



Ленинский ПРОСВЕТИТЕЛЬ



ГАЗЕТА ВНУТРИГОРОДСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГАГАРИНСКОЕ В ГОРОДЕ МОСКВЕ

Тема номера:

Осень

Новости

В ЗАГСЕ

В августе в Гагаринском отделе ЗАГС было зарегистрировано 198 детей. За тот же период работники ЗАГС зарегистрировали 268 браков и 74 развода.

НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС

8 августа по адресу: Ленинский проспект, д. 41, прошел турнир по настольному теннису, посвященный Дню физкультурника, на приз ВМО Гагаринское в городе Москве.

Результаты турнира:

Дети:

- I место – Шиванов Сергей;
- II место – Амирбеков Заир;
- III место – Карпов Дмитрий.

Мужчины:

- I место – Симоновский Семен;
- II место – Бовтик Андрей;
- III место – Антонов Роман.

Женщины:

- I место – Алексеева Вера;
- II место – Фролова Раиса;
- III место – Лукина Мария.

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

В августе в Амстердаме завершилась международная математическая олимпиада ММО-2011.

Ученица лицея «Вторая школа» Ольга Бузова привезла домой СЕРЕБРЯНУЮ МЕДАЛЬ!

Поздравляем Олю и ее учителей!

ПРИГЛАШАЕМ

4 сентября с 11:30 на территории МГДД(ю)Т будет проходить детский праздник «Москва – открытый город детства», посвященный Дню города. Жители столицы смогут участвовать в конкурсах, викторинах, спортивных состязаниях и найти себе дело по душе.

С 11:30 на площади парадов Дворца будет звучать музыкальное поздравление духовых оркестров на тему песен о Москве, состоится праздничное шествие первоклассников, организованное общероссийским фондом «Офицеры России». В 12:00 состоится торжественное открытие праздника с участием ансамбля песни и танца им. В. Локтева МГДД(ю)Т и детских творческих коллективов г. Москвы. С показательным номером выступит клуб «Юный десантник» Дворца.

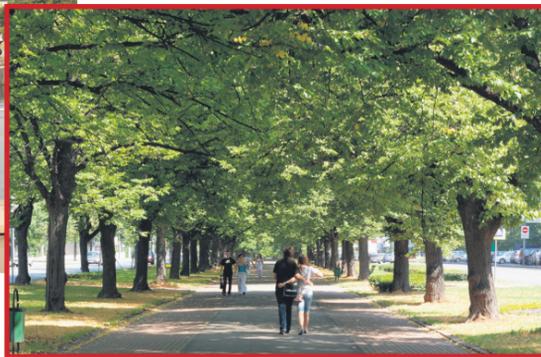
А затем начнут работать тематические площадки праздника.

Дорогие друзья!
Поздравляем вас с наступающими праздниками – **Днем города и Днем знаний!**

Конечно же, в первую очередь хочется поздравить первоклассников. 1 сентября они делают первый шаг во взрослую жизнь. Теперь каждый день будет приносить им замечательные открытия в увлекательном путешествии по стране знаний.

И конечно, с началом нового учебного года поздравляем педагогов и всех работников сферы образования. Желаем им стремиться к очередным высотам в своей профессиональной деятельности, успехов в этой нелегкой, но столь важной работе, научных и творческих побед!

В этом году мы празднуем День города 3 и 4 сентября. Год от года столица меняется, хорошеет, становится



красивей и уютней. Наш город меняется вместе с нами – благоустраиваются улицы и дворы, появляются красивые здания. Дорогие жители муниципального образования! Примите слова благодарности за ваш труд, душевную щедрость, за искреннюю любовь к родному городу. В день рождения Москвы от всей души желаем вам счастья, здоровья, мира, процветания, благополучия и всего самого лучшего!

Ежегодно в первые выходные сентября Москва отмечает День города.

Традиции отмечать День города в Москве как таковой долгое время не существовало.

Правда, из истории известно, что 1 января 1847 г. Москва отпраздновала свой первый юбилей – 700-летие. Митрополит Московский Филарет в Чудовом монастыре в Кремле огласил молитву во славу Москвы, по окончании службы звонили колокола Ивана Великого. Проходили молебны и в других московских церквях. Вечером весь центр Москвы был иллюминирован. Огни украшали Кремль со стороны Красной площади, памятник Минину и Пожарскому, дом генерал-губернатора на Тверской, Московский университет, Новодевичий

Москва!
Как много в этом звуке...



Интервью с депутатом муниципального Собрания ВМО Гагаринское **Абалкиной Ириной Леонидовной**

3 стр

2 стр

Орден «За заслуги перед Отечеством»



Клуб имени Джерри Рубина

... Он был самым первым в Москве и появился раньше рок-клубов «Секстона», «Бункера» и даже раньше рок-кафе «Отрадное»...

5 стр



Приглашаем жителей ВМО Гагаринское

на праздничные мероприятия, посвященные Дню города!

8 стр

БОРОДИНСКОЕ СРАЖЕНИЕ



М.И. Кутузов на командном пункте в день Бородинского сражения. Худ. А. Шепелюк. 1951 год

К началу сражения в русской армии было 120 тысяч человек и 640 орудий. Французская армия насчитывала 130-135 тысяч человек и 587 орудий.

Штаб Кутузова размещался в деревне Татариново, а сам Главнокомандующий – в деревне Горки. На правом крыле и в центре М.И. Кутузов сосредоточил 4 пехотных корпуса из семи, 3 кавалерийских корпуса и казачий корпус Платова.

Наполеон предполагал нанести фронтальный удар по русским пози-

циям основной частью своих войск (86 тыс. чел.) с целью прорвать оборону в направлении деревни Семеновское, выйти в тыл русской армии и, прижав ее к Москве-реке, уничтожить.

Ожесточенный бой 24 августа (5 сентября) за Шевардинский редут позволил М.И. Кутузову разгадать замысел противника и перед сражением усилить армию П.И. Багратиона.

В течение 6 сентября (25 августа) обе стороны производили последние приготовления к сражению.

Бородинское сражение – крупнейшее сражение Отечественной войны 1812 года между русской и французской армиями – произошло 7 сентября (26 августа) 1812 г. у села Бородино (в 124 километрах западнее Москвы). После оставления Смоленска русская армия отходила к Москве. 3 сентября (22 августа) она расположилась у села Бородино, на заранее избранной позиции, где М.И. Кутузов решил дать армии Наполеона решительное сражение.

Бородинское сражение началось на рассвете 7 сентября (26 августа) артиллерийской канонадой с обеих сторон.

Решающие бои развернулись за Багратионовы флеши и батарею Н.Н. Раевского, которыми французам удалось овладеть ценой больших потерь. Но

тогда в ту позицию, в которую пришел нас атаковать».

«Битвой гигантов» назвал это сражение Наполеон. Позже, находясь в изгнании, поверженный французский император признал, что из 50 сражений, им данных, «в битве под Москвой выказано наиболее доблести и одержан наименьший успех. Французы в нем показали себя достойными одержать победу, а русские заслужили право быть непобедимыми».

В ночь с 25 на 26 августа Кутузов, понимая, что время для перехода в контрнаступление еще не настало, приказал войскам отступить.

Бородинское сражение считается одним из самых кровопролитных сражений XIX века. По самым скромным оценкам совокупных потерь, каждый час на поле погибало 8500 человек, или каждую минуту – рота солдат. Некоторые дивизии потеряли до 80% состава. Со стороны французов было сделано 60 тысяч пушечных и почти полтора миллиона ружейных выстрелов. Результаты стрельбы русской артиллерии были не менее впечатляющими.

До сих пор Бородино – символ величия народного духа и предмет национальной гордости.

Скажи-ка, дядя, ведь не даром Москва, спаленная пожаром, Французу отдана? Ведь были ж схватки боевые, Да, говорят, еще какие! Недаром помнит вся Россия Про день Бородина!
М. Лермонтов, «Бородино», 1837

развить успех Наполеон не смог и отвел войска на исходные позиции. Армия Наполеона потеряла убитыми и ранеными свыше 50 тысяч человек. Потери русской армии достигали 44 тысяч человек.

О результатах Бородинского сражения Кутузов доносил Александру I: «Баталия, 26-го числа бывшая, была самая кровопролитнейшая из всех тех, которые в новейших временах известны. Место баталии нами одержано совершенно, и неприятель ретировался

СТРАНИЦЫ ИСТОРИИ

ОРДЕН «ЗА ЗАСЛУГИ ПЕРЕД ОТЕЧЕСТВОМ»

С начала 1992 г., после распада СССР, начала формироваться самостоятельная наградная система РФ. Не один раз декларировался тезис о том, что она будет строиться на идее преемственности от наградной системы дореволюционной России с сохранением ряда элементов советской наградной системы. С этого номера мы начинаем рассказ об орденах Российской Федерации.

Орден «За заслуги перед Отечеством» учрежден 2 марта 1994 г. Указом Президента Российской Федерации.

Орден «За заслуги перед Отечеством» предназначен для награждения граждан за особо выдающиеся заслуги, связанные с укреплением российской государственности, социально-экономическим развитием страны, научно-исследовательской деятельностью, развитием культуры и искусства, выдающимися спортивными достижениями, укреплением мира, дружбы и сотрудничества между народами, за значительный вклад в укрепление обороноспособности страны.

С 1994 г. и до учреждения ордена Святого апостола Андрея Первозванного в 1998 г. орден «За заслуги перед Отечеством» являлся высшей государственной наградой РФ.

Орден «За заслуги перед Отечеством» имеет 4 степени. Высшей степенью ордена «За заслуги перед Отечеством» является I степень. Награждение орденом «За заслуги перед Отечеством» осуществляется последовательно, от низшей степени к высшей.

Знак ордена из серебра с позолотой. Он представляет собой равноконечный крест с расширяющимися

концами, с лицевой стороны покрытый рубиновой эмалью. По краям креста – узкий выпуклый рант. На лицевой стороне знака, в центре, – накладное изображение Государственного герба РФ. На оборотной стороне знака, по середине, – круглый медальон, по окружности которого – девиз ордена: «ПОЛЬЗА, ЧЕСТЬ И СЛАВА». В центре

Первым правовым актом о наградах в РФ является Указ Президиума Верховного Совета РФ от 2 марта 1992 г. «О государственных наградах Российской Федерации». В соответствии с указом на территории РСФСР считалось возможным сохранить и использовать для награждения некоторые ордена и медали бывшего СССР. Например, орден «Суворова», орден «Ушакова», орден «Кутузова», орден «Нахимова», орден «Александра Невского», орден «Дружбы народов» и орден «За личное мужество». Вплоть до выхода указа президента РФ № 442 «О государственных наградах Российской Федерации» от 2 марта 1994 г. эти награды вручались гражданам РФ. Указ 1994 г. практически полностью реформировал наградную систему РФ. Новым указом были частично оставлены награды СССР, утвержденные указом 1992 г., а также были также учреждены новые награды, которых не было в указе 1992 г.

медальона расположен год учреждения ордена – «1994». В нижней части медальона – изображение лавровых ветвей.

Звезда ордена серебряная, восьмилучевая, с полированными лучами – штралами. В центре звезды – круглый серебряный медальон с рельефным позолоченным изображением Государственного герба РФ. По окружности

медальона – девиз ордена: «ПОЛЬЗА ЧЕСТЬ И СЛАВА» (на звезде отсутствует запятая после слова «польза») и лавровые ветви.

За особо выдающиеся заслуги перед государством орденом «За заслуги перед Отечеством» IV степени без награждения медалью ордена «За заслуги перед Отечеством» I степени могут быть награждены лица, удостоенные звания

Героя Российской Федерации, Героя Советского Союза или Героя Социалистического Труда, а также лица, которые награждены орденами Святого Георгия, Александра Невского, Суворова, Ушакова, Жукова, Кутузова, Нахимова, Мужества или которым присвоено почетное звание Российской Федерации категории «народный».

В исключительных случаях Президент РФ может принять решение о награждении орденом «За заслуги перед Отечеством» лица, ранее не награжденного государственной наградой РФ.

Военнослужащих за отличия в боевых действиях награждают орденом «За заслуги перед Отечеством» с мечами.

Награждение орденом «За заслуги перед Отечеством» I и II степени происходит, как правило, два раза в год и приурочено к празднованию Дня Конституции Российской Федерации (12 декабря) и Дня России (12 июня).



Орден «За заслуги перед Отечеством» I и II степени имеет знак и звезду, III и IV степени – только знак.

Лента ордена шелковая, муаровая, красного цвета.

Знак ордена из серебра с позолотой. Расстояние между концами креста – 60 мм.

По краям креста – узкий выпуклый рант.

Знак ордена прикрепляется к ленте шириной 100 мм.

Звезда ордена серебряная, восьмиконечная, с гранеными, полированными лучами.

Расстояние между противоположными концами звезды – 82 мм.

Жителям ул. Косыгина история этой стройки давно и хорошо известна. В 1996 году некогда знаменитому Институту химфизики РАН был выделен в аренду земельный участок. Цель аренды – строительство зданий жилого и общественного назначения. Участок состоял из части собственной территории института, прирезанной к нему дворовой территории соседних домов с детскими и спортивными площадками и, внимание(!): проезжей части улицы Академика Зелинского и части бульвара по этой улице.

Позиция жителей в этом вопросе была однозначна: аренду дворовой территории, улицы и бульвара необходимо отменить. В 2002 году, после того, как жители во время выборов вручили петицию тогдашнему президенту страны В.В. Путину, эту позицию поддержали и в Администрации президента.

Несмотря на это, за прошедшие годы ничего сделано не было. Сроки строительства истекли и заново продлялись, менялись инвесторы, менялись проекты строительства. Неизменным же оставалось желание института и последнего инвестора стройки (ЗАО СУ-155) строить здесь коммерческое жилье, не расставаясь с частью арендуемого участка.

На примере стройки по ул. Косыгина, вл. 7/2-13, можно, наверное, написать учебник по нарушениям при подготовке документации и ведении работ. Все, что можно нарушить, здесь нарушали и продолжают нарушать. И не украдкой. Нарушают явно, не стесняясь, при полном ведении властей, которые лишь кивают друг на друга или разводят руками.

Можно предположить, почему так происходит. Еще 4-5 лет назад можно было, с помощью больших усилий, конечно, добиться от органов прокуратуры, чтобы они вынесли представление об устранении тех или иных нарушений. Так, например, жители обнаружили, что на этапе подготовки градостроительной документации к арендуемому участку были вдруг прирезаны дополнительные куски территории. После вмешательства Прокуратуры города Москвы разрешительные документы были отозваны.

Но сегодня такое развитие событий кажется невероятным, так как обращения в органы прокуратуры стали делом почти бессмысленным. В прошлом году, например, был полностью (!) снесен мешавший строителям лабораторный корпус площадью около 2 тыс. кв.м, являвшийся федеральной собственностью. Никаких разрешительных документов на такие действия не было. Однако все обращения в органы прокуратуры были там же и похоронены. Публикации в СМИ никого не трогали. В результате незаконные работы продолжались несколько месяцев.

Органы исполнительной власти района и округа признали наличие проблемы лишь тогда, когда лабораторный корпус был снесен на 3/4. Однако так и не предотвратили снос оставшейся 1/4, который был довершен поздней осенью.

Знаете, что отвечали жителям в письмах? Что это не снос, а демонтаж, а демонтируемые конструкции складированы на территории института. Это высокая степень цинизма. С таким же успехом можно сжечь библиотечные книги и, указав на кучку пепла, сообщить, что все они складированы на коптище.

С полным равнодушием различные органы власти восприняли строительство нового здания во дворе того же Института химфизики, которое велось параллельно со сносом лабораторного корпуса. Не было ни проекта строительства, ни разрешительной документации. А возводилось не что иное, как новый склад химикатов. Обращения во

все инстанции опять же не имели действия. Интересен, как всегда, ответ прокуратуры. Она сообщила, что это просто ремонт, осуществляемый силами института.

С таким же успехом можно назвать ремонтом строительство высотки на месте ракушки. Подумаешь, чуть увеличили габарит строения и сделали его капитальным. Попытки обратиться в соответствующую комиссию исполнительных органов власти по пресечению незаконного строительства и через СМИ к должностным лицам ни к чему не привели.

В этих условиях трудно было удивляться тому, что начатая в апреле ны-

МОНОЛОГ СО СТРОЙКОЙ



Стройка на ул. Косыгина вл. 7/2-13

нешнего года установка шпунтового ограждения котлована волновала только жителей близлежащих домов. Конечно же, разрешения на проведение этого вида работ у строителей не было, что отнюдь не мешало им забивать в землю гигантские сваи.

В ответ на жалобы жителей органы власти некоторое время сообщали, что работы вообще не ведутся. Потом была попытка выдать слона за муху: в ответ на жалобы Мосгосстройнадзор, например, сообщал, что велось пробное бурение 2-х скважин. В последующих ответах тот же Мосгосстройнадзор уверял, что велись работы по шпунтовому ограждению, но в соответствии с орденом ОАТИ г. Москвы. Хотя никакого ордера на их проведение не выдавалось.

В конце июля строители стали рушить часть капитального здания складских помещений, здесь были гаражные боксы. Опять же без разрешения на снос и без ордера на проведение этого вида работ.

31 июля 2011 г. действие всех разрешительных документов, включая разрешение на строительство, истекло. Могло бы истечь и раньше, если бы Мосгосстройнадзор по какой-то особой благожелательности не продлил это разрешение на 2 месяца. Но работы не остановились. На прилегающей территории – детской площадке дома 38 корп. 8 по ул. Академика Зелинского рыли траншею под высоковольтный кабель. Никого не волновало соседство

АБАЛКИНА Ирина Леонидовна
родилась в 1961 году. Кандидат экономических наук, старший научный сотрудник Института проблем безопасного развития атомной энергетики РАН. Член Комитета территориального общественного самоуправления «На Воробьевых горах». Депутат муниципального Собрания внутригородского муниципального образования Гагаринское в городе Москве.

«Что мы можем сделать? Мы их вызываем, они к нам не приходят».

Практика показала, что обращения в органы правопорядка также дело малоэффективное. Когда пару лет назад работы на участке только начинались, поразил ответ одного из представителей Гагаринского ОВД: «Мы звонили в префектуру, нам сказали, что документы в порядке».

Можно предположить, таким образом, что проверялось не наличие документов на месте и законность действий, а мнение исполнительной власти о желательности либо нежелательности такой проверки. Заявления, которые направлялись в ОВД по фактам несанкционированных работ, оставались без ответа. Максимум, чего удавалось добиться, это того, что прибывший наряд увозил прораба в отделение, и работы на пару часов прекращались. После отъезда милиции (полиции) работы закипали вновь.

Можно, наверное, сделать некоторые обобщения. Все это происходит в благополучном Гагаринском районе города Москвы. Система власти буксует, не справляется и, главное, не может прекратить беспредел строителей. Если экстраполировать эту ситуацию на город и страну, выводы можно сделать весьма печальные.

Когда нет неотвратимости наказания за нарушения, последние множатся и становятся все более серьезными и неуправляемыми. Недели не проходит, чтобы не стало известно о какой-либо ЧС, причиной которой является недостаточный контроль со стороны тех органов, которые должны его осуществлять. До этого, увы, призывы к властям навести порядок, в нашем случае со стройкой по ул. Косыгина, вл. 7/2-13, обычно проходят в режиме монолога.

Р.С. На хорошо упрятанном от глаз жителей информационном щите на территории стройки написано, что проект строительства одобрен решением муниципального Собрания. Это – ложь! Муниципальное Собрание никогда не одобряло каких-либо проектов по данному адресу. В свою очередь оно неоднократно обращалось в уполномоченные органы по фактам незаконного производства работ по ул. Косыгина, вл. 7/2-13.



С юных лет Штернфельд увлекся идеей полета в космос. Осуществлению своей мечты – приблизить день, когда полеты в космос превратятся из чистой фантазии в реальную действительность – он посвятил жизнь.

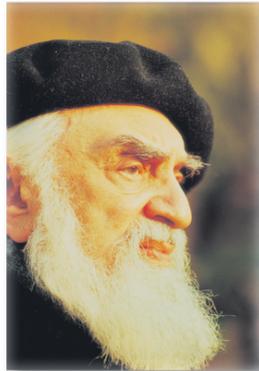
В старших классах гимназии у него появились первые идеи о космических полетах. Он задумывался о том, до какой степени целесообразно увеличивать в ракете запас топлива, о возможности определить расстояние ракеты от Солнца с помощью высокочувствительного бортового термометра. В 17-летнем возрасте Ари прочел по-немецки монографию А. Эйнштейна «О специальной и общей теории относительности». Много в ней было непонятно. Ари отважился написать великому физику и вскоре получил ответ, написанный Эйнштейном от руки.

В 1924 г. Ари уехал во Францию, чтобы изучать технические науки. Он поступил в институт Электротехники и прикладной механики в Нанси. За время учебы Ари ни на минуту не расставался с идеей о полетах в космос. В своих воспоминаниях он писал: «Мои коллеги, замечая схемы, которые я чертил в перерывах между лекциями, считали меня неизлечимым фантастом... В те годы перелет через Атлантический океан станет сенсацией, а тут какой-то одержимый доказывает реальную возможность овладения вселенной».

Получив диплом инженера-механика, Штернфельд успешно работал в Париже технологом, конструктором, консультантом на различных промышленных предприятиях. Разрабатывал оборудование, находя оригинальные решения.

В 1928 г. Штернфельд поступил в докторантуру в Сорбонну. Готовя материалы для диссертации о проблемах космических полетов, он обратился в Центральный исследовательский институт с просьбой сообщить, где в мире занимаются этими проблемами, и получил ответ: «нигде». Летом 1931 г., когда Штернфельдом было выполнено огромное количество расчетов для завершения диссертации, его научные руководители заявили, что не могут взять на себя ответственность за тематику исследований. Но он решил продолжать исследование на свой страх и риск.

Работая над диссертацией, Штернфельд узнал о трудах Циолковского. В те годы Штернфельд не знал русского языка и первой книгой, прочитанной им на русском языке, была книга Циолковского

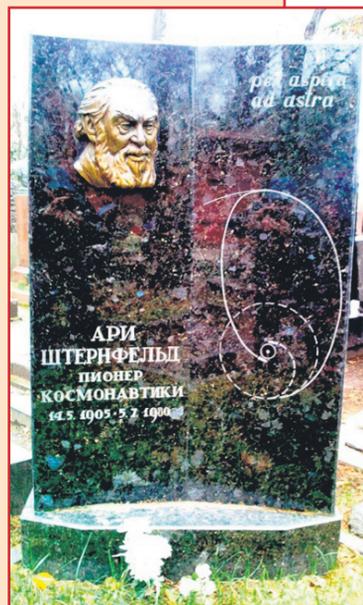


Ари Абрамович Штернфельд родился 14 мая 1905 г. в старинном польском городе Серадз, недалеко от Лодзи, в купеческой семье. Согласно родословной книге, пропавшей во время гитлеровской оккупации в Лодзинском гетто, далеким предком Ари Абрамовича со стороны отца был выдающийся еврейский философ, астроном и врач Моше Маймонид (1135 – 1204). С детских лет Ари отличался прекрасной памятью, богатым воображением и остротой мышления.

ПЕРВОПРОХОДЦЫ

Ари Абрамович Штернфельд – математик, специалист в области прикладной механики. Один из основоположников и теоретиков современной космонавтики. Лауреат международных премий по астронавтике (1934, 1962). Почетный член Академии и Общества наук Лотарингии (Франция, 1961), доктор Honoris causa Нансийского университета (Франция, 1961) и Национального Политехнического института Лотарингии (1978), а также Академии наук СССР (1965).

Рассчитал и теоретически исследовал множество траекторий космических полетов, определив энергетически оптимальные. Эти траектории, с предварительным удалением от цели, позволяющие значительно экономить топливо, называют «штернфельдовскими». Он ввел понятие космических скоростей и рассчитал их стартовые значения. Сформулировал проблему существования «сезонов космической навигации». Термины «космонавтика», «первая космическая скорость», «космодром» введены им впервые в его книге «Введение в космонавтику» (1934, на русском языке издана в 1937 г. в Москве). Впервые он применил теорию относительности для анализа межзвездных полетов, для повышения точности траекторных расчетов и доказал, что достижение звезд, в принципе, возможно в течение человеческой жизни. Его научные и научно-популярные труды были опубликованы на 40 языках в 39 странах всех пяти континентов. По орбитам, рассчитанным им во Франции задолго до начала космической эры, полетели первые искусственные спутники Земли. Будущие космонавты учились по его книгам.



«Исследование мировых пространств реактивными приборами». Достать работы Циолковского в Париже было невозможно. Штернфельд пишет Циолковскому письмо с просьбой прислать некоторые его труды. С тех пор дружеская переписка между ними длилась до самой смерти Константина Эдуардовича. Монография Штернфельда называлась Initiation la Cosmonautique («Введение в космонавтику»). Термин «космонавтика» не употреблялся в то время

ни в русском, ни во французском языке. Ари Штернфельд ввел его, считая более точным, чем употреблявшиеся в то время термины «астронавтика» и «звездоплавание». В монографии была изложена совокупность проблем, связанных с завоеванием космоса. Многие вопросы были разработаны в ней впервые.

Больших усилий стоило Штернфельду убедить французских ученых в правоте своих концепций. В 1934 г. во Французской Академии наук впервые в ее

истории обсуждалась космическая тематика – доклад Штернфельда «Метод определения траектории объекта, движущегося в межпланетном пространстве, наблюдателем, находящимся на этом объекте».

В 1934 г. Штернфельду была присуждена Международная премия по астронавтике. Теперь работы Штернфельда получили официальное признание, появились серьезные и заманчивые предложения научной работы.

Но Ари Штернфельд принял совсем другое решение. В 1935 г. он вместе с женой, увлеченной идеями построения справедливого общества, решил уехать в СССР. Еще не имея советского гражданства, Штернфельд был зачислен в штат Реактивного научно-исследовательского института (РНИИ). Ари Штернфельд начал работать в отделе С.П. Королева. В конце 1930-х гг. многие сотрудники РНИИ были репрессированы, другие сосланы. Штернфельд репрессирован не был, но в 1937 г. был уволен из РНИИ.

Все последующие годы Штернфельд пытался получить работу в той области знаний, которая была смыслом его жизни. Но все усилия были напрасны. Отстранение от дела, ради которого он отказался от блестящей карьеры исследователя во Франции, было для него ужасной трагедией. Последующие 43 года Штернфельд работал над проблемами космонавтики у себя дома, без сотрудников и помощников, упорно продолжая идти по избранному пути.

В 1956 г., почти за год до запуска первого спутника, в Москве вышла книга Штернфельда «Искусственные спутники Земли», которая вызвала за рубежом сенсацию и принесла ее автору мировую известность. В 1958 г. издательство ВВС США опубликовало перевод этой книги. За 1957-1958 гг. книга была издана 25 раз в 18 зарубежных странах. Заслуженно счастливая судьба была и у следующей книги Штернфельда – «От искусственных спутников к межпланетным полетам». Помимо книг начиная с 1930 г. в иностранных и советских журналах напечатаны несколько сотен его научных, научно-популярных статей, комментариев и интервью.

Умер А.А. Штернфельд в июле 1980 г. в Москве.

ПРИГЛАШАЕМ

МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО (ЮНОШЕСКОГО) ТВОРЧЕСТВА (УЛ. КОСЫГИНА, Д. 17) И ЕГО ФИЛИАЛ ДОМ НАУЧНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА МОЛОДЕЖИ (УЛ. ДОНСКАЯ, Д. 37) ПРОВОДИТ ПРИЕМ ДЕТЕЙ И ШКОЛЬНИКОВ 6–18 ЛЕТ В УЧЕБНЫЕ ГРУППЫ И КОЛЛЕКТИВЫ.

Московский городской Дворец детского (юношеского) творчества на Воробьевых горах (МГДД(ю)Т) – крупнейшее многопрофильное государственное учреждение в системе дополнительного образования детей Москвы. Здесь собираются ребята, которых заинтересованные и увлеченные педагоги учат танцевать и вышивать, наблюдать за природой и петь, рисовать и играть на сцене, а главное – чувствовать красоту, мыслить, общаться друг с другом.

Юному москвичу от 6 до 18 лет Дворец дает возможность творческого развития и учебно-исследовательской деятельности в области науки и культуры, технического, художественного и социального творчества, информационных технологий, экологии, этнографии, физической культуры и спорта. Общение детей и педагогов происходит не только в учебных аудиториях, но и на научно-практических конференциях, в поисковых и фольклорных экспедициях, в профильных лагерях, в туристских походах и экскурсиях по всей территории России.

- Ансамбль песни и пляски им. В.С. Локтева
- Студия изобразительного творчества
- Театр моды «Василиса»
- Фотостудия «Московские окна»
- Студия литературного творчества
- Студия искусства звучащего слова
- Театр юных москвичей
- Театр кукол
- Центр культурологического образования (историко-поисковый, военно-исторический и др. отряды)

- Отдел астрономии и космонавтики
- Отдел технического творчества
- Отдел игр
- Отдел социального творчества
- Отдел международного сотрудничества
- Отдел физической культуры и спорта
- Отдел оборонно-массовой работы и технических видов спорта
- Автошкола
- Клуб «Юный десантник»
- Отдел этнокультурного образования

И это еще далеко не все!

ОБУЧЕНИЕ БЕСПЛАТНОЕ.

Запись проводится: ежедневно с 16:00 до 19:00, в субботу и воскресенье с 12:00 до 16:00.

Справки по телефону: 8 (495) 939-26-49, 8 (499) 137-68-31
Наш адрес: МГДД(ю)Т – ул. Косыгина, д. 17.

Проезд: ст. м. «Воробьевы горы», ст. м. «Университет», тролл. 28; авт. «А»; ст. м. «Ленинский проспект», тролл. 7, авт. «А»; ст. м. «Октябрьская», тролл. 7.

ДНТМ – ул. Донская, д. 37. Проезд: ст. м. «Шаболовская».



В нашем ВМО Гагаринское, в подвале жилого дома № 62 по Ленинскому проспекту, расположен удивительный клуб. Здесь собираются подростки из многих районов Москвы. Они могут попробовать свои силы и как кинорежиссеры, и как музыканты, и как художники и др. А ведут занятия не штатные педагоги, а молодые люди, которые безвозмездно отдают свои знания, силы и время. Сейчас очень популярно слово «добровольчество». Клуб им. Джерри Рубина – яркий пример такого волонтерского движения. Организовала этот клуб Светлана Ельчанинова.

– Не сразу нашему клубу удалось так наладить свою деятельность, чтобы его мероприятия были интересны не только нам самим, но и жителям. Однако депутаты муниципального Собрания и его председатель Кобринский А.Л. оказались неравнодушными к нашей работе. Их внимание и заинтересованная позиция привели к тому, что клуб стал более активно участвовать в жизни внутригородского муниципального образования Гагаринское.
Светлана Ельчанинова

КЛУБ, ГДЕ ВСЕМ РАДЫ

Все началось в далеком 1992 году. После окончания школы Светлана Ельчанинова решила организовать с друзьями клуб для совместных занятий творчеством. Председатель Севастопольского райкома комсомола предоставил им подвал, где состоялись первые выставки и концерты. Ничего подобного этому неформальному клубу в Москве тогда не было, поэтому туда приезжали подростки со всех концов города. Стремилась попасть к ним и ребята из других городов – просили поделиться опытом, хотели создать нечто подобное у себя. Когда же райкомы были ликвидированы, клуб остался без помещения. Поиски нового дома продолжались почти три года и в конце концов привели в Гагаринский район. Здесь органы власти предоставила клубу подвал с условием – не заниматься коммерческой деятельностью.

С тех пор состав клуба много раз менялся. Подростки взрослеют, приходят новые ребята. Хотя многие, обзаведясь семьями, возвращаются сюда вместе с детьми. Юноши и девушки, студенты, молодые родители занимаются с самыми маленькими членами клуба – так появилось детское направление работы.

Все занятия в клубе бесплатные. Это было бы невозможно без поддержки. К счастью, муниципалитет и муниципальное Собрание ВМО Гагаринское помогает клубу – в ремонте помещения, приобретении аппаратуры, проведении мероприятий. Например, в этом году при поддержке муниципалитета был отпразднован День космонавтики – с велопробегом и яркими представлениями. Торжества, организованные клубом, всегда необычны, ребята мастерят уникальные костюмы, строят вигвамы, придумывают игры. Мальчишкам и девочкам неинтересно работать в рамках какого-то утвержденного сценария. Они хотят самостоятельно строить свой



Праздники клуба им. Джерри Рубина



Бесплатная библиотека клуба

СПРАВКА

Клуб им. Джерри Рубина открылся на заре перестройки, в октябре 1992 г. Он был самым первым рок-клубом в Москве. Клуб стал стартовой площадкой для 200 молодых групп. За 19 лет Клуб провел около 700 концертов, 50 фестивалей, 15 гастрольных туров, 600 кинопоказов, 30 спектаклей, 100 выставок. В Клубе выступали музыканты из США, Испании, Чехии, Голландии и др.

В 2010 г. коллектив Клуба «Караван искусств» был отмечен Национальной наградой в области добровольчества в номинации «Инновации в области добровольчества».

В новом сезоне клуб приглашает детей от 10 до 15 лет на следующие творческие направления:

- Мастерская «Интеграция искусств» (теория и практика);
- Культурный лекторий (об интересных и значительных деятелях культуры и культурных явлениях).

Молодежь и всех желающих от 14 лет клуб приглашает на творческие направления:

- Граффити школа;
- Музыкальная студия (барабаны, гитара);
- Проектная мастерская (социокультурное и экологическое направление);
- Кинолаборатория (кино-видео-творчество);
- Киноклуб (просмотры, творческие встречи).

Также клуб приглашает всех желающих в фотообщество «Рыбий глаз».

мир. Если предоставить им эту возможность, они готовы заниматься творчеством сутки напролет. У них нет желания побыстрее закончить и убежать домой. Наоборот, ребятам нравится обсуждать свои идеи, возиться с костюмами, с атрибутикой. Поэтому клуб открыт до 10 вечера. Иногда и в это время руководители не могут выгнать ребят. Ведь

тем хочется еще порисовать, поиграть на музыкальных инструментах. Сюда приходит много неформалов, которые не могут найти свою нишу в традиционных группах. В клубе никто на них не давит, не критикует их одежду и прически, их музыкальные увлечения. Поскольку здесь встречаются самые разные люди, то без терпимости и социализации клуб просто не мог бы существовать. Очень многие подростки с нестандартным поведением, проведя в клубе 2-3 года, приобретают социальные навыки. Любопытно, что панки сделали очень неплохой спектакль для детей из зимнего лагеря.

«Трудные» подростки начинали активно участвовать в жизни клуба, заниматься с детьми. А потом восстанавливались в учебных заведениях, благополучно заканчивали их и приходили в гости в клуб в белых рубашках и галстуках.

Проблема в том, что в современном мире многие дети оказываются без родительского надзора, им не уделяют достаточно внимания. Здесь таких ребят немало. Родители не интересуются, где их дети, а сами дети отказываются давать координаты родителей. Поэтому

ребята не прочь проводить здесь все вечера. В клубе они могут поесть, попить чаю, поболтать с друзьями. Хотя нередко им приходится решать бытовые проблемы. Например, в клубе нет в штате уборщицы. Капитальный ремонт делает муниципалитет, а починить мебель или что-то подкрасить – это забота самих ребят. Светлана считает так: «Если ты пришел, а вокруг грязно – помой клуб перед занятием. Если разлил краску, разбросал обрезки картона – убери за собой». Разумеется, приучить к порядку удастся не сразу. Многих Светлана сама учила мыть полы, выжимать тряпку. Но подростков не пугает ни «трудотерапия», ни запрет на выпивку и курение. Ведь они понимают, что здесь им понастоящему рады.

Познакомиться с коллективом клуба можно 3 сентября с 15:00 до 19:00 на празднике, посвященном Дню города, который пройдет во дворе. В это же время пройдет бесплатная ярмарка. Каждый может прийти и взять необходимые ему вещи, принесенные другими горожанами. Можно и самому принять участие в этой акции и принести ненужные вещи в хорошем состоянии и отдать другим – одежду, книги, диски, игрушки.



Ребята в костюмах, созданных своими руками



День космонавтики



1 СЕНТЯБРЯ – СНОВА В ШКОЛУ

1 сентября. Этот день важен и для школьников, и для их родителей. Волнуются не только первоклассники, но и ребята, поступившие в новую школу в 5 или 7 классе, а также будущие выпускники, ведь для них этот год станет решающим. Как же помочь нашим детям справиться с трудностями, которые ожидают их в новом учебном году.

ПЕРВОКЛАССНИК

Скоро настанет торжественный и волнующий день: ваш ребенок – первоклассник. Что-то ждет его? Как все сложится? Вы волнуетесь, и это нормально и естественно. Но ваша естественная родительская тревога не должна перерасти в школьную тревожность самого ребенка. Пусть он идет в школу с уверенностью в том, что учиться ему нравится, что он много умеет, а всему остальному обязательно научится.

Советы родителям первоклассника

☞ Будьте утром ребенка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос. Не подгоняйте с утра, не дергайте по пустякам, не укоряйте за ошибки.

☞ Не торопите. Умение рассчитывать время – ваша задача, и если это плохо удается, это не вина ребенка.

☞ Не отправляйте ребенка в школу без завтрака. До школьного завтрака ему много придется поработать.

☞ Ни в коем случае не прощайтесь «предупреждая»: «смотри, не балуйся»,

☞ Не сравнивайте успехи сына, дочери с успехами их друзей. Сравнивайте ребенка только с ним самим. Раньше не умел, теперь уже можешь.

Помните, что в течение учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомляемость, снижена работоспособность. Это первые 4-6 недель для первоклассника (3-4 недели для учащихся 2-4 классов). Конец второй четверти, первая неделя после зимних каникул, середина 3-й четверти – в эти периоды следует быть особенно внимательными к состоянию ребенка.

5-Й КЛАСС: НОВЫЕ ИСПЫТАНИЯ

Каждый новый период в жизни человека сопровождается новыми трудностями и переживаниями. Особенно остро такие трудности переживают дети. Только ребенок привык к условиям начальной школы, любимой учительнице, одноклассникам, как приходится снова привыкать к другим условиям, переходя в 5-й класс. А здесь уже не одна учительница и не один кабинет.

Проблема адаптации учеников актуальна на всех этапах обучения. Но снижение успеваемости и рост проблем – учебных, социально-эмоциональных, проблем со здоровьем – особенно заметны при переходе учащихся из начальной школы в пятый класс.

Подготовить ребенка к 5-му классу нужно заранее. Детально расскажите



☞ Регулярно беседуйте с учителями вашего ребенка о его успеваемости, поведении и взаимоотношениях с другими детьми. Даже если нет особых поводов для беспокойства, консультируйтесь с учителем ребенка не реже, чем раз в два месяца. Интересуясь успехами ребенка у учителей, НЕ делайте это в присутствии школьника.

ВЫПУСКНИК

Большинство современных одиннадцатиклассников чувствуют огромную ответственность перед сдачей выпускного, ведь результаты ЕГЭ будут засчитываться при поступлении в вуз. Неудивительно, что у выпускников-абитуриентов на этой почве развивается самый настоящий невроз.

Психологическая поддержка – это один из важнейших факторов, определяющих успешность. Настраивайте ребенка на успех. Поймите сами и объясните ему: сколько бы баллов ни получил за ЕГЭ, не страшно. Прорвемся! А на всякий случай продумайте запасные варианты: в конце концов, есть колледжи, куда примут и без результатов ЕГЭ за 11-й класс.

Подготовка к экзаменам

☞ Не допускайте перегрузок, объясните ребенку, что он обязательно должен чередовать занятия с отдыхом.

☞ Обратите особое внимание на питание ребенка. Такие продукты, как рыба, творог, орехи, курага, стимулируют работу головного мозга.

☞ Помогите ребенку распределить учебный материал по дням.

☞ Познакомьте ребенка с методикой подготовки к экзаменам. Не имеет смысла зазубривать весь фактический материал, достаточно просмотреть ключевые моменты. Очень полезно делать краткие схематические выписки и таблицы, упорядочивая изучаемый материал по плану.

☞ Подготовьте различные варианты текстовых заданий по предмету (сейчас в продаже множество тестовых заданий).

☞ Во время тренировки по тестовым заданиям приучайте ребенка ориентироваться по времени и правильно его распределять. Тогда у него будет навык концентрироваться на заданиях во время тестирования, что снимет излишнюю тревожность.



«веди себя хорошо», «чтобы не было плохих оценок». Лучше пожелайте ребенку удачи, подбодрите его, найдите несколько ласковых слов.

☞ Забудьте фразу «что сегодня получил». Если же ребенок жаждет поделиться чем-то, не отмахивайтесь, не откладывайте на потом, выслушайте, это не займет много времени.

☞ После школы не торопитесь садиться за уроки, необходимо два часа отдыха (а в первом классе лучше 1,5 часа поспать для восстановления сил). Лучше время для приготовления уроков с 15 до 17 часов.

☞ Не заставляйте делать все уроки в один присест, после 15-20 мин занятий необходимы 10-15 минутные перерывы, лучше если они будут подвижными.

☞ Во время приготовления уроков не сидите «над душой», дайте возможность ребенку работать одному, но если нужна ваша помощь, наберитесь терпения. Спокойный тон, поддержка («не волнуйся, все получится», «давай разберемся вместе»), похвала (даже если не все получается) – необходимы.

ему о том, что будет много новых учителей. Причем не обязательно все понравится тебе, и не всем понравиться ты сам. Что придется переходить из кабинета в кабинет и портфель на перемене оставлять у двери класса. То есть все – очень детально, вплоть до мелочей. Потому что стресс возникает именно из-за того, что ребенок просто не понимает, как себя вести в новых обстоятельствах.

Советы родителям пятиклассника

☞ Поддерживайте спокойную и стабильную атмосферу в доме, когда в жизни вашего ребенка происходят изменения.

☞ Не требуйте от ребенка, чтобы он сразу после школы садился за уроки. Перерыв ему просто необходим.

☞ Помогайте ребенку выполнять домашние задания, но не делайте их сами. Если ребенок обращается к вам с вопросами, помогите ему найти ответы самостоятельно, а не подсказывая их. Проявите свой интерес к этим заданиям и убедитесь, что у ребенка есть все необходимое для их выполнения наилучшим образом.

С КАКОГО ВОЗРАСТА ЛУЧШЕ НАЧИНАТЬ ИЗУЧЕНИЕ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА?

Конечно, можно прожить и без иностранных языков, но все же те, кто их изучают, чувствуют себя в этом мире более уверенными и свободными. В современных условиях многие родители стараются, чтобы дети с раннего возраста начинали заниматься языками, а в дальнейшем поступали в языковые школы.

Опираясь на свой многолетний опыт работы в школе, детском саду и дополнительном образовании, считаю, что лучше начинать изучение языков в возрасте 5-6 лет. Занятия должны проводиться на устной основе в мини-группах по 5-8 человек, где можно организовать подвижные и речевые игры. Также важна систематичность (2-3 раза в неделю по 30-40 минут), в удобное время – утром или после дневного сна. Лучше, когда занятие ведет педагог, а родители дома закрепляют материал с ребенком. Имеет значение и место проведения – вне дома. Если это детский сад или центр дополнительного образования малыш понимает, что он пришел для дела, его привели специально, значит, это важно, и нельзя капризничать.

Перед тем, как начинать обучение, обязательно проконсультируйтесь с логопедом. Если у ребенка есть проблемы со звукопроизношением, лучше подождать с изучением языков.

В дошкольном возрасте процесс запоминания и накопления лексики идет быстрее как на родном, так и на иностранном языке. Получая знания через игру, просмотр мультфильмов на иностранном языке, слушая аудиозаписи с песнями, используя красочные пособия, написанные с учетом психофизиологических особенностей развития ребенка, нужно стремиться применять деятельностный подход в обучении. Раскрашивание, обводка, зарядка под музыку и небольшие рифмовки с движениями помогают накоплению словарного запаса, развитию памяти; а мини-инсценировки и игровые ситуации на близкие ребенку темы (зоопарк, съедобное–не съедобное, цвета и др.) формируют положительную мотивацию в овладении иностранными языками.

**Методист в группах раннего развития и педагог английского языка
Щербакова Людмила Викторовна**

У вас когда-нибудь была изжога? Ответ подразумевается сам собой. А знаете ли вы, почему она возникает и как избежать ее, а главное, чем она опасна?

Изжога – ощущение тепла или жжения «под ложечкой» в верхней части живота и нижней части грудной клетки. Иногда изжога распространяется вверх, доходит даже до шеи и нижней челюсти. Бывает, она сопровождается повышенным отделением слюны, горьким или кислым привкусом во рту.

Основная причина, из-за которой возникает изжога, – это попадание в пищевод содержимого желудка. Как известно, основа желудочного содержимого – это соляная кислота очень высокой концентрации. Желудок защищен от ее едкого воздействия, а вот пищевод – увы, нет. В месте соединения пищевода и желудка (оно называется кардией) находится мышца, волокна которой плотным кольцом охватывают отверстие между ними. Эта мышца (сфинктер, то есть «сжиматель») работает так, что разрешает только одностороннее движение пищи – из пищевода в желудок.

Если же эта мышца перестает справляться со своими обязанностями, кислое содержимое желудка начинает проникать в пищевод. Такое состояние называется недостаточностью кардии. Пищевод беззащитен перед разрушительным действием соляной кислоты, обжигающей его внутреннюю оболочку, и человек ощущает жжение и боль.

Почему же мышечные ворота закрываются неплотно? Причин тому много.

Чаще всего вызывает изжогу обильная трапеза (переедание). Наполненный до отказа желудок растягивается сверх меры, и диаметр кардии из-за этого

ЖЖЕТ ПОД ЛОЖЕЧКОЙ

Рубрику ведет главный врач поликлиники № 95, депутат муниципального Собрания Гагаринское Андрей Алексеевич Измайлов



увеличивается. Понятно, что растянутая мышца-заслонка уже не может работать на совесть. То же самое происходит, когда мы растягиваем желудок не пищей, а газами – они есть в шипучих винах, пиве, лимонаде и прочих газированных напитках.

У некоторых людей болезненные ощущения могут вызвать кислые фрукты – лимоны, яблоки, сливы и другие продукты, содержащие кислоту, в том числе кефир и некоторые сорта черного хлеба. А еще причиной изжоги становятся кофе, жареная картошка и т.д. Список довольно большой, и у каждого он свой.

Но следует знать, что изжога – не безобидна. Это один из симптомов целого

ряда заболеваний, среди которых, наверное, самое распространенное – гастрит (воспаление слизистой желудка). При гастрите поврежденная слизистая становится менее растяжимой. Из-за этого давление в желудке после еды повышается быстрее, а значит, сфинктеру труднее выполнять свою функцию за-слонки, и он начинает «барахлить». Изжога может быть первым симптомом

Частая ошибка

До сих пор бытует мнение, что при изжоге надо принимать соду. Нет, не надо. Ничего хорошего из этого не выйдет: во-первых, сода сама может повредить слизистую пищевода, а во-вторых, она вызывает усиленное газообразование, что лишь растягивает желудок.

таких серьезных заболеваний, как язвенная и гастроэзофагеальная болезни или развитие опухолевых процессов в желудке и пищеводе.

Если изжога возникает почти каждый день или сопровождается отрыжкой и болями в животе, необходимо обратиться к врачу. Медлить никак нельзя.

Для выяснения причины изжоги врач, скорее всего, назначит гастроскопию. Этот метод позволяет достоверно исследовать верхние отделы пищеварительного тракта. По результатам анализов доктор посоветует, что предпринимать, чтобы победить изжогу.

При отсутствии заболеваний для борьбы с изжогой можно принимать любые препараты, уменьшающие секрецию желудочного сока. Это группа лекарств на основе солей алюминия, обладающих обволакивающим действием, защищающих слизистые оболочки пищевода и желудка.

Чтобы не провоцировать изжогу, нужно соблюдать правильный режим питания. Есть помалу и часто, пять-шесть раз в сутки, не допуская переедания и переполнения желудка. После еды лучше погулять или постоять, в крайнем случае, посидеть, но никак не ложиться вздремнуть, «чтобы жирок завязался», чем грешат многие наши сограждане.

Желательно исключить из рациона или максимально ограничить потребление продуктов, способствующих метеоризму. Продукты, способствующие увеличению выработки желудочного сока также могут вызывать приступы изжоги.

ЗДОРОВЬЕ НАШИХ ДЕТЕЙ

ПЛОСКОСТОПИЕ У ДЕТЕЙ

Рубрику ведет главный врач поликлиники № 41, депутат муниципального Собрания Гагаринское Раиса Николаевна Селихова



Стопа – орган опоры, и она выполняет рессорную функцию за счет имеющихся сводов: поперечного и продольного. Деформация стопы, характеризующаяся стойким уплощением ее сводов, определяется как плоскостопие, которое может вызвать понижение функциональной деятельности всего организма.

При уплощении продольного свода говорят о продольном плоскостопии, при уплощении поперечного свода – о поперечном плоскостопии. При уплощении обоих сводов деформация определяется как комбинированное (продольно-поперечное) плоскостопие.

Различают пять видов плоскостопия: врожденное, рахитическое, паралитическое, травматическое и статическое.

Статическое плоскостопие – самый распространенный вид. Причина плоскостопия статического характера – хроническая перегрузка на фоне понижения тонуса мускулатуры и слабость связочного аппарата суставов стопы в связи с длительным пребыванием на ногах.

У детей до 3-х лет впечатление о наличии плоскостопия может создаться из-за избыточного количества подкожного жирового слоя стопы даже при наличии правильного строения скелета стопы. Поэтому понижение свода стопы у детей раннего возраста часто рассматривается как физиологическое явление, требующее, однако, динамического наблюдения.

К 6-7 годам происходит нормализация и формирование физиологических сводов стоп. Поэтому супинаторы сразу назначать не следует. Упражнения естественного мышечно-связочного аппарата стоп дают возможность избежать ношения стельки-супинатора.

У школьников при обнаружении тенденции стойкого плоскостопия следует применять супинаторы или ортопедическую обувь. Но они дают положительные результаты, если параллельно проводятся физические упражнения для укрепления мышц и связок стопы.

Для предупреждения плоскостопия детям летом следует ходить босиком по неровной почве, на скошенной траве, на песке и в сосновом лесу. Рекомендую спортивные занятия – ходьбу по бревну, лыжи, коньки и ролики. Очень полезно плавание, которое способствует разгрузке стопы, позвоночника и всего тела, а ритмичные попеременные сокра-

щения мышц туловища, конечностей и, в частности, стопы способствуют укреплению ослабленных мышц.

Наиболее рациональная обувь для детей раннего возраста – ботинки с твердой подошвой и каблучком высотой 1-2 см, удерживающие не только стопу, но и весь голеностопный сустав в правильном состоянии. Обувь следует выбирать по размеру стопы, полноте, с учетом погоды и сезона не следует носить мягкую обувь и тапки.

Для улучшения мышечно-связочного аппарата стопы рекомендуются ванны с прохладной водой, массаж, ходьба на носках, на пятках, на наружных повер-

ностях стоп, захватывание пальцами стоп мелких предметов, переключивание мяча с помощью обеих стоп, лазание по канату, сжатие пальцев стопы в «кулак», хлопки подошвами и т.д.

Одним из основных методов профилактики и лечения плоскостопия у детей является лечебная физкультура. Она способствует укреплению связочного и мышечного аппарата стопы и голени, снижению утомляемости при длительном стоянии и ходьбе. Каждое упражнение рекомендуется повторять 8-10 раз. Комплекс лечебных упражнений для стоп нужно повторить 2-3 раза в течение дня.

Полезен и массаж. Он необходим в сочетании с корригирующей гимнастикой, специальными упражнениями, предназначенными для формирования свода стопы. Массаж при плоскостопии проводится через день. Продолжительность массажа – 10-15 минут. Курс лечения 10-15 сеансов.

Необходимо отметить, что у детей плоскостопие обычно развивается медленно, и они не особенно жалуются на боли в стопах, поэтому с целью предупреждения развития более тяжелых деформаций необходим периодический осмотр стоп детей врачом-ортопедом.

Надо помнить, что плоскостопие будет прогрессировать, если не принимать никаких мер. Но этого можно избежать, и при своевременном и правильном лечении даже в запущенных случаях можно полностью излечить.

Зав. кабинетом профилактики и коррекции сколиоза и плоскостопия КДЦ НЦЗД РАМН, ортопед высшей категории, кандидат медицинских наук, Мацкеплишвили Теймураз Яшович



ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ, ПОСВЯЩЕННЫХ ПРАЗДНОВАНИЮ ДНЯ ГОРОДА – 2011 ГОДА

1 сентября в 16:00
Турнир по игре в дартс
(Ленинский пр-т, д. 32, спортзал)

2 сентября в 16:00
Соревнования по шашкам среди
жителей с ОФВ
(МУ «Досуговый центр Гагаринец»,
ул. Строителей, д. 4, корп. 7)

С 3 сентября по 7 сентября
в часы работы изостудии
Выставка работ «Любимый город»
(Ленинский пр-т, д. 68/10)

3 сентября в 12:00
Дворовый праздник. Конкурс
рисунка на асфальте.
Фотовыставка. Концерт.
(ул. Строителей, д. 4, у фонтана)

3 сентября в 12:00
Дворовый праздник, посвященный
Дню города.
(пр-т Вернадского, д. 5)

3 сентября в 12:00
Дворовый праздник. В программе:
районный турнир по мини футболу
в рамках Спартакиады «Спорт для
всех»; награждение победителей
(ул. Молодежная, д. 6)

3 сентября в 13:00
Дворовый праздник.
В программе: районный турнир
по стритболу; соревнования
по городкам; награждение
победителей.
(Ленинский пр-т, д. 43)

3 сентября в 14:00
Дворовый праздник.
(Ленинский пр-т, д. 45)

3 сентября в 17:00
Дворовый праздник.
(Ленинский пр-т, д. 62/1)

3 сентября в 18:00
Дворовый праздник «Огни Москвы»
(развлекательная программа
для молодежи)
(пр-т Вернадского, д. 6)

3 сентября в 18:00
Соревнования по гиревому спорту
(Ленинский пр-т, д. 41/2,
спортивная площадка)

4 сентября в 11:00
Показательные соревнования
по авиамодельному спорту
(ул. Косыгина, д. 17, кордодром)

5 сентября в 14:00
Турнир по шахматам
(Ломоносовский пр-т, д. 4-3)



СПОРТ

ПЛЯЖНЫЙ ВОЛЕЙБОЛ



ЭТО ИНТЕРЕСНО

Пляжный волейбол (бич-волей) — популярный вид спорта, игра на разделенной высокой сеткой песчаной площадке, в которой две команды, находящиеся по разные стороны сетки, перебрасывают через нее мяч, как правило, руками, с целью приземлить его на чужой половине и не допустить падения мяча на своей половине площадки.

Пляжный волейбол развился как самостоятельный вид спорта из классического волейбола. Между двумя видами спорта существует много общего, но есть и существенные отличия в правилах и технике игры. Пляжный волейбол, помимо традиционных для волейболистов прыгучести, хорошей реакции, силы, чувства мяча, требует особой атлетичности (в игре на песке спортсменам приходится чаще совершать прыжки и рывки) и выносливости (матчи, в которых замена игроков в командах правилами не предусмотрены, часто проходят в условиях высокой температуры, при ярком солнце или при дожде и сильном ветре, к тому же обычной практикой является проведение одной командой нескольких игр в день).

27 июня на спортивной площадке по адресу: ул. Косыгина, д.5, прошел турнир по пляжному волейболу на приз внутригородского образования Гагаринское в городе Москве.

В турнире приняли участие 6 команд. Зрители активно поддерживали участников турнира.

Победители турнира:

1-е место – команда «Гагаринское-2»;

2-е место – команда «Академка»;

3-е место – команда «Гагаринское-1».

Площадка для пляжного волейбола появилась не так давно. Она должна быть размером 16x8 м (правило введено в 2002 году) и покрыта песком глубиной не менее 40 см, а также разделена на две равные части сеткой. Кстати, высота сетки, как и в «обычном» волейболе — 2,43 м для мужчин и 2,24 м для женщин. Желающих заниматься этим видом спорта в нашем муниципальном образовании сразу же оказалось немало. Удалось и создать дворцовые команды, которые не только активно тренируются, но и показывают неплохие спортивные результаты.

Приглашаем всех жителей района в секцию волейбола.

Время занятий:

вторник, четверг с 18:00-21:30

Тел.: 8 (499) 727-00-18

Муниципальное Собрание Гагаринское и муниципалитет Гагаринский поздравляют жителей ВМО Гагаринское, которые отмечают в сентябре свои профессиональные праздники.

1 сентября. День знаний

2 сентября. День российской гвардии

4 сентября. День специалиста по ядерному обеспечению

5 сентября. День работников нефтяной, газовой и топливной промышленности

12 сентября. День танкиста

26 сентября. День машиностроителя

27 сентября. День воспитателя и дошкольного работника

28 сентября. День работников атомной промышленности

Успехов в труде и крепкого здоровья!

От всей души поздравляем юбиляров!

В августе отметили свои юбилеи:

95 лет

**Игнатова Евгения Васильевна
Кобуладзе Анна Васильевна**

90 лет

**Абашина Мария Борисовна
Андреева Зинаида Ивановна
Бобкова Анна Дмитриевна
Быкова Валентина Андреевна
Голиков Николай Васильевич
Ермолинский Владимир Прокопьевич
Ефимов Николай Николаевич
Недосекин Сергей Владимирович
Нерсесов Сергей Николаевич
Семашкина Марсельева Андреевна
Титова Надежда Ивановна
Чеховской Виталий Яковлевич**

Ваш юбилей – совсем немного, Но годы прожиты не зря. Большая пройдена

дорога, Большие сделаны дела. Пусть будет жизнь всегда такой:

Чтоб годы шли, а Вы их не считали, Вовек не старились душой И никогда бы горько не вздыхали.

«Ленинский проспект»

Учредители – муниципальное учреждение муниципалитет Гагаринский
Издатель – издательский центр «Научно-производственное объединение Технологии». (119526, г. Москва, пр-т Вернадского, д. 101, корпус 8).

Председатель редакционного совета – А.Л. Кобринский
Главный редактор – Ю.Н. Григорьева
Корректор – Т.С. Алексеева, Дизайн-верстка – Н.Г. Яношкина
Адрес редакции: 119526, Москва, пр-т Вернадского, д.101, к.8.
E-mail: lr@gazetatvdom.ru. Телефон редакции: 4330303.
Факс: 84997399784 (автоматический режим)

Редакция знакомится с письмами читателей, не вступая в переписку. Рукописи не рецензируются и не возвращаются.
Газета зарегистрирована Министерством РФ по делам печати.
Регистрационное свидетельство ПИ №101504.

Газета подписана в печать 29.08.2011 г. и отпечатана в ООО «Типография Михайлова-С» (214020, г. Смоленск, ул. Шевченко, дом 86).
Газета распространяется бесплатно. Тираж 27000 экз.
Заказ №