ТопПром СЕГОДНЯ

КОРПОРАТИВНОЕ ИЗДАНИЕ

Корпоративная газета холдинга «ТопПром»

№1 (032)
март 2022 года
г. Новокузнецк

ЗНАЙ НАШИХ!

ДМИТРИЙ КУРТУКОВ: «Я СЧИТАЮ, ЧТО НАГРАДА «ЧЕЛОВЕК ГОДА» – ЭТО ЗАСЛУГА ВСЕГО КОЛЛЕКТИВА»

Дмитрий Куртуков возглавляет одну из старейших обогатительных фабрик Кузбасса, где главная ценность – это коллектив, который складывался десятилетиями

В конце февраля на торжественном приёме главы Прокопьевска Максима Шкарабейникова чествовали лучших и достойных жителей города. В ДК имени Маяковского собрались представители разных профессий, чей вклад в развитие черной жемчужины Кузбасса по итогам 2021 года признан наиболее значимым. Среди лауреатов ежегодной премии «Человек года» – Дмитрий Куртуков, директор ОФ «Коксовая». Он был отмечен в номинации «Промышленность».

Дмитрий Анатольевич – руководитель с активной жизненной позицией. Под его руководством на обогатительной фабрике проводится модернизация оборудования и совершенствуются процессы обогащения. Это позволяет улучшить условия труда работников, экологию города и качество выпускаемого концентрата.

– Каждый из вас уникален в своём деле. Своими достижениями вы прославили себя, свою фамилию и наш регион, – отметил глава Прокопьевска, обращаясь к обладателям звания «Человек года». – Спасибо за самоотдачу и неравнодушное отношение к судьбе нашего города, который в 2021 году отметил свой 90-й день рождения.

Ежегодно весной сотрудники фабрики очищают от мусора русло реки Аба и благоустраивают территорию Зенковского парка. Зимой «Коксовая» направляет специализированную технику на очистку дорог от снега. Кроме этого, помогает доставить пайковый уголь жителям частного сектора Прокопьевска.

– Конечно, мы участвуем не только в социальной жизни города. Первостепенная задача – обеспечение безопасного и эффективного производства. «ТопПром» провел масштабное техническое перевооружение предприятия, инвестирует средства в повышение эффективности и экологичности производственных процессов. Нам важно, чтобы сотрудники предприятия работали в комфортных условиях и получали достойную заработную плату, а потребитель – угольный концентрат высокого качества. Считаю, что награда «Человек года» – это заслуга всего коллектива фабрики, – сказал Дмитрий Куртуков.

Премия «Человек года» присуждается прокопчанам ежегодно с 1998 года. За это время количество лауреатов премии составило 1005 человек.

О, СПОРТ! ТЫ МИР!

Участники всех команд выразили пожелание продолжить традицию и в следующем году снова встретиться на площадке ЦОФ «Щедрухинская»

«ТОППРОМ» НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН

Они хоть и боролись не за олимпийское золото, но всё равно играли с азартом. Для горняков и обогатителей хоккей с мячом стал своего рода олимпиадой, только корпоративной. На несколько часов территория ЦОФ «Щедрухинская» превратилась в хоккейное поле, а мужчины «ТопПрома» – в настоящих спортсменов, готовых выступать в любых условиях.

Приветствуя участников спортивных состязаний, директор обогатительной фабрики Павел Козловский отметил, что «Щедрухинская» традиционно проводит турнир по хоккею с мячом. В этом году к обогатителям присоединились коллеги по холдингу, а результаты соревнований пойдут в общекомандный зачёт будущей зимней спартакиады.

– Здорово, что есть такие соревнования. Это отличная возможность встретиться в неформальной обстановке с коллегами по холдингу, пообщаться и, конечно, выяснить, кто сильнее в хоккее с мячом, – сказал Павел Лебедев, оператор погрузки угля ЦОФ «Щедрухинская», участник команды.

Турнир открыли команды «ТрансАвто» и ОФ «Тайбинская». Дух соперничества нарастал с каждой минутой. По итогам шести игр места на пьедестале почёта разыграли команды «ТрансАвто», «Юбилейной», «Щедрухинской» и «Коксовой». Горняки, как всегда, рассчитывали на самый высокий результат, но взяли только бронзу.

– Это моя первая медаль в составе команды шахты «Юбилейная», – делится впечатлениями Константин Скулкин, машинист горных выемочных машин. – Площадка была непростой, скользкой. При этом мы видим, что соперники с этой ситуацией справились чуть лучше, но мы будем продолжать бороться в общекомандном зачёте на зимней спартакиаде в декабре. Шахтёры перед трудностями не сдаются!

В ДУХЕ СОПЕРНИЧЕСТВА И ДРУЖБЫ

В матче за 1-2 места встретились хозяева площадки и обогатители из Прокопьевска. К финалу вратари обеих команд пропустили по два гола в свои ворота, и каждый из них был настроен сохранить этот результат до конца игры.

– Соперники все были достойными. В игре с некоторыми командами чувствовалась профессиональная подготовка игроков, когда они не просто махали клюшками, а блокировали броски, обыгрывали соперника, проводя голевые передачи партнёру по команде, – отметил Антон Хайбулин, начальник основного производства ЦОФ «Щедрухинская». – Наша команда – уже слаженный коллектив. Думаю, это плюс немного удачи позволили победить.

Антон Хайбулин – автор 10 голов. В финале именно он открыл счёт на первой минуте игры, забив мяч в ворота соперника. Последняя игра, как и предыдущие, прошла в духе соперничества и дружбы. Дружба позволила сыграть без травм, а соперничество выразилось в счёте 7:3 в пользу ЦОФ «Щедрухинская».

– Хорошо, что у нас есть такие традиции, – поделился впечатлениями после игры Константин Егоров, судья соревнований, электрослесарь дежурный и по ремонту оборудования ЦОФ «Щедрухинская». – Ждём новых соревнований и новых побед!

РЕЗУЛЬТАТЫ ИГРЫ:

1 место – ЦОФ «Щедрухинская»
2 место – ОФ «Коксовая»
3 место – шахта «Юбилейная»
4 место – «ТрансАвто»
5 место – «ТопПром»
6 место – ОФ «Тайбинская»

7 СЕКРЕТОВ УКРЕПЛЕНИЯ ИММУНИТЕТА 2

Иммунитет – сложная система молекул, клеток, тканей и органов, которую часто сравнивают со стражей. Как сохранить баланс в этом «министерстве внутренних дел»? Руководство к действию дают сотрудники холдинга.

СЧАСТЛИВЫЙ БИЛЕТ В ПРОФЕССИЮ 3

Что нужно, чтобы адаптироваться к будням горняков и обогатителей? Молодые специалисты «ТопПрома» делятся своим опытом построения карьеры на угольных предприятиях холдинга.

«ТОППРОМ» – АБСОЛЮТНЫЙ ЧЕМПИОН 4

Волейбольный «ТопПром» успешно выступил на городских соревнованиях. Сейчас команда Евгения Верина готовится к новым победам. Читайте, кто ещё из топпромовцев отличился на спортивном поприще.

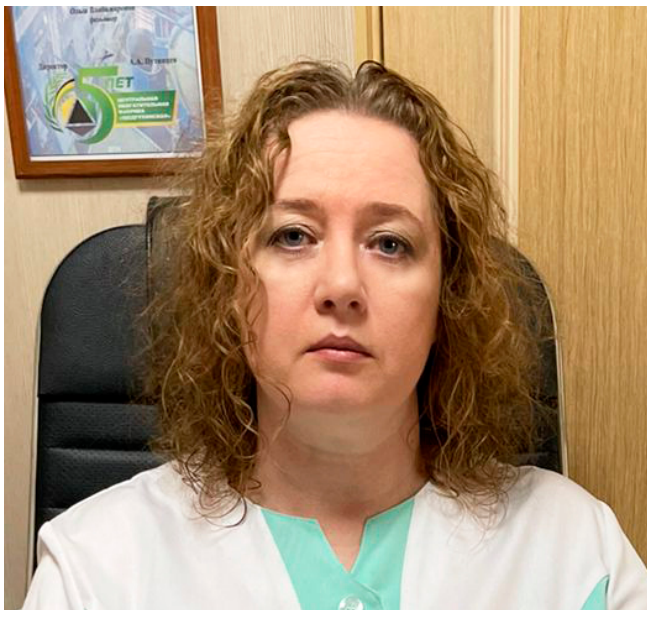
В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ – ЗДОРОВЫЙ ДУХ

7 СЕКРЕТОВ УКРЕПЛЕНИЯ ИММУНИТЕТА

Иммунитет заложен в нас с рождения. И хотя работа иммунной системы во многом зависит от наследственности, любой человек может её улучшить. Особенно это важно сейчас, в начале весны и очередного сезона простуд. Да и пандемия коронавирусной инфекции, увы, всё никак не закончится. Но мы узнали у наших сотрудников, как они сохраняют здоровье!

Надежда Алеткина, заведующая здравпунктом ОФ «Тайбинская»:

– Сейчас многие переболели коронавирусной инфекцией, наши работники подходят, спрашивают, как поднять иммунитет. Я советую вести здоровый образ жизни и сбалансированно питаться, чтобы в организм ежедневно поступали необходимые витамины и минеральные вещества. И, конечно, обязательно нужно долечиваться. А когда врачи разрешат, увеличивать физическую активность. Полезны и скандинавская ходьба, и плавание, и дыхательная гимнастика, и йога. Укреплению иммунитета также помогают травяные чаи, настойки эхинацеи и прополиса, отвары шиповника, малины и смородины, фруктово-ореховые смеси.



Ольга Макарова, заведующая медпунктом, фельдшер ЦОФ «Щедрухинская»:

– Поднять иммунитет помогает восьмичасовой сон – не меньше! Причём самый благотворный – с десяти вечера до шести утра. Вообще надо побольше отдыхать и обязательно бывать на свежем воздухе. Можно просто выехать на дачу, покидать снег. Нельзя недооценивать хорошее белковое питание. К весне наш организм истощён, поэтому не забывайте про пять «волшебных» витаминов – A, C, D, E и группу B. Всем этим нехитрым советам я и сама стараюсь следовать, и за иммунитетом сына слежу. Ставлю ему коробочку с витаминами у компьютера – мимо наши дети точно не пройдут!

Наталья Корнишова, фельдшер шахты «Юбилейная»:

– Существует немало способов поднять иммунитет, в том числе и при помощи народной медицины. Например, для активизации иммунной системы можно использовать эхинацею, берёзовый гриб, ромашку, тимьян. Однако лучше проконсультироваться с врачом, и он подскажет, какой из рецептов укрепления иммунитета подойдёт именно вам. А вот правильное питание вообще никому не повредит. Чтобы восполнить дефицит витамина D, употребляйте в пищу морскую рыбу, молочные продукты, кукурузное масло, печень трески. Витамины группы B содержатся в молоке, яйцах, печени, орехах, мясе, морепродуктах, картофеле. Поставщиками витамина E станут семечки, орехи, растительное масло, морепродукты. Витамин C находится в квашеной капусте, смородине, сладком перце, томате, шиповнике, цитрусовых. Витамин A в организм доставят морковь, сливочное масло, шалфей, боярышник.

Наталья Анатольевна советует заниматься закаливанием. Начинать нужно с малого – больше гулять, чаще проветривать в комнате, ходить по дому босиком, умываться прохладной водой. А потом можно переходить к более серьёзным процедурам – контрастному душу и обливанию. И, конечно, следует нагружать себя пусть небольшой, но регулярной физической активностью – она избавляет от стресса и повышает общий тонус. А ещё надо радоваться каждому дню – положительные эмоции тоже укрепляют иммунитет.

Елена Тупикова, заведующая здравпунктом ОФ «Коксовая»:

– Кроме обычных советов пить витамины, правильно питаться, соблюдать гармоничный режим труда и отдыха, гулять, закаливаться и высыпаться, я посоветовала бы не переутомляться. Переутомление – как и вредные привычки – может существенно ослабить иммунитет. И хочу поделиться собственным рецептом его укрепления. Чтобы вся семья была здорова, я готовлю близким специальный джем из мёда и перекрученных имбиря с лимонами. Для оздоровления достаточно одной чайной ложки в день. Можно добавлять джем в чай – только не горячий, а тёплый.

Анастасия Рыбалченко, бухгалтер шахты «Юбилейная»:

– Я морж с многолетним стажем. Моё увлечение разделяют со мной коллеги. Мы и фитнесом занимаемся вместе. Любим активный отдых и зимние виды спорта – кто лыжи, кто коньки. Укреплять иммунитет нам также помогают витаминные и очень вкусные свежевыжатые соки, которые специально готовят на шахте.

Андрей Ивашкин, механик участка приёма и погрузки угля ЦОФ «Щедрухинская»:

– Я большой поклонник мёда, который мне поставляют из Белокурихи. Для оздоровления использую и другие продукты пчеловодства – прополис, пергу. Вместе с супругой пьём чаи с добавлением замороженных фруктов. Также наша семья добавляет в еду выращенные на даче мяту, тимьян, шалфей. А ещё для получения заряда бодрости и витаминов мы выращиваем на окне микрозелень. Ну а главное – это хорошее настроение. С ним и живётся лучше, и работается легче.

Павел Седалищев, начальник участка приёма и погрузки угля ЦОФ «Щедрухинская»:

– Я участвую во всех спартакиадах «ТопПрома». Считаю, что физические нагрузки делают организм выносливее. К слову, недавно мы вместе с женой и дочерью выполнили нормативы ГТО. Любовь к спорту в нашей семье вообще на высоте. Мы с супругой и тремя дочерьми каждую пятницу занимаемся силовыми тренировками, фитнесом и плаванием. Зимой катаемся на сноубордах и лыжах. Кроме того, я обязательно окунаюсь на Крещение в прорубь. А ещё у меня нет вредных привычек.

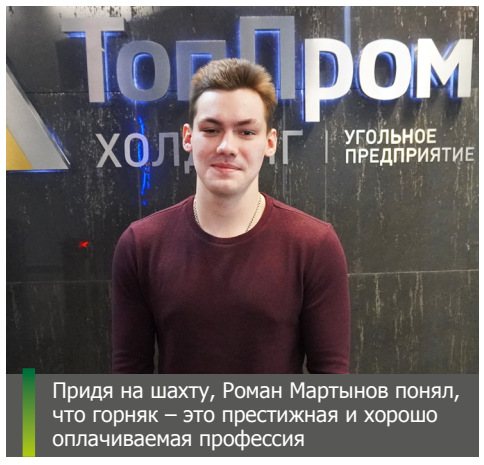
ЗНАЙ НАШИХ!

СЧАСТЛИВЫЙ БИЛЕТ В ПРОФЕССИЮ

Активные, современные и амбициозные люди – вот кто может двигать бизнес вперёд. Такие специалисты востребованы во всех отраслях. На старте карьеры главное – правильно определиться с выбором компании-работодателя.

Ежегодно на предприятия «ТопПрома» приходят работать молодые специалисты, которые приняли одно из самых ответственных решений в своей жизни – выбрали рабочие специальности. В нашем регионе они останутся востребованными на многие десятилетия вперёд. Молодёжь – это будущее компании, которая вытянула счастливый билет в профессию, выбрав угольные предприятия «ТопПрома».

– Когда я пришёл на «Юбилейную», меня сразу встретил начальник участка Александр Лаврухин, – рассказывает Роман Мартынов, горнорабочий подземный шахты «Юбилейная». – Во время первого спуска меня буквально захлестнули эмоции – всё было ново, немного страшновато, но круто. Сейчас привык, конечно. Но главное – у меня появились цели и амбиции. Хочу дойти до мастера, машиниста горных выемочных машин. Хочу продолжить свою горняцкую карьеру – это престижно. И мне нравится, как на нашей шахте относятся к работникам, даже таким молодым, как я. К нам прислушиваются, нас уважают.



Придя на шахту, Роман Мартынов понял, что горняк – это престижная и хорошо оплачиваемая профессия

РАБОТА НЕ ПУГАЕТ!

Об особом отношении к молодым специалистам говорит и Елена Данилина, машинист установок обогащения и брикетирования ОФ «Коксовая». Раньше она работала на другом предприятии, но после декрета пришла на нашу обогатительную фабрику и сразу поняла – молодёжь у нас ценят и поддерживают. По её словам, на «Коксовую» можно прийти вообще без опыта работы и не только обучиться здесь профессии, но и развиваться дальше, повышать квалификацию, делать карьеру. Например, сама Елена сейчас временно замещает начальника смены, и это для неё огромные опыт и честь.

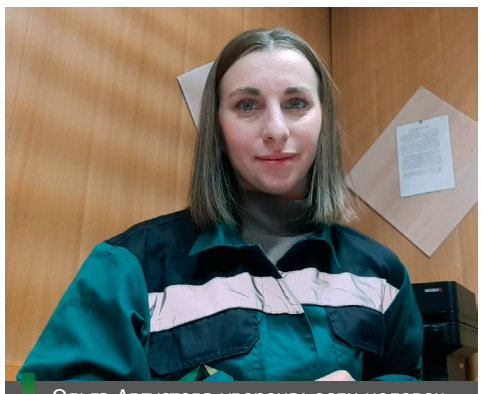
– У нас есть все телефоны руководства, можно просто позвонить и оперативно решить любой вопрос, – делится Татьяна Адамсон, оператор пульта управления ОФ «Тайбинская». – Если обратиться, всегда помогут, подскажут. Я на фабрике два года – не нарадуюсь. С таким отношением к рабочему человеку никакая работа не пугает!

Александр Тимофеев, горнорабочий подземный шахты «Юбилейная», любит свою профессию, потому что это настоящая мужская работа. А главное – молодой шахтёр отмечает, что на предприятии чрезвычайно серьёзное отношение к безопасности труда, какое мало где встретишь.

НАБИРАЕМ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ОПЫТ

– В этой сфере у меня не было опыта, так что пока я ещё учусь, – признаётся Ольга Августова, приёмосдатчик груза и багажа ЦОФ «Щедрухинская». – Очень интересно и приятно здесь работать, а мне есть с чем сравнивать – раньше я на пыльном производстве трудилась. А у нас на фабрике работа в прямом смысле не пыльная – я вообще была в шоке, впервые попав на «Щедрухинскую». Вроде с углём работаем, а так чисто и аккуратно вокруг, и всё прекрасно организовано. А ещё мне очень нравится моя профессия – я понимаю всю свою ответственность и чувствую себя нужной и важной.

Максим Елисеев, водитель «ТрансАвто», тоже поменял свою профессиональную судьбу – причём круто. Он ушёл из газорезчиков в шофёры. И нашёл в нашей компании работу своей мечты – со стабильной зарплатой, дотациями на питание, доставкой на предприятие и домой, хорошими бытовыми условиями, тёплым боксом для машин, слаженным коллективом. Максим работает за рулем самосвала и признаётся, что ему нравится подчинять себе такую махину и вообще управлять автомобилем.


Ольга Августова уверена: если человек чувствует, что его труд ценят, значит, он правильно выбрал профессию

И Анжела Катаскина, диспетчер «ТрансАвто», с удовольствием осваивает новые знания и навыки, ответственно подходит к своей работе. Говорит, что самое интересное в её профессии – это общение с людьми.

«ТопПром» понимает, что сегодняшним специалистам мало конкурентоспособной заработной платы: нужны интересные профессиональные задачи, постоянное развитие и комфортная среда. Задача холдинга – организовать работу так, чтобы каждый из 3500 сотрудников точно знал, что он делает и как влияет на продукт, который предприятия «ТопПрома» предлагают потребителю.

О, СПОРТ! ТЫ МИР!

ТЕННИСНАЯ ДУЭЛЬ

«Настольный теннис – это не столько спорт, сколько образ жизни!» – уверены победители соревнований

Любовь к малой ракетке объединила сотрудников «ТопПрома» для участия в соревнованиях по настольному теннису. Турнир провели накануне Дня защитника Отечества. Пятнадцать сотрудников управляющей компании выступали по круговой системе, борясь за победу в личном зачёте.

– В детстве я немного занималась настольным теннисом в детско-юношеском клубе физической подготовки №5. Придя работать в холдинг, я снова взяла ракетку в руки, спустя 20 лет, – поделилась впечатлениями Александра Уварова, ведущий экономист АО «ТопПром». – Вспомнились ощущения, которые я испытывала, обучаясь игре. Радует, что компания поддерживает интерес сотрудников к этому виду спорта и популяризирует здоровый образ жизни в целом.

Александра заняла первое место среди женщин. Среди мужчин победу одержал Артём Шуткин, ведущий инженер-программист автоматизированной системы управления технологическим процессом АО «ТопПром».

– Соперники были достойными. Со мной в тройке лучших также технический директор Алексей Галкин и ведущий инженер по качеству Алексей Лущай, – сказал Артём Шуткин. – Коллеги играют на хорошем уровне. Я тоже постоянно тренируюсь, осваиваю новые элементы. На этот раз мне повезло чуть больше, чем остальным.

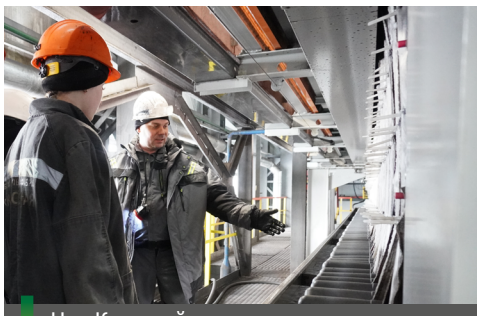
«ТопПром» планирует продолжить эту спортивную традицию. Тем более что число желающих сразиться за победу в настольном теннисе уже увеличилось вдвое.

КАДРЫ РЕШАЮТ ВСЁ

«КОКСОВАЯ» ПРИНИМАЕТ СТУДЕНТОВ

Студенты Прокопьевского горнотехнического техникума им. В. П. Романова – будущие обогатители. Сегодня они только наблюдают за технологическим процессом превращения рядового угля в ценный концентрат для металлургии. Экскурсия на ОФ «Коксовая» – это часть ознакомительной практики, когда учащиеся постигают нюансы будущей профессии и готовятся к производственной практике.

Экскурсия как хорошая книга – должна будить воображение! Ребятам повезло с гидом. Александр Комарских, заместитель директора по производству, искренне влюблён в своё дело, поэтому рассказ о работе обогатительной фабрики получился увлекательным.


На «Коксовой» смонтированы два камерных фильтр-пресса, которые очищают воду после обогащения угля

– Теория без практики мертва, практика без теории слепа. Эти слова Александра Суворова актуальны и в нашей работе, – говорит Александр Валерьевич. – Оборудование для обогащения угля модернизируется, процессы – совершенствуются, поэтому хороший специалист должен знать теорию и понимать, как можно применить знания на практике.

Студентам показали технологический процесс обогащения рядового угля. Они отметили, что на «Коксовой» установлено современное оборудование. На это обратила внимание и Мария Быстроглазова, преподаватель спецдисциплин по обогащению полезных ископаемых Прокопьевского горнотехнического техникума им. В. П. Романова.

– «Коксовая» изменилась в лучшую сторону. Я помню фабрику пожилой женщиной, а теперь она девушка, полная жизненных сил. Конечно, на таком предприятии хочется работать, – добавляет Мария Викторовна. – Кстати, во время экскурсии я встретила свою выпускницу, Татьяну Курочкину, которая теперь трудится на «Коксовой» машинистом установок обогащения и брикетирования.

Фабрика готова принять учащихся на оплачиваемую производственную и преддипломную практику. Здесь понимают, что сегодняшний студент – это потенциально перспективный будущий сотрудник, а квалифицированные специалисты в угольной промышленности всегда ценились на рынке труда.

Студентам показали, как готовятся анионный и катионный флокулянты для обогащения угля

НОВОСТИ

СЕРЕБРО НА ВЕС ЗОЛОТА

В Новокузнецке стало хорошей традицией – разыгрывать Рождественский кубок на новогодних праздниках. Традиционный турнир под эгидой Футбольной любительской лиги состоялся 6 и 7 января, как всегда, собрав сильнейших футболистов, известных не только у нас в городе, но и в регионе.

В этом году в двухдневном турнире дебютировала сборная команда «ТопПрома». В первый день горняки провели четыре игры, выиграв в двух встречах с крупным счётом. Состоявшийся 7 января плей-офф рождественского турнира Футбольной любительской лиги выдался не менее напряжённым. В первой же игре «ТопПром» в прямом смысле вырвал победу, обыграв соперников по пенальти со счётом 4:2. Но в финальной игре горнякам не удалось отразить атаки противников, и по итогам турнира «ТопПром» получил серебро, а лучшим нападающим первой лиги был признан Владислав Яфязов.

По словам Алексея Лущая, капитана сборной, ведущего инженера по качеству коммерческого управления АО «ТопПром», это было первое соревнование такого уровня. Игры городского турнира вселили в спортсменов уверенность, подняли корпоративный дух, ещё больше сплотили коллектив холдинга.

– В общем-то, команда у нас сыгранная, мы хорошо знаем сильные стороны друг друга, – комментирует результаты турнира Алексей Лущай. – Но, если честно, я не ожидал, что соперники окажутся такими сильными. Ещё на отборочных играх стало ясно, что состязаться нам придётся с серьёзными, подготовленными ребятами. И правда, в течение всего турнира не было ни одного проходного матча, ни одной проходной команды. Так что наш «серебряный» результат я считаю более чем достойным. Главное – мы сделали хорошую заявку на будущее, вышли на уровень городской лиги. И теперь обязательно будем выступать в её состязаниях и побеждать!

– Футбол для меня – это любовь на всю жизнь, – признаётся Алексей Вагнер, член команды, горнорабочий подземный шахты «Юбилейная». – В прошлом остались и спортивная школа, и училище олимпийского резерва. И хотя я не стал профессиональным игроком, любимый спорт я не бросаю. А когда приезжаю к родным в Малиновку, всегда иду проведать своего тренера и погонять с его мальчишками мяч.

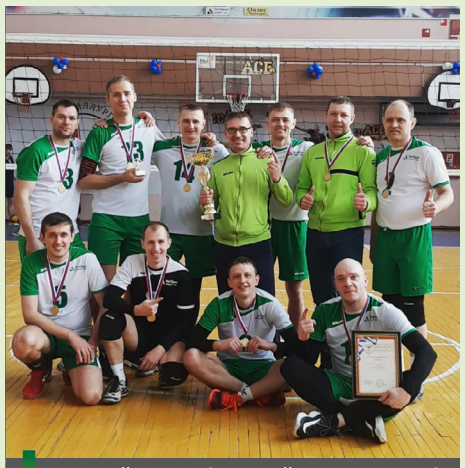
Алексей считает, что проверку на прочность сборная холдинга прошла отлично. Да и состав игроков в команде хороший. Так что впереди наших футболистов ждут только призовые места!

– Я почувствовал настоящий спортивный азарт, – делится Евгений Камелин, вратарь, мастер участка приёма и погрузки угля ЦОФ «Щедрухинская». – Раньше я профессионально занимался карате, а когда в 2011 году пришёл на фабрику, то не на шутку увлёкся мини-футболом. Причём за сборную холдинга играю уже пять лет. Хочу поблагодарить наше руководство за то, что мы имеем такую прекрасную возможность – заниматься любимым спортом.

Команда «ТопПром» по мини-футболу планирует продолжить участие в городских соревнованиях

А мы поздравляем сборную «ТопПрома» со стремительными, красивыми играми и заслуженной победой! Но главное – с выходом на новый уровень.

«ТОППРОМ» – АБСОЛЮТНЫЙ ЧЕМПИОН



Евгений Верин (верхний ряд, в центре) собрал команду, которая стабильно выступает на соревнованиях

Сборная угольного холдинга победила в чемпионате Новокузнецка по волейболу среди мужских команд, выиграв все матчи. Это четвёртый сезон для топпромовцев. Они уже становились бронзовыми и золотыми призёрами, а в этом году показали абсолютный результат.

Соревнования проходили по круговой системе. На площадке царил дух здорового соперничества – никто не хотел уступать, а каждая игра была по-своему интересна, непредсказуема и эмоциональна.

По результатам игр к последней встрече чемпионата «ТопПром» подошёл с максимальным количеством очков.

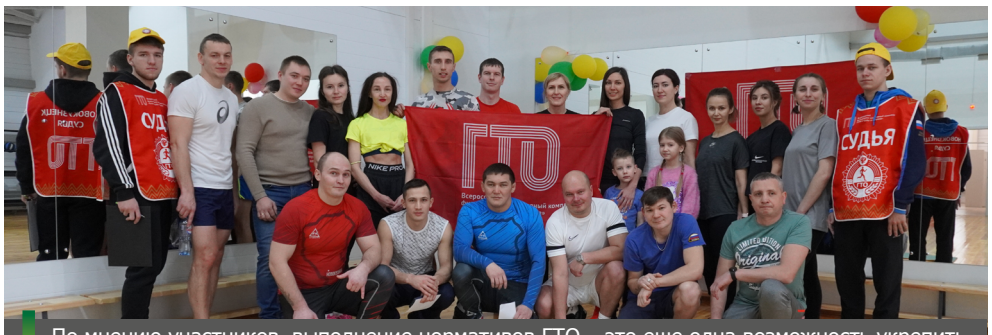
– Мы вышли на игру абсолютно уверенными в лёгкой победе, но соперники не собирались сдаваться, – рассказывает Евгений Зеленцов, член команды, горнорабочий очистного забоя шахты «Юбилейная». – Они показали отличную игру. Пришлось понервничать, но в итоге мы выиграли по партиям 3:2. Лучшим игроком чемпионата признан Кирилл Коцило.

Волейбол – командный вид спорта, поэтому результат участия в спортивных соревнованиях зависит от каждого игрока.

– Один на площадке не воин, – говорит Евгений Верин, капитан команды, технический руководитель по ПБ и ОТ шахты «Юбилейная». – В волейболе, как и в шахте, важна коллективная работа, поэтому мы тренируемся, разыгрываем новые комбинации, привлекаем новых игроков, чтобы стать сильнее соперников в физической и тактической подготовке.

Впереди у команды горняков – участие в Кубке главы города и соревнованиях регионального уровня!

КТО ПОЛУЧИТ ЗНАК ГТО?



По мнению участников, выполнение нормативов ГТО – это еще одна возможность укрепить командный дух

Сотрудники угольных предприятий «ТопПрома» присоединились к Всероссийскому физкультурно-спортивному движению «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Горняки и обогатители выполняли нормативы, установленные для различных возрастных категорий: сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу («отжимание»), прыжок в длину с места толчком двумя ногами, наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье, поднимание туловища из положения лёжа на спине («пресс»), бег на короткую дистанцию.

Сергей Карнаухов, горный мастер шахты «Юбилейная», стал лучшим в челночном беге, показав результат 7,43 секунды. Вадим Потапов, инженер ЦОФ «Щедрухинская», продемонстрировал впечатляющий результат в упражнении «наклон вперёд» – 22 сантиметра.

А сильнейшим в отжимании стал Наврузжон Шодмонов, электрослесарь дежурный и по ремонту оборудования ЦОФ «Щедрухинская». Его результат – 54 отжимания. По словам Наврузжона, он со школы увлекается спортом, раньше боксировал, а сейчас в основном занимается в тренажёрном зале. Когда парню предложили выполнить нормативы ГТО, он даже не сомневался, согласился сразу!

– Всё было организовано на высшем уровне, – рассказывает Наврузжон. – Я получил заряд бодрости и отличного настроения надолго. Обязательно надо участвовать в таких мероприятиях – всем советую!

Выполнение нормативов проходило на базе физкультурно-оздоровительного комплекса «Новоильинский». По словам руководителя Центра тестирования ГТО Алексея Карпова, возглавлявшего судейскую команду, среди участников не было случайных людей, все пришли осознанно, многие участвовали семьями. Так что главная цель мероприятия – пропаганда здорового образа жизни и популяризация комплекса ГТО – достигнута.

– Мне было интересно проверить себя, – делится Аркадий Туйденов, электрослесарь дежурный и по ремонту оборудования ЦОФ «Щедрухинская». – Правда, за результаты я не сильно волновался. Со спортом я дружу, занимался борьбой ещё с первого класса. Выполнение нормативов ГТО я бы сравнил с экспресс-тренировкой. Само мероприятие очень понравилось – у нас собрался классный коллектив. В общем, эмоции только положительные. Рекомендую всем коллегам!

С ним согласен и Захар Синкевич, электрослесарь подземный шахты «Юбилейная». Он профессионально занимается джиу-джитсу и грэпплингом, участвует во многих соревнованиях, выступает в коммерческих турнирах. Да и в корпоративных спартакиадах холдинга всегда среди первых.

– Некоторые упражнения, например прыжок в длину, я не делал со школы, – признаётся Захар Синкевич. – Поэтому перед выполнением нормативов ГТО я специально тренировался, пока меня не устроил результат. Ведь это тоже своего рода соревнование, где испытываешь спортивный азарт и где определяются лучшие. Приятно было встретить многих ребят с предприятий «ТопПрома», которых я знаю по нашим спартакиадам. С удовольствием поучаствовал бы в таком ещё раз – и другим советую!

Топпромовцы всегда активно участвуют в спортивных мероприятиях

У Анастасии Бирюковой, заместителя начальника управления финансов АО «ТопПром», впечатления от совместного выполнения нормативов ГТО тоже самые положительные. Причём, по её словам, для каждой возрастной группы установлены свои испытания, много времени они не отнимают, а все упражнения вполне по силам любому человеку, который ведёт здоровый и активный образ жизни.

– Для меня это был какой-то личный вызов, состязание с самой собой, попытка понять, чего я стою, – улыбается Анастасия. – И эта попытка удалась на сто процентов! Я очень довольна полученным результатом. А ещё я увидела своих коллег в иных обстоятельствах и поняла, что мне есть куда развиваться. Мой совет каждому – присоединяйтесь к нам!

Центр тестирования ГТО отправил результаты всех участников федеральному оператору в Казань. И на основании обработанных им данных Министерство спорта Российской Федерации приняло решение о присвоении золотого, серебряного или бронзового знаков отличия комплекса ГТО сотрудникам предприятий «ТопПрома». Результаты можно узнать в личном кабинете на официальном сайте www.gto.ru.

Отправить заявку на выполнение норм ГТО в составе команды «ТопПрома» можно на электронный адрес gazeta@topprom.su

Учредитель и издатель: холдинг «ТопПром». Адрес редакции: 654007, Кемеровская область, г. Новокузнецк, просп. Н.С. Ермакова, 9-А, тел. 99 37 33, e-mail: info@topprom.su. Типография: ООО «Лотус-Пресс», ИНН: 4221029742, место нахождения: 654034, Кемеровская область, г. Новокузнецк, ул. Анодная, 14. Заказ №43 от 21 марта 2022 г. Тираж 999 экз.