

ПРОЛЕТАРИИ ВСЕХ СТРАН, СОЕДИНЯЙТЕСЬ!

КРАСНЫЙ МАЯК

ОРГАН ОПОЧЕЦКОГО РАЙОННОГО КОМИТЕТА КПСС И РАЙОННОГО СОВЕТА НАРОДНЫХ ДЕПУТАТОВ ПСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

НОВОГОДНЕЕ ПОЗДРАВЛЕНИЕ СОВЕТСКОМУ НАРОДУ

Дорогие товарищи, друзья! Завершается 1982 год. Для советских людей это был год созидательной творческой работы по выполнению исторических решений XXVI съезда КПСС.

Как большой праздник мы отметили знаменательное событие — 60-летие образования Союза Советских Социалистических Республик. Этот юбилей явился яркой, впечатляющей демонстрацией великих достижений социализма, торжества ленинской национальной политики, нерушимой дружбы и братства всех народов СССР.

Своего расцвета и могущества Страна Советов достигла под мудрым руководством партии коммунистов. Твердо и неуклонно идет КПСС испытаным ленинским курсом. Единодушная поддержка внутренней и внешней политики партии, беззаветная преданность советских людей идеям коммунизма со всей убедительностью проявилась в дни прощания с Леонидом Ильичом Брежневым.

Коммунистическая партия свято дорожит безграничным доверием трудящихся. Высший смысл своей деятельности она видит в служении народу, делу коммунизма и мира. В непоколебимом единстве партии и народа — залог дальнейших успехов нашей социалистической Родины!

Товарищи! Непросто складывался для нас уходящий год. Но сделано немало. Поступательно развивалось народное хозяйство. Взошли в строй сотни промышленных предприятий. Протянулись новые трассы гигантских газопроводов, высоковольтных линий электропередач. Развертывалась работа по осуществлению Продовольственной программы СССР. На новые высоты поднялась советская наука. Последовательно реализуются намеченные XXVI съездом КПСС меры по повышению материального благосостояния и культурного уровня советских людей. Около 10 миллионов человек улучшили свои жилищные условия.

СЕМИНАР ПРОПАГАНДИСТОВ

Районный комитет партии провел 29 декабря 1982 года очередной семинар с пропагандистами партийной, комсомольской, экономической сети. Открылся семинар выступлением первого секретаря райкома КПСС А. И. Иванова об итогах работы промышленных предприятий, строек и транспорта, сельского хозяйства во втором году одиннадцатой пятилетки и задачах трудовых коллективов на новый 1983 год.

«Продовольственная программа и проблема народонаселения» — тема выступления лектора общества «Знание», доктора географических наук В. И. Исаченкова.

С содержательной лекцией «Основные направления экономического и социального развития страны» выступил член общества «Знание», кандидат экономических наук В. Е. Топтыгин (Псков).

В заключение семинара пропагандисты ознакомились с методическими указаниями по проведению очередных занятий в системе партийного и комсомольского просвещения, экономического образования.

Как боевую программу действий по выполнению заданий пятилетки восприняли советские люди решения ноябрьского (1982 г.) Пленума ЦК КПСС, седьмой сессии Верховного Совета СССР. Задачи впереди большие, требующие от каждого советского человека напряженной работы, высокой организованности, сознательной дисциплины. И они нам под силу.

Центральный Комитет КПСС, Президиум Верховного Совета СССР, Совет Министров СССР выражают уверенность, что рабочие, колхозники, интеллигенция, все советские люди ознаменуют 1983 год новыми славными свершениями, обеспечивают дальнейшее успешное продвижение страны по ленинскому пути.

Честь и слава всем, кто своим добром, совестным, самоотверженным трудом крепит экономическое и оборонное могущество Советского Союза, развивает науку и культуру, способствует дальнейшему расцвету нашей великой Родины!

Сложной была в минувшем году международная обстановка. Агрессивные круги империализма не прекращают попыток подорвать политику разрядки, столкнуть государства и народы на путь вражды и военного противоборства. В этих условиях мы еще раз твердо заявляем: Наше стремление к миру неизменно. Советский Союз последовательно отстаивает свои интересы, интересы наших союзников и друзей. Храня верность миролюбивым принципам и целям своей внешней политики, наша страна настойчиво борется против угрозы ядерной войны, за обуздание гонки вооружений. Нами — братские страны социализма, все миролюбивые силы планеты. СССР всегда готов к равноправному, взаимовыгодному сотрудничеству с любым государством. Мы убеждены, что сегодняшние трудности и напряженность в международной обстановке могут и должны быть преодолены.

В то же время мы будем проявлять ве-

личайшую бдительность. Сторонники военных авантюри должны знать: неприкосновенность наших границ и границ наших союзников обеспечена надежно. Советские Вооруженные Силы являются могучим фактором мира и безопасности народов.

Встречая Новый год, мы шлем сердечные поздравления трудящимся стран социализма. Укрепление социалистического содружества будет и вперед первой заботой нашей партии и государства.

Мы горячо поздравляем коммунистов всего мира, борцов против империализма, реакции и войны, всех добрых друзей нашей страны.

Дорогие товарищи! Наш народ уверен но смотрит в будущее. Пусть же новый 1983 год принесет всем советским людям, каждой семье счастье и радость!

Поздравляем с Новым годом геройский рабочий класс, колхозное крестьянство и народную интеллигенцию!

Новогодний привет ветеранам партии, войны и труда!

Самые сердечные поздравления советским женщинам — славным дочерям Родины, беззаветным труженицам и племенным патриоткам!

Наилучшие пожелания нашей замечательной молодежи!

Горячо поздравляем доблестных воинов Вооруженных Сил СССР, бдительных охраняющих мирный труд советских людей!

Наш праздничный привет всем, кто в новогоднюю ночь несет трудовую и боевую вахту, кто работает вдали от родных земель!

С Новым годом, дорогие товарищи, с новым счастьем!

ЦЕНТРАЛЬНЫЙ КОМИТЕТ КПСС.
ПРЕЗИДИУМ ВЕРХОВНОГО СОВЕТА СССР.
СОВЕТ МИНИСТРОВ СССР.

«Красному маяку» отвечают

МЕРЫ ПРИНЯТЫ

В конце сентября минувшего года был опубликован материал под заголовком «Все по-прежнему». В нем руководство совхоза «Организатор» подвергалось критике за оставленный им без внимания Теребенский сельский Дом культуры. Не работал он около года. А руководство совхоза, ссылаясь на занятость другими делами, капитальный ремонт в нем не проводило. По части отдыха, проведения своего досуга в незавидном положении находились при этом молодежь, население центральной усадьбы хозяйства, близлежащих деревень.

Не скажешь, что оперативно, но все-таки руководство совхоза приняло соответствующие меры по приведению Дома культуры в надлежащий порядок. Как сообщила редакция секретарь парткома совхоза Т. С. Леонова, в Теребенском Доме культуры проведены ремонтные, восстановительные работы. Действует отопительная система, помещение имеет приличный вид.



Третий год пятилетки завершился мотористка УПП ВОГ коммунист Лилия Николаевна Федорова начала с трудовым подъемом. По-ударному работала она в прошедшем году, ежедневно перевыполняя нормы выработки. Это позволило ей успешно завершить производственное задание года, вновь подтвердить звание ударника коммунистического труда.

Фото Ю. Орлова.

ПЯТИЛЕТКА: ГОД решающий

В ОБСТАНОВКЕ высоко-го творческого созида-ния, тесно сплоченные вокруг Коммунистической партии, ее Центрального Комитета отме-тили народы нашей многона-циональной страны 60-летие образование СССР. Четко различим пройденный путь, отчетливо просматривается путь, уходящий вперед.

Решения ноябряского (1982 г.) Пленума Централь-ного Комитета нашей партии, итоги седьмой сессии Верховного Совета СССР десятого созыва явились для каждого советского человека мощным стимулом по наращи-ванию усилий во имя претво-рения в жизнь решений XXVI съезда КПСС. В третьем году одиннадцатой пятилетки предусматривается ус-корение темпов развития эко-номики, направленное на по-вышение благосостояния со-ветских людей.

Для этого в каждом тру-довом коллективе надо соз-дать такую обстановку, ко-торая бы способствовала на-шему общему движению впе-ред. И наш общий путь к за-ветной цели будет тем короче, чем более в полную меру станет трудиться каждый из нас, применяя в своем деле прогрессивные методы и при-емы труда, изо дня в день повышая его производитель-ность. Между тем, мы еще

встречаемся с фактами, когда нарушаются производственная и трудовая дисциплина, когда к делу относятся с про-хладцем, не выполняются пла-ны. Эти недостатки имеют место в ПМК-17 объедине-ния «Псковмелиорация», в межхозяйственном лесхозе. Очень многие колхозы и сов-хозы района не смогли спра-виться с планами произво-дства и продажи основной се-льскохозяйственной про-дукции государству.

В новый 1983 год мы всту-паем с твердым желанием работать лучше, чем вчера, трудинуться так, чтобы давать стране больше молока, мяса и другой продукции, чтобы намеченная партией Продо-вольственная программа бы-ла выполнена успешно. Этой цели подчинена и проводимая перестройка управления отраслями агропромышленно-го комплекса как в центре, так и на местах. Создающиеся сейчас районные и областные агропромышленные об-ъединения призваны так орга-низовывать дело, чтобы земле-дельцы и животноводы, ме-лиораторы и агрохимики, транспортники и заготовите-ли, все звенья агропромыш-ленного комплекса действова-ли в тесном взаимодействии, заинтересованы и с полной ответственностью боролись за достиже-ние наивысших конечных ре-зультатов производ-ства, за бесперебойное снаб-жение населения продуктами питания высокого качества.

Реальность выполнения на-ших планов в немалой степе-ни зависит от состояния тру-довой дисциплины. Известно, что в каждом случае бесхозяйственности, недисци-плинированности, расточительст-ва есть конкретные винов-ники. Но вот не везде с них взыскивают. А это надо, об этом прямо говорилось на но-ябрьском Пленуме ЦК КПСС.

Эстафету созидания при-нял наступивший 1983 год. Несомненно то, что он ста-нет годом новых больших свершений в укреплении мо-гущества Родины, принесет новые успехи в нашем движе-нии вперед. Об этом свидет-ствуют и принимаемые тру-довыми коллективами соци-алистические обязательства на третий год пятилетки.

СООБЩАЕТ
ПСКОВСКИЙ ЦНТИ

ВЛИЯЕТ НА ОТКОРМ

В условиях свинооткормочного комплекса колхоза имени Шевченко изучали эффективность добавок солей кобальта и меди в кормосмеси растущего молодняка свиней. Основу их рациона составляли в килограммах: дерьмо кукурузная, ячменная, гороховая — 1,7; обрат — 3; отруби пшеничные — 0,26; рыбная мука — 0,2, дрожжи кормовые — 0,1; травяная мука из люцерны — 0,25; сахарная свекла — 0,5. В качестве минеральных добавок использовали мел, обесфторенный фосфат, поваренную соль. В дополнение к основному рациону животным II группы давали 1,5 миллиграмм хлористого кобальта, III группы — 6,4 миллиграмма сернокислой меди на 1 килограмм сухого вещества корма, IV группы — смесь этих микрореагентов.

Опыт показал, что наиболее целесообразно указанные соединения применять в комплексе, а не раздельно. За счет оптимизации минерального питания животных расход кормов в опытных группах удалось сократить на 7,6—14,6 процента. Экономическая целесообразность применения солей в рационах откормочного поголовья свиней выразилась в получении за период откорма дополнительной прибыли: II группа — 4,79, III — 5,98, IV группа — 5,14 рубля в расчете на 1 голову.

* * *

С целью изучения влияния лизина и метионина на рост поросят — отъемышей крупной белой породы в совхозе «Березовский» был проведен научно-хозяйственный опыт. Поросята в возрасте 2,5 месяца со средней живой массой 17,6 килограмма сформировали в 4 группы по 10 голов в каждой. В рацион кормления входили ячмень, дробленый, травяная мука, свекла, картофель, обрат, кроме того животные II группы получали лизин, III — метионин, IV — лизин и метионин.

Аминокислоты скармливались в сухом виде вместе с небольшим количеством корма за 30 минут до утреннего кормления.

В конце опыта живая масса животных во II группе на 16, в III — на 11 и IV — на 23 килограмма выше, чем в контрольной группе. Наиболее низкие затраты труда на 1 центнер прироста в IV группе 12,7 человеко-часов, а окапаемость затрат наиболее высокая по II группе, так как стоимость метионина в 6,2 раза выше, чем лизина. Опыт показывает, что для повышения продуктивности молодых свиней целесообразно применение синтетических аминокислот.

* * *

Для определения экономической эффективности добавки сернокислой меди в рационы кормления свиней в Белгородской области провели научно-хозяйственный опыт. Отобрали две группы животных — контрольную и опытную. Контрольные животные кормили типовыми комбикормами. Опытным животным добавляли в корм сернокислую медь 600 мг. на килограмм корма. У животных, получавших добавку сернокислой меди, среднесуточный прирост составил 664 грамма, что на 13 процентов выше прироста контрольных животных.

При откорме 10 тысяч свиней с использованием сернокислой меди в качестве добавки дополнительно получено 977 центнеров прироста на сумму 153389 рублей. Экономический эффект 151289 рублей.

◆ Передовики производства

ЖИВЕТ НА СЕЛЕ ЧЕЛОВЕК



ЕСТЬ люди, на которых можно всегда положиться в любом деле. Именно таким является механизатор совхоза «Духновский» Алексей Павлович Васильев.

Деревня Волково, где живет Алексей Павлович, считается одним из самых больших населенных пунктов в хозяйстве. Она окружена огромными просторными полями, с которых земледельцы совхоза «Духновский» собирают

неплохие урожаи зерновых, картофеля, льна.

Вся трудовая жизнь А. П. Васильева связана с сельскохозяйственным трудом. Потомственный земледелец, вот уже более двадцати лет он обрабатывает эти поля, убирает с них урожай.

Нынешней осенью механизатору было поручено убирать лен. Технику Алексей Павлович подготовил тщательно. Работал он, не счита-

ясь с личным временем. В социалистическом соревновании среди механизаторов на теребление льна он занял ведущее место, убрав 42 гектара этой ценной технической культуры.

— Алексей Павлович Васильев, — рассказывает главный агроном совхоза «Духновский» Антонина Алексеевна Лазарева, — человек, на которого можно положиться в любое время.

И это действительно так. Как только закончились уборочные работы в поле, механизатору было поручено пахать зябь. В теплые дни осени Алексей Павлович за смену выполнял до двух норм. И качество обработки почвы было только хорошее.

С начала зимне-столового периода содержания скота Васильеву поручили подвозить корма к фермам. И с этими обязанностями механизатор успешно справился.

Подошел к концу сельскохозяйственный год. Новый 1983-й Алексей Павлович встретил хорошими успехами в труде. На тракторе он выработал более полутора тысяч условных гектаров, заняв одно из ведущих мест в трудовом соревновании среди своих товарищей.

Н. ПЕТРОВ.

На снимке: А. П. Васильев.

Фото Ю. Орлова.

Весне — боевую готовность

В нашем совхозе должное внимание уделяется подготовке к весенне-полевым работам.

В настоящее время на полях совхоза успешно трудится механизированный отряд по вывозке органических удобрений. С 1 октября на поля доставлено свыше 8000 тонн местных удобрений.

Пример высокопроизводительного труда показывают механизаторы Анатолий Ильин, Александр Иванович Федоров, Ва-

лерий Петрович Кузьмин. Ежедневно от совхозных ферм отвозится до 200 тонн органики.

Механизаторы ознакомлены с условиями проведения ударного четырехмесячника по вывозке органических удобрений на поля и стараются приложить все усилия, чтобы на каждый гектар пашни вывезти как можно больше органики.

Не умолкает работа и в совхозных мастерских. Ширится соревнование среди ме-

ханизаторов за качественный и своевременный ремонт сельскохозяйственной техники.

Успешно потрудились и поставили на линейку готовности свои культиваторы Николай Егорович Лукин, Василий Ильич Федоров, Анатолий Васильев. Подготовили к работе сеялки Виктор Егорович Михайлов и Виктор Владимирович Владимиров.

П. АНТОНОВ,
бригадир тракторной
бригады совхоза
«Опочецкий».

◆ Наши трудовые династии

ОТЕЦ И СЫН — МЕХАНИЗАТОРЫ

ЖИВУТ они одной семьей. Деревня Паново для обоих своя, родная. Дорога потому, что в ней родились, выросли. Отцу 47 лет от роду, сыну — немногим больше 20.

Оба механизаторы. В трудовой книжке Михаила Яковлевича первая запись появилась в 1960 году, при организации совхоза «Глубоковский». Первые два — три года выполняли разные работы, строили культурно-бытовые, животноводческие помещения.

Теперь рабочие с уважением говорят об Ильине-старшем:

— Наш ветеран. Механизатор со стажем.

И это так. За двадцать лет Михаил Яковлевич изучил все марки тракторов, имеющиеся в хозяйстве.

Ушедшний в историю 1982 год явился, по существу, началом трудовой биографии Ильина-младшего. До этого Борис учился в местной школе, служил в рядах Советской Армии. Вернувшись домой, избрал профессию механизатора.

ЗАДОЛГО до рассвета проясняется семья Ильиных. Наскоро позавтракав, отец с сыном направляются на стоянку машин, заводят свои «Беларуси». Один направляется за кормами для ферм, другой —

на вывозку органики. Да мало ли других дел в хозяйстве.

Для Михаила Яковлевича путь чаще всего лежит в третью бригаду, где он руководит звеном по выращиванию картофеля. Грунтовая дорога петляет между лесов и кустарников, ведет к деревням Водобег, Ляти, Секачи, Филево...

Вокруг простираются поля, не по-зимнему чисто приподняты снегом. Еще ясно просматриваются черные пластины вспаханной зяби.

— Вот тут я пахал, — мысленно вспоминает Михаил Яковлевич. — Там, у соснового леса, убирал картофель.

Нелегким выдался юбилейный год для Ильина-старшего. Но зато удачным. Звено выработало неплохой урожай картофеля. Его собрано 825 тонн, что больше установленного плана.

Смотрит Михаил Яковлевич на поле, где работал, не как посторонний наблюдатель, а глазами хозяина. Просто, по-своему воспринимает красоту земли. Она дорога ему не только внешним видом, а и тем, что в нее вложен труд, что она оплатила за заботу.

Да и еще оплатит. На эти поля под картофель еще с осени внесены сотни тонн органики. Удобрения запаханы.

Быть может, весной Ильину придется пропадать здесь с утра дотемна, выращивать новый урожай.

А ПОКА в бухгалтерии совхоза подводят итоги года минувшего. В копилку трудовых дел Ильина вносятся цифры, которые радуют не только его. Уже сам факт, что годовое задание механизатор выполнил за девять месяцев, говорит о многом. Кроме работ, выполненных на тракторе, он намотолил на комбайн 160 тонн зерна, заготовил пресс-подборщиком сотни тонн сена. Да обо всем и не расскажешь, что сделал механизатор в юбилейном году.

Еще труднее вспомнить о всех добрых делах, совершенных за двадцать лет. След позади глубокий. Скажем только, что Михаил Яковлевич — участник коммунистического труда, лучший по профессии среди совхозных механизаторов, с гордостью носит на груди знак победителя Всесоюзного социалистического соревнования, занесен в совхозную Книгу почета.

О заслугах Ильина-младшего пока говорить рано. Хотя и ему год минувший принес успех.

Е. МАКАРОВ,
секретарь парткома
совхоза «Глубоковский».

ДОБАВКА К РАЦИОНУ

С наступлением зимне-столового периода содержания скота не только специалисты, но и бригады комплексных бригад хозяйства внимательно относятся к пополнению зимнего рациона крупного рогатого скота.

В эти дни в каждой бригаде ведется заготовка веток хвойных и лиственных пород деревьев, которые впоследствии поступают на специально подготовленные пункты. Это обыкновенные навесы, под которыми работают машины по приготовлению веточных хлопьев. Сейчас в хозяйстве их насчитывается восемь.

Работа таких перерабатывающих пунктов рассчитана так, чтобы каждое животное в хозяйстве в среднем получало в сутки по четыре килограмма этого витаминизированного корма.

Хочется отметить, что подобное пополнение зимних рационов позволяет дуновским животноводам добиваться неплохих результатов в работе. Ведь планы продажи молока государству в 1982 году были выполнены досрочно.

Н. ПАВЛОВ.

Совхоз «Духновский».

ДО ВЫСОКИХ КОНДИЦИЙ

Должную заботу в эти дни проявляют земледельцы, поголовье колхоза имени Жданова об урожае третьего года одиннадцатой пятилетки. Самое серьезное внимание обращено на подготовку семян всех яровых культур.

В эти дни на зернотоке, что находится в деревне Белки, работает специальная группа людей под руководством агронома-семеновода Зои Павловны Николаевой. Здесь идет доведение до высоких кондиций семян ячменя, овса и других зерновых и зернобобовых культур. В день перерабатывается до десяти тонн посевных материалов.

Наша задача, говорит агроном-семеновод Зоя Павловна Николаева, все семена в ближайшее время довести до посевных кондиций первого и второго классов.

И. ИВАНОВ.

Колхоз имени Жданова.

ЗА ВЫПОЛНЕНИЕ ОБЯЗАТЕЛЬСТВ

С хорошим настроением встретил Новый год коллектив Опочецкого дорожного ремонтно-строительного управления. Нами произведено рабочее капитальному, среднему, текущему ремонту и содержанию дорог на 932,2 тысячи рублей, что несколько больше годового плана. В проезжем состоянии приведены дороги протяженностью около 90 километров.

За успехи в труде коллектив управления удостоен памятной грамоты райкома КПСС и исполнительного комитета района.

За досрочное выполнение социалистических обязательств областное управление автодора наградило лучших ремонтников, в том числе экскаваторщика Анатолия Никитовича Смирнова и водителя самосвала Виктора Дмитриевича Трубкина.

Награды воодушевляют коллектив на дальнейшие успехи в труде.

Л. ЯКОВЛЕВА,

секретарь парткома

парторганизации ДРСУ.

В странах социализма

Реконструкция рыбных хозяйств

Обильный «урожай» сняли с «голубой нивы» труженики сельскохозяйственных и рыболовецких кооперативов Венгрии. Таков результат внедрения научно-обоснованных методов разведения рыбы.

Большую роль в этом деле играет питомник, созданный Союзом рыболовецких кооперативов более двадцати лет назад. Отсюда в прудовые хозяйства и закрытые водоемы поступают мальки. Рыбопитомник снабжает хозяйства кормами, техникой, дает консультации, помогает организовать подготовку кадров.

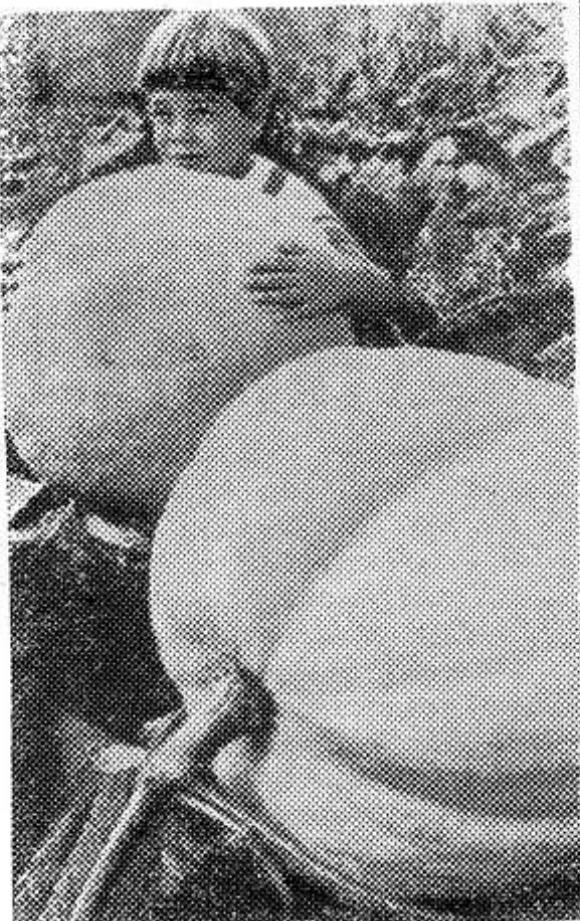
Планом развития народного хозяйства в Венгрии намечено довести производство рыбы к 1985 году до 4,5 килограмма на душу населения. Главным резервом здесь является интенсификация выращивания рыбы. В соответствии с пятилетней программой реконструкции рыбных хозяйств, в нынешнем году намечено подготовить новые водоемы площадью 1500 гектаров, которые через несколько месяцев будут включены в строительство.

Реконструкция рыбного хозяйства идет по многим направлениям. В ряде кооперативов углубляют водоемы, чтобы снимать с той же площади больше промысловой рыбы. Не остались без внимания бывшие карьеры, где внедряется выращивание рыбы в садках. Во многих хозяйствах используются подземные горячие воды для подогрева водоемов, чтобы ускорить рост молоди. В теплых водоемах, в частности, выращивают угря.

Взятый курс на повышение отдачи «голубой нивы» будет способствовать улучшению питания трудящихся, повышению их жизненного уровня.

Е. ПОПОВ,
корр. ТАСС.

Будапешт.



Вот какую тыкву вырастила на своем приусадебном участке семья Арпада Ковача из венгерской деревни Дунасег. Каждая из семи выращенных тыкв весит почти 50 килограммов.

Такой урожай — не редкость в огороде А. Ковач.

Фото МТИ — ТАСС.

В Испании молодежь в привычных масках под предводительством «старика» и «старухи» ходят по домам, распевая новогодние песни. «Старики» и «старухи» носят с собой

Поиски и открытия ЧТО ТАКОЕ СОН?

«Я хочу спать», «я высился» — мы отлично понимаем человека, когда он произносит одну из этих фраз. Но спросите его или самого себя: «Что такое сон?», и вы оба окажетесь в затруднении.

Более двадцати лет ищет ответ на этот и другие вопросы, касающиеся сна, профессор, доктор биологических наук Ида Карманова, автор монографии «Эволюция сна». Новый шаг в познании сна сделан в руководимой ею лаборатории сравнительной физиологии Ленинградского института эволюционной физиологии и биохимии имени И. И. Сеченова Академии наук СССР.

— По-домашнему мы привыкли классифицировать сон на глубокий, крепкий, сладкий, со сновидениями и без них, — говорит Ида Карманова. — Наконец, знаем бессонницу. К этому далеко не полному списку врачи могут добавить патологические виды сна: летаргию, лунатизм, каталепсию — болезненную разновидность сна, когда человек надолго застывает в принятой им или приданной ему позе.

Не так давно учёные определили, что нормальный сон бывает медленным и быстрым. Последний иногда называют парадоксальным — человек спит, а мозг и сердце работают почти с той же нагрузкой, что и во время бодрствования. Сновидения, как предполагают учёные, являются человеку только в процессе сна парадоксально.

Знаем мы о снах целительных и фантастических, о ве- щих сновидениях героев сказок и литературных произведений. Словом, известно не мало. Но и сегодня наука далека от ясного и исчерпывающего ответа на вопрос, что такое сон с точки зрения нейрофизиологической, метаболической, биохимической, психологической и других.

Мы в нашей лаборатории подошли к проблеме сна с позиции эволюционной физиологии. Ведь ни одно явление природы не может быть понято, если не понята история его возникновения и развития.

— С чего же вы начали?

— Сначала мы задались вопросом: только ли человеку, млекопитающим и птицам присущ сон? А не спят ли, например, рыбы, амфибии, пресмыкающиеся? Показатели состояния их бодрствования и покоя мы стали регистрировать бесконтактным методом, то есть не прикасаясь к животным. И контактным, с помощью различных датчиков, укрепленных на их теле. Наши первыми подопытными стали рыбы, затем черепахи и другие пресмыкающиеся.

— Их сон похож на наш?

— Нет, на сон нормально-го, здорового человека их сон похож мало. Оказалось, что большую часть времени они находятся в состоянии, которое мы называем спящим покоя. Смотрите, обычная лягушка на дне ванны (бесконтактный метод). Она застыла в странной позе — передние лапки распластаны в стороны, одна задняя — вверх торчком и во всю длину. Здорового человека можно застать в подобной позе разве во время гимнастики. А для лягушки — это нормальный спящий покой, на языке учёных — заторможенность типа каталепсии. У некоторых рыб и амфибий были обнаружены три формы такого покоя. Первая наблюдается днем. Животное застывает на месте. Его мышцы

цельно восковые и потому ему можно придать любую неестественную позу, которую оно сохранил. Вторая форма пока наблюдается в сумеречное время. Животное замерло. Его мышцы настолько тверды, что его можно вращать вокруг оси, но придать неестественную позу ему невозможно. Наконец, третья форма — ночной покой. Животное заваливается набок, тонус мышц снижен, сердце бьется редко. Обнаружив эти три формы покоя, ввели в знания о сне новое понятие и новый термин — «первичный сон позвоночных». Был установлен также многофазовый характер цикла «бодрствование — первый сон». Оказалось, что за 24 часа рыбы меняют состояние подвижности на покой до сорока раз, лягушки — до двадцати.

— А в чем, по-вашему, выражается второй этап эволюции сна?

— В природе он наступил не сколько позднее. Когда мы стали изучать покой рептилий и птиц, стоящих на лестнице эволюции выше, то поняли, что их сон протекает по-иному, чем у рыб и амфибий. Чёрепаха, например, может днем неподвижно стоять на задних лапах минут по двадцать с открытыми глазами и никак не реагировать на движение руки экспериментатора. А ночью наступает другая картина: распластавшись, расслабившись, закрыв глаза, черепаха лежит неподвижно по пять-восемь часов. Словом, у рептилий сон — это особая форма покоя, свойственная низшим позвоночным. Выявление ее обозначило второй этап в эволюции сна: эта форма отдыха является промежуточным этапом между сном рыб, амфибий и человека. Это подтверждается сделанными на многочисленными опыта-

ми. — Зачем все же нам понадобился сон? Почему мы без него не можем? Почему искусственное лишение сна — пытка?

— Прежде чем ответить на эти вопросы, совершим быстрый экскурс в историю развития жизни на Земле. Жизнь зародилась в океане. Все существа, находящиеся в воде, не ощущают собственного веса. У тех из них, которые из океана вышли на поверхность суши, сразу же возникла потребность расслабить мышцы, отдохнуть: они впервые испытали силу земного тяготения.

После амфибий на Земле появляются новые существа, тело которых покрывается иглами, панцирем, становится тяжелее. Роста нагрузка на мышцы, а вместе с ней возникала потребность в более длительном отдыхе.

Исключительно важным моментом в эволюции млекопитающих было развитие у них психических способностей. Именно эти способности позволили живым существам

упорно и изобретательно сопротивляться самым резким природным переменам. Психика становится важным фактором в адаптации организма к среде. Это означало вместе с тем усложнение нервной системы организма. Сон теперь возникает не просто как естественное приспособление к дню и ночи. Он становится важным психическим элементом: успокаивает, возвращает бодрость, лечит, разбирает и сортирует поток информации, полученной мозгом за день. При таком разборе одно становится особенно важным, другое из воспринятого за день — незначительным, забывается сразу после сна. Люди не зря заметили: утро вечера мудренее.

— Очевидно, предложенная вами теория имеет не только познавательное и теоретическое значение?..

— Теория эволюции сна может принести ценные изменения в практическую медицину. Врачам давно известны заболевания, при которых нарушается нормальный сон: лунатизм, летаргия, каталепсия, нарколепсия и другие. Наблюда в клиниках за некоторыми больными, от новорожденных до взрослых, мы видим, как их сон будто возвращается на другие уровни: в нем появляются древние формы сна. Наша теория может дать верную ориентацию практикам в поисках рациональной терапии сна у больных...

— А могут проявиться у здоровых людей какие-либо древние формы сна?

— С эволюционной точки зрения нынешние медленный и парадоксальный сны тоже относятся к числу древних. Они развивались одновременно и характерны для всех позвоночных. В медленный сон природа вписала парадоксальную fazu для защиты живого организма. Это своего рода проявление сторожевого рефлекса.

— Но зачем нашим современникам отражение сторожевого рефлекса?

— У человека парадоксальный сон тоже страж, но иной. Дело в том, что во время глубокого медленного сна сердце работает медленнее, и чтобы этот процесс не затянулся, чтобы сон не стал летаргическим или чтобы человек не заснул прежде времени навсегда, периодически возникает парадоксальный сон. Он как бы контролирует организм.

— Как вы говорили, парадоксальный сон присущ всем позвоночным. Означает ли это, что животные тоже видят сны?

— Вполне возможно. Все мы замечали, как наши домашние собаки или кошки во сне подергивают лапами, издают какие-то звуки, вскакивают ошеломленные. Вероятно, это зависит от того, что именно они видели во сне...

...Теорию эволюции сна можно отнести к числу комплексных. Не случайно над ней работают и биологи, и психиатры, и педиатры, и инженеры, и хирурги. Лаборатория, которой руководит Ида Карманова, строит свои творческие планы совместно с клиницистами, физиологами, нейрохимирами, математиками.

Н. ЯМПОЛЬСКАЯ,
корреспондент АПН.

4 ЯНВАРЯ,
ВТОРНИК

14.30 — Новости. 14.50 — «Комсомол — моя судьба». Телевизионные документальные фильмы. 15.55 — Концерт. 16.25 — «Русская речь». 16.55 — В дни школьных каникул. Телевизионный многосерийный художественный фильм «Алые погоны». 2-я серия. 18.00 — «Новости». 18.10 — «Наука и техника». Киножурнал. 18.20 — «Правдивость и правдивость в реализации». 18.45 — «Сегодня в мире». 19.00 — «Пятилетка. Дела и люди». «Как сеять сыновьям и внукам». В передаче участвуют дважды Герой Социалистического Труда академик Т. С. Мальцев, член ЦК КПСС первый секретарь Курганского обкома КПСС Ф. К. Князев. 19.45 — Премьера телевизионного спектакля «Жена» по рассказу А. П. Чехова. 21.00 — «Время». 21.35 — «Продолжаем разговор о музыке». О Сергее Яковлевиче Лемешеве. 23.00 — «Сегодня в мире».

5 ЯНВАРЯ,
СРЕДА

8.00 — «Время». 8.45 — Мультфильмы. 9.30 — «Комсомольская юность моего». Концерт. 9.55 — «У самой восхода солнца». Телевизионный документальный фильм 10.20 — «Жена». Телевизионный спектакль по рассказу А. П. Чехова. 11.35 — «Новости». 14.30 — «Новости». 14.50 — «Документальные фильмы 15.30 — «Отзовитесь, горячие!». 16.15 — Играет дипломант Всероссийского конкурса И. Акулинина (домра). 16.40 — «Адреса молодых». 16.55 — В дни школьных каникул. Телевизионный многосерийный художественный фильм «Алые погоны». 3-я серия. 18.00 — «Новости». 18.10 — Киножурнал. 18.20 — «Пятилетка: темпы и качество». 18.45 — «Сегодня в мире». 19.00 — Международная встреча по хоккею. Сборная СССР — «Миннесота Норд Старз». Передача из США. 21.00 — «Время». 21.35 — Заключительный концерт фестиваля искусств «Русская зима». 23.05 —

Опочецкому РПУ
бытового обслуживания
населения
ТРЕБУЕТСЯ
бухгалтер.

Обращаться: г. Опочка, ул. Ленина, дом 59, отдел кадров.

Опочецкому СМУ-4
Псковской МК-17
СРОЧНО ТРЕБУЕТСЯ
шофер на ГАЗ-69. Оплата труда
премиально-премиальная.

Обращаться: пос. Пашкино, СМУ-4, телефон 4-55.

КИНО

«МАЯК»

4—6 января

«ИЗБАВЛЕНИЕ»

2 серии

Начало в 18 часов 20 мин. и 21 час.

ДОМ КУЛЬТУРЫ

4—5 января

«БАЛАМУТ»

Начало в 18 и 20 часов.

Редактор Н. П. ЖУКОВ.

Опочецкая типография управления издательств, полиграфии и книжной торговли Псковского облисполкома.

Объем 1 печ. лист.

Заказ 1. Тираж 7091.

ТРАДИЦИИ, ОБЫЧАИ
Везде по-своему

метлы и, выходя из дома, подметают за собой пол, чтобы

очистить дом от накопившихся за год «неудач».

* * *

В Англии сохранился обычай украшать дома к рождеству

ветками зелени — плющом, остролистом, символизирующими неумирающую природу. Над дверью укрепляют ветку омелы, дающую право поцеловать каждого входящего.