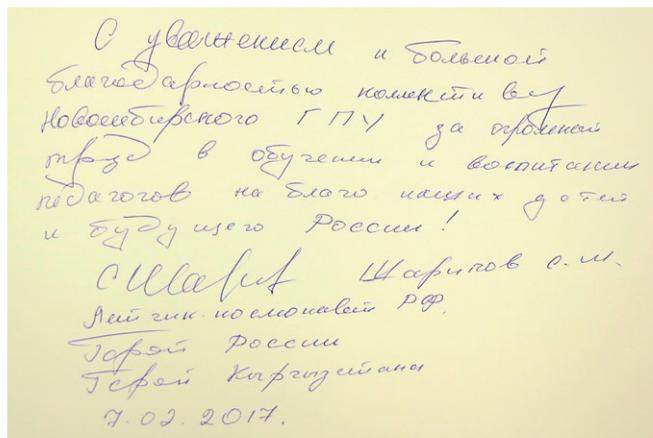




космонавтов и особенностей национальной кухни:

– Еда очень вкусная. Перед полетом космонавтам устраивается дегустация. Мы отбираем несколько вариантов, из



Автор: Сергей Фенчин

КОСМОС НАУЧНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ

День Российской науки в НГПУ отметили встречей с космонавтом, героем России и Кыргызстана Салижаном Шакировичем Шариповым. Космос снова в моде: на развитие космической отрасли работают исследователи в различных отраслях науки, как и много лет назад, когда мечта целого поколения увидеть Землю из космоса стала залогом технического прогресса.

Салижан Шакирович тоже мечтал о покорении неба, поэтому стал курсантом Харьковского высшего военного авиационного училища, где получил диплом летчика-инженера по специальности «Командная тактическая истребительная авиация»:

– Главное верить в свою мечту, много трудиться, и вы обязательно ее достигнете. Свою мечту выйти в открытый космос мне удалось реализовать дважды. Я получил незабываемые впечатления, – вспоминает космонавт.

В отряд советских космонавтов Центра подготовки космонавтов им. Ю. А. Гагарина Салижан Шарипов был отобран в 1990 году. Он прошел полный курс подготовки к полетам на космических кораблях серии «СоюзТМ» и орбитальной станции «Мир». Его первый полет состоялся в 1998 году. Через пять лет в роли командира ППК «Союз ТМА-5» он второй раз преодолел границу земного притяжения.

– К существованию в условиях невесомости человек адаптируется быстрее и легче, – объясняет Салижан Шакирович. – Возвращение из космоса является серьезным испытанием для организма. Это можно сравнить с состоянием чело-

века, страдающего морской болезнью: трудно ориентироваться в пространстве, есть, пить и даже ходить. Первые дни космонавты делают это под

которых формируется меню (оно повторяется через каждые 15 дней). Через месяц полета то, что раньше казалось очень вкусным, приедается. В условиях невесомости нередко меняются вкусовые ощущения, поэтому через два месяца полета бывает очень сложно заставить себя принимать пищу. В одном из полетов нас спасло то, что американский член экипажа взял с собой различные виды соусов. Очень острым соусом мы заправляли все, в том числе и завтраки. Космический полет даже в мелочах проверяет человека на прочность, поэтому космонавт должен обла-

Салижан Шакирович Шарипов:

«Наша планета прекрасна, она невероятно красива. Если бы все люди увидели Землю из космоса, мне кажется, у нас никогда не было бы войн... Оттуда границ не видно, зато отлично заметен тонкий слой атмосферы, который защищает жизнь на Земле. И очень хорошо видно, как плохо люди относятся к природе, можно различить даже нефтяные пятна. Земля – она такая маленькая, хрупкая, красивая, мы должны защищать и беречь ее».

руководством врачей. Такое состояние продолжается недолго, так как космонавты еще во время полета выполняют серию специальных упражнений. Мы каждый день по три часа занимаемся физкультурой. Один из тренажеров – это беговая дорожка. Правда, чтобы не улететь с нее, выполнять упражнения нужно в специальном костюме.

Также студентов интересовал рацион питания космонавтов, который составляется с учетом пожеланий самих

дать силой воли и стремлением достичь поставленной цели.

Сегодня Салижан Шакирович является руководителем Космоцентра в Научно-исследовательском испытательном центре подготовки космонавтов имени Ю. А. Гагарина. Среди его основных задач не только популяризация отечественной и мировой космонавтики, но и обучение школьников на базе центра, подготовка студентов к работе в аэрокосмических организациях.

