

«StreetWorkout» спорт түрі бойынша оқу-жаттығулары өткізілді

Саламатты өмір салтын насихаттау және жастар арасында қолжетімді «StreetWorkout» спорт түрін дамыту мақсатында, 2018 жылдың 6 қыркүйегі күні Қазақстан Республикасы ІІМ Шырақбек Қабылбаев атындағы Қостанай академиясына Қазақстан Республикасының «StreetWorkout» Бас жаттықтырушы Айтым Жакупов және Астана қаласының «BarsBars» командасы «StreetWorkout» спорт түрі бойынша әртүрлі оқу-жаттығуларын оқу ордасының курсанттарына көрсетті.

Академия бастығы полиция генерал-майоры Мирлан Қызылов: «Қазақстан Республикасының «StreetWorkout» Бас жаттықтырушы Айтым Жакупов және Астана қаласының «BarsBars» командасы міне, бүгін Қостанай қаласына «StreetWorkout» спорт түрінің алаңын ашу іссапарына, сонымен қатар біздің жастарымызды спортқа тарту, оған деген қызығушылықтарын арттыру мақсатында келді. Біздің, оқу ордамызда «StreetWorkout» спорт түрімен денелерін шынықтырып жүрген бірталай қыздарымыз бен ұлдарымыз бар. Оған дәлел, жақын арада Астананың төрінде Қазақстан Республикасы Мәдениет және спорт министрі Арыстанбек Мұхамедұлының қолдауымен республикалық «StreetWorkout KZ» спорттық конкурсқа қатысып, республикамыздың түкпір-түкпірінен келген аталмыш үміткерлердің

ішінде оқу ордамызда «StreetWorkout KZ» спорттық шараға жауапты, әрі жаттықтырушы полиция капитаны Аян Шаймұханов Министрдің алғыс хатын иеленді. Біз үшін бұл, үлкен жетістік!

«Елбасының қанатты сезімен айтқанда «білімді, денсаулығы жақсы адамға жеңіске жетеді» дегендей, барлығымыз оқу ордасында білім нәрін иеленіп жүрген курсанттардың бойларында күш-қайрат, қуат-жігер, төзімділік пен шыдамдылықты қалыптастырып, болашақта полиция қызметкерлерінің Отанын, туған жерін қорғау мақсатында, оларды рухани тәрбиелеуіміз қажет».

Спорттық іс-шара барысында Қазақстан Республикасының «StreetWorkout» Бас жаттықтырушы Айтым Жакупов және Астана қаласының «BarsBars» командасы, оқу ордасының «StreetWorkout» спорттық іс-шарасына жауапты, әрі жаттықтырушы полиция капитаны Аян Шаймұхановтың бастауымен курсанттар әртүрлі оқу-жаттығуларын барша курсанттарға көрсетті.

іс-шара соңында, «Қазақстан Республикасының «StreetWorkout» Бас жаттықтырушы Айтым Жакупов Қазақстан Республикасы ІІМ Шырақбек Қабылбаев



атындағы Қостанай академиясының бастығы полиция генерал-майоры Мирлан Қызыловқа алғысын білдірді.

Бүгінгі таңда, «StreetWorkout» спорт түрі әлемге танымал және күннен-күнге осы спортқа баулып, қызығып, жаттығып жүрген жастарымыздың саны да көбейіп жатыр. Осы спорт түрі бойынша талай жастарымыз жеңіске жетіп жүлделі

орындар иеленіп жатыр, бұл біз үшін, қуаныш және біздің жетістіктеріміз, - деді.

Қорытындылай келе, біздің ата-бабаларымыз "тәні саудың – жаны сау" деп бекер айтпаған. Халықтың денсаулығы – ел дамуының аса маңызды тұтқасы, болашағымыздың кепілі. Сондықтан спорттың адам өмірінде алатын орны зор екендігін ұмытпауымыз қажет. Болашақ жастарымыз спортпен шұғылданып, денелерін шынықтырып, спорт жағынан жеңіске жетіп, белестерге жете берсе нұр үстіне нұр жауар!..

Орынбасар УАҚПАЕВА,
Қазақстан Республикасы ІІМ
Шырақбек Қабылбаев атындағы
Қостанай академиясының
баспасөз қызметі

Бақытты отбасы - бақытты ел

Қазақстан Республикасы
Президентінің 2013 жылғы
1 наурыздағы №3827
Жарлығымен қыркүйектің екінші
жексенбісі Отбасы күні болып
бекітілді.

Елбасы Нұрсұлтан Әбішұлы Назарбаевтың: «Отбасы – Отанның ошағы» деген ұлағатты сөзі бар. Отанға деген сүйіспеншілік отбасынан басталады. Туған шаңырақтан алған тәрбие – бұл барша халқымыздың қуатты да табысты болашағының кепілі.

Отбасы күні біздің қоғамда әрқашанда руханилықты, өнегелікті нығайтуға, ерлі-зайыптылар жауапкершілігінің маңыздылығын сөзсіз мойындауға ықпал етеді.

Осы атаулы мерекеге байланысты 2018 жылдың 7 қыркүйегінде Қазақстан Республикасы Ішкі істер министрлігінің Шырақбек Қабылбаев атындағы Қостанай академиясы қызметкерлері отбасыларының қатысуымен тәрбие жұмысы бөлімінің қызметкерлері іс-шаралар ұйымдастырып өткізілді.

Аталған іс-шаралар үш кезеңде ұйымдастырылған: суреттер сайысы, отбасылық эстафета және шығармашылық енерпаздық. Суреттер сайысына Академия қызметкерлерінің 9 жасқа дейінгі балалары «Менің отбасым» деген тақырыптағы үй жұмысын орындау



түрінде қатысты.

Екіншісі отбасылық эстафетасы қызметкерлерінің отбасыларын

Академияның қоғамдық өміріне қатысуға баулу мақсатында спорт кешегінде, әскери және дене шынықтыру кафедрасының ұйымдастыруымен өткізілді. Эстафеталар 6 бөлім мен кафедралар арасында өткізілді. Спорттық жарыстар қатысушылар мен жанкүйерлерді қуаттандырды. Ал, қазылар алқасы «Достық» жеңді деген шешімге келді.

Мерекелік іс-шара Академия қызметкерлері балаларының қатысуымен концерттік бағдарламамен аяқталды. Балалар ата-аналарымен бірігіп аталған іс-шараға әртүрлі билер мен әндер дайындап, үлкен ынталарымен қатысты. Іс-шараның соңында, Академия бастығы полиция генерал-майоры Мирлан Ахмедияұлы Қызылов қатысушы балаларды Алғыс хатпен, ойыншықтармен марапаттап, өз алғысын білдірді.

*Отбасы – жылы ұямыз,
Тірегі – ата-анамыз.
Уыз сүт еміп осында,
Уылжып біздер өсеміз.*

**Д. ӘЛЖАНОВА,
ҚР ІІМ Ш.Қабылбаев
атындағы
Қостанай академиясының
ТЖБ инспекторы
полиция аға лейтенанты**

орыс тілінде аударған, жаңа қазақ-латын алфавитінде диктант жазды.

Ашық сабақ соңында сөз алған қазылар алқасының мүшесі Ардагерлер кеңесінің төрағасы В.Б.Муслиенко жиналғандарды Тілдер мекерекесімен құттықтап, қатысушыларға ризашылығын білдірді. Сайысты қорытындылаған Қостанай қ. ІІБ бастығының орынбасары Б.Қ.Жансүгіров алғысын айтып, топ қатысушыларына «Тіл білгірі», «Тіл жанашыры», «Тіл мерейі» және «Тіл тірегі» атты номинацияларымен марапаттады.

Осындай сайыс түрлері мен ашық сабақтар алдағы уақытта да жалғасын табатынын жеткізді.

**Б. ТҮРКІБАЕВА,
МтБТ маманы**

Спорт – денсаулық кепілі

Қыркүйектің 8-і күні Қостанай қаласында бірінші рет үш қашықтық бойынша қалалық жеңіл атлетикалық жарыс өтті.



Дәстүрлі Денсаулық фестивалі ойдағыдай өтті

Он жылдан бері елімізде тұрғындар арасында спортты насихаттау мақсатында “Денсаулық фестивалі” өткізіліп келеді. Мақсат — жұртшылықтың, бұқара халықтың назарын денсаулықты сақтау мен нығайтуға, салауатты өмір салтын ұстануға өр азаматтың ортақ жауапкершілігіне аудару.

Облыстық денсаулық сақтау басқармасы мен облыстық саламатты өмір салтын қалыптастыру проблемалары орталығының ұйымдастыруымен дәстүрлі шара биыл да жалғасын тапты.

Өткен сенбіде, 8 қыркүйекте А.Байтұрсынов атындағы ҚМУ-дің алаңына жиналған жастар фестиваль аясында ұйымдастырылған спорттық шараларға белсене қатысты. Ал, шараны ашқан облыстық денсаулық сақтау басқармасы басшысының орынбасары Е.Слободонюк мерекеге қатысушыларды құттықтап, жастарға сәттілік тіледі.

Құрметті мерекеге жиналған жастар, қала тұрғындары! Өздеріңіз жақсы білесіздер, жыл сайынғы дәстүрге айналған “Денсаулық фестивалінің” басты мақсаты денсаулықты сақтау мен нығайту, дұрыс

тамақтану тәртібін сақтау, зиянды әдеттерден аулақ болып, салауатты өмір салтын ұстануға шақыру болып табылады. Денсаулық әр адам үшін ең маңызды өрі басты байлық саналады. Сондықтан, аталмыш акцияның кемегімен біз жастарға деніміздің сауболуы тек қана өзімізге байланысты екенін ұғындырғымыз келеді. Жалпы, жастарға айтарымыз денсаулықтарыңызды жас күннен күтіп, зиянды әдеттен аулақ болып, салауатты өмір сүруге талпыныңыздар. Баршаңызға зор денсаулық, жақсы көңіл-күй тілеймін, — деді Е.Слободонюк.

Мерекелік іс-шара

барысында концерттік бағдарлама мен түрлі спорттық шаралар ұйымдастырылды. Спорттық сайыстардың жеңімпаздары облыстық денсаулық сақтау басқармасының кубогымен және медаль, г р а м о т а л а р ы м е н марапатталды. Сондай-ақ, фестиваль барысында қаламыздағы емханалардың дәрігерлері тұрғындардың қан қысымын елшеп, қандағы қантпенхолестеринмөлшерін анықтады. Жиналғандарға мамандар салауатты өмір сүруді насихаттаған тегін ұнпарақтар таратты.

Спортшылар бір, бес және 10 шақырымға жүгіріп, бақтарын сынады. 14 жастағы және одан асқан балалар бір километрге жүгірсе, 5 және 10 шақырым қашықтықтағы абсолюттік біріншілік 15-17, 18-39, 40 және одан жоғары жастағы спортшылар арасында өтті.

Осы шараға қатысқан ҚР ИМ Ш.Қабылбаев атындағы академияның мемлекеттік тіл бөлімшесінің бастығы Құрбанәлі Сегізбайұлы Елмұратов 40 және одан жоғары жастағы спортшылар арасындағы 10 шақырым қашықтықтағы қалалық жеңіл атлетикалық жарыстың абсолюттік біріншілігінде 2-ші орынды иеленіп, Қостанай қаласы әкімдігінің дене шынықтыру және спорт бөлімінің Грамотасымен марапатталды.

Әріптесімізді жүлдесімен құттықтаймыз және денсаулықтың бірден-бір кепілі болып саналатын спортқа өз үлесін қосып, алдағы уақытта да жеңіс тұғырынан керіне беруіне тілектеспіз!

**ҚР ИМ Ш.Қабылбаев атындағы
академияның
мемлекеттік тіл бөлімшесі**

Бетті жүргізуші Мейраш ЖҮНІСБЕКОВ, e-mail: meyrash@mail.ru

Street work out

6 сентября на территории спортивного комплекса Костанайской академии МВД РК имени Шракбека Кабылбаева состоялась встреча спортивной делегации Street work out с руководством и курсантами академии.

Street work out или по-другому уличный фитнес - это трендовое направление в уличной субкультуре и спорте, которое активно развивается в Казахстане. Основные упражнения предполагают использование только собственной массы тела. Главные преимущества этого вида спорта - независимость спортсмена от тренера, спортзалов и уровня дохода. Спортивным снарядом может стать любой городской объект — от специальных площадок и городских парков до скамеек и поручней. Движение Street Work out возникло в 2009 году после того, как Антон Кучумов и Сергей Иванов увидели в Интернете видео с необычными тренировками на уличных спортивных площадках и решили использовать их, чтобы привлечь молодежь к занятиям спортом.

Как отмечает главный предста-

витель Казахстанской федерации по Street work out Айтым Жакупов, данное направление спорта развивается в ускоренном темпе, Казахстан вошел в тройку лидеров по уличному фитнесу. Спорт в первую очередь воспитывает сильный характер, выносливость и силу воли, поэтому это особо культивируется среди курсантов академии. Воркаут преследует цель создания красивого сильного тела и воспитания силы духа у спортсмена. Напомним, что Костанайская академия принимала участие в челендже, который проводился в этом году по всему Казахстану. Для участия в этом состязании подали заявку 167 организаций, в том числе наша академия. По результатам челенджа Костанайская академия МВД РК имени Шракбека Кабылбаева завоевала почетное первое место.

Спортивная делегация, приехавшая к нам в академию, является сборной республики Казахстан по Street work out. Они продемонстрировали мастер-класс по выполнению базовых и сложных упражнений. В



ответ на это выступление курсанты 2-го курса показали свои умения в этом виде спорта. По словам гостей, подготовка наших курсантов в этом направлении их приятно удивила.

В завершение данной встречи Айтым Жакупов пожелал курсантам добиться поставленных целей, дальнейшего продвижения в спорте, крепкого здоровья и будущих побед! Алга, Казахстан!

**Пресс-служба
курсантов академии
Курсант 2 курса
рядовой полиции
Камила ГАРЕЕВА
Курсант 2-го курса младший
сержант полиции
Дана БЕЛЯЛОВА**

Амиржан Жангельдинович более 18 лет своей жизни посвятил службе в правоохранительных органах. А началось все со службы в армии, в 1994 году рудничанина Амиржана Еришева призвали на срочную службу в город Уш-тобе. В армии будущий командир проявил свои лидерские качества, а также показал себя ответственным военнослужащим.

Демобилизовавшись, поступил в пожарную службу. За годы службы был отмечен высокими наградами и поощрениями, а также за образцовое исполнение служебных обязанностей был награжден медалью «Өртке қарсы қызмет органдарындағы мінсіз қызметі үшін» III и II степеней.

Недавно был удостоен нагрудного знака «За вклад в развитие системы чрезвычайных ситуации» Министерства внутренних дел Республики Казахстан.

Командир Амиржан Еришев не раз проявлял храбрость и мужество при тушении пожаров. Так, в январе 2017 года во время пожара в одной из квартир по улице Парковой благодаря умелым и оперативным действиям нашего героя было эвакуировано 13 человек.

Пожарным приходится работать и на головокружильной высоте, и в задымленных подвалах, в условиях высоких температур и в лютый холод, когда мокрая боевка в считанные минуты превращается в ледяной саркофаг. И даже рядовой пожар в обычной квартире сопряжен с огромным риском. Ведь раскаленный газобаллон может в любую минуту разорваться в руках пожарного.

Командир Еришев уверен, что ни один из его не бросит товарища в трудную минуту, не отступит перед огненной стихией и с честью, достойный звания пожарного, исполнит свой долг.

**Пресс-служба ГУ «СП и АСР ДЧС
Костанайской области»**