

# Прекрасная форма - не мечта, а норма!

В народе бытует мнение, что если ты умный, то со спортом общаешься на «Вы». Или наоборот, если спортсмен, то недалекого ума. Однако студенты приборостроительного факультета готовы разрушить стереотипы!

Мало кто знает, но на ПС факультете есть экспериментальная группа. Нет, на ребятах не испытывают новые приборы или электронное оружие. Всё гораздо серьезней - их делают здоровыми и сильными. Как? С помощью физического воспитания! Под чутким руководством Нины Васильевны Плехановой и Галины Владимировны Таможниковой молодые ребята уже третий год проходят «курс молодого бойца».

**- Нина Васильевна, расскажите подробнее о вашей экспериментальной группе.**

- Это группа, которая регулярно и целенаправленно занимается силовой подготовкой, а также легкой атлетикой, лыжами, плаванием.

**- В чем же состоит суть эксперимента?**

- В том, что студенты два раза в семестр - в начале и в конце - сдают определенные контрольные нормативы. На основании этих тестов мы делаем выводы, какие показатели стали лучше, какие хуже. Далее подбираем комплексы упражнений, направленные на ликвидацию «слабых» мест.

**- Как вы сами оцениваете свою работу?**

- Результат налицо. На первом курсе смотреть на занимающихся, мягко говоря, страшно. Всегда говорят, ПС - «ботаники», которые только сидят за компьютерами, - ни осанки у них нет, ничего. А сейчас посмотрите - такие бравые ребята, просто орлы!

**- Хотели бы вы создать такую же группу для девушек?**

- Нет, с мальчиками интересней заниматься. Они втягиваются в работу значительно быстрее, у них присутствует соревновательный момент: «А смогу ли я, как он, столько же раз подтянуться?»

Ну и как же не поинтересоваться у самих добрых молодцев, что они думают о таких занятиях?

- Разнообразнейшие упражнения, которых нет ни у каких других групп, заставляют нас выложиться на все сто процентов, но результат того стоит! Прогрессирующих ставят в пример, а слабаков, которые у нас давно вывелись, подгоняют.

- Занятия воспитывают в нас здоровый дух, дух победы, дух единства! У нас есть упражнения сразу для всех, требующие отдачи от каждого. Но мы без проблем работаем в команде, так как знаем, что можно положиться и на того парня, и на того, и на всех. Так что миф о «ботаниках» на ПСе - действительно миф. Приходите к нам на занятия, и вы сами все увидите!

Что ж, после такой беседы мне и самой захотелось походить на такую физкультуру! Тем более что на спортивной площадке царит невероятно дружественная атмосфера. Ребята постоянно пребывают в хорошем настроении, много шутят и, кажется, с такой легкостью выполняют все упражнения, что диву даешься! После всего увиденного и услышанного хочется дать всем молодым людям небольшой совет: «Занимайтесь физкультурой - это здорово!»

**Наталья ЛУКЪЯНЧИКОВА  
Василий ДМИТРИЕВ**