

# ЛЕНИНСКАЯ СМЕНА

18 декабря 1940 г. Среда

Орган Горьковского обкома и горкома ВЛКСМ

№ 164 (2803)

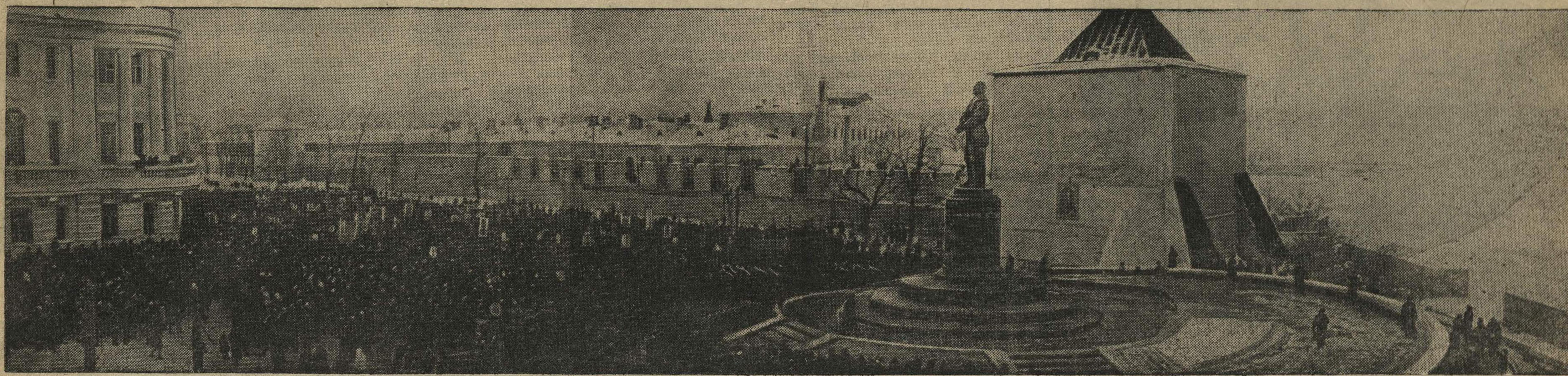


Фото П. Вознесенского.

## ЗА ИНТЕРЕСНЫЙ И РАЗУМНЫЙ ОТДЫХ В КАНИКУЛЫ

Приближаются школьные каникулы. После учебного полугодия ребята хотят отдохнуть весело, разумно, с большой пользой для себя. Надо решительно отказаться в этом году от установившегося трафарета — каждый день каникул до отказа «уплотнить» балалайками, танцами, всяческими увеселениями. В самом деле, разве хороший отдых школьника заключается в том, чтобы он с утра и до позднего часа предавался праздному и поэтому утомительному безделью, или участвовал в бесконечных, зачастую однообразных и вскоре надоедающих развлечениях?

ЦК ВЛКСМ в постановлении «О подготовке к проведению школьных зимних каникул в 1940—41 учебном году» предложил комсомольским организациям провести школьные каникулы таким образом, чтобы ребята могли отдохнуть по-настоящему — разнообразно и интересно.

Каждое каникулярное мероприятие должно быть направлено к тому, чтобы решалась наша главная задача — воспитывались у советских детей качества, необходимые для будущих граждан страны Советов — трудолюбие, выносливость, сила и отвага.

Надо предоставить ребятам возможность побольше быть на воздухе — кататься на коньках, совершая походы на лыжах; если школьник хочет собственно спортивную модель или просто поработать пилом и рубанком — следует удовлетворить и это вполне законное желание.

Зимний спорт детвора особенно любит. Какой школьник не нахваливает коньки или санки? Великое удовольствие для него стремительно скатиться по склону горы, разбежаться по ледяной глади катка. Построить снежную горку, залить каток можно и на школьном дворе. И сделать это надо силами самих ребят. Если не у всех имеются коньки или санки — не беда. Сделать простенькие санки, лыжи — это вполне по силам самим ребятам. Правильно поступили руководители школы № 27 Автозаводского района, предоставив учащимся возможность в школьной мастерской сделать своими руками то, что нужно каждому к зиме. Такие мастерские, трудовые уголки с набором простейшего, но необходимого инструмента, надо иметь в каждой школе. Родители учащихся могут оказать немалую помощь в щобре инструментов и материалов. «Зимним вооружением» должен располагать каждый школьник города и деревни. Сама же себе поделка этих вещей — санок, лыж, — представляет для ребят определенный интерес.

В городских парках каждую зиму специально приглашенные скульпторы и художники занимаются творчеством для детей — вводят из снега и льда скульптурные группы. Спрашивается, зачем же лишать этого удовольствия самих детей — сооружать из льда ледяного мороза, голову Черномора? Под руководством взрослых ребята смогут в городских парках, на школьном дворе делать не только скульптурные фигуры, но и построить «укрепления» — проложить окопы, траншеи. Сколько увлекательных игр можно будет провести на таком дворе!

В дни зимних каникул комсомолцы и пионеры школы № 8 Свердловского района готовятся совершили дальний лыжный поход.

## Памятник народному герою

Пятьдесят тысяч трудящихся города Горького пришли 15 декабря на Советскую площадь. Сегодня, в день второй годовщины трагической гибели великого летчика нашего времени Валерия Павловича Чкалова, лыжные походы намерены совершили и учащиеся других школ. В подобных лыжных переходах учащиеся старших классов приобретут необходимые навыки, физическую закалку.

Военно-физкультурной работе в дни каникул должно быть удалено особое внимание. Кружки транспортников, стрелков, связистов имеют возможность провести интересные соревнования, игры. Многие пионерские отряды города и области включились в военную игру «На штурм», которую проводят газета «Пионерская правда». Комсомольцы должны помочь пионерам провести эту увлекательную игру.

В час дня на трибуну поднимались руководители областных и городских организаций. Из Москвы приехали Герой Советского Союза генерал-майор авиации тов. А. В. Беляков, жена Валерия Павловича — Ольга Эразмовна, автор скульптуры памятника тов. И. А. Менделевича и другие.

Председатель исполкома городского Совета тов. Ефимов произносит краткую вступительную речь. Он говорит об огромной потере, которую понесла страна, потерявшая героя сокола, замечательного государственного деятеля и мужественного патриота нашей родины.

Выполняя волю трудающихся нашей страны и в соответствии с постановлением партии и правительства, мы сегодня, во вторую годовщину со дня гибели народного летчика Валерия Чкалова, открываем ему памятник на том месте, где он любил отдыхать и любоваться волжскими просторами.

В советском народе и во всем прогрессивном человечестве память о великом летчике Чкалове будет жить вечно. Никогда не померкнет слава его подвигов, никогда не потускнеет блеск его легендарного имени.

Торжественно звучит «Интернационал». Тов. Ефимов вместе с секретарем горкома партии тов. Кузиным подходит к постаменту памятника. Они снимают большое кумачевое полотнище, закрывавшее его. Все взоры обращены к величественному сооружению, на века запечатлевшему образ великого летчика.

Чкалов стоит, готовый к полету, он надевает меховую перчатку, и кажется, что сейчас взовется его самолет и снова, и снова пронесет ся в лесу и разбросать их в указанном порядке по полю — с успехом могут и пионеры. В зернохранилище, на ферме, на конюшне — везде с пользой для дела могут приложить руки ребята.

Сельским пионерам и школьникам следует укрепить свои связи с колхозом. Для ребят найдется много интересных дел. Сейчас на полях области проводится снегозадержание. Сделать определенное количество щитков, заготовить ветки в лесу и разбросать их в указанном порядке по полю — с успехом могут и пионеры. В зернохранилище, на ферме, на конюшне — везде с пользой для дела могут

оказать немалую помощь в щобре инструментов и материалов. «Зимним вооружением» должен располагать каждый школьник города и деревни. Сама же себе поделка этих вещей — санок, лыж, — представляет для ребят определенный интерес.

Для комиссий райкомов ВЛКСМ по работе среди школьной молодежи и пионеров в дни каникул предстоит особенно широкое поле деятельности. Членам комиссии необходимо знать, как ведется подготовка к каникулам в каждой школе, пионерской организации, чтобы во-время исправить ошибки, которые могут быть, дать дальнейший

Широкоплечий, сильный, простой — таким его знали земляки-горьковчане, таким он выступил на постаменте, и к нему обращены сейчас тысячи глаз. Скульптор Менделевич создал замечательное произведение искусства, правдивую и сильную скульптуру Чкалова.

Начинается митинг, посвященный открытию памятника.

Первое слово произносит секретарь областного и городского комитетов ВКП(б) тов. Родионов.

Товарищи! Два года тому назад трагически погиб большевик, летчик Валерий Чкалов. Его смерть — тяжелая утрата для доблестной Рабоче-Крестьянской Красной Армии и всей нашей страны.

Валерий Павлович Чкалов — народный герой, стalinский сокол непобедимой советской авиации.

Народы Советского Союза и все прогрессивное человечество в своих сердцах свято хранят память о великом летчике нашего времени.

Героическими перелетами по стalinским маршрутам Чкалов и его боевые товарищи Байдуков и Беляков покрыли неувядаемой славой наиму прекрасную Родину, совет-



Памятник В. П. Чкалову  
работы скульптора И. А.  
Менделевича.

Внимательно слушают собравшиеся речь Героя Советского Союза, генерал-майора авиации тов. Белякова.

Область и город, носящие имя великого пролетарского писателя Алексея Максимовича Горького, по праву гордятся и другим своим земляком — Чкаловым.

Гордый и Чкалов — могучие волги, замечательные самородки земли русской. Оба они вошли в историю — один, как корифей русской литературы, другой, как великий летчик нашего времени.

Чкалов был простым и сердечным человеком, родным и близким для всех трудающихся. Каждый из нас стремится быть во всех делах похожим на Валерия Павловича.

Его любил народ за славные победы.

За сердце, полное огня, веселья, сил.

За то, что Сталину он был безмерно предан.

И беззаветно родину любил.

Тов. Беляков говорит о том, что имя Чкалова будет вечно жить в сердцах советских летчиков. В каждом нашем истребителе, в каждом бомбардировщике, в каждом разведчике находится частица того огня и бесстрашия, которые проявлял Валерий Чкалов.

Пусть же память о нем на всегда остается в наших сердцах. Пусть возвышенный ему здесь памятник будет символом мужества и беззаветной преданности родине, передаваемых из поколения в поколение.

Валерия Чкалова вырастила партия большевиков. Вырастающие качества прекрасного сына великой страны социализма воспитан в нем товарищ Сталин. Так сохраним же павший образ воспитанника великого Сталина!

Слово предоставляется секретарю горкома ВЛКСМ т. Иконникову. Он говорит о том, что каждый комсомолец, каждый молодой человек страны стремится быть похожим на Чкалова. Комсомол гордится Чкаловым, воспитан в своей среде не один десяток комсомольцев, прославивших себя при защите социалистической родины от врагов.

И сегодня — говорит тов. Иконников — в день открытия памятника замечательному человеку, народному герою, мы от имени комсомольцев и молодежи Горьковской области и города Горького обещаем нашей партии воспитывать и расти молодежь такой, какими были Чкалов, воспитывать у каждого комсомольца, каждого молодого человека нашей родины чкаловскую любовь к родине, чкаловское мужество и преданность сталинскому Центральному Комитету и дородному товарищу Сталину.

Секретарь горкома партии тов. Кузин зачитывает приветственное письмо вождю народа товарищу Сталину. Оно приносится с огромным воодушевлением.

Митинг окончен. Но люди не расходятся. Весь день мимо памятника Валерию Павловичу Чкалову шли его земляки. Это была демонстрация народной любви к своему герою, воспитаннику товарища Сталина. Народ приносил клятву быть похожим на великого патриота страны социализма.

Предварительные данные о выборах в местные Советы депутатов трудающихся в западных областях Украинской и Белорусской ССР и Карело-Финской ССР

## ПОБЕДА БЛОКА КОММУНИСТОВ И БЕСПАРТИЙНЫХ

Предварительные данные о выборах в местные Советы депутатов трудающихся в западных областях Украинской и Белорусской ССР и Карело-Финской ССР

15 декабря 1940 года войдет в историю освобожденных народов западных областей Украинской и Белорусской ССР и Карело-Финской ССР, как день всенародного торжества. В этот день трудающиеся западных областей Украинской ССР — Волынской, Дрогобычской, Львовской, Ровенской, Станиславской и Тарнопольской, западных областей Белорусской ССР — Барановичской, Брестской, Вилейской и Минской, Карело-Финской ССР избрали депутатов в местные Советы депутатов трудающихся.

В западных областях Украинской ССР к 4-м часам дня 15 декабря проголосовало огромное большинство избирателей. К 12 часам ночи 15 декабря голосование закончилось.

По предварительным данным окружных избирательных комиссий, в голосовании приняло участие не менее 98 проц. от общего количества избирателей. По сообщениям окружных избирательных комиссий избрано: 458 депутатов в областные Советы, 7.179 депутатов — в районные Советы, 4.762 депутата — в городские Советы, 842 депутата — в районные Советы в городах, 1.697 депутатов — в поселковые Советы и 64.072 депутата — в сельские Советы.

По предварительным данным окружных избирательных комиссий избрано: 458 депутатов в областные Советы, 7.179 депутатов — в районные Советы, 4.762 депутата — в городские Советы, 842 депутата — в районные Советы в городах, 1.697 депутатов — в поселковые Советы и 64.072 депутата — в сельские Советы.

По предварительным данным окружных избирательных комиссий избрано: 458 депутатов в областные Советы, 7.179 депутатов — в районные Советы, 4.762 депутата — в городские Советы, 842 депутата — в районные Советы в городах, 1.697 депутатов — в поселковые Советы и 64.072 депутата — в сельские Советы.

По предварительным данным окружных избирательных комиссий избрано: 458 депутатов в областные Советы, 7.179 депутатов — в районные Советы, 4.762 депутата — в городские Советы, 842 депутата — в районные Советы в городах, 1.697 депутатов — в поселковые Советы и 64.072 депутата — в сельские Советы.

По предварительным данным окружных избирательных комиссий избрано: 458 депутатов в областные Советы, 7.179 депутатов — в районные Советы, 4.762 депутата — в городские Советы, 842 депутата — в районные Советы в городах, 1.697 депутатов — в поселковые Советы и 64.072 депутата — в сельские Советы.

По предварительным данным окружных избирательных комиссий избрано: 458 депутатов в областные Советы, 7.179 депутатов — в районные Советы, 4.762 депутата — в городские Советы, 842 депутата — в районные Советы в городах, 1.697 депутатов — в поселковые Советы и 64.072 депутата — в сельские Советы.

По предварительным данным окружных избирательных комиссий избрано: 458 депутатов в областные Советы, 7.179 депутатов — в районные Советы, 4.762 депутата — в городские Советы, 842 депутата — в районные Советы в городах, 1.697 депутатов — в поселковые Советы и 64.072 депутатата — в сельские Советы.

Все избранные депутаты в местные Советы западных областей Украинской и Белорусской ССР и Карело-Финской ССР являются капитанами блока коммунистов и беспартийных.

При выборах в местные Советы население показало высокую политическую активность и организованность.

## НАВСТРЕЧУ КОМСОМОЛЬСКОМУ ЛЫЖНОМУ КРОССУ



Комсомолки завода «Красное Сормово» — лаборантка Валя Рыкова и расчетчица Клавди Черкасова (слева) на лыжной тренировке. Фото П. Вознесенского.

## ПРОБА СИЛ

Пушкинский сад — излюбленное место многих лыжников г. Горького.

Особенно многолюдно было в саду 15 декабря. Около трехсот комсомольцев Свердловского и Куйбышевского районов пришли сюда на очередную тренировку к заочным лыжным соревнованиям.

Комсомолки швейной фабрики № 1 пришли со своим инструктором, комсомолки школы медсестер Бодриводства — во главе с секретарем комитета т. Виноградовой.

Все группы, однако, были немноголюдны. Из 22 комсомольцев школы медсестер на тренировку пришло семь человек, а из многочисленной организации швейной фабрики № 1 — всего 18 человек. У комсомолок школы медсестер лыжи оказались неисправными, без резинок. Крепления у многих были слабы, не по ноге.

Образцово провели день смотром комсомольцы педагогического института. Накануне инструкторы общественники по физкультуре т. Кириянов и Болденков подготовили пятикилометровую дистанцию, на которой в дни звочных комсомольских соревнований студенты будут состязаться в искусстве ходьбы на лыжах.

Около 50 студентов — преимущественно комсомольских активистов — вышли на дистанцию, чтобы «прикинуть» свои силы и проверить результаты предыдущих тренировок.

Каждый получил на грудь номер. Судейская коллегия спортивного общества «Учитель» через каждые 15 секунд давала старт очередному лыжнику. Женщины пошли на 3 километра, мужчины — на 5.

Один за другим возвращались к

финишу комсомольцы. Прекрасно финишировала Нюра Мазина. На лыжах она ходит уже года три, была участницей областных соревнований, занимается гимнастикой. Уже по тому, как она шла, можно было ожидать хорошего результата. И в самом деле, когда подвели итоги, оказалось, что 3 километра Нюра прошла за 16 мин. 53 секунды.

Кроме Нюры Мазиной в 22 минуты — нормативы комплекса ГТО первой ступени — уложились еще 19 девушек. Но 9 студенткам потребовалось на 3 километра больше 22-х минут. У некоторых из них оказалось отсутствие тренировки.

Проверка показала, что большинство готово хоть завтра выйти на соревнования, с успехом отстаивать честь комсомольской организации института.

Вслед за первой группой в эти дни на дистанцию выйдут проверить свои силы и другие комсомольцы института.

Смотр готовности к заочным лыжным соревнованиям 15 декабря состоялся во всех районах г. Горького. Комсомольцы Сормовского района совершили 15-километровый поход на лыжах, Сталинского района — тренировались на Мещерском озере и у Сортавальной станции, в Автозаводском районе на смотр вышло 1235 комсомольцев, в Канавинском — около 700, в Свердловском — свыше 600 и т. д.

Однако на смотр не вышло и 10 проц. от общего числа комсомольцев города. Это чисто мало! На лыжи должен встать каждый комсомолец. Только при этом условии мы можем добиться успеха в соревновании с карело-финскими комсомольцами.

К

Рис. Н. Головина.

Водил их через рвы и приучал к отню...

(Байрон).

Суворовская армия, побывавшая во многих самых жарких сражениях, с честью несла вперед свои победоносные знамена. Таких же сильных духом, крепких бойцов воспитывают и командиры нашей армии.

Важнейшим элементом военного воспитания является физическая закалка бойцов, привучение их к опасностям и трудностям. Храбрость и мужество есть качества воина, производные от моральных и физических его качеств. Если у бойцов развивается стойкость и выносливость, то соответственно укрепляется дух уверенности в отваге.

«Мы считаем необходимым тай проводить обучение», — пишет командир дивизии генерал-майор А. Власов, — чтобы боец испытывал полное физическое напряжение. Таким образом, учёба бойцы доволен, они видят, что их воспитывают сильными, ловкими, выносливыми. Таким они и будут.

Такие командиры, как генерал-майор тов. Власов, хорошие воспитатели войск. Они суровы и требовательны к подчиненным, так же, как и к себе. Их девиз: «Делай и поступай, как я!». И все их действия, все их поступки служат примером для подчиненных. Чувство воинского долга для них превышает все.

В самые трудные походы они отправляются вместе с бойцами, неустанные обучая их искусству преодолевать трудности. Настоящие большевистские командиры, они в современных условиях, когда военная техника далеко шагнула вперед, умело используют замечательное наследство великого русского полководца Суворова, не знавшего поражений только потому, что многое еще предстоит сделать.

Изменение форм и методов обучения войск в Красной Армии является важным событием в жизни всей нашей страны. Иначе и быть не может. Советский народ создал и верстали свою Красную Армию, для нее он воспитывает своих сыновей и он многое может сделать для того, чтобы наша молодежь полностью удовлетворяла требованиям Красной Армии. Для этого многое сделано, многое делается, но многое еще предстоит сделать.

Нарком обороны поставил перед частями Красной Армии задачу —

сделать эскадрильи, роты, батальоны,

иначе, минуты не теряя;

Наша художественная литература, наше киноиздание в долгу перед многомиллионным советским юношеством. Используя средства художественного воздействия, они могут помочь молодежи получить правильное представление о войне, о труде, требующем большой подготовки в деле. К сожалению, и в литературе, и на экранах еще мало таких произведений. Есть люди, которые приукрасят штык воина,

## \* \* \*

## Лыжный спорт не в почете

## \* \* \*

## Вовлечем в кросс большинство комсомольцев

Комсомольцы — железнодорожники г. Мурома комплектуют команды к лыжному комсомольскому кроссу им. XXIII годовщины РККА. Большую помощь они оказывают и подшефной школе.

Но таких организаций, которые готовятся к комсомольским заочным лыжным соревнованиям и к кроссу им. XXIII годовщины РККА, в Муроме очень мало. Лыжный спорт у многих комсомольцев не в почете.

В спортивных обществах Мурома имеется свыше тысячи пар лыж. Но находятся они в хаотическом состоянии.

На стапиконтратном заводе и на фабрике «Красный луч» значительная часть лыж испорчена. Лыжная база в городе не создана.

Горному комсомолу и его военно-физкультурной комиссии видимо не дорога спортивная часть муромских комсомольцев.

П. ЯМОДИН.

## ДЕЯТЕЛЬНО ГОТОВЯТСЯ К КРОССУ

Комсомольская организация при колхозе «Волдо-Ки» Пильненского района неплохо организовала оборонно-физкультурную работу. Подготовлено 25 значистов ПВХО и 17 значистов ГТО.

На днях молодежь колхоза устроила лыжную вылазку до реки Медята. Комсомольцы деятельно готовятся к кроссу, систематически проводят тренировки.

П. ГОРОДСКОВ.



Рис. Н. Головина.

Часть лучших лыжников уже имеет значки ГТО первой ступени. В походах мы убедились, что многих комсомольцев до лыжного кросса им. XXIII годовщины РККА можно в успехом подготовить к сдаче лыжных норм на значок ГТО второй ступени. И мы будем стремиться к этому. В ближайшее время наши лучшие лыжники проведут 35-километровый военизированный волчий поход.

У нас свыше 1200 комсомольцев. И мы ставим задачу привлечь к участию в кроссе большую часть членов организации.

## НА ПРИЗ ИМЕНИ ЧКАЛОВА

Отмечая память великого летчика, областной и городской комитеты по делам физической культуры и спорта проводят в Горьком традиционную лыжную эстафету на переходящий приз имени Чкалова.

Эстафета проходит среди мужчин, женщин, юношей и девушек 22 декабря на Шелковском хуторе.

Л. КИРЕЕВ.

Водил их через рвы и приучал к отню...

(Байрон).

Суворовская армия, побывавшая во многих самых жарких сражениях, с честью несла вперед свои победоносные знамена. Таких же сильных духом, крепких бойцов воспитывают и командиры нашей армии.

Важнейшим элементом военного воспитания является физическая закалка бойцов, привучение их к опасностям и трудностям. Храбрость и мужество есть качества воина, производные от моральных и физических его качеств. Если у бойцов развивается стойкость и выносливость, то соответственно укрепляется дух уверенности в отваге.

«Мы считаем необходимым тай проводить обучение», — пишет командир дивизии генерал-майор А. Власов, — чтобы боец испытывал полное физическое напряжение. Таким образом, учёба бойцы доволен, они видят, что их воспитывают сильными, ловкими, выносливыми. Таким они и будут.

Такие командиры, как генерал-майор тов. Власов, хорошие воспитатели войск. Они суровы и требовательны к подчиненным, так же, как и к себе. Их девиз: «Делай и поступай, как я!». И все их действия, все их поступки служат примером для подчиненных. Чувство воинского долга для них превышает все.

В самые трудные походы они отправляются вместе с бойцами, неустанные обучая их искусству преодолевать трудности. Настоящие большевистские командиры, они в современных условиях, когда военная техника далеко шагнула вперед, умело используют замечательное наследство великого русского полководца Суворова, не знавшего поражений только потому, что многое еще предстоит сделать.

Изменение форм и методов обучения войск в Красной Армии является важным событием в жизни всей нашей страны. Иначе и быть не может. Советский народ создал и верстали свою Красную Армию, для нее он воспитывает своих сыновей и он многое может сделать для того, чтобы наша молодежь полностью удовлетворяла требованиям Красной Армии. Для этого многое сделано, многое делается, но многое еще предстоит сделать.

Нарком обороны поставил перед частями Красной Армии задачу —

Сбережем любимой родине миллионы рублей

## ЗА ДЕЛО, ТОВАРИЩИ КОМСОМОЛЬЦЫ!

Предложение комсомольцев и командиров производства автозавода им. Молотова нашло деловой отклик во многих комсомольских организациях.

На Муромском паровозоремонтном заводе комсомольцы совместно с командирами производства обсуждают конкретные обязательства по экономии металла, электроэнергии, материалов. Молодежь завода поддерживает предложение автозаводцев о соревновании за экономию, против расточительства. Комитет ВЛКСМ завода «Новое Сормово» включается в проведение декадника проверки расходования металла и сбора металломола. На заводе им. Ленина подготавливается комсомольское собрание с вопросами о бережливости и борьбе с расточительством. С докладом на собрании выступит директор завода.

Сообщения о начале соревнований за экономию, против расточительства приходят из Балахны, Кулебак, Павловска.

Товарищи секретари комитетов комсомола, комсорги, группорги! Редакция ждет от вас писем о том, как вы подхватили почин сталинградцев и предложение автозаводцев о соревновании за экономию. Присыпайте ваши обязательства, взятые совместно с командирами производства. Ждем ваших сообщений!

— \* —

## Славные дела МОЛОДЫХ

### железнодорожников

Молодые железнодорожники включились в борьбу за экономию, против расточительства.

Комсомолец — машинист т. Гропьев за первую декаду декабря скончался 5082 кгр. топлива, комсомолец — машинист т. Збаровский — 3456 кгр., комсомолец — машинист т. Комар — 2124 кгр.

Комсомольцы вагонного депо станции Горький выступили в поход за экономию металла. На заседании комитета ВЛКСМ депо слово попросил т. Маркевич и заявил:

— Я включаюсь в сбор металломола, вызываю последовать моему примеру всех комсомольцев.

Группорги, присутствующие на заседании, принесли вызов и решили объявить декадник сбора металломола.

Комсомольцы взяли под свое наблюдение 13 пунктов осмотра поездов, чтобы привести залес в порядок рабочие места и оборудование.

Обсуждение починяется на заседании 13 пунктов осмотра поездов, чтобы привести залес в порядок рабочие места и оборудование.

И. ШАШИН,

инструктор политотдела 2 отделения Горьковской железной дороги.

Контролер ОТК завода «Красная Этна» комсомолка Е. Ключникова отлично справляется с порученной ей работой. Она тщательно проверяет детали, не допуская сдачи брака. На снимке: Е. Ключникова проверяет шурупы.

Фото П. Вознесенского.

## БОЛЬШИЕ ВОЗМОЖНОСТИ

Год назад комсомольцы Гогрэс (г. Балахна) проявили инициативу в экономии электрической энергии и тепла.

Можно рассказать о многих делах комсомольско-молодежных постов. В механическом цехе они добились успехов в ликвидации холостых ходов и неполной загрузки моторов. В теплоильном цехе стал более равномерно освещаться аварийный склад, а также значительно сократились потери торфа при доставке на бункера.

По неполным данным, проведенным мероприятиями экономили около 400 тыс. киловатт-часов электроэнергии. На ряде котлов ликвидированы пережоги топлива. От проведения в жизнь рационализаторских предложений получено 550 тысяч рублей экономии.

Но Гогрэс располагает еще большие возможности экономии энергии, топлива, материалов. На центральной отопительной станции из-за бесхозяйственности ежемесячно перерасходуются десятки тысяч киловатт-часов энергии. Вторая турбина, где работают машинистами комсомольцы тт. Доряни, Токарев, Шувалов, ежемесячно перерасходует топливо. В турбинном цехе из-за того, что окна сильно загрязнены, местами даже днем не включается свет.

Комсомольские организации цехов в ответ на предложение автозаводцев о соревновании против расточительства обсуждают вместе с командирами производства конкретные взаимообязательства по экономии энергии, металла, топлива.

И. ЗАЙЦЕВ,

зам. секретаря горкома ВЛКСМ.

Не ослаблять внимания  
и ремесленным училищам  
и школам ФЗО

## Окружить заботой мастеров

На исходе второй декады первого учебного года в ремесленном училище № 4.

Хорошо начали производственное обучение мастера, работавшие ранее в школе ФЗУ завода «Новое Сормово» — Н. С. Лебедев, Л. А. Дубовцев, И. А. Мансуров, А. Р. Денега, В. А. Прохорьев. Богатый опыт производственного обучения помогает им в этом.

Мастера И. А. Фрыгин, В. Н. Иванцов, пришедшие в училище из цехов завода, тоже хорошо ведут обучение.

Но некоторые мастера на первых порах проявляют растянутость: их рабочие участки оказались недоступными для нормальной учебы. Ознакомление с оборудованием мастерской и занятие по технике безопасности они проводят сухо. Неудивительно, что у таких мастеров учащиеся не проявляют к учебе большого интереса.

Первые же дни производственного обучения диктуют необходимость оказать новым мастерам большую помощь. Дирекция училища следовало бы систематически проводить с ними инструктажи и занятия по методике обучения. В свою очередь мастерам очень важно продумывать и планировать свой рабочий день и более подготовленными приступать к учебным занятиям.

**Н. А. ПАНФИЛОВ,**  
мастер ремесленного училища  
№ 4.

## «Нет у меня места для учеников...»

Директор ремесленного училища № 14 г. Выксы т. Тагунов уже несколько дней ведет переговоры с начальником чугунолитейного цеха металлического завода т. Заниным. Он убедительно просит отвести место для производственной практики юнгейщикам-фрезеровщикам.

По начальнику цеха т. Занин неумолимо отвечает:

— Нет у меня места для ваших учеников и все.

Директор доказывал, убеждал — не помогло. Решил уведомить дирекцию завода.

— Разберемся, — пообещал главный инженер завода т. Цыганков. Ремесленному училищу № 14 в дни подготовки к началу учебного года уделяли немало внимания горком ВЛКСМ, и заводоуправление. Чувствовалась забота о ремесленном училище.

Сейчас этого нет. Не только заводоуправление, но и горком комсомола, повидимому, считает, что его миссия окончена. Как протекает учеба, чем занимаются ученики в часы досуга, каковы их настроения — все эти вопросы сейчас не волнуют городской комитет ВЛКСМ.

**С. ИВАНОВ.**

## Первый концерт декады советской музыки

14 декабря в дворце культуры им. Ленина состоялся первый концерт декады советской музыки и эстрады.

В концерте, организованном Домом народного творчества, дворцом культуры им. Ленина и Центральным клубом автозавода им. Молотова, принимали участие коллективы художественной самодеятельности.

С успехом выступил юношеский хор и оркестр в составе 100 человек под руководством тов. Малышева. Были исполнены «Гимн партии большевиков» Александрова, «В бой за родину» Компаниек, вступление к седьмой картине оперы Дзержинского «Поднятая целина».

В концерте также приняли участие домовый оркестр под управлением Рязанова, ансамбль народного танца, руководимый тов. Фроловым, эстрадный коллектив Дворца культуры, солисты — танцовщицы, певицы, чтецы. Вел программу артист Горьковской филармонии тов. А. Н. Любанский.

— \*

## Лекция о Бетховене

На днях для студентов университета была прочитана т. Гешкесом лекция о жизни и творчестве Бетховена. Перед слушателями встал образ человека большой души, великого музыканта, выражавшего народных чувств.

Лекция была заключена концертом из произведений Бетховена.

**А. ЧЕРНЕВ.**



С начала учебного года в Комаровской средней школе Богородского района занимается кружок юннатов. На снимке: ученица 6 класса Валентина Мухина, демонстрирующая в юннатской комнате, кормит рыбок.

Фото Г. Иванова.

## В дни школьных каникул

♦ Высокая, сохранившая еще захвата леса, она снова вспыхнет праздничными огнями в залах дворцов культуры, школ, детдомов. Стало традицией открывать школьные каникулы праздничной елкой. В дворце культуры им. Ленина будет устроена елка для отличников учебы города Горького. Несколько днями позднее — на стадионе «Динамо» будет проведен общий городской карнавал у елки для учащихся старших классов.

В дворце культуры им. Ленина состоится традиционный общегородской вечер — встреча учащихся десятиклассников с профессорами институтов города.

Сейчас многие школьники проводят тренировки на лыжах. Они готовятся совершившие в камни дальние лыжные переходы.

Тут же выяснилось, что цель ограничивается только ремонтом. Хорошо бы сделать и тумбочки под цветы, рамки для портретов, полочки для полотенца.

— А что, если нам устроить все и потом следить, чтобы до самого лета класс был в полном порядке? — вдруг предложила Лена.

Эта мысль всем очень понравилась. Так и решили.

На другой же день Сережа с Володей, Женей и Юрий притащили

# ХОЗЯЕВА СВОЕГО КЛАССА

## Следуйте нашему примеру

За последние дни к нам в седьмой «В» приходит много ребят из других классов. Они внимательно осматривают все вещи, которые мы сделали. Им очень нравится, что у нас так уютно.

Приятно, конечно, что наш труд оценят товарищами. Но гораздо больше нас радует то, что все семиклассники школы подхватили наше наименование и приходят в порядок своих классов.

Почему в некоторых школах до сих пор считается обыкновенным явлением, если в классе сломана парты, слетела с петель форточка, разбито окно или нет ручки у двери? Разве ученики не сумели бы все это починить сами?

Каждый из нас что-нибудь да умеет делать.

Почему красиво и уютно должно быть только дома? Ведь в школе мы проводим почти половину дня. В классе должно быть так же хорошо, как и дома, — решили мы, и принялись за дело. В течение 15 дней ежедневно после уроков проводили мы в школе по два часа. Каждый делал то, что умел. И сейчас наш класс не узнаешь. Около доски на полочке у нас висит чистое полотенце. Между рядами парт на тумбочках стоят цветы. В углу на круглом столике — графин с водой. Девочки расшили салфеточки.

Серьезное внимание обращаем мы на поддержание образцовой чистоты в классе. Ежедневно после уроков несколько человек из нас остаются в классе, чтобы приготовить его к следующему учебному дню. Они притирают парты, подоконники, поливают цветы, моют доску, пригласают мел. После этого класс сдается техническому работнику школы.

На днях Боря Желдин и Женя Багунин набросали на пол бумаги. Дежурный попросил их подобрать мусор, и они подчинились его требованию. А несколько месяцев тому назад на подобную просьбу они отвечали грубо. Почему же они не делают этого сейчас? Только потому, что знают — за спиной дежурного стоят еще 30 человек, и они сумеют заставить уважать свои требования.

Только теперь мы поняли, что значит сила коллектива.

**С. САФРОНОВ — классный организатор, Е. ТИЛУНАС — председатель совета отряда, С. ШАБО — вожатая I звена, Н. МУДРОВА — вожатая II звена, Т. ЩЕТИНИНА, Р. ВЕРНИКОВА, К. ГРОССМАН, В. ПЕТРОВ, В. ЗОРОВ и др.**

в пионерскую комнату разные инструменты, сместили самодельный верстак и принялись за работу. Выстроили планки для географических карт. Володя Петров занялся ремонтом циркулей. Володя Зоров начал делать рамку, Сережа Сафонов старательно вычерчивал на досках детали для круглого столика. Товарищи сначала скептически посмеивались над его

затеей: «Не сделается, ведь». Но Сережа упорно продолжал начатое. Глядя на него, взялись за дело и «скептики»: их давно ждали чертежи цветочных тумбочек. От ребят не отставали и девочки. Нина Разумова, Сима Шабо, Ревва Шаландина и Клава Гроссман начали вышивать салфеточки.

Срочно созвали классное собрание. Слово взяла Лена.

— Ребята, — сказала она, — в первую четверть в нашем классе было 8 отстающих. Мы пообщались к концу полугодия подтянуть их. Свою

силу мы должны сдержать. Я бы не стала об этом говорить, если бы бригада «столяров» вчера чуть не забыла выучить уроки.

— Но ведь мы же

сказали, что больше это не повторится, — крикнул Володя Петров.

— А все-таки давайте договоримся, — поддержал Лену Сережа Сафонов, — два часа в день отведем на работу по благоустройству класса, а остальное время — на уроки и отдых.

Прошло несколько недель. Учильщики ребята не плохо. Преподаватели глазами своим не верили, когда Володя Зоров, юный «штурмовик» географии, четыре раза ответил урок на «отлично».

Работа подходила к концу. Накануне выходного дня в школе собралась вся отряд.

Девочки, несмотря на сопротивление изначки, принесли с кухни в ведрах теплой воды. Протерли парты и окна, вымыли с мылом окрашенные масляной краской стены и пол. Володя Зоров, повесив на самом видном месте портрет В. П. Чкалова в новой рамке, которую он сделал собственными руками, занялся ремонтом дверного замка. Оля Ефимова и Лиза Земская постлали между рядами парт дорожки. Нина Разумова и Тамара Дмитриева установили тумбочки и поставили на них цветы. Класс стал неузнаваем.

— Знаете, девочки, — сказала Оля Ефимова, — мне сегодня уходить, просто, из школы не хочется: так хорошо у нас. Давайте посидим немножко.

Только они устроились в кружок, в класс торжественно вошел Сережа. Пройдя к учительскому столу, он бережно развернул какой-то сверток. Перед ребятами стоял самый настоящий письменный прибор. Чего тут только не было, и избушка на куриных ножках с петухом из конька, и белый зайчик, как будто застывший на скаку, и зеленая елочка. А посередине возвышалась настоящий бревенчатый колодезный сруб с журавлем, в котором стояла чернильница.

— Это это сделал? Откуда ты притащил его?

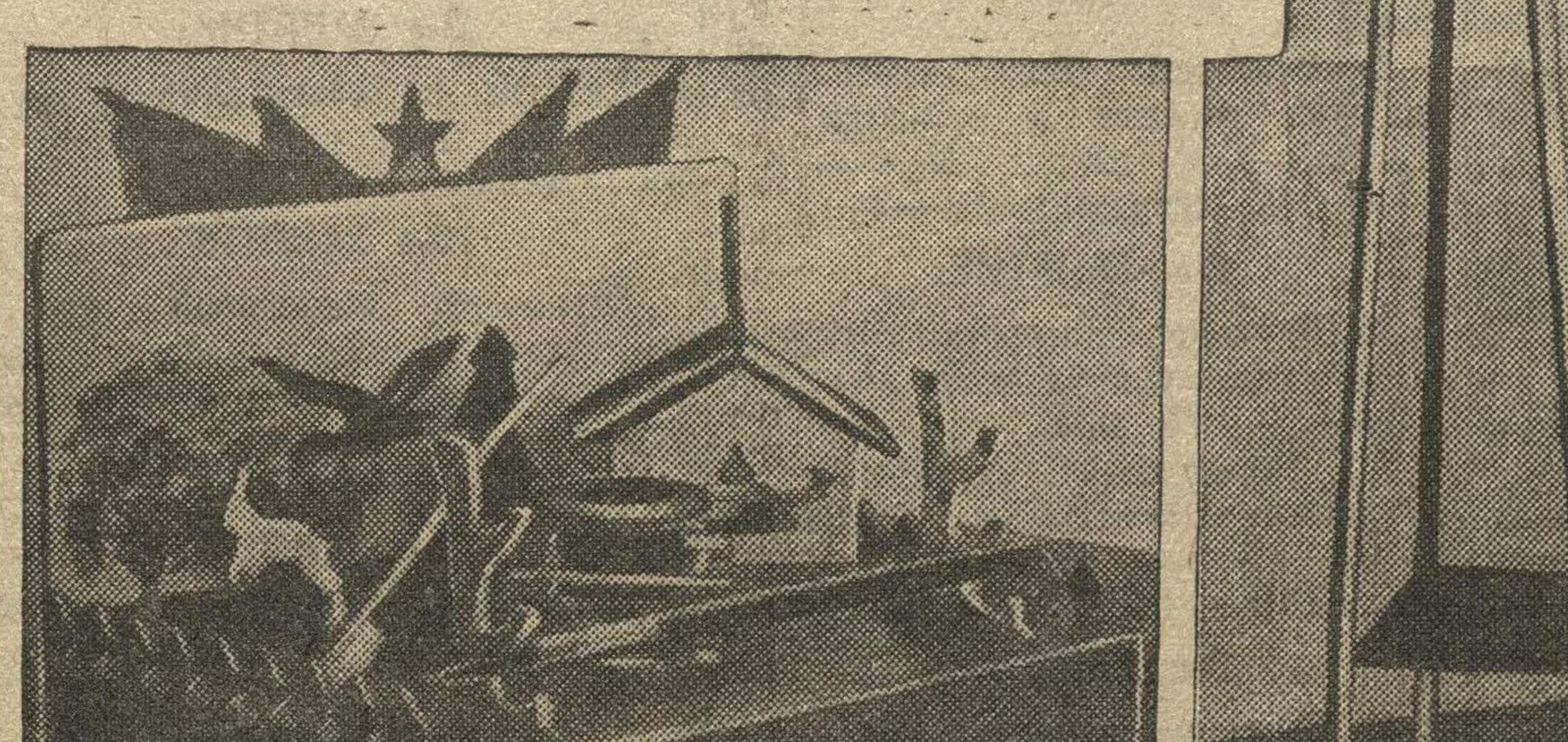
— Это мой подарок классу, поставил на учительский стол, — ответил Сережа. — А сделал, честное пионерское, сам.

— А мы и не знали, что ты у нас мастер на все руки, — шутливо заметила Клава Гроссман.

— Да ведь и я не предполагал, что ты вышивалщица.

...В этот день, вечером, специальная комиссия в составе рабочего-орденоносца завода «Красное Сормово» т. Ершова, директора школы Левиной и старшей пионервожатой школы Цили Сигал оценила работу ребят на «отлично».

**В. ЛУКОВНИКОВА.**



Все это сделано учениками 7 кл. «В» школы № 102 Ленинского района. Циркуль, транспортир, полочка, цветочная тумбочка, зумова и Лена Тилунас. Письменный прибор — подарок учителям — Сережи Сафонова.

## „НА ШТУРМ“

### Военная игра пионеров и школьников

В январе 1941 года начнутся Всесоюзные военно-физкультурные соревнования пионеров и школьников.

♦ В каждом районе гор. Горького проводится вечер «Чудеса химии».

♦ В школе № 29 Йошкар-Олинского района построят на дворе горку и заложат каток. Такие горки и небольшие катки будут на площадках и других школ.

♦ Учащиеся старших классов школы № 29 Йошкар-Олы проводят в кружке химии.

♦ В ряде школ к началу каникул будут открыты специальные мастерские, где ребята смогут сделать себе санки, кружевы — различные модели. Такие мастерские будут в школе № 27 Автозаводского района, № 42 Куйбышевского района, № 8 Свердловского района и др.

В каникулы учащиеся этих школ проведут также ремонт школьного инвентаря и мебели.

♦ Учащиеся старших классов школы № 29 Йошкар-Олы построят на дворе горку и заложат каток. Такие горки и небольшие катки будут на площадках и других школ.

♦ Учащиеся старших классов школы № 29 Йошкар-Олы построят на дворе горку и заложат каток. Такие горки и небольшие катки будут на площадках и других школ.

♦ Учащиеся старших классов школы № 29 Йошкар-Олы построят на дворе горку и заложат каток. Такие горки и небольшие катки будут на площадках и других школ.

♦ Учащиеся старших классов школы № 29 Йошкар-Олы построят на дворе горку и заложат каток. Такие горки и небольшие катки будут на площадках и других школ.

♦ Учащиеся старших классов школы № 29 Йошкар-Олы построят на дворе горку и заложат каток. Такие горки и небольшие катки будут на площадках и других школ.

♦ Учащиеся старших классов школы № 29 Йошкар-Олы построят на дворе горку и заложат каток. Такие горки и небольшие катки будут на площадках и других школ.

♦ Учащиеся старших классов школы № 29 Йошкар-Олы построят на дворе горку и заложат каток. Такие горки и небольшие катки будут на площадках и других школ.

♦ Учащиеся старших классов школы № 29 Йошкар-Олы построят на дворе горку и заложат каток. Такие горки и небольшие катки будут на площадках и других школ.

♦ Учащиеся старших классов школы № 29 Йошкар-Олы построят на дворе горку и заложат каток. Такие горки и небольшие катки будут на площадках и других школ.

♦ Учащиеся старших классов школы № 29 Йошкар-Олы построят на дворе горку и заложат каток. Такие горки и небольшие катки будут на площадках и других школ.

♦ Учащиеся старших классов школы № 29 Йошкар-Олы построят на дворе горку и заложат каток. Такие горки и небольшие катки будут на площадках и других школ.

♦ Учащиеся старших классов школы № 29 Йошкар-Олы построят на дворе горку и заложат каток. Такие горки и небольшие катки будут на площадках и других школ.

♦ Учащиеся старших классов школы № 29 Йошка



## ПРОГРАММА

тренировочного минимума по подготовке  
к лыжному комсомольскому кроссу (соревнованию)  
имени ХХIII годовщины Красной Армии

Учебно-тренировочная работа проходит по командам (5 человек), которые могут соревноваться в учебные группы до 5—6 команд.

Тренировочные занятия проводятся под руководством командиров команд.

Перед каждой тренировкой командир объясняет цель и задачи данного урока. По окончании тренировки командир производит разбор.

Командир команды ведет дневник посещаемости и учет прохождения тренировочного минимума.

Вся тренировочная работа организуется на основе социалистического соревнования между комсомольцами внутри команды и между командами всей первичной комсомольской организации.

## ПОДГОТОВКА НА ДИСТАНЦИИ БГТО

(Юноши—5 км., девушки—3 км.)

## 1-е ЗАНЯТИЕ:

1. Быстрая ходьба для разогревания. Выполнение строевых команд: «становись», «равнишься», «смирно», «вольно», «скрепить лыжи», «разобрать лыжи», «лыжи на плечо», «лыжи под руку», «на лыжи становись»—5—10 мин.

2. Быстрая ходьба с лыжами на плечо к месту занятий — 3—5 мин.

3. Обучение ходьбе на лыжах попеременным способом:

а) без палок: ступающая ходьба на месте, ступающая ходьба по целине, ступающая ходьба по проложенной лыжне, поворот передвиганием на месте, скользящий шаг без палок;

б) с палками: скользящий шаг с волочением палок, скользящий шаг с попеременным отталкиванием палками—30—40 мин.

4. Катание с горы и изучение основной стойки при спуске с горы—5—10 мин.

4. Пройти на лыжах 1—2 километра.

## 2-е ЗАНЯТИЕ:

1. Организация группы с выполнением команды «становись», «равнишься», «смирно», «вольно», «скрепить лыжи», «лыжи на плечо»—5—10 мин.

2. Быстрая ходьба с лыжами на плечо—3—5 мин.

3. а) Упражнения: в скользящем шаге без палок, в скользящем шаге с волочением палок, в скользящем шаге с попеременными толчками палок (попеременным ходом);

б) катание с горы и тренировка в применении различных положений основной стойки—30—40 мин.

4. Прогулочная тренировка: юноши—2—3 км., девушки 1—2 км.

## 3-е ЗАНЯТИЕ:

1. Построение с выполнением команды: «на лыжи становись», «равнишься», «смирно», «шагом марш»—3—5 мин.

2. Движение на лыжах в колонне по одному (для разогревания) с выполнением команды: «правое (левое) плечо вперед марш»—3—5 мин.

3. а) Упражнение в попеременном ходе и в скользящем шаге без палок;

б) изучение изменения положения основной стойки в зависимости от рельефа горы;

в) торможение «плугом» и подъем горы попеременным ходом—20—30 мин.

4. Тренировка с применением изученных навыков—юноши 5—6 км., девушки—3—4 км.

## 4-е ЗАНЯТИЕ:

1. Практика в смазке лыж—20 минут.

2. Переменная тренировка: юноши—4—5 км., девушки—2—3 км., и 12-е занятия.

## ПОДГОТОВКА НА ДИСТАНЦИИ ГТО I СТУПЕНИ

(Мужчины—10 км., женщины—3 км.)

## 1-е ЗАНЯТИЕ:

1. Строевая подготовка—выполнение команд: «становись», «равнишься», «смирно», «вольно», «скрепить лыжи», «лыжи на плечо», «лыжи к ноге», «лыжи под руку», «на лыжи становись», «стой с лыжами»—15—20 мин.

2. Быстрая ходьба с лыжами на плечо или «под руку»—5—10 мин.

3. а) Обучение ходьбе на лыжах без палок; ступающий шаг на месте; ступающий шаг по целине; ступающий шаг по лыжне; поворот передвиганием на месте; скользящий шаг по лыжне;

б) тоже с палками: скользящий шаг с волочением палок; скользящий шаг с отталкиванием; попеременный ход;

в) спуск с горы в основной стойке—изучение основной стойки—30—40 мин.

4. Тренировка: мужчины—2—3 км., женщины—1—2 км.

## 2-е ЗАНЯТИЕ:

1. Тренировка строевых положений: «становись», «равнишься», «смирно», «вольно», «скрепить лыжи», «лыжи на плечо», «лыжи к ноге», «лыжи под руку», «на лыжи становись», «стой с лыжами»—15—20 мин.

2. Быстрая ходьба с лыжами на плечо—5—10 мин.

3. а) Совершенствование в попеременном ходе: скользящий шаг без палок, скользящий шаг с палками—30—40 мин.;

б) тренировка основной стойки.



4. Прогулка: мужчины—5—7 км., женщины—2—3 км.

## 3-е ЗАНЯТИЕ:

1. Выполнение команд: «в колонну по одному (по два) строятся» во время ходьбы на лыжах—5—10 мин.

2. а) Упражнение в попеременном ходе;

б) изучение подъема в гору по-переменным ходом «прямо», «наискось» (по диагонали) и «зигзагами»;

в) тренировка спуска с горы в основной стойке—30—40 мин.

3. Переменная тренировка: мужчины—5—7 км., женщины—1—2 км., на каждый километр 200 метров быстро.

## 4-е ЗАНЯТИЕ:

1. Практика в смазке лыж—20 мин.

2. Выполнение команд (стоя на лыжах): «направо», «налево», «в две (в одну) шеренги стройся», движение отделениями «змейкой»—10—15 мин.

3. а) Совершенствование попеременного хода и основной стойки при спуске с горы;

б) подъем в гору «полуелочкой», «елочкой» и «лесенкой»—25—30 мин.

4. Тренировка: мужчины—10—12 км., женщины—3—4 км.

## 5-е ЗАНЯТИЕ:

1. Проверка строевой подготовки по выполнению команд: «на лыжи становись», «равнишься», «смирно», «вольно», «в колонну по одному шагом марш», «правое (левое) плечо вперед марш»—15—20 мин.

2. Скоростная тренировка (итти возможно быстрее, но технически правильно): юноши—4 км., на каждый километр 100 метров быстро.

## 6-е ЗАНЯТИЕ:

1. Проверка строевой подготовки по выполнению команд: «на лыжи становись», «равнишься», «смирно», «вольно», «в колонну по одному шагом марш», «правое (левое) плечо вперед марш»—15—20 мин.

2. Переменная тренировка: юноши—4 км., на каждый километр 200 метров быстро.

## 7-е ЗАНЯТИЕ:

1. Проверка строевой подготовки по выполнению команд: «становись», «равнишься», «смирно», «вольно», «в колонну по одному шагом марш», «правое (левое) плечо вперед марш»—15—20 мин.

2. Изучение: а) торможения «плугом»;

3. Скоростная тренировка (итти возможно быстрее, сохранив правильность движений): мужчины—3—4 км., женщины—1—2 км.

## 8-е ЗАНЯТИЕ:

1. Построение и выход на занятия—3—5 мин.

2. Переменная тренировка: мужчины—8 км., женщины—3 км., на каждом километре 500 метров быстро.

## 9-е ЗАНЯТИЕ:

Сдача норм ГТО I ступени. Для дополнительной тренировки перед кроссом можно повторить 7, 8, 9-е занятия.

## ПОДГОТОВКА НА ДИСТАНЦИИ ГТО II СТУПЕНИ

(Мужчины—20 км., женщины—5 км.)

## 1-е ЗАНЯТИЕ:

1. Тренировка строевых положений «становись», «равнишься», «смирно», «вольно», «лыжи скрепить», «лыжи на плечо», лыжи к ноге», «на лыжи становись», «шагом марш», «правое (левое) плечо вперед марш»—5—10 мин.

2. Переменная тренировка: мужчины—6 км., девушки—4 км., на каждый километр 300 метров быстро.

## 5-6-е ЗАНЯТИЯ:

Переходы по пересеченной местности: мужчины—20—25 км., женщины—7—8 км.

## 7-е ЗАНЯТИЕ:

Скоростная тренировка: мужчины—6—8 км., женщины—2—3 км.

## 8-е ЗАНЯТИЕ:

1. Изучение приемов метания гранаты стоя, лежа, с колена.

2. Переменная тренировка — мужчины—12—15 км., женщины—4—5 км., на каждом километре 200—300 м. быстро.

## 9-е ЗАНЯТИЕ:

Участие в соревнованиях: мужчины на дистанцию не более 10 км., женщины—3 км.

## 10-е ЗАНЯТИЕ:

Групповой командный переход по заданному маршруту с применением карты и компаса: мужчины—30—35 км., женщины—10—15 км.

## 11-е ЗАНЯТИЕ:

Скоростная тренировка: мужчины—7—8 км., женщины—4—5 км.

## 12-е ЗАНЯТИЕ:

Переменная тренировка: мужчины—10—12 км., при общей длительности 5—6 км., женщины—5—6 км., при общей длительности 3—4 км.

Для дополнительной тренировки можно повторить 10, 11, 12-е занятия.

## 13-е ЗАНЯТИЕ:

Помимо этих программ-минимум, для лучшего усвоения техники рекомендуются дополнительные прогулки на лыжах.

Тренировки на лыжах дополняются самостоятельной физической подготовкой, ежедневной утренней гимнастикой и быстрой ходьбой пешком.

В случае отсутствия снега тренировки на лыжах заменяются быстрой пешей ходьбой на те же дистанции.

В случае, если промежуточные соревнования будут назначены на сроки, не совпадающие с указанными программами, нужно соответствующим образом переставить в программе порядок занятий, сохранив общее построение программы.

На занятиях проводить краткие беседы, разъясняющие: а) положение о кроссе; б) правила подгонки инвентаря; в) уход за лыжами; г) правила гигиены лыжника.

## 4-е ЗАНЯТИЕ:

1. Изучение положений для стрельбы стоя и с колена и выполнение команд «ложись», «встань».

2. Упражнение в перебежке на лыжах—10—15 мин.

3. Переменная тренировка: мужчины—7—8 км., женщины—3—4 км., на каждом километре 300—400 метров быстро.

## 5-6-е ЗАНЯТИЯ:

Сдача норм ГТО I ступени. Для дополнительной тренировки перед кроссом можно повторить 7, 8, 9-е занятия.

## ПОДГОТОВКА НА ДИСТАНЦИИ ГТО I СТУПЕНИ

(Мужчины—10 км., женщины—3 км.)

## 1-е ЗАНЯТИЕ:

1. Строевая подготовка—выполнение команд: «становись», «равнишься», «смирно», «вольно», «скрепить лыжи», «лыжи на плечо», «лыжи к ноге», «лыжи под руку», «на лыжи становись», «стой с лыжами»—15—20 мин.

2. Выполнение команд: «шагом марш», «стой», «правое (левое) плечо вперед»—во время ходьбы на лыжах—5—10 мин.

3. а) Совершенствование в попеременном ходе: скользящий шаг без палок, скользящий шаг с палками—30—40 мин.

4. Тренировка: мужчины—9—12 км., девушки—7—8 км.

## 9-е ЗАНЯТИЕ:

Скоростная тренировка (итти возможно быстрее, сохранив правильность движений): юноши—4 км., девушки—2 км.