

Физкультура и спорт

Летний спортивный сезон открыт!

В минувшее воскресенье традиционной эстафетой на приз газеты «Магнитогорский рабочий» состоялось открытие летнего спортивного сезона в нашем городе.

В отличие от прошлых лет старт и финиш эстафеты в этом году перенесли на стадион металлургов. К началу соревнований команд сильнейшей группы на стадионе собрались тысячи зрителей-любителей спорта.

Среди команд первой группы, как и следовало ожидать, основная борьба за обладание почетным призом развернулась между спортсменами металлургического комбината и студентами горно-металлургического института.

Со старта на второй этап спортсмены института принесли эстафетную палочку первыми. За ними — металлурги. На дальнейших этапах в упорной борьбе спортсмены-металлурги вышли на первое место, но закрепить успеха не



смогли. Спортсмены института Команда металлургов заняла второе место. В зачете по двум командам первенство завоевали спортсмены горно-металлургического института, второе место спортсмены нашего комбината.

На снимке: старт участников команд первой группы.

Фото Е. Карпова.

Состязания гребцов

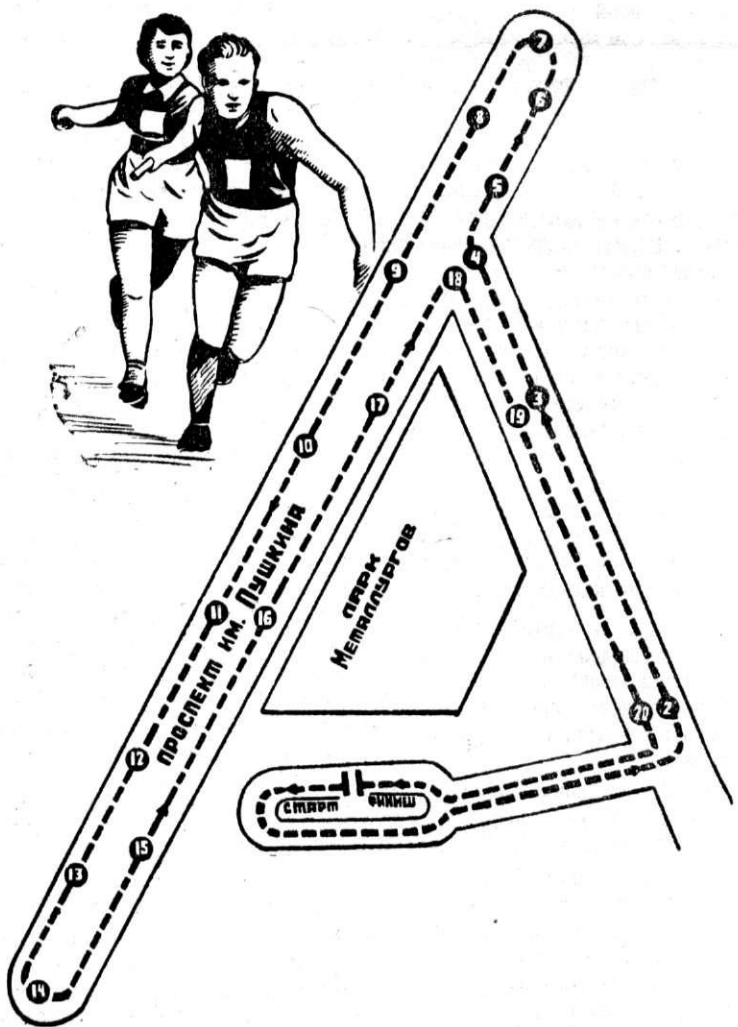
Наверное, теплая погода, установившаяся в выходной после стольких сумрачных и ненастных дней, вняла спортсменам и болельщикам состязаний по гребле на байдарках, каноэ и народной гребле на приз открытия сезона. Красивой кавалькадой заскользили по водной глади лодки-шлюпы. Весла вздымают сероватые буруны, бегут, разбиваются одна за другой волны. Громкими криками приветствуют зрители победителей гонок. Ими оказались в выступлениях на шлюпках газетчик доменного цеха Ташлинцев и наладчик цеха КИП и автоматики Н. Дятлова.

На каноэ-одиночке на дистан-

ции тысяча метров отличился работник коксохимического производства Л. Болховский, который опередил подручного сварщика слябинга А. Усенка, опытного гребца. В двойках-каноэ Вальтер, Поченков выиграли у Зайцева и Магилеева.

В Казани магнитогорец машинист крана цеха подготовки составов Николай Прокопенко показал свое мастерство в соревнованиях на личном первенстве РСФСР с участием сборной СССР, где занял второе место на 500 метров и третье — на тысячу.

22 мая — легкоатлетическая эстафета на приз газеты „Магнитогорский металл“ Все — на старт!



Многие люди проявляют огромный интерес к гипнозу. И это вполне понятно. Гипноз — явление необычное. Долгое время оно оставалось неразгаданным и наукой разьяснено сравнительно недавно.

Знакомство людей с гипнозом восходит к глубокой древности. Тысячи лет назад жрецы Египта и индусские йоги уже пользовались приемами, которые вызывали гипнотическое состояние у человека и некоторых животных (в частности у змей). Этими приемами служили монотонные звуки своеобразных барабанов и труб, дым дурманящих курений, пристальное сосредоточение взора на блестящих предметах и т. д. Все это широко применялось в религиозных церемониях. Люди впадали в состояние оцепенения и забывали.

Служители религии окружали эти явления таинственностью, объявляли их сверхъестественными, непостижимыми, приписывали их вмешательству бога. Они внушали верующим, что такие чудеса способны совершать лишь жрецы и «прорицатели» — наместники бога на земле. Кое-где и до сих пор бытует представление, что гипноз могут вызывать только люди особенные, обладающие «железной» силой воли, необыкновенными черными или зелеными глазами и т. п.

Попытку научно объяснить гипноз впервые в середине XIX века сделал английский хирург Дж. Брэд. Исходя из того, что состояния оцепенения и забывания по своей природе напоминают сон, он и предложил называть такие явления «гипноз», что в переводе с греческого означает «сон». Дж. Брэд начал применять гипноз для лечения больных. С этих пор гипноз стал привлекать внимание врачей и ученых. Однако полного успеха они не могли добиться. Дело в том, что гипноз тесно связан с деятельностью головного мозга, а научный способ изучения этой деятельности еще не был найден.

Впервые такой способ — метод условных рефлексов — был открыт в начале XX века нашим великим физиологом И. П. Павловым. Было доказано, что деятельность всех органов и систем организма

СО ВСЕМИ КОНТИНЕНТАМИ ЗЕМЛИ

Многие металлурги, строители учащиеся, члены городского радиоклуба, в свободное от работы время с увлечением занимаются радиолубительством. Они установили за последнее время много новых дальних радиосвязей. Будущий инженер-металлург, студент вечернего отделения горно-металлургического института имени Г. И. Носова Михаил Петров установил радиосвязь с такими отдаленными от Магнитки пунктами земного шара, как Конго, Чили, остров Цейлон, остров Кипр... Михаил Петров поддерживает регулярную двустороннюю радиосвязь с коротковолновиками-любителями Болгарии, Румынии, Венгрии, Югославии и других стран.

С разными континентами земли поддерживает радиосвязь и коротковолновик-любитель, студент горно-металлургического института Виктор Пичугин. На днях он

получил теплое приветствие от радиолубителя Ницкова из болгарского города Селистра.

Большого успеха добился член радиоклуба Виктор Олейник. За установление радиосвязи со ста коротковолновиками-любителями нашей страны он награжден почетным дипломом имени великого русского ученого А. С. Попова. Виктор Олейник — обладатель еще одного диплома «Урал», учрежденного свердловским радиоклубом за лучшие показатели в соревнованиях радиостанций-любителей Урала.

Сейчас магнитогорский радиоклуб имеет радиосвязь более чем с 60 странами мира. На днях к наградам, полученным радиолубителями Магнитки, прибавилась еще одна: болгарский радиоклуб прислал магнитогорцам диплом за успехи в соревнованиях коротковолновиков социалистических стран.

Л. БИНЕМАН.

Активность доменщиков

На строительстве ночного профилактория по-прежнему много дел. Это хорошо знают доменщики. Желая ускорить строительство, они дружно участвовали в субботнике, проведенном 14 мая.

На площадку строительства вышло 130 человек. Большинство

товарищей взялось за самую трудную работу — рытье траншей под трубы водопровода и канализации.

Особенно хорошо работала в этот день третья бригада. Славно потрудились тт. Рябцев, Козлов, Лежнев и многие другие.

Н. КУЗЬМИН.

Гипноз и его лечебные свойства

регулируется и направляется высшим отделом мозга — корой больших полушарий. Обладая высокой чувствительностью, кора чутко реагирует на все раздражения, поступающие к ней от внутренних органов и внешней среды. Причем, самые разнообразные внешние раздражения (звук, тепло, свет, холод и др.), воспринятые корой больших полушарий, могут через нее воздействовать на внутренние органы. И наоборот, изменения во внутренних органах могут влиять на деятельность коры. Могущественное воздействие на кору больших полушарий человека, а через нее и на весь организм оказывает слово.

Метод условных рефлексов помог внести полную ясность и в вопрос о гипнозе. Гипноз — это неполный, частичный сон, при котором основная масса нервных клеток коры головного мозга угнетена, заторможена. Поэтому-то за гипнотизированным и остается безучастным к большинству внешних раздражений, напоминая тем глубоко спящего. Но если у спящего заторможена вся масса больших полушарий, то у человека, находящегося в состоянии гипноза, остаются бодрствующими, «сторожевые» участки коры, которые избирательно реагируют лишь на определенные внешние воздействия, а именно — на голос гипнотизирующего.

Так, человека, страдающего хроническим алкоголизмом, загипнотизировав, помещают под экран рентгеновского аппарата. Гипнотизирующий внушает ему ощущение водки во рту и тошноту на ее специфический неприятный запах и вкус. И на экране рентгеновского аппарата видно, как желудок, не получив никакого пищевого раздражения, в ответ на одно лишь словесное воздействие, переданное ему корой головного мозга, начинает совершать характерные рвотные сокращения.

Гипноз можно вызвать воздействием многократно повторяющихся слабых и средних раздражителей — тепла, звука, прикосновения; однократным воздействием

раздражителей большой силы — яркой вспышкой света, резким звуком и т. п. Наиболее распространена гипнотизация человека словесным внушением представлений, связанных с засыпанием. Быстрейшему погружению в гипноз способствуют и некоторые наркотические вещества.

Материалистический взгляд на природу гипноза открыл пути для его изучения и научно обоснованного применения в лечебных целях. Гипнозом лечат многие заболевания. Как разновидность сна, гипноз благотворно действует на нервную систему. Поэтому врачи применяют его в качестве охранительной сонной терапии (гипноз — отдых, длительный гипнотический сон и т. д.).

Пристрастие к спиртным напиткам у некоторых людей превращается в болезненную потребность. А это разрушает их физические и духовные силы. Вовремя начатое и настойчиво проводимое лечебное внушение в гипнозе способно выработать у алкоголика отвращение к губительному спиртному и тем спасти его. Хорошо поддаются психотерапии и неврозы, возникающие в результате нервных потрясений, длительных переживаний и общего ослабления нервной системы. И здесь сеансы лечебного внушения в бодрственном и гипнотическом состоянии способны вернуть больному потерянную работоспособность.

К врачу, лечащему гипнозом, не предъявляется каких-либо особых требований в отношении его характера или внешности. Однако спокойствие и уверенность в своих действиях ему необходимы. Неумелое и неправильное проведение гипноза может вызвать нервное расстройство, особенно у тех, кто легко поддается внушению. Поэтому гипнозом в зрелищных целях запрещено заниматься лицам, мало знакомым с его физиологической сущностью. Применять гипноз у нас в стране разрешается только врачам.

Профессор В. РОЖНОВ,
доктор медицинских наук.

Редактор В. М. ШИБРЯ.