

## В НОМЕРЕ:

2

Қаныш - дара,  
Қаныш дана қазақта

6

Алматы қаласына  
саяхат

13

Великий сын  
Отечества - Абай

ГАЗЕТА  
ПАВЛОДАРСКОЙ  
ОБЛАСТНОЙ  
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОЙ  
ОРГАНИЗАЦИИ

№№15-16

(420-421)

от 30 августа

2024 года

сeнiң әлeмiн

*Қазақстан Республикасының  
Конституция күні құтты болсын!*







№№15-16  
(420-421)

от 30 августа  
2024 года

МЕРЕЙТОЙ



Баянауыл ауданында қазақ даласының ұлы перзенті Қаныш Сәтбаевтың мерейтойы кең көлемде аталып өтті. Мереке академиктің мемориалдық музейінің алдында Қ.Сәтбаевтың бюстіне гүл шоқтарын қойып, тағзым етуден басталды. Тарихи тұлғалар - Қ.Сәтбаев, Ө.Марғұлан, Ж.Аймауытов және Ш.Аймановқа арналған төрт

Қонақтарға Қ. Сәтбаевқа, Ж.Аймауытовқа, Ө.Марғұлан мен Ш.Аймановқа және Шынар Қоғабайдың киіз үйлердегі көрмелері таныстырылды.

Іс шараның басты сахнасында облыстық Иса Байзақов филармониясының әртістері мен Қазақстан эстрадасының танымал

қорытындысы бойынша суреттер көрмесі қойылды. Балаларға арналған шығармашылық алаңы мен ұстаздардың ұйымдастырған Қаныш Сәтбаевтың еңбек жолына арналған шағын қойылымы көрермендерді тәнті етті. Мереке барысында музыкалық колледждің «Кереку қазынасы» фольклорлық ансамблінің жас әртістері өз өнерлерін паш етті.



кітаптың тұсаукесері болды.

Баянауыл ауылының Мойылды шатқалында этноауыл бой көтеріп, бірқатар іс шаралар өткізілді. Рухани шараға ҚР Парламент Мәжілісінің Төрағасы Ерлан Қошанов, Павлодар облысының әкімі Асайын Байханов, сенаторлар, ғалымдар, жергілікті зиялы қауым өкілдері мен атақты жерлестеріміздің туған-туыстары қатысты. Ерлан Жақанұлы Мемлекет басшысы Қасым-Жомарт Тоқаевтың құттықтау сөзін жеткізді.

әртістері өнер көрсетті. Республикалық ақындар айтысының 2-ші айналымы өтіп, жеңімпаздарға құнды сыйлықтар табысталды. Сондай-ақ, ұлттық спорт түрлері – көкпар, бөйге мен қазақ күресінен жарыстар өтті. Халықаралық қолөнершілер жәрмеңкесі ұйымдастырылды.

Іс шара барысында білім беру басқармасының ұйымдастыруымен «Жер үшін, ел үшін» атты Қаныш Сәтбаевтың шығармашылығына арналған облыстық байқаудың







№№15-16  
(420-421)

от 30 августа  
2024 года

30 августа отмечается государственный праздник - день Конституции Республики Казахстан. Этот день символизирует независимость, единство и стремление к справедливости. Конституция - основа нашего государства, под защитой которой права и свободы каждого из нас.

В 2024 году главному закону нашей страны исполняется 29 лет. Действующая Конституция Казахстана была принята на общенациональном референдуме 30 августа 1995 года. Именно эта дата и считается «днем рождения» закона.

С тех пор в основной закон страны неоднократно вносились поправки – в 1998 году изменения и дополнения коснулись 19 статей Конституции, основной закон меняли в 2007, 2011, 2018, 2019 и 2022 году.

За прошедшее время в документ вносились некоторые корректировки, последние из них были подписаны президентом Касым-Жомартом Токаевым в июне 2022 года после республиканского референдума, который прошел 5 июня. К слову, перемены тогда поддержали, судя по результатам голосования, 77,18% казахстанцев (6 163 516 человек).



Сами поправки выглядели следующим образом:

- Казахстан переходит от

суперпрезидентской формы правления к президентской с сильным Парламентом;

- в Основном законе прописано, что «земля и ее недра, воды, растительный и животный

мир, другие природные ресурсы принадлежат народу»;

- теперь близкие родственники президента не вправе занимать должности политических государственных служащих, руководителей субъектов квазигосударственного сектора;
- казахстанцы могут самостоятельно обращаться в Конституционный суд;
- смертная казнь запрещается. Никто не вправе произвольно лишать человека жизни;
- депутатский корпус Мажилиса будет формироваться по смешанной избирательной системе;
- президентскую квоту в Сенате сократят, квоту АНК в Мажилисе упразднят;
- мажоритарная система позволит отозвать депутата по желанию избирателей;
- исключены положения об особой роли и привилегиях Первого Президента.

С принятием данных поправок, по мнению многих экспертов, республика встала на путь масштабных внутривнутриполитических преобразований.

Источник: kaztag.kz

ТЕМА







№№15-16

(420-421)

от 30 августа  
2024 года

10 тамыз – халқымыздың ұлы ақыны Абай Құнанбайұлының туған күні. Осыған орай ұлт мақтанышы туралы 15 қызықты деректі ұсынуды жөн көрдік.

Ұлы Абай жайында қызықты 10 дерек

алынады. Қарқаралыдағы әлі күнге дейін Құнанбай салдыртқан мешіт қолданыста.

3. Ибраһим – Абайдың шын есімі. «Абай» деп әжесі еркелеткен. Анасының есімі – Ұлжан. Ұлжан – Құнанбайдың екінші

шығарған. Соның бірегейі – «Көзімнің қарасы».

7. Мұхтар Әуезов «Абай жолы» романын 20 жылға жуық бойы жазған. Сондай-ақ бұл роман Лениндік сыйлыққа ие болып, бүкіл өлемге таралды.

– Оспанның қалыңдығы.

10. Абай 16 жасында еке ата-нады. Оның тұңғышы – Ақылбай. Он баланың әкесі атанған Абай алғашқы немересін қолына 36 жасында алады. Оның аты – Әубәкір;

Бәйбішесі Ділдәдан – Ақылбай, Әбдірахман, Кұлбадан, Әкімбай, Мағауия мен Райхан, екінші әйелі Әйгерімнен – Тұрағұл, Мекайыл, Ізқайыл мен Кенже, барлығы 7 ұл, 3 қыз сүйген. Ал Еркежаннан ұрпақ көрген жоқ.

11. Абай болыстық қызмет атқарған. Заңды жетік білген. Ел басқару ісіне 13 жасында араласып, 21 жасында болыс болып сайланады.

12. Абай: «Атадан алтау, анандан төртеу едім». Құнанбай қажының 4 әйелі болған. Бәйбішесі Күңкеден – Құдайберді. Ұлжаннан – Тәңірберді (Тәкежан), Ибраһим, Ысқақ, Оспан. Үшінші әйелі Айғыздан – Халиулла, Ысмағұл туады. Төртіншісі – Нұрғаным. Одан ұрпақ жоқ.

13. 1885 жылы Абай бастаған комиссия үш күн, үш түн 93 баптан тұратын «Семей қазақтары үшін қылмысты істерге қарсы заң ережесін» жазып шығады. Ақынның абыройын асқақтатқан да осы «Қарамола съезі» еді.

14. «Қарамола съезінен» кейін Абайдың дұшпандары тіпті еліре



1. 1845 жылы қазіргі Шығыс Қазақстан облысындағы Семей қаласынан 180 шақырым қашықтықтағы Жидебай қыстағында дүниеге келген. 59 жыл ғана ғұмыр кешкен ақын Шыңғыстауға жақын Жидебайдың маңындағы өз қыстағына таяу тұсқа жерленген.

2. Абай тобықты руынан. Әкесі – Құнанбай Өскенбайұлы өз заманының өте беделді, қоғамдық, саяси қайраткер адамы болған. Аға сұлтан дәрежесінде қызмет атқарған. Ол қажылыққа барып, Меккеде қазақ елінен қажылыққа барғандарға арнап, қонақүй салдырған. Сөйтіп, қонақүй ХХ ғасырдың ортасына дейін сақталып, кейіннен Меккедегі мешітті кеңейту үшін, сатып

әйелі.

4. Ақындық жолға ол 10 жасында түсе бастайды. Ең алғашқы өлеңдерін Көкбайдың атынан жариялаған. Бір деректерде Абай Көкбайдан өз өлеңін бір қараға сатып алғаны айтылады.

5. Абай көзі тірісінде 176-ға жуық өлең жазған. Ең танымалы – «Қара сөздері». 45 қара сөзден құралған бұл шығарманы ақын тоғыз жыл бойы жазған. Шығарма ең алғаш 1918 жылы, өзі өмірден өткен соң 14 жылдан кейін «Абай» журналында жарық көрді. Абай шығармалары әлемнің 60 тіліне аударылған.

6. Хәкімнің ақын, жазушылықтан бөлек, композиторлық қабілеті де болған. Ол 20-ға жуық ән



8. Абай шығармашылығында бітпей қалған поэма «Өзім әңгімесі». Бұл поэманың сюжеті «Мың бір түн» оқиғасынан алынып, қарттан екі рет алданып қалған Өзім туралы таңғажайып оқиғалар туралы баяндалады.

9. Абайдың алғашқы махаббаты – Тоғжан. Бірінші жары Ділдәға 1860 жылы 15 жасында, екінші әйелі Әйгерімге 30 жасында үйленген. Абайдың бірінші әйелі Ділдә, әйгілі Қазыбек бидің шөбересі болып келеді. Өмеңгерлік жолмен алған әйелінің есімі – Еркежан. Ол Абайдың інісі

бастайды. Бұл әрекеттері 1890 жылы асқынып барып, ақынға қастық қылмаққа ұласады. Дұшпандық әрекеттің басында Байғұлақ, Құнту атты жуандар мен 16 атқа мінер тұрған еді.

15. Ахмет Байтұрсынұлы ең алғашқы – Абайтанушы. Ол 1913 жылы «Қазақ» газетінде «Қазақтың бас ақыны» мақаласын Абайға арнап жариялап, «Одан асқан бұрын-соңғы заманда қазақ баласында біз білетін ақын болған жоқ» деген болатын.



# Облыстық экологиялық байқаудың жеңімпаздары анықталды



№№15-16  
(420-421)

от 30 августа  
2024 года

«Жаз - 2024» жазғы жобаясында 2024 жылдың маусым - тамыз айлары аралығында облыстың жалпы орта білім беретін 29 мектебінің, мектепкедейінгі, арнайы және техникалық, кәсіптік білім беру ұйымдарының қатысуымен «Жасыл желек» облыстық байқау-конкурсы өтті. Мақсаты - тәрбие-білім беру үдерісінің тиімділігін арттыруға, балалардың жазғы сауықтыру демалысын ұйымдастыруға ықпал ететін білім беру ұйымдары учаскелерінің эстетикалық жағдайын жақсарту.

Комиссия байқауға өтінім берген аудандық және қалалық білім беру ұйымдарына барып, оларды бағалау критерийлеріне сәйкес бағалады және байқаудың қорытындысын шығарды.

Байқау қорытындысы бойынша жүлделі орындарды 11



ұйымиеленді, 6 номинациялар болды.

Жалпы білім беретін мектептер, арнайы білім беру ұйымдары мен арнайы мектептер арасында бас жүлдені және бірінші орынды 4 мектеп, оның ішінде бірінші орында Павлодар қаласының № 30 мектебі бар.

Екінші орынды 3 мектеп иеленді, оның ішінде Павлодар қаласының М. Әуезов атындағы мектебі.

Үшінші орынды Павлодар қаласының № 6 мектебі иеленді.

Номинациялар 6 ұйымға берілді, оның ішінде «Ұқыпты аула» номинациясын А. Шамке-



нов атындағы мектеп иеленді. Мектепке дейінгі білім беру ұйымдарының арасында 3 жеңімпаз бар, оның ішінде Павлодар қаласының № 24 сәбилер бақшасы екінші орынды иеленді. Айта кету керек, білім беру мекемелеріндегі оқу-тәжірибелік учаскелер балалардың табиғатқа деген қызығушылығы мен сүйіспеншілігін тәрбиелеуге, ауылшаруашылығы дағдыларын игеруге, қоршаған ортаға ұқыпты қарауға ықпал етеді

ҚАЛАМҒЕР ҚАДАМЫ







№№15-16

(420-421)

от 30 августа  
2024 года

## Алматы қаласына саяхат

Аққулы ауданы «Жас саяхатшы» аудандық жобасына сәйкес білім бөлімімен Алматы қаласына көшпелі экскурсия ұйымдастырылды. Тур бағдарламасын «Бес жұлдыз» туристік агенттігі құрастырды. Экскурсияның қалалық бөлігінде: 28 гвардияшы панфиловшылар атындағы саябақ, қасиетті-Вознесен соборы, мемлекет басшыларының аллеясы, қаза тапқан жауынгерлерге арналған мемориалдық кешен, Мәңгілік алау, Орталық мұсылман мешіті, Абай алаңы, Тәуелсіздік алаңы, ҚР үш басты рәмізі, Тәуелсіздік обелискі, Алматы қаласының бас алаңындағы ғимараттар мен құрылыстардың барлық кешені.

Экскурсияның таулы бөлігі: Медеу таулы мұз айдыны, бақылау палубасы, Медеу селден қорғау бөгеті, кейін көк-түбе саябағына көшу, саябаққа экскурсиялық бағдарлама және бақылау палубасынан қаланы қарау.

Шарын шатқалына, Көлсай көліне, Қайыңды көліне шығу. Қара каньонның бақылау палубасына бару кірді.

Тур ақысы ата-аналар мен кәсіподақ жарнасынан төленді. Экскурсияға 15-тен астам балалар мен мұғалімдер қатысты. Бұл ұмытылмас эмоциялар мен әсерлер балалардың жадында мәңгі қалмақ.



## Мәскеудегі халықаралық өнер байқауының жеңімпаздары

Мәскеу қаласында өткен «Шексіз балалықшақ» тақырыбындағы XXVI халықаралық балалар фестивалінің «Шабыт желкендерінің астында» көркем сурет байқауына Павлодар қаласының балалар көркемсурет мектебінің - ЮНЕСКО клубының 37 оқушысы қатысты. Байқау 8 - 10, 11 - 13, 14 - 16 жас арасындағы қатысушылар арасында «Естелік жаңғырық береді», «Қылқалам тынысы», «Ата-бабалардан ұрпаққа», «Түстер мерекесі. Көркемдік экспромт», «Сұлулық пен ептілік», «Дос қасыйлық», «Қолөнер сиқыры» номинациялары бойынша өтті.

Байқау қорытындысы бойынша павлодарлық жас суретшілер 23 жұлделі орынға ие болып, түрлі деңгейдегі байқау дипломдарымен марапатталды. Байқаудың жеңімпаздары: Абдулқаюмова Дарина, 14 жаста, гуашь техникасындағы «Күзгі аула» суреті үшін, Бауыржан Азиза, 16 жаста, акварель техникасындағы «Өтекешев Қарасай Аспанбетұлы туралы естелік» суреті үшін, Шандрон Милена, 13 жаста, гуашь техникасындағы «Шілтерлі ертегі» суреті үшін, педагогтері Бамбуляк Анжелика Николаевна, Рейн Светлана Евгеньевна, Кисамиде-

нова Алтын Ибраевна. Екінші орынды 12 оқушы иеленді - Аубакир Рашида, 15

Екатерина, 13 жаста, Пономарева Снежана, 11 жаста, Портяник Дарья, Сердюкова Анастасия, 13



жаста, Колесникова Милана, 8 жаста, Коноваленко Милана, 11 жаста, Ланина Мария, 12 жаста, Макеева Амира, 15 жаста, Шустова Полина, 9 жаста, Олейник

жаста, Прилуцкий Маргарита, 14 жаста, Репина Виктория, 14 жаста. Олар акварель мен гуашь техникасында, аппликация мен кестелеуде, аралас техникада орындалған

Ұлы Отан соғысы батырларының жеңістері, қазақ халқының мәдени дәстүрлері мен ежелгі қолөнері туралы жұмыстарын ұсынды. Педагогтері Аткина Анна Валерьевна, Ахметжанова Татьяна Васильевна, Мұхаметқалина Гүлнара Мерғалиқызы, Шушаев Шамиль Рақымбекович, Масленникова Инна Владиславовна, Даутов Батыр Маратұлы, Сидоренко Оксана Валерьевна, Решетова Наталья Владимировна, Кузнецова Лариса Алексеевна.

Үшінші орынды мектептің 9 оқушысы иеленді. Балыкова Карина, 8 жаста, Кабир Дания, 14 жаста, Прокофьева Радмила, 12 жаста, Султанова Мариям, 10 жаста, Өмірбек Дамеля, Лазарев Олег, Петлиц Стефания, 9 жаста, Нұрымбек Назлы, Чернова Вера, 8 жаста. Олар сұлулық пен ептілік, достық және достастық қарым-қатынас туралы, графика техникасында орындалған өнерді түсіну қаншалықты маңызды екендігі туралы жұмыстарын ұсынды. Педагогтері Магзамова Ляля Мүкәрәмқызы, Шушаев Шамиль Рақымбекович, Масленникова Инна Владиславовна, Сидоренко Оксана Валерьевна, Решетова Наталья Владимировна.





№№15-16  
(420-421)

от 30 августа  
2024 года

ЖАСТАР ЖӘНЕ ТУРИЗМ

## Халықаралық туристік слеттің қорытындысы

Баянауыл ұлттық паркінде 2024 жылғы 21 - 24 тамызда «Ертіс меридианы - 2024» халықаралық туристік слеті өтті. Қазақстан мен Ресейдің 16 өңірінен 16 - 18 жас аралығындағы 80-нен астам туристер қатысты. Павлодар қаласын бөлімінің балалар-жасөспірімдер экология және туризм орталығының «СЮТур» балалар-аула клубының командасы «Искра» туристік клубының 6 тәрбиеленушісі таныстырды. Орталықтың педагогі Кенжин Рустам Айтанұлы жетекшісі болып табылады. Слетті Павлодар облысының дене шынықтыру және спорт басқармасы ұйымдастырды.

Төрт күн бойы қатысушылар «Кросс-жорық», «Тау-кентехникасы», «Эстафета», «Құтқару жұмыстары», «Фотография»,

«Бард әндері» сайыстарынан бақ сынасты.

Жарыстың бірінші күні «Кросс-жорық» қашықтығында қатысушылар таулы және сулы жерлерде 15 кезеңнен өтті. Қашықтықтың қорытындысы бойынша Павлодар командасы бесінші орынды иеленді. Кешке қатысушылар гитарада ән тыңдады – бұл ән мен дыбыстың бөлек әлемі. Павлодарлық бардтар финалға шығып, үшінші орынға ие болды.

- Балалар үлкен бәсекелестік тәжірибе мен жағымды эмоциялар алды. «Құтқару жұмыстары» бойынша қашықтықта – тоғызыншы орын, «Эстафета» - жетінші орын, «Фотография» бойынша төртінші орынды иелендік, - дейді Рустам Айтанұлы.



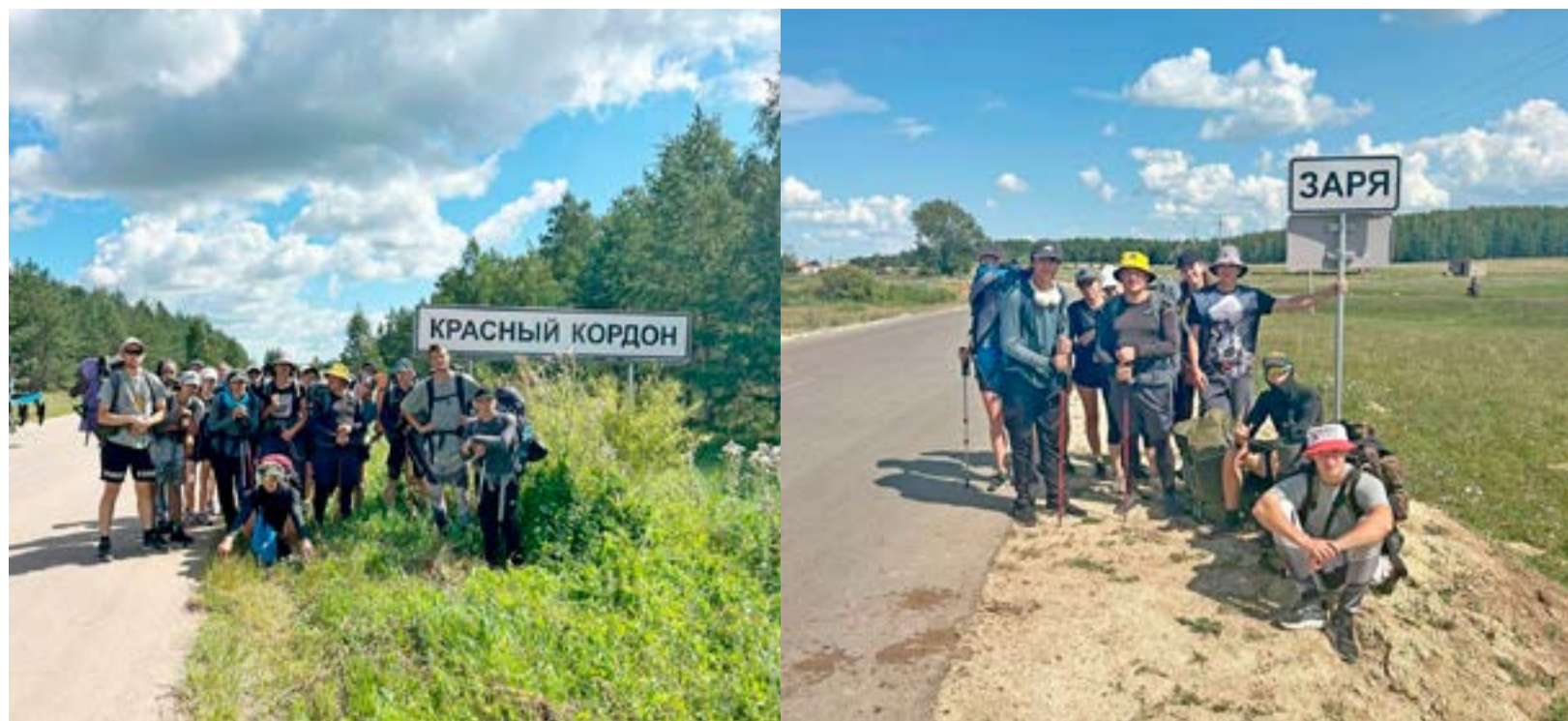


# Қаланың жас туристері жаяу экскурсияға ШЫҚТЫ



№№15-16  
(420-421)

от 30 августа  
2024 года



Сабәқ бағдарламасына сәйкес Павлодар қаласы білім беру бөлімінің балалар-жасөспірімдер экология туризм орталығынан 23 жас туристер Ағалаков Сергей Николаевич, Ридзаускене Ирина Валерьевна, Ридзауска Владислав Юрьевичтің жетекшілігімен қиындықтың бірінші санатына жататын республикалық жаяу экскурсияға қатысты. Мақсаты – туристік жарыстардың қорытындысын шығару, жазғы бос уақытты ұйымдастыру, салауатты өмір салтын сақтау.

Бес күндік жаяу экскурсия солтүстік Қазақстан облысының Шалқар ауылынан басталып, Ақмола облысының Зеренді ауылынан аяқталды. Қатысушыларға оқу жылы бойы жарыстарда қол жеткізген бәсекелестік артықшылығын растау үшін кубок ұпайларына арналған 103 шақырымды бағындыру туралы нақты мақсат қойылды. Павлодарлық жас туристердің жүру қарқыны Шалқар ауылынан Лобаново, Имантау, Белый, Красный Кордон көлдерінің бойымен Ульгилендік шатқалынан Зеренді ауылына дейін 4,2 - 4,6 км құрады.

- Жаяу серуендеу тауға шығу сияқты емес. Тауда көбінесе жоғары немесе төмен жүресіз, әр түрлі бұлшықет топтары жұмыс істейді, мұнда олар үнемі түзу қатты асфальтпен, ұсақ тастармен жүрді. Алғашқы күндер 25-тен 35 шақырымға дейін өтті, қалған 12 шақырым екі жарым сағатта өтті, - дейді Ш.Шөкин атындағы гимназия-мектебінің 8-сынып оқушысы, жас турист Ридзаускайте Валерия.

- Жалпы, жаяу жүру бойынша төрт деген беруге болады. Таулар біздің жүрегімізге жақын. Бірақ мұнда да оң әсер алып, жаяу жүргіншілер туризмі дағдыларын игеру орын алды, - дейді Сергей Николаевич Ағалаков





## Оразаның пайдасы

Дұрыс тамақтану тақырыбын оразаның адам ағзасына пайдасымен өрбітсек. Оразаның пайдасы жайлы зерттеулер көптеген ғылыми жұмыстармен дәлелденді. Оразаны бір жағы емдік мақсатта ашығу деп баламаласақ, оның тарихы тереңде жатыр. Аштықпен емделудің бұл үрдісін алғашқы дәуірлерден қазбаласақ, Көне Рим мен Грек ойшылдары, Ежелгі Мысырдың дін қызметкерлері мен Вавилонның патшалары, парсылар, үнді абыздары, скандинавия түбегінің жұрты, Қытай мен Тибет тақуаларының барлығында дерлік ашығу әдісі кездеседі. Тіпті Гиппократ пен ибн Сина сынды медицина ғылымының құрылыстарының еңбектерінде де ашығу жайлы ғылыми трактаттар жазылған. Бұл – тарихи болжам.

Ал діни тұрғыда, әлемдік діндерде ораза деген ұғым бары бәріне белгілі. Інжіл кітабының өзінде 74 рет айтылған деседі. Тіпті батыл (ойдан шығарылған) діндердің өзінде ашығу жайлы айтылған. Фэлсафада (философия) аскетизм мен даналықтың алғышарттарына ашығу кіреді. Аштықпен емдеу сынды ғылыми әдістер ХХ ғасырда ғана медицина маңына жақындаған.

Ашығып емделу әдісінің тарихына зер салсақ, альтернативті (жанама) медицинамен айналысқан алғышарттардың бірі – америкалық натуропат П.Брэгг. әрине, ресми медицина мамандары ашығумен емдеу ұстанымындағы бұл кісіге үрке қараған, қарайды да. П.Брэггпен қатар Ю.С.Николаев сынды орыс ғалымдары да КСРО заманында «арышту-диеталық терапиясын» талдап, ғылыми тұрғыда оразаға балама ойлап тапқан.

«Ашыққан адамға дәрігердің де, тәжірибелі адамның да қажеті

жоқ, ашыққан адам өзін-өзі басқара білуі қажет», - дейді Брэгг.

«Адамдар өздерін дұрыс тамақтанбай өлтіреді», - деп «Чудо голодания» кітабында Поль Брэгг айтпақшы, аузымыз бен асқазанымызға бір уақыт тыным берсек, ағзамыз демалып, көптеген аурулардан айығар едік.

Ресми медицина өкілдерінің қатарында ашығуға сыни көзқарас біршама қалыптасқан. Ашығумен, оразамен емдейтіндердің өздері былай дейді: «ашығуға қарсы шығатындардың көбі өмірінде ашығып та, аш қалып та көрмегендер».

Шынымен де, 2016 жылдың басты жаңалығы медицина мамандарын елең еткізген оқиға ораза жайлы еді, яғни ашығудың пайдасын ғылыми дәлелдеген Токио Технологиялық университетінің жасушалы биология маманы, жапон ғалымы Ёсинори Осуми Нобель сыйлығының лауреаты атанды. Оның зерттеген тақырыбы ораза төңірегінде болған. Ғылыми жұмысының ең негізгі дәйегі «autophagy».

Аутофагия – қоқыстардан құралған жасушаның қажетсіз бөліктерін өңдеу немесе утилизация жасау. Бұл үдеріске қойылған термин екі грек сөзінен тұрады: «өзі тамақтану» немесе «өзі қоректену» деген мағынаны білдіреді. Сонымен лауреаттың ашқан жаңалығы мынаны дәлелдейді. Ашығу, яғни ораза ұстау расында ішкі ағзаны тазалайды. Жаңалық Нобель комитетімен дәлелденген. Сөйтіп, нобель емдәмі (диета) деген атаумен диетологияға енді. Емдәм (диета) интервалдық ораза деп те аталады. Мұндай диетада аутофагия немесе жасушалардың табиғи қалпына келу процесіне (регенерация) баса назар аударылады. Бұл емдәм тағамдары

калориялардың азаюын ынталандырады, дұрыс тамақтануға бағыттайды. Нәтижеде, организм өзіне қажетсіз нәрселерді. Токсиндерді, қалдықтарды, шлактарды, ақуыздарды «жей» бастайды, осылайша ағзада толықтай тазару жүреді. Ең бастысы, адам 2 сағат бойы тамақтанбауы керек, әсіресе, күндізгі уақытта, сонда ағзаға ашығудан пайдалы әсер (эффект) болады.

Ғалымдардың пікірінше, адамдардың қатерлі ісік пен альцгеймер ауруымен күрес әрекетінде де осы аутофагия қолданылуы мүмкін. Аш ағза рақ клеткаларын жей бастайды. Сондай-ақ зерттеу нәтижелері бойынша мұндай диета өмірді ұзартып, науқастың әл-ауқатын жақсартатыны белгілі болды.

«Лизосома» мен «фагосома» сынды терминдер әлдеқашан қалыптасып, ғылымға еніп қойғанымен, механизмі әлі де толық емес, шала еді. Бірақ жапон ғалымы бұл процесті жиырмасыншы ғасырдың соңғы ширегінде зерттеп бастаған екен. Тоқсаныншы жылдары осы механизмді нақты, көрнекі түрде әлем назарына көрсеткен.

Ал дәл осы уақыттан 14 ғасыр бұрын иісі мұсылманға құлшылық жасап, сауап жинау тұрғысынан ауыз бекіту парыз етілді. Парыз оразадан бөлек Пайғамбарымыздың сүннет оразалары бар. Соңғы жаңалықтарға зер салар болсақ, америкалық мамандар айына бірнеше мәрте, ал аптасына екі рет ашығудың он әсері барын дәлелдеді. Зерттеу көрсеткендей, аптаның дүйсенбі және апта ортасы бейсенбі күндері ас-ауқаттан бас тартқан адамдар ауру-сырқау ықтималдығын едәуір азайтады екен. Атап айтқанда, жүрекқан тамырлары ауруларының

белең алу қаупі 40%-ға азайса, демікпесі бар науқастарда демікпе қайталануы төмендейді.

АҚШ-тың Мюрредегі кардиология институтының ғалымдары мерзімді ораза диабетті болдырмауға көмектесетінін анықтады. Олар ораза кезінде май жасушаларындағы зиянды холестерин энергияға айналады деп тапты. 10-12 сағаттан кейін адам денесіндегі аштық альтернативті көздерден алынатын энергияны тұтына бастайды.

Ең қызығы, жан-жануарлар ауырса не ағзалары зақымданып жараланса, ашығып емделеді. Оған мысалды жыртқыш аңдар мен жабайы жануарлар, хайуанаттар мен құстардан байқауға болады екен.

Француз биологі, ішкі ағзалар бойынша білікті дәрігер болған, Нобель сыйлығының лауреаты алексис Каррель өзінің «Белгісіз адам» еңбегінде: «Адамдар барлық ғасырда ораза тұтқан. Сондай-ақ барлық діндер ас-судан тыйылып, ораза ұстауға шақырудан ешқашан тыйылған емес. адам ауыз бекіткенде бүйректің қант қимылдайды, онымен бірге тері астындағы майлар да қимылдап, ериді. Ішкі ағзалар мен жүрек бір қалыпты жұмыс істеуі үшін барлық организм өзінде сақталған қордан қажетті энергия жұмсай бастайды», - деп оразаның пайдасын ғылыми тұжырыммен дәлелдеп кеткен.

**баспаға әзірлеген**  
**Бегімхан Ибрагим**  
**(КЕРІМХАНҰЛЫ)**  
**Ақсу қаласының Абай**  
**атындағы №2 ЖОББ**  
**мектептің қазақ тілі мен**  
**әдебиеті мұғалімі**  
**Павлодар облысы**  
**Қазақстан Журналистер**  
**Одағының мүшесі**

## Бабадан қалған асыл сөз

Ел қалаған ұл-қыздар,  
Ел көгінде жұлдыздар.  
\*\*\*

Жақсылық қылсаң халыққа,  
Бір қайырымын аларсың.  
Жамандық қылсаң халыққа,  
Жапанда жалғыз қаларсың.  
\*\*\*

Елді тастап, шетке кетпе,  
Шетке кетсең де, көпке кетпе.  
\*\*\*

Халықтан – қайырымдылықты,  
Қариядан байымдылықты  
үйрен.  
\*\*\*

Өнерлі елдің оты сөнбес.  
\*\*\*

Ынтымақ – бұзылмайтын  
қорған,  
Қосылып екен ағаш – орман.  
\*\*\*

Ауыл болсаң, қауым бол.  
\*\*\*

Алтау ала болса, ауыздағы  
кетеді,  
Тәртеу түгел болса, төбедегі

келеді.  
\*\*\*

Ұрыс ырысты қашырап,  
Ынтымақ белге асырап.  
\*\*\*

Көп ел – сарқылмас көл.  
\*\*\*

Ынтымақсыз елді – ұрысы  
билейді,  
Ынтымақты елді – дұрысы  
билейді.  
\*\*\*

Тату елдің тамағы таусылмай-  
ды.  
\*\*\*

Туған жер – тұғырың,  
Туған ел – қыдырың.  
\*\*\*

Жер – ырыстың кіндігі.  
\*\*\*

Ер жақсысы елін сағынар,  
Ат жақсысы атын сағынар.  
\*\*\*

Жер тоймай – ел тоймайды.  
\*\*\*

Жері азған елде тоқшылық  
болмайды,  
Ері ынтымақты елде  
жоқшылық болмайды.

**бетті әзірлеген**  
**Бегімхан Ибрагим (КЕРІМХАНҰЛЫ)**  
**Ақсу қаласының №2 ЖОББ мектептің қазақ тілі**  
**мен әдебиеті мұғалімі**  
**Павлодар облысы**  
**Қазақстан Журналистер Одағының мүшесі**

Халық емі

## Күзгі жапырақты тастамаңыз

Бұл рецепт алғаш оқығанда ол таң қалды. Күзгі жапырақта көп шипа бар деп кім ойлаған?

Үйеңкінің (клен) сарғайып, жерге түскен жапырағынан 270

нут қайнатып, сыртын жылы орап, 15 минут тұндырады. Сосын сүзіп алсаңыз, дәрі дайын. Стаканның үштен біріндей мөлшерде күніне 3 рет, астан 15 минут бұрын ішеді.



дана керек. Ағаштан жұлып алуға болмайды, ол міндетті түрде өзі түскен болу керек. Жапырақты ағын суға шайып, жіпке тізіп, кептіреді. Мұқият қаттап, пакетке салып қойсаңыз, бірнеше ай бойы үзбей емге қолдануға қолайлы.

Әр күні үш дана жапырақ. Оны эмаль ыдысқа салып, 2 стакан су құяды. Баяу отта асықпай қыздыра отырып, 2 ми-

Бір ай ішіп, 2 апта демалу арқылы үш емдік курс жасалуы тиіс.

Бұл рецепт ол ресейлік «ЗОЖ» сайтынан оқыды. Жапырақ қайнатып ішуге сенгісі келмеді. Бірақ «Орман рецепті» деп аталатын осы емді көп адам мақтап жазыпты. Үйеңкінің күзгі жапырағы тізесі ауыратындар үшін үлкен көмек көрінеді.







№№15-16  
(420-421)

от 30 августа  
2024 года

Основой воспитания признается национальный идеал гармонично развитого человека «Толық адам», воплощающий в себе идею единства обучения, воспитания и развития. Суть воспитания заключается в создании

ны методические и раздаточные материалы по проектам «Ұлттық ойын – ұлт қазынасы», «Өнегелі 15 минут», «Үнемді тұтыну», «Smart bala», «Еңбегі адал – жас өрен».

О том, как организовать меро-



условий для формирования личностных качеств обучающихся на основе национальных и общечеловеческих ценностей. Ценности представляют собой устойчивую убежденность обучающегося в предпочтении определенного способа действия и являются фундаментом, на котором строится процветание, как отдельного человека, так и всего общества. Они оказывают значительное влияние на формирование мировоззрения подрастающего поколения и на соблюдение этических норм.

Каждая ценность системно отражена в учебно-воспитательном процессе. Заместители директоров по воспитательной работе района Аққулы рассмотрели и обсудили вопросы организации воспитательного процесса путем практических занятий мероприятий которые будут включены в процесс в новом учебном году.

Педагогами были разработа-

ны условия для формирования личностных качеств обучающихся на основе национальных и общечеловеческих ценностей.



## Областной семинар

Согласно плану работы методического кабинета отдела образования района Аққулы прошел областной семинар для школьных психологов и классных руководителей.

В семинаре приняла участие руководитель Центра психологической поддержки Павлодарской области Шамсутдинова Валентина Юрьевна. Ею были раскрыты такие актуальные темы как

«Профилактика буллинга среди несовершеннолетних»; «Групповые и индивидуальные техники работы с учащимися». Был выстроен алгоритм выявления учащихся группы суицидального риска с помощью методических диагностик.

Каждый педагог мог для себя взять полезное и пропустить через себя путем практических занятий и тренингов. Практиче-



ской беседе со своим ребенком на одну из актуальных нравственных тем, о формировании бережного отношения к природным ресурсам путем каждодневных действий по потреблению воды, пищи, энергии и природных ресур-

сов через памятки, инструкции и флаеры.

В конце семинара педагоги обменялись своим опытом через цифровые ресурсы.

*Асем Оспанова*



ские занятия были проведены на сплоченность в коллективе, при создании конфликтной ситуации, раскрыты степени риска выявления учащихся группы суицидального риска с помощью диагностических методик.

В конце семинара педагоги могли индивидуально получить консультацию а также полезную информацию для работы.

*Асем Оспанова*







№№15-16  
(420-421)

от 30 августа  
2024 года

ЭТО ИНТЕРЕСНО

## 10 интересных фактов о Земле

Планета Земля, кроме того, что является домом для человечества, еще и единственное известное место во Вселенной, где есть жизнь. Каждый год люди узнают что-то новое о Земле, и даже самый старый в мире человек не знает всех ее тайн и загадок. Журнал Universe Today предложил читателям 10 интересных и малоизвестных фактов о Голубой планете.

1. Твердь земной коры относительно. Поверхность планеты на самом деле состоит из литосферных плит, находящихся в постоянном движении. Тектонические плиты плавают на поверхности содержащейся в ядре Земли магмы. Именно тектоника несет ответственность за землетрясения,

она получила свое второе имя – Голубая планета. Оставшиеся же 30% занимает так называемая континентальная кора со средней толщиной 35–45 км, достигающей до 75 км под горными массивами. Поднятие уровня Мирового океана, происходящее в результате глобального потепления и таяния ледников, – один из главных поводов для беспокойства человечества. Возможно, скоро процентное соотношение суши и воды придется пересмотреть.

5. Земная атмосфера простирается на расстояние до 10 тыс. км. Состоит атмосфера из нескольких слоев: тропосферы, стратосферы, мезосферы, термосферы и экзосферы. На расстоянии до 50 км от поверхности она более плотная, и по мере удале-

ние полетит свое второе имя – Голубая планета. Оставшиеся же 30% занимает так называемая континентальная кора со средней толщиной 35–45 км, достигающей до 75 км под горными массивами. Поднятие уровня Мирового океана, происходящее в результате глобального потепления и таяния ледников, – один из главных поводов для беспокойства человечества. Возможно, скоро процентное соотношение суши и воды придется пересмотреть.

7. Вращение Земли вокруг своей оси на самом деле занимает не 24 часа. Полный оборот пла-

получится как раз 24 часа.

8. Длительность земного года составляет вовсе не 365 дней. Цифра эта в реальности выглядит так: 365,2564 дня. Эти дополнительные 0,2564 дня приводят к появлению раз в четыре года високосного года, в котором 366 дней. Исключением из этого правила является, если год делится на 100 (1900, 2100 и т. д.), и если он при этом не кратен 400 (1600, 2000 и т. д.).

9. Известно, что у Земли есть одна луна с незатейливым названием Луна. Это единственный спутник нашей планеты. Между тем существуют астероиды, орбита которых схожа с орбитой Земли, – Круитни (3753 Cruithne) и 2002 AA29. Они принадлежат к классу астероидов, сближающихся с Землей (АСЗ). Диаметр астероида Круитни составляет 5 км, и иногда его называют «второй луной». Несмотря на схожесть орбит, у Круитни свой уникальный путь вокруг Солнца. Диаметр 2002 AA29 составляет всего 60 м, и его орбита вокруг Земли имеет форму лошадиной подковы, каждые 95 лет приближая его к нашей планете. Примерно через 600 лет он может стать квазиспутником Земли, что, по мнению ученых, делает астероид перспективным для исследований.

10. Земля – единственная на сегодняшний день известная планета, на которой есть жизнь. Это так, несмотря на открытие воды и органических молекул на Марсе, аминокислот в космических туманностях, перспективы существования жизни под ледяной коркой луны Юпитера Европы или на сатурнианском Титане. Но если жизнь на других планетах есть, эксперименты и научная работа обязательно помогут ее найти. Например, NASA объявило о создании проекта NExSS. Его целью является обработка данных, присылаемых космическим телескопом «Кеплер» и другими схожими аппаратами, а также изучение экзопланет. Но, по сути, проект предназначен для поисков внеземной жизни. И все же, желая



извержения вулканов, океанские впадины и собственно субдукцию, когда одна плита заходит под другую, в результате чего образуется новая земная твердь. А еще тектоника спасает Землю от парникового эффекта: организмы умирают и выделяют углекислый газ. Если бы они не поглощались землей, это привело бы к критической массе углекислого газа в атмосфере. Земля бы разогрелась и превратилась в ад.

2. Земля на самом деле не шар. Такое название для геометрической формы нашей планеты является научным консенсусом. В действительности Земля имеет форму сплюснутого шара – сжатого сфероида, или геоида. Сплюснута планета в направлении полюсов, а ее радиус в районе «тали» на 21 км больше. Этим, кстати, объясняется и другой интересный факт: величайшей горной вершиной в мире, с учетом формы Земли, является не Джомолунгма (или Эверест), как принято считать, а неактивный вулкан Чимборасо в Эквадоре.

3. Земля состоит из железа, кислорода и кремния. Если планету разделить по ее составу, выглядеть этот ряд будет так: 32,1% железа, 30,1% кислорода, 15,1% кремния и 13,9% магния. При этом большая часть железа фактически находится в земном ядре – 88%. Что касается земной коры, то в ней больше всего кислорода – 47%.

4. 70% поверхности Земли не является землей. Это вода. Когда впервые люди посмотрели на Землю из космоса, именно тогда

ния от нее плотность и давление уменьшаются. Фактически 75% земной атмосферы содержится в первых 11 км от поверхности планеты. Экзосфера – самый высокий слой – является «воротами» в космическое пространство, где атмосферы нет вообще. Экзосфера

занимает 23 часа, 56 минут и 4 секунды. Это и есть звездные сутки, как их называют астрономы. Мы можем решить, что в таком случае сутки на самом деле на 4 минуты короче, время это будет накапливаться, и спустя несколько месяцев день станет но-



в основном состоит из водорода с очень низкой плотностью, гелия и ряда тяжелых молекул – азота, кислорода и углекислого газа.

6. Расплавленное «железное» ядро Земли создает магнитное

поле, а ночь – днем. Но не стоит забывать, что Земля вращается вокруг Солнца. А само Солнце постоянно сдвигается со своей позиции примерно на один градус. Если эти два движения сложить,

ученым удаchi в поисках, пока приходится признавать, что Земля – единственное место, пригодное для жизни. И это самый главный факт в ее истории.

Источник: [dzen.ru](https://zen.yandex.ru/)



№№15-16  
(420-421)от 30 августа  
2024 года

Скоро Ваш ребенок переступит порог школы, что существенно изменит всю его привычную жизнь. Переход из детского сада в школу – важная ступень в жизни каждого ребенка. Оказываясь в новых социальных условиях, дети часто боятся к ним не готовы, что, сказывается на их эмоциональной сфере. Поэтому важно, готовить ребенка к школе, ведь все, чему вы научите его сейчас, поможет ему быть успешным в школе.

Совет 1. Заранее познакомьтесь со школой, условиями обучения и учителем.

Совет 2. Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретится в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.

Совет 3. Выделите ребенку место для занятий дома.

Совет 4. Поддерживайте в ребенке его стремление стать школьником.

Совет 5. Избегайте чрезмерных требований к ребенку.

Совет 6. Составьте вместе с будущим первоклассником распорядок дня и следите за его соблюдением.

Совет 7. Приучайте ребенка содержать в порядке свои вещи и школьные принадлежности.

Совет 8. Ребенок имеет право на ошибку. Поэтому не относитесь к его первым неудачам как к краху всех ваших надежд. Помните: ему очень необходима ваша помощь и

### протекал более успешно

Главная забота родителей в этот период – поддержание у ребенка интереса и стремления учиться, узнавать новое. Это, несомненно, положительным образом сказывается на развитии познавательных процессов ребенка.

1. Сдерживайтесь и не ругайте школу и учителей в присутствии ребенка.

2. Никогда не сравнивайте ребенка с одноклассниками, как бы они ни были вам симпатичны. Вы любите ребенка таким, какой он есть.

3. Будьте последовательны в своих требованиях. Если хотите, чтобы ребенок рос самостоятельным, не спешите предлагать ему помощь, дайте возможность почувствовать себя повзрослевшим.

4. У вашего ребенка что-то не сразу получится – относитесь к этому с пониманием.

5. Старайтесь честно и терпеливо отвечать на вопросы ребенка.

6. Каждый день находите время, чтобы побыть наедине со своим ребенком.

7. Учите ребенка свободно и непринужденно общаться со сверстниками и взрослыми (в разумных пределах).

8. Постоянно подчеркивайте, что вы им гордитесь.



поддержка.

Совет 9. Не пропустите первые трудности в обучении. Обращайте внимание на любые затруднения, особенно если они становятся частыми.

Совет 10. Не перенагружайте ребенка учебой. У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игр.

И помните: самое главное - верить, что у сына или дочки все сложится ХОРОШО!!!

**Чтобы период  
школьного  
обучения**

9. Дозируйте нагрузку, чтобы не было переутомления. Ребенок должен иметь возможность гулять, отдыхать, делать уроки без спешки.

10. Помните, что ребенок может концентрировать внимание не более 10-15 минут. Поэтому через каждые 10 – 15 минут необходимо прерываться и обязательно давать малышу физическую разрядку. Общая длительность учебных занятий дома не должна превышать одного часа, а компьютер, телевизор и любые занятия, требующие большой зрительной нагрузки, должны продолжаться не более часа в день.

11. И вообще, иногда ставьте себя на место своего ребенка, и



тогда вы сможете понять, как вести себя с ним.

### Психологические рекомендации родителям первоклассников

1. Будьте ребенка спокойны. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос. Не подгоняйте его с утра, не дергайте по пустякам, не укоряйте за ошибки и оплошности, даже если вчера предупреждали.

2. Не торопите. Умение рассчитывать время — ваша задача, и, если она вам плохо удается, — это не вина ребенка.

3. Не отправляйте ребенка в школу без завтрака, до школьного завтрака ему придется много поработать.

4. Ни в коем случае не предупреждайте на прощание: «Смотри, не балуйся!», «Веди себя хорошо!», «Чтобы сегодня не было плохих отметок!»... Пожелайте ребенку удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов: у него впереди трудный день.

5. Забудьте фразу: «Что ты сегодня получил?» Встречайте ребенка после школы спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться, вспомните, как вы сами чувствуете себя после тяжелого рабочего дня, многочасового общения с людьми. Если же ребенок чересчур возбужден, если жаждет поделиться чем-то, не отмахивайтесь: это не займет много времени.

6. Если видите, что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, пусть успокоится, тогда и расскажет все сам.

7. Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать ребенку взбучку. Постарайтесь, чтобы ваш разговор с учителем происходил наедине. Кстати, всегда нелишне выслушать обе стороны и не торопиться с выводами.

8. После школы не торопитесь сажать ребенка за уроки, надо два - три часа отдохнуть для восстановления сил. Лучшее время для приготовления уроков - с 15 до 17 часов.

9. Не заставляйте первоклассника делать все уроки за один присест, после 15-20 минут занятий необходимы 10-15 ми-

нутные «переменки», лучше, если они будут подвижными.

10. Во время приготовления уроков не сидите у малыша над душой, дайте ему возможность работать самому, но, если нужна ваша помощь, наберитесь терпения. Спокойный тон, поддержка, похвала (даже если не очень получается) - необходимы.

11. В общении с ребенком старайтесь избегать условий: «Если ты сделаешь, то...». Порой условия становятся невыполнимыми вне зависимости от ребенка, и вы можете оказаться в очень сложной ситуации.

12. Постарайтесь найти в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребенку, не отвлекаясь на домашние заботы, телевизор, общение с другими членами семьи. В этот момент важнее всего для вас должны стоять его дела, заботы, радости и неудачи.

13. Выработайте единую тактику в семье, свои разногласия по поводу педагогических приемов решайте без ребенка. Если что-то не получается, посоветуйтесь с учителем, врачом, психологом, просматривайте литературу для родителей: там вы найдете много полезного.

14. Во время учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление, снижена работоспособность. Это первые 4-6 недель для первоклассников (3-4 недели для учащихся 2-4 классов), конец второй четверти (примерно с 15 декабря), первая неделя после зимних каникул, середина третьей четверти. В это время надо быть особенно внимательными к состоянию ребенка.

15. Не отмахивайтесь от жалоб ребенка на головную боль, усталость, плохое состояние. Чаще всего это объективные показатели трудности учебы.

16. Учите, что даже «совсем большие» дети очень любят сказку перед сном, песенку и ласковое поглаживание. Все это успокаивает их, помогает снять напряжение, накопившееся за день, спокойно уснуть. Старайтесь не вспоминать перед сном неприятности, не выяснять отношения, не обсуждать завтрашнюю контрольную.

Завтра новый учебный день и вы должны сделать все, чтобы ребенок был спокойным, добрым и радостным.

Источник: [nsportal.ru](http://nsportal.ru)





# Великий сын Отечества - Абай

Абай Кунанбаев (настоящее имя - Ибрагим) - великий казахский поэт и переводчик, народный просветитель, общественный де-

## Первые стихотворения



любвенная тематика. Были в его поэмах и реалистическое изображение, и элементы волшебства («Рассказ Азима», «Масгут»).

Кроме того, сюжет его произведения «Ескендир» другие поэты использовали в своём творчестве.

Широко известна прозаическая поэма Кунанбаева «Слова назидания» («Қара сөз»), переведен-

ные русскими поэтами. Абай занимался переводами творчества русских и европейских поэтов, таким образом знакомя свой народ с их наследием.

Он ввёл в казахскую литературу новые рифмы, размеры стихотворений, а также создал несколько десятков мелодий, которые сохранили свою популярность и по сей день. Его историческое



ятель, музыкант.

В 2020 году в Казахстане утвердили новый праздник - День Абая. Его отмечают 10 августа – в день рождения великого поэта.

## Детство и юность

Биографию Абая Кунанбаева следует начать с того, что родился будущий великий поэт в Казахстане 29 июля (10 августа) 1845 года. Он рос в аристократической

Отроческие годы жизни поэта были наполнены обучением. В это время Абай стремился постигнуть ораторское искусство, а также больше узнать об обычаях и правилах, по которым жил его народ. Он слушал от сказителей, акынов, народную поэзию. Таким образом, начал сочинять свои стихи, перенимая их опыт и умения.

Первые стихотворные строки, в том числе и первый из шедевров под названием «Лето - сол-

ная на многие языки. Она состоит из 45 кратких притч на темы морали, права, истории.

В общей сложности Абай создал более 170 стихотворений, некоторые из них были заимство-

значение велико для казахской нации, выдающиеся труды почитаются и современниками. Абай собрал около себя много талантливых учеников, среди них были его сыновья и родственники. Создавая произведения, он не записывал их, поэтому многие не сохранились.

Абай Кунанбаев также известен как композитор. Некоторые свои стихи он положил на музыку, они распространились акынами по степи, передавались из рук в руки в рукописных сборниках.

Абай Кунанбаев стремился к сближению с европейской культурой, не теряя ценностей казахского народа. Огромное количество времени он посвятил изучению русского языка. Абай стремился к тому, чтобы культура его народа сблизилась с русской культурой, и хотел, чтобы этот великий язык больше изучали на его Родине. Он сделал более 50 переводов русской классики.

Источник: [obrazovaka.ru](http://obrazovaka.ru)



семье. Мальчик обретал новые знания в русской школе и семипалатинском медресе. Когда он учился в первых классах, в нём начала зарождаться любовь к литературе. Её в нём воспитала бабушка Зере, которая и звала внука Абаем, а также мать, Улжан, от которой мальчик унаследовал любовь к шуткам. Они обе раскрывали Абаю всё богатство устного народного творчества.

Когда Абаю исполнилось 13 лет, отец начал приучать его к обязанностям главы рода. Но уже в 28 лет Абай перестал заниматься этим, посвящая всё своё свободное время творчеству.

нежная пора», он опубликовал не под своим именем, а под именем своего друга, Кокбая Жанатайулы, в 1889 году в газете «Дала уалаяты». После этого он заплатил другу откупную и вернул собственное имя своему творчеству.

## Основные достижения

Только к 40 годам поэт начал создавать свои первые серьёзные стихотворения и поэмы. Переводческая деятельность Абая так же широко распространилась, как и сочинение лирики. Он писал и поэмы, в которых преобладала





# Призы студии эстрадного танца «Блэйз» на международном конкурсе



№№15-16  
(420-421)

от 30 августа  
2024 года

С 29 июня по 6 июля 2024 года в городе Пезаро (Италия) образцовая студия эстрадного танца «Блэйз» областного Дворца школьников имени М.Катаева приняла участие в 10-ом Международном конкурсе «GRAND FESTIVAL».

GRAND FESTIVAL - это крупный международный проект, который ежегодно проводится в городе Пезаро (Италия) совместно с мэрией и представительством Управления культуры, - рассказали участники. Многожанровый конкурс позволяет проявить детям таланты в таких номинациях, как вокал, хореография, театральное и цирковое искусство. Фестивальный проект, который проходит на истинно итальянском курорте Пезаро, в средневековой крепости «Costanza», вот уже пять лет подряд собирает самых талантливых и целеустремленных артистов со всей Европы. Пезаро - удивительный уголок фестивальной территории на Адриатике. Члены жюри - заслуженные деятели искусств Италии, которые предоставляют свои призы и сертификаты, такие как приглашения на участие

в итальянских телепроектах, мастер-классах, образовательных программах.



Танцевальный коллектив «Блэйз» принял участие в следующих номинациях: народно-стилизованная хореография; современная хореография;

эстрадная хореография. Участники представляли на конкурсе один танцевальный но-

В номинации «Казахский стилизованный танец» («Кербез») - 1 место.

Казахский стилизованный танец («Қамажай») - 1 место.

Танец «Чарынский каньон» - 1 место.

Ведущая солистка коллектива «Блэйз» Ильченко Анастасия заняла 1 место в сольном исполнении танца «Алға». Ведущая солистка коллектива «Блэйз» Даулет Адия заняла 1 место в сольном исполнении танца «Балғын сезім».

Эстрадный танец «В плену интернета» - 2 место. Современный танец «Эйва» - 2 место.

Эстрадный танец «Алиса в Зеркалье» - 2 место.

Солистка коллектива «Блэйз» Савельева Ксения заняла 2 место с танцем «Минерва».

Образцовой студии эстрадного танца «Блэйз» вручены кубки, дипломы, руководителю коллектива Корнюхиной Любови Васильевне - благодарственное письмо.

мер в одной номинации и в одной возрастной категории.

Решением компетентного жюри студия эстрадного танца «Блэйз» заняла следующие призовые места.

## Вокалисты Дворца школьников - победители международного конкурса

Юные дарования приняли участие в фестивале-конкурсе «Golden Fleese» - «Золотое руно», проходившем со 2 по 9 июля 2024 года в г. Батуми (Грузия).

Цель фестиваля - установление и обмен тесными контактами между коллективами разных городов и стран с целью раскрытия творческого потенциала детей и молодежи, развития дружбы народов.

Вокальный коллектив студии «Жаңа Star» Дворца школьников им.М. М. Катаева выступал в категориях 5-7 лет и 8-10 лет в номинации «Эстрадная песня». В международный состав жюри вошли специалисты высокого уровня в области хореографического, вокального, циркового искусства, а также артисты и известные деятели культуры из разных стран мира. Жюри оценивало качество звука и

чистоту интонирования вокалистов, сценическую культуру, исполнительские возможности репертуара участников.

9 июля состоялась церемония награждения победителей и призеров Международного фестиваля - конкурса «Golden Fleese» («Золотое руно»). В номинации «Эстрадный вокал» группа «Смайлики» с песней «Матта Магія» и вокальный коллектив «Айдарай» с песней «Show me you love» заняли 3 место. Дуэт «Тентек» с песней «На воздушном шаре» стал обладателем 2 места.

Всем участникам вокальной студии «Жаңа Star» вручены кубки и дипломы. Руководитель студии Царенко Н. К. и сопровождающая Ельшибаева З. К. получили благодарственные письма.



## Гран-при международного фестиваля

28 июля 2024 года в г.Алматы состоялся Международный конкурс-фестиваль «MEGA DANCE». Танцевальный коллектив «Жұлдыздар» Дворца школьников участвовал в номинации «Народный танец» и

«Эстрадный танец», в возрастных категориях 11-14 и 15-18 лет.

Цель конкурса активизация творческой деятельности и создание условий для реализации творческого потенциала талант-

ливых детей и подростков, а также обмен творческими достижениями, расширение взаимодействия и сотрудничества организаций культуры и творческих коллективов из разных городов

Казахстана.

По итогам Международного конкурса-фестиваля «MEGA DANCE»

VIP Гран-при выиграла старшая группа в номинации «Народный танец» с танцем «Ақ баян». Первое место с танцем «Пробуждение» заняла старшая группа в номинации «Эстрадный танец».

Студия современного танца «Жұлдыздар» наряду с высокой наградой поощрена денежным призом. Каждому участнику коллектива вручены дипломы, медали, кубки, а руководителю студии Тактауловой Анжеле Касеновне - благодарственное письмо от организаторов конкурса.

Фестиваль-конкурс «MEGA DANCE» подарил воспитанникам студии современного танца «Жұлдыздар» незабываемые впечатления и доказал, что интерес к хореографическому искусству с каждым годом растет.







№№15-16  
(420-421)

от 30 августа  
2024 года

## Солистка театра песни «Свет звезды» в Сочи

С 1 по 10 июля в г.Сочи на курорте Красная поляна прошёл V юбилейный семейный образовательный форум Леонида Агутина, в котором приняла участие солистка театра песни «Свет звезды» Шмуйко Валерия.

Валерия за 10 дней посетила множество различных образовательных треков от лучших педагогов из Москвы: хореография для вокалиста, хоровые занятия и записи песен в студии на финальный Гала концерт Форума, психологические лекции о том, как перебороть страх сцены, как правильно подбирать репертуар, как сделать свой сценический образ особенным и узнаваемым.

Очень полезной была встреча с фониатром, которая подробно рассказала о голосовых связках вокалистов, как их беречь и как за ними ухаживать, чтобы всегда быть в отличной музыкальной форме.

Валерия побывала на фан-встрече с известной для подростков певицей Миланой Star, которая рассказала, какого это быть популярной в 14 лет и как держать ин-

терес публики в столь юном возрасте.

Так же была творческая встреча с известной российской певицей Ларисой Долиной, где она отвечала на вопросы гостей и дала много полезных советов юным вокалистам.

В рамках Форума проходил вокальный конкурс, в котором приняло участие более 200 человек со всей России. От Казахстана было 8 участников из Алматы, Астаны, Кокшетау и Валерия из Павлодара. В Леринской возрастной категории 13-15 лет было 75 участников.

В состав жюри конкурса вошли: Андрей Сергеев - музыкальный продюсер проектов Первого канала «Голос», «Голос.Дети», Лариса Долина-российская певица, Илья Киреев-музыкант, композитор, продюсер, Андрей Давинчи-певец, композитор, шоумен, Сократ-артист, музыкант, Willie Key - исполнитель, автор и композитор.

Валерия впервые выступала перед такими известными музыкантами и на таком масштабном

проекте. Было очень волнительно, но она выступила достойно и получила достаточно высокие оценки от жюри. И пусть Валерия не заняла призового места, как и большое количество других участников, но получила диплом участника Форума, колоссальный опыт и поддержку от жюри, которые в комментариях после выступления отметили красивый сценический образ, уровень сложности выбранной песни и красивый тембр.

Willie Key, который поставил одну из самых высоких оценок, посоветовал Валерии не сдаваться и продолжать расти и развиваться в творчестве.

Завершился Форум грандиозным Гала концертом, где Валерия приняла участие и выступала на одной сцене с такими известными музыкантами, как Анжелика Варум, Леонид Агутин, Мот, Владимир Пресняков и Наталья Подольская, Лариса Долина, Александр Маршал, Мия Бойка, Диана Гурцкая, Александр Ревва, Антон Беляев,



Алексей Панайотов, IOWA.

На Форуме Валерия подружилась с ребятами из разных уголков России. Домой вернулась творчески заряженной, с целым чемоданом новых сценических костюмов и, конечно, с сочинским загаром.

## Победа студии эстрадного вокала «Тұмар» на международном конкурсе

С 1 по 5 июля 2024 года студия эстрадного вокала «Тұмар» приняла участие в Международном многожанровом конкурсе - фестивале «БАТУМСКАЯ ВОЛНА» г. Батуми - Грузия.



Фестиваль-конкурс проходил в курортном месте, на побережье черного моря, в драматическом театре г. Батуми им. И. Чавчавадзе.

Организаторы конкурса: Тбилисская секция Международного совета по танцам при ЮНЕСКО.

Международная Ассоциация исполнительских искусств Кавказского региона г. Тбилиси.

Жюри конкурса: ведущие хореографы заслуженные деятели искусства Грузии, Армении, Белару-

си, Латвии, Казахстана и Мексики.

Вокальный коллектив принял участие в номинации «Эстрадный вокал».

Грузия славится высоким уровнем вокального искусства, поэтому требования к конкурсантам

были очень строгие.

Результаты участия в Международном многожанровом конкурсе-фестивале «БАТУМСКАЯ ВОЛНА»:

1. Солист – Мейрам Темирлан – песня «Елге Арнау» - 3 место;
2. Солистка - Тохтар Аяжан – песня «Ризамын» - 3 место;
3. Солист – Кельдибек Аль-Азим – песня «Көкпар» - 2 место;
4. Солистка - Абекова Амина - песня «Джаз» - 3 место;
5. Солист – Кенесқан Ерсұлтан - песня «Япурай» - 1 место;
6. Солистка – Халел Қәусар - песня «Туған ел» - 2 место;
7. Солистка – Матен Бахыт - песня «Туған жер» - 1 место;
8. Дуэт: Тюлюген Мадина и Егеубай Іңкәр - «Қазақ ел» - 1 место;
9. Солистка - Нургамисова Айзере песня «Отан» -1 место;
10. Солистка Даулет Айлана песня «Айқарақөз» -1 место;
11. Солистка - Мухина Алтынай песня «Ұнайды маған» -1

место;

12. Солистка - Андас Саида песня «Отан Ана» -1 место;
  13. Солистка - Султанқызы Самира песня «Гулистан Казахстан» -2 место;
  14. Солист - Туйаков Мансур песня «Балқадіша» -2 место;
  15. Солистка - Туйакова Жанерке песня «Саржайлау» -2 место;
  16. Солистка - Омарова Дария песня «Қазақпын» -2 место.
- Воспитанники студии эстрадного вокала «Тұмар» очень рады, что стали победителями и призерами этого престижного конкурса. Участие в подобных состязаниях всегда полезный опыт, который вдохновляет на новые свершения и стимулирует творчески совершенствоваться, ведь для юных певцов это большое достижение.
- Все участники студии «Тұмар» были награждены дипломами, медалями и кубками. Руководитель Аскаусов Т.К. и аккомпаниатор Краузе А.А. награждены благодарственными письмами.

## Победители III Международного фестиваля-конкурса «OZ ELIM»

18 июня 2024 года образцовая вокальная студия «Арман - шоу» приняла участие в III Международном фестивале-конкурсе детского и юношеского творчества «OZ ELIM» в городе Астана, Дворце школьников им. Утемисова.

Конкурс направлен на раскрытие самых ярких, одаренных детей и творческих коллективов Республики Казахстан. В состав жюри вошли представители культуры и искусства: заслуженные деятели, известные композиторы, известные певцы. Жюри уделяло особое внимание исполнительскому мастерству участников, чистоте языка, сценической культуре, внешнему виду, соблюдению требований конкурса.

Вокальный коллектив принял участие в номинации «Вокал», в возрастной группе: 7-10 лет, 11-13

лет.

В результате участие воспитанников «Арман - шоу» победителями и призерами стали:

Гран при - дуэт: Бақытбек Ильдана и Нұрғиса Балтабай с песней «Сәлем»;

Гран при – трио: Акрам Алтынай, Ахметова Аяла и Макратова Диана с песней «На десерт»;

Гран при- солистка: Керемзан Аружан с песней «Skyfall»;

1 место – трио: Базарали Алинұр, Атыханов Ахметжан и Жақсылық Айсұлтан с песней «Пай-пай»;

1 место – солистка: Ережепова Жанбота с песней «Желдірме»;

1 место – солист: Шахмат Нурислам с песней «This love»;

1 место – солистка: Жақсылық Айым с песней «Мереке»;



- 3 место – солистка: Кусайын Алсу с песней «Қазақтың қызымын»;
- 3 место – солистка: Кумпекей Саяра с песней «Саржайлау»;
- 3 место – солистка: Жумабекова Талия с песней «Мектебім»;
- 3 место - солистка: Керемхан

Іңкәр с песней «Бипыл».

Все участники были награждены дипломами и медалями. Руководителю образцовой вокальной студии «Арман-шоу» был вручен кубок и благодарственное письмо от организаторов конкурса.



# Қала оқушыларының жазғы демалысы мен бос уақытын қамтудың қорытындысы



№№15-16

(420-421)

от 30 августа  
2024 года

**Адрес редакции:**

Республика  
Казахстан, 140000,  
г.Павлодар,  
ул. М.Жусупа, 27,  
каб. № 232  
**Телефон**  
**редакции:**  
8 (7182) 32-82-63,  
twoi\_mir@mail.ru

**Учредитель:**

Общественная  
организация  
ОДЮО

**Гл. Редактор**

А. Аипова

**Редакторы:**

А. Аипова  
Т. Суворова

**Дизайнер:**

А. Сюендыкова

**Периодичность**

**выхода:**

1 раз в месяц

**Выпускающий**

**детский**

**редактор:**

Нурия Тукебаева

Территория распространения - Павлодарская область. Собственник и учредитель:  
ОО «Областная детско-юношеская организация Павлодарской области». Газета  
зарегистрирована в Министерстве культуры и информации Республики Казахстан.  
Регистрационное свидетельство о постановке на учет средств массовой информации  
№7917-Гот12.12.2006 г.

Павлодар қаласы білім беру бөлімінің «Жаз - 2024» жобасы аясында жазғы демалыс пен бос уақытты қамту бойынша 48 мыңнан астам 1 - 10 сынып оқушылары қамтылды. Жобада мектеп жанындағы лагерьлерде, киіз үй және бейіндік лагерьлерде бос уақытты ұйымдастыру, еңбекке баулу бойынша шаралар көзделген.

Мектеп жанындағы лагерьлер әр қайсысы 15 күнге созылатын екі маусымда 31 жалпы білім беретін мектепте ұйымдастырылды. Күрделі жөндеу жұмыстары жүріп жатқан 13 мектептің 6 мыңнан астам оқушылары мектептен тыс мекемелерде қамтылды. Мектеп жанындағы лагерьлер 15 мыңнан астам балаға демалысты қамтамасыз ете отырып, 1 - 4 сынып оқушылары үшін жұмыс істеді, бұл оқушылардың жалпы санының 70% құрады. Олар үшреттік тамақпен қамтамасыз етілді, жолдама құны 14 166 теңгені құрады. Әлеуметтік қолдауды қажет ететін балаларға ерекше назар аударылды. Жергілікті бюджет қаражаты есебінен 3370 жетім бала, ата-анасының қамқорлығынсыз қалған, қамқоршылары бар отбасыларда тұратын балалар, әлеуметтік қорғалмаған отбасылардан шыққан балалар демалыспен қамтамасыз етілді.

Киіз үй лагерьлері 450 оқушыны қамтумен № 31, 33, 40 мектептер, «Жігер» балалар-жасөспірімдер орталығының базасында ұйымдастырылды. Сондай-ақ, Жасыбай көлінде 50 оқушыға арналған палаткалы лагерьде демалыс ұйымдастырылды.

Мектептер жанындағы бейіндік лагерьлер тілдік, туристік-өлкетану, экологиялық және спорттық бағыттар бойынша 5 - 10 сыныптардың 27 мыңнан астам оқушысын қамтумен ұйымдастырылды.

Қала аумағына баттандыру және көгалдандыру бойынша еңбек жасақтарында 561 оқушы қамтылды. Олардың жалақысы 42 500 теңге көлемінде болды. Жоғары сынып оқушыларының еңбекпен қамтылуы қала кәсіп орындарында, оның ішінде «Лагопедиялық білім беру орталығы», «SaiguTravel», «Павлодар-Реактив» компанияларында ұйымдастырылды.

1200-ден астам оқушы қаланың қосымша білім беру ұйымдарының түрлі жобалары шеңберінде ұлттық қолөнерді, өнерді және техникалық дағдыларды дамытуға бағытталған спорттық жарыстарға, шығармашылық байқауларға, шеберлік сағаттарға, тақырыптық шараларға қатысты.

Пәндер бойынша білімді практикада бекіту мақсатында оқушылар мектеп жанындағы учаскелер мен мектеп аумақтарындағы өсімдіктерге күтім жасау бойынша жұмыс істеді.



Жазғы демалысты және оқушылардың бос уақытын ұйымдастырудың қорытындысы қаланың білім беру қызметкерлерінің тамыз конференциясында шығарылды.

Байқау қорытындысы бойынша «Жас - 2024» номинациясымен М. Әлімбаев атындағы және Б. Момышұлы атындағы мектептер марапатталды.

«Жасыл желек» қалалық байқауының қорытындысы бойынша «Үздік гүлденген мектеп алаңы» номинациясы бойынша бас жүлдені - № 30 мектеп, I орынды - М. Әуезов атындағы мектеп, II орынды - № 6 мектеп, III орынды - А. Шамкенов атындағы мектептер марапатталды.

