базах комбината: в плавательном бассейне, на центральном стадионе им. 50-летия Октября, стрелковом тире.

К участию в соревнованиях допускаются сборные команды цехов и отделов комбината, укомплектованные лучшими значкистами ГТО. Состав команд состоит из четырех человек (мужчин или женщин), по одному участнику в каждой возрастной группе.

Женщинам в возрасте 19—28 лет предстоит состязаться в беге на 100 метров, в кроссе на дистанции 500 метров, метании гранаты, стрельбе и плавании на 100 метров.

Мужчинам 19—28 лет предстоит принять участие в беге на 100 метров, в кроссе на 1000 метров, метании гранаты, плавании на 100 метров.

В других возрастных группах программа такова: женщины (29—34 года) — бег 100 метров, кросс 500 метров, метание гранаты, стрельба, плавание 100 метров; женщины (35—44 года) — бег 60 метров, кросс 300 метров, метание гранаты, прыжки в длину с места, плавание 100 метров; женщины (45—55 лет) — толкание набивного мяча, отжимание в упоре, прыжки в длину с места, плавание 50 метров;

мужчины (29—39 лет) — бег 100 метров, кросс 1000 метров, метание гранаты, стрельба, плавание 100 метров; мужчины (40—49 лет) — бег 60 метров, кросс 800 метров, метание гранаты, стрельба, плавание 100 метров; мужчины (50—60 лет) —толкание набивного мяча, отжимание в упоре, прыжки в длину с места, плавание 50 метров.

Команды цехов будут разбиты на четыре группы.

1-я группа: цехи, насчитывающие свыше 1000 работающих, 2-я группа — цехи, насчитывающие до 1000 работающих, 3-я группа — цеци, насчитывающие до 500 рабочих и 4-я группа — женские коллективы.

Команда-победительница, а также победитель в каждой возрастной группе определятся по наибольшей сумме очков, набранных в многоборье, подсчет которых будет осуществляться по вспомогательной таблице оценок результатов соревнования по комплексу ГТО.

Победителей ждут призы и грамоты, учрежденные заводским советом ДСО «Труд», газетой «Магнитогорский металл», комитетом комсомола и цехами комбината. Это положение едино и для команд гостей.

Заводской совет ДСО «Труд» ММК.

Комитет ВЛКСМ ММК.

НА СНИМКАХ: кросс, плавание, метание гранаты.

Фото Ю. Попова.

ФУТБОЛ

9 мая на центральном стадионе им. 50-летия Октября состоялся футбольный матч. «Металлург» принимал команду «Торпедо» из Таганрога. Победил «Металлург» со счетом 1 : 0. Гол забил Шамиль Сайфутдинов.

ЭСТАФЕТА

Восьмого мая проводилась городская весенняя легкоатлетическая эстафета, посвященная Дню печати. Победили студенты МГМИ. Команда металлургов проиграла им восемь секунд.

ПЬЯНСТВУ — БОЙ!

Алкоголь и нервы

Лица, регулярно потребляющие спиртные напитки, непрерывно находятся под действием не только самого алкоголя, но и продуктов его распада, среди которых наиболее опасными для организма и нервной системы являются уксусная и муравьиная кислоты. При употреблении спиртных напитков появляются головные боли, головокружение, расстраивается походка. При систематическом же употреблении алкоголя эти явления становятся стойкими, к ним присоединяются дрожание языка и пальцев, болевые и другие неприятные ощущения.

Среди заболеваний нервной системы, в возникновении которых алкоголь является основной причиной: алкогольный полиневрит, полиэнцефалит. Но алкоголизм и ухудшает течение тех нервных заболеваний, которые им не обусловлены. Приведу типичные примеры заболеваний нервной системы, развившихся в связи с приемом больших доз алкоголя. В. Г. — 28 лет. Работает в РСЦ. Пришел на прием к врачу после выходного дня — «повисла» правая руки. Оказалось, что накануне В. Г. изрядно выпил. Результат — неврит правого срединного и лучевого нерва. Лечение пока проходит успешно. Но последствия могут быть и более тяжелые, то есть неврит частично может остаться. В. С. — 29 лет. Работник ФВСЛЦ. Злоупотребляет алкоголем. Очень долго лечился от неврита лучевого нерва. На работу выписан с незначительным улучшением. В. И. — 29 лет. Работает в ПШЦ. Страдает в течение пяти лет пояснично-крестцовым радикулитом. В результате злоупотребления алкоголем у него часто бывает обострение болезни. Так, только в течение 1976 года у В. И. дважды было обострение этого заболевания. Р. С. — 44 года. Работница УКХ. Страдает много лет хроническим алкоголизмом. В результате развилось заболевание — эпилепсия с частыми припадками. А. В. — 25 лет. Работал в УДР. Страдал хроническим алкоголизмом, в результате чего произошло кровоизлияние в мозг. Больной умер. Б. — 36 лет. Работник МОСа. Часто злоупотребляя алкоголем, он нажил себе заболевание: токсический энцефалит — паралич правой половины туловища, отсутствует речь.

Избавление от пристрастия к алкогольным напиткам во многом зависит от того, на сколько сам пьющий оценивает то зло, которое он причиняет себе, своей семье, обществу. Ведь наверняка: знай, к чему приведет пристрастие к алкоголю, вышеназванные люди бросили бы пить.

В. АНДРЕЕВА, врач-невропатолог МСЧ ММК.

ТВ

Вторник, 11 мая

Шестой канал

15.30 — (Цв.). «Литературные встречи». Б. Полевой. 16.15 — «Человек у огня». Телевизионный очерк о делегате XXV съезда КПСС, депутате Верховного Совета СССР, сталеваре волгоградского завода «Красный Октябрь» А. Н. Позднякове. 16.45 — (Цв.). «Слово ученому». 17.00 — (Цв.). «Адреса молодых». 18.00 — Новости. 18.15 — (Цв.). Программа телевидения Чехословацкой Социалистической Республики. К 31-й годовщине освобождения Чехословакии от фашистских захватчиков. 21.00 — «Время». Информационная программа. 21.30 — (Цв.). «Лица друзей». Ведущий — писатель А. Алексин. 22.15 — (Цв.). Поет народный артист СССР А. Соловьяненко. 23.20 — Новости.

Двенадцатый канал

МСТ. 17.45 — Новости.

ЧСТ. 18.00—Новости. 18.15 — «Преодолеть отставание». Передача первая. (В ней участвуют руководители металлургических предприятий области). Ведет передачу кандидат экономических наук Г. С. Празднов. 18.45 — «Дороге не видно конца». Рассказ о народном студенческом театре «Манекен» ЧПИ. (Повторение от 28 апреля). 19.40 — «Вам, новаторы!». 20.00 — Вечерняя сказка малышам. 20.10 — Концерт. 21.00 — «Экран ЦНТИ». Передача о новых видах инструментов для механической обработки. 21.35 — «За все в ответе». Художественный фильм.

Среда, 12 мая

Шестой канал

10.00 — «Как маленькие». Телевизионный художественный фильм (ЧССР). 10.55 — (Цв.). Поет народный артист СССР А. Соловьяненко. 14.00 — (Цв.). «Качество». Документальный фильм. 14.30 — «Творчество М. Шагинян». 15.30 — (Цв.). «Шахматная школа». Класс разрядников. Середина игры. 16.00 — (Цв). Фильм — детям. «Рассказы о Кешке и его друзьях». Телевизионный многосерийный художественный фильм. 2-я серия. 17.15 — (Цв.). «Отзовитесь, горнисты!». 18.00 — Новости. 18.15 — (Цв.). «Веселые нотки». 18.30 — «Человек и закон». Ведущий— доктор юридических наук А. А. Безуглов. 19.00 — (Цв.). Тираж «Спортлото». 19.10 — (Цв.). «Играет Элисо Вирсаладзе». Фильм-концерт. 20.00 — Премьера телевизионного многосерийного документального фильма «Солдатские мемуары». Фильм 2-й. «...И орденов своих с собою им не положено иметь...». 21.00 — «Время». Информационная программа. 21.30 — (Цв.). Кубок СССР по футболу.

Двенадцатый канал

МСТ.18.55 — Новости.

ЧСТ. 19.10—Новости. 19.30 «XXV съезд КПСС и вопросы социалистического соревнования». Выступление председателя областного совета профсоюзов тов. Антипина В. И. 20.00 — Концерт. 20.20 — Для детей. «Ну, поросенок, погоди!». Спектакль магнитогорского театра кукол «Буратино». 21.00 — Юридическая консультация. 21.30 — По заявкам зрителей. «Индийские йоги, кто они?». Научно-популярный фильм.

В ВАШЕЙ СЕМЬЕ — РЕБЕНОК

У ПОРОГА ШКОЛЫ

НЕ ЗА ГОРАМИ тот день, когда ваш ребенок впервые переступит порог школы. Этот этап в жизни ребенка приносит и радости, и тревоги родителям. Их волнует вопрос: как подготовить детей к школе?

Порой кажется, что если научить ребенка считать, писать, то можно быть спокойным за его подготовку, тогда как подготовка к школе предполагает всестороннее развитие ребенка. Например, очень важно приучить ребенка к выполнению режима дня: вовремя вставать и ложиться спать, выполнять необходимые гигиенические требования: умываться, причесываться, без напоминаний мыть руки перед едой.

Ребенок, поступающий в первый класс, должен знать и выполнять определенный круг обязанностей: убирать свою постель, следить за порядком в игровом уголке, мыть посуду, чистить обувь, следить за одеждой, подметать пол. Научите ребенка пользоваться газом, плиткой, чтобы он мог самостоятельно подогреть пищу, открывать и закрывать дверь ключом.

Покажите ребенку путь от дома до школы и обратно. Познакомьте с правилами уличного движения.

Ребенок должен хорошо знать домашний адрес и место работы родителей.

Помимо воспитания навыков, будущего ученика нужно готовить к пониманию и усвоению учебного материала, то есть развивать умственно: тренировать память, развивать мышление, наблюдательность, речь. А родителям совсем не трудно помочь в этом. Нужно самим быть очень внимательным к вопросам детей, в свою очередь задавать вопросы, требующие размышлений: «Для чего это? Как ты узнал? Почему ты так думаешь?».

В повседневной жизни найдется много поводов для обогащения знаний и упражнений ребенка в правильной речи: чтение ему рассказов, сказок, прогулки в парк, на водоем, посещение цирка, кино, просмотр детских телепередач. Но не надо забывать спросить ребенка о прочитанном рассказе, выяснить его отношение к героям книги, фильма. А с целью развития памяти разучивайте с детьми стихи.

Не менее важным для успешного обучения в школе является чистая речь. Это — четкое правильное произношение всех звуков. Если имеются нарушения, то необходимо обратиться к врачу-логопеду, который поможет выяснить причину дефектов речи и исправить их.

Умение ребенка считать до ста и дальше не говорит о его математической подготовке. Здесь важно научить ребенка мыслить, анализировать, сопоставлять, рассуждать, делать выводы. Можно использовать самые разные жизненные ситуации, чтобы лишний раз поупражнять ребенка. Предлагайте для счета разнообразные по цвету, форме, величине предметы: игрушки, посуду, мебель, овощи. «Принеси для супа 7 картофелин, 3 морковки. Чего больше? Принесли 3 яблока, а нас четверо. Как думаешь — всем хватит? Сколько концов у двух с половиной палочек?».

Во время прогулок предложите подсчитать шаги, ступеньки на лестнице.

Гуляя с ребенком, обратите внимание на окружающие предметы. Задайте вопросы: «Что здесь ниже дома? Какие предметы выше дома? Сравни высоту дома, дерева, забора». Предложите найти круглые, овальные, треугольные, квадратные, прямоугольные предметы в окружающей среде.

Целесообразно научить ребенка простейшим арифметическим действиям в пределе десятка. Задачи должны быть простыми и понятными по содержанию. Например: «У Миши 3 карандаша, у Лены—4. У кого карандашей больше, меньше? А сколько всего карандашей?».

Научите ребенка ориентироваться во времени, правильно употреблять слова «сегодня, завтра, вчера»; познакомьте с названием дней недели в их последовательности.

Дети, приученные выполнять требования взрослых сразу, обычно дисциплинированы, послушны, уважают своих товарищей, не мешают работать классу. Поэтому уже сейчас родителям необходимо задуматься над тем, готов ли их ребенок к школе, имеет ли определенный запас знаний, умений, навыков, и использовать оставшееся время с пользой для будущего школьника.

В. ЕФИМОВА, методист детсада № 34 ММК.

УСПЕХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ

Команда легкоатлетов нашего комбината принимала участие в традиционной областной эстафете на приз газеты «Челябинский рабочий», проходившей в Челябинске. Среди производственных коллективов наша команда вот уже второй год подряд одерживает победу. В этом большая заслуга тренера команды Ф. Потапова.

Ю. КОЛОВ.

ОБЪЯВЛЕНИЕ

Для работы в столовых пионерских лагерей и баз отдыха приглашаются женщины — работницы комбината. Желающие поехать на работу в пионерские лагеря должны обратиться в отдел кадров комбината в комнату № 12 или № 4.

За время работы в пионерских лагерях указанным работникам сохраняется средняя заработная плата, а их детям школьного возраста предоставляются путевки на льготных условиях.

Отдел кадров.

Редактор Ю. С. ЧЕРЕДНИЧЕНКО

Коллектив цеха металлоконструкций с прискорбием извещает о смерти бывшего работника цеха, фронтовика ГУСЕВА Василия Николаевича и выражает глубокое соболезнование семье и родственникам покойного.

Коллектив мартеновского цеха № 3 глубоко скорбит по поводу смерти работника цеха ЗАХАРОВА Александра Павловича и выражает соболезнование семье и родственникам покойного.

пишите, звоните, приходите наш адрес:

Телефоны: редактор — 3-38-04; заместитель редактора — 3-50-70; ответственный секретарь — 3-47-04; общие—3-07-98, 3-14-42, 3-40-35, 3-31-33; фотолаборатория — 3-14-42.

ФБ16365 Магнитогорск. Типография ЦТД ММК Заказ № 5706 Тираж 10060