ИЖТИМАҒИ-СӘЙӘСИ-МӘҘӘНИ ГӘЗИТ

Киске Өфө

11-17 август (урағай) 2018

№32 (814)

kiskeufa.ru • 2002 йылдан башлап сыға • һатыуҙа хаҡы ирекле

БЫЛ ҺАНДА УҠЫҒЫҘ:

Уҡытыусыны хөрмәт ит, балаңды ла шуға өйрәт 2

Солоҡсолоҡ... башҡорттарҙың төп шөғөлдәренең береһе 7

Мин - уҡытыусы, ә уҡыусы - минең хеҙмәт емешем 8-9

Улдарым менән шөрләңкерәй, ә серҙәре күберәк әсәләренә һыя 11,16

ТВ-программа 14

Мөхтәрәм уҡыусыларыбыҙ! Эргә-тирәләге таныштарығыҙға, туғандарығыҙға иҫкәртегеҙсе: 2018 йылдың икенсе яртыһы өсөн 50665 индекслы "Киске Өфө"гә яҙылып өлгөрмәһәләр, әле лә һуң түгел - 20 августа тиклем яҙылһалар, гәзитебеҙҙе сентябрҙән алдыра башлаясаҡтар. Шулай уҡ июль-август айҙарында элекке хаҡ менән, йәғни 560 һум 82 тингә, 2019 йылдың беренсе яртыһы өсөн дә гәзитебеҙгә яҙылып була. Ошо арауыҡта гәзитебеҙгә яҙылып, квитанцияларын редакцияға ебәргәндәрҙең кемдәрелер, ғәҙәттәгесә, матур китапҡа өмөт итә ала.

ӘЙТ, ТИҺӘГЕҘ...

Август кәңәшмәләрендә ниндәй мәсьәләләр күтәрелеүен теләр инегеҙ?

Мәрйәм ХӨСНӨТДИНОВА, Әлшәй районы: Август кәңәшмәләре күптән отчет биреү урынына әйләнгән бит инде. Һандар тыңлайбыҙ ҙа, ҡайтып китәбеҙ. Ә проблемалар ҡала. Мин үткән быуаттың 80-се йылдарынан алып эшләйем мәктәптә. Башланғыс кластарҙы уҡытам. Мине бөгөн иң борсоғаны шул - телебеҙ юғалып бара. Һүҙ башҡорт теле дәрестәре тураһында түгел. Уныһы айырым һөйләшеү талап иткән ҙур проблема. Бөгөн милли мәктәптә лә башҡорт теле аралашыу теле булыуҙан туҡтай. 1-се класҡа балалар йыйғанда ғаиләләр буйлап йөрөйһөң дә, хайран ҡалаһың. Мәктәпкә лә бармаған бала урыҫса фекерләй, сөнки атай-әсәй бала менән һөйләшмәй. Телевизор алдында ултыра, компьютерҙа уйнай, башҡа аралашыр нәмәһе юҡ уның. Мин атай-әсәйҙәргә, балағыҙҙы миңә башҡортса һөйләштереп алып килегеҙ, тигән талап ҡуям. Мәғариф системаһын әрләйбеҙ ҙә ул, әммә телебеҙҙе ошо рәүешле үҙебеҙ юҡҡа сығарабыҙ.

Һис шикһеҙ, мәктәптең дә бында роле ҙур. Әйтәйек, бөгөн һөҙөмтәгә эшләү тигән әйбер бар. Баланың белем кимәлен аңларға булышлыҡ иткән тикшереңеү эштәре күп килә беҙгә лә. Улар барыһы ла урыҫ телендә. Дәрес башлана, тикшереңеү эшен тотоп инәләр. Тәржемә итеп өлгөрмәйбеҙ, сөнки уны бер дәрес эсендә эшләтәләр ҙә, шунда уҡ отчет бирәләр. Бына шуның өсөн дәрестә урыҫса-башҡортса һөйләргә мәжбүрбеҙ. Һөйләмәҫ инең, һөҙөмтәң насар булһа, тағы ла шәп түгел. Ни өсөн ошо эштәрҙе башҡортса ла әҙерләмәҫкә? Быны уҡытыусы әйтмәһә лә, етәкселәр аңларға тейеш тә инде. Республикағы милли мәптәптәргә нисек эшләргә?

Шулай уҡ өҫтәмә дәрестәрҙе башҡортса уҡытыуҙан тыялар. Әйтәйек, программа буйынса өс өҫтәмә дәрес ҡаралған, уның береһен генә башҡортса үткәрә алам. Ә ҡалған икәүһен русса үткәрергә тейеш булам. Һәм был хәл - башҡорт балалары белем алған башҡорт мәктәбендә.

Элек уҡытҡан саҡта һәр баланың эргәһенә барып, арҡаһынан һөйөп, маҡтап китә инек. Хәҙерге программалар шул тиклем тығыҙлап тултырылған, быға ваҡыт та ҡалмай. Әммә хәҙерге балаларҙың белеме элеккеләрҙекенә ҡарағанда бер ҙә артыҡ түгел. Был уҡыу программаларында кәрәкмәгән нәмәләр күплеге тураһында һөйләй. Ошолар хаҡында ла әйтергә мәл еткәндер.

Унан һуң, ауыл ерендә логопедтар юҡ, ә балалар һаҡау килә уҡырға, улар менән тәнәфестә генә шөғөлләнәбеҙ. Әлеге шул тәнәфестә генә баланың башынан һыйпап, һәр береһенә айырым иғтибар бүлергә була - башланғыс класта быныһы ла мөһим. Элекке һымаҡ, төштән һуң йыйыр инең, ҡағыҙ эше күп.

Шулай ҙа иң ҙур үкенесем - мәктәптәрҙә программанан "Тормош һабаҡтары" дәрестәрен алып ташлауҙары. Башланғыс кластар өсөн бик кәрәкле предмет ине ул. Халҡыбыҙҙың әхлаҡ-әҙәп ҡағиҙәләрен өйрәтер инек. Юғиһә, хәҙерге йәш килендәр урамда ололарҙың алдынан буш биҙрәләре менән үтеүҙән дә тартынмай. Был - тәрбиәһеҙлектән килә. "Тормош һабаҡтары" дәресендә һөйләһәң, аңлатһаң, балалар әҙәп-тәртип ҡағиҙәләрен, йолаларҙы белеп үҫер ине. Һаулыҡ һорашыуҙы ла белмәй бит хәҙер күп йәштәр. Туҡтатып әйтһәң, һағыҙын сәйнәй-сәйнәй: "А что?" - тип тора. Ошондай күңелһеҙ күренештәрҙән ҡотҡарыр ине был дәрес.

(Дауамы 2-се биттә).

Башҡорт теле уҡытыусылары.

12+

ӘЙТ, ТИҺӘГЕҘ...

Август кәңәшмәләрендә ниндәй мәсьәләләр күтәрелеүен теләр инегеҙ?

(Башы 1-се биттә).

Гүзәл ҒҮМӘРОВА, Баймаҡ районы: Мин оҙаҡ йылдар мәктәптә география, химиянан уҡытып, хаҡлы ялға сыҡҡан уҡытыусымын. Мәғариф системаһын үҙгәртеп ҡороуҙарҙың барыһын да үҙ елкәмдә татығынмын. Уларҙың дөйөм урта белем биреү системаһына ыңғай йоғонто яһағандары ла бар. Һәр хәлдә, элегерәк уҡытыусылар уҡыусыларҙың артынан йөрөп, уҡығыҙ инде, тип инәлһә, хәҙер уҡыусылар үҙҙәре йүгереп йөрөй. Сөнки бар нәмә һөҙөмтә тигән төшөнсәгә барып бәйләнде.

Әммә мәктәп бөгөн уҡыусыны тәрбиәләүҙән туктаны. Унда бер туктауһыҙ БДИ-ға әҙерләнәләр, БДИ менән балаларҙы ҡурҡыталар. Был йәһәттән тәжрибәле уҡытыусы булараҡ, шуны ла әйтергә теләйем - БДИ ҡурҡыныс түгел, ул уҡыу программаһы сигенән сыҡмай.

Уҡытыусыға бөгөн былай ҙа эшләргә мөмкинлек юҡ, сөнки ул ҡағыҙ тултырыуҙан бушамай. Шуға белем бирәләр, әммә тәрбиәгә иғтибар юҡ. Бының кире эҙемтәләрен күрәбеҙ ҙә инде. Йәштәрҙә, бигерәк тә 25 йәшкә тиклемгеләрендә, битарафлыҡ көслә. Кешелеклелек юҡҡа сыға бара. Үҙенең эшен эшләһә - булған, башҡаларҙың хәленә инеү тигән нәмә юҡ. Минең эшемә ҡыҫылмағыҙ, тигәнде лә йыш ишетәбеҙ уларҙан. Был иһә насар сифат, ул кешегә һөнәри яҡтан да, шәхес булараҡ та үҫергә, камиллашырға бирмәй. Башҡаларҙың кәңәшен тыңларға ла бала мәктәптә өйрәнә. Ә хәҙерге мәктәптә уға кәңәште бер кем дә бирмәй тиерлек, сөнки әлеге лә баяғы уны унда БДИ тапшырыуға әҙерләйҙәр. Әлек беҙ балаларҙың ғаиләһе менән эшләй инек, бөгөн мәктәп менән ғаилә араһында бәйләнеш юҡ. Ә тәрбиә эшендә уларҙың икеһенең бер яҡлы һәм бер һүҙле булыуы мөһим.

Бөгөн педагогик вуздарҙы тамамлаған йәш уҡытыусыларға ла дәүләт ҡурсауы булһын ине. Был да көнүҙәк мәсьәлә. Әле үҙебеҙҙең сығарылыш уҡыусылары менән һөйләшеп йөрөйөм, улар мәктәпкә эшкә бара ул, тик, нишләптер, "йәш белгес" тигән статустары юҡ. Ә был статус булһа, уларға яңы эш урынына барыу аҡсаһы түләнә, ваҡытынан алда категорияһын күтәреү өсөн мөмкинлек бирелә. Йәш уҡытыусы түбән эш хаҡына йөрөй-йөрөй ҙә, ахырҙа, берәй магазинға кассир булып күсә. Бер уҡыусым Өфө мәктәбендә уҡыта. "Һеҙ баш ҡалаға уҡытырға барырға теләмәйһегеҙме, рәхәтләнеп эшләр инегеҙ. Беҙҙә 75 йәшлек уҡытыусылар эшләп йөрөй әле", - ти минә. Минең ауылымды ташлап китергә уйым юҡ та, тик уҡыусылар ҙа бит йәштәрҙе ярата. Уларҙың ҡыҙыҡһыныуҙары яҡыныраҡ. Өлкәндәр йәштәргә урын бирмәй, тигәнде йыш әйтәләр, был дөрөҫ түгел. Дәүләт йәштәр мәктәпкә килһен өсөн шарттар тыуҙырмай. Ҡала мәктәптәре уҡытыусыһыҙ ҡалмаҫ та ул, ә ауыл мәктәптәре киләсәктә нишләр?

Ҡыҙғанысҡа ҡүрә, август кәңәшмәләрендә бына ошондай оҙаҡ йылдар мәктәптә эшләп, уҡытыусы һөнәренең бар нескәлектәренә төшөнгән, бала тәрбиәләү һәм белем биреү өлкәһендәге кәртәләрҙе нисек емерергә икәнен белгәндәрҙең һүҙенә ҡолаҡ һалмайҙар шул...

Ләйсән НАФИҠОВА яҙып алды.

ЗЫЯЛЫЛАР МАЙҘАНЫ

Һәр заманда ил-йортҡа ауырлыҡ ишерелгәндә йә ниндәйҙер ҡатмарлы мәсьәләләрҙе хәл итергә кәрәк булғанда майҙанға зыялылар сыҡҡан. Уларҙың аҡылы, ялҡынлы телмәре яуға күтәргән, урынһыҙ сәбәләнеүҙәрҙән төңөлдөргән, ярһыуҙарҙы баҫҡан йә тоҡандырған. Бөгөнгө еңел булмаған осорҙа замандаш зыялыларҙың үҙ халҡына әйтер һүҙе ниндәй булыр?

УҠЫТЫУСЫНЫ ХӨРМӘТ ИТ,

баланды ла шуға өйрәт

Лиза ӘҒӘҘУЛЛИНА, Рәсәй Федерацияһының халыҡ уҡытыусыһы: Мине мәғариф өлкәһендәге иң борсоған мәсьәлә - ул уҡытыусы абруйы. Был һорауҙы мине наградлаған ваҡытта ил Президенты Владимир Путинға ла биргәйнем, ләкин аныҡ ҡына яуап алманым. Мин хеҙмәт юлымды 1959 йылда пионервожатый булараҡ башланым, ул заманда белем усаҡтарында тәрбиәгә ҙур әһәмиәт бирелә торғайны. Тәрбиәле бала уҡыуҙа ла яҡшы өлгәшә, уҡытыусыға ла, ата-әсәһенә ҡарата ла матур мөнәсәбәттә була, тормошта ла үҙ урынын таба, тип һанала торғайны. Уҡыусылар өсөн генә түгел, уларҙың ата-әсәләре өсөн дә мәктәптә "Ата-әсәләр университеты" була торғайны. Һәр уҡытыусыға бер тема бирелә, шул тема буйынса мәғлүмәттәр табып, өйрәнеп, доклад әҙерләп, ата-әсәләргә аң-белем тарата инек. Мәктәп, йәмәғәт ойошмалары, дәүләт структуралары, киң мәғлүмәт саралары - бөтәһе лә бер маҡсатта, бер йүнәлештә эшләне. Уҡытыусыларҙы хөкүмәт бик яҡшы күтәрмәләне, йәш белгестәр өсөн торлаҡ уңайлыҡтары булдырылғайны, биш йыл һайын эш хаҡын арттырып торҙолар, 30 йыл эшләгән уҡытыусыға Ленин ордены тапшырыла, төрлө маҡтаулы наградалар бирелә ине. Ә бөгөн уҡытыусыға ла, мәғарифҡа ла, бала тәрбиәһенә ҡарата ла бөтөнләй икенсе ҡараш. Мәктәптә бала тәрбиә алмай, тормошта уға кәрәк булмауы ла мөмкин булған мәғлүмәт алыу менән сикләнә. Синыф сәғәттәрендә лә тәрбиәүи дәрестәр үткәрелмәй, улар йышыраҡ йә Берҙәм дәүләт имтиханына өҫтәмә сәғәт булараҡ ҡулланыла, йә башҡа берәй эшкә сарыф ителә. Ата-әсәләр йыйылышы аҡса йыйыу, юҡ-бар нәмә өсөн бәхәсләшеү менән үтә, унда ыҙғышып та китәләр хатта. Матбуғатта, телевидение һәм радиола уҡытыусының абруйын күтәреүгә йүнәлтелгән, мәғариф өлкәһендәге мәсьәләләр буйынса фекер алышыуға ҡоролған бер бүлек тә юҡ. Уҡытыусылар тураһында күберәк яман мәғлүмәт еткерелә, ә бала күңелен нисек яуларға, ата-әсәләр менән нисек уртаҡ тел табырға, уҡытыу һәм тәрбиә эшен нисек берҙәй алып барырға, алдыңғы педагогик кадрҙар тураһында бер ыңғай, яҡты, матур тапшырыу төшөрөлмәй. Уҡытыусыларҙың социаль етешлеге лә хөкүмәт килтергән һандарҙан ныҡ айырыла бит ул: республикала уҡытыусыларҙың уртаса эш хаҡы 28 мең тип мәғлүмәт бирәләр, ысынында, 15 меңгәең һыҙғанып эшләп йөрөйҙәр йәш коллегаларым. Хөкүмәт программаһы менән генә уҡытыусының абруйын күтәреү буйынса етди эштәр атҡарырға мөмкин. Уҡытыу системаһындағы үҙгәрештәр тәрбиә мәсьәләһенән ситләшмәҫкә, киреһенсә, белем һәм әхлаҡи тәрбиә бер рәттән алып барылырға тейеш. Ошо турала бөтә киң мәғлүмәт саралары һөйләһә, матур миҫалдар күрһәтһә ине. Ил башлығынан был хаҡта ла һораным, ләкин киң мәғлүмәт сараларына реклама кәрәк бит, тип яуап бирҙе лә ҡуйҙы. Республика башҡорт лицей-интернаты уҡыусылары өсөн ойошторолған "Изгелек дәресе" ("Добрый урок") тигән дәресемде телевидение төшөргәйне, шуны интернеттан табып, һәр кем ҡарап сыҡһа, файҙалы булыр ине. Бына шундай тапшырыуҙар, шундай дәрестәр етмәй беҙгә бөгөн. Ололар һәм хөкүмәт уҡытыусыға ниндәй мөнәсәбәттә була, балалар ҙа шулай ҡараш менән үҫә. Беҙ синыфта ете ҡыҙ уҡыныҡ, етәүебеҙ ҙә артабан төрлө фәндәр буйынса уҡытыусы һөнәрен һайланыҡ. "Уҡытыусы ашаймы икән?" тип уйлана торғайныҡ, беҙ уҡытыусыны илаһи бер зат итеп күргәнбеҙ. Балалары яҡшы белем алһын, әхлаҡлы һәм алдынғы ҡарашлы шәхес булып үҫһен тип теләгән ата-әсәләр уҡытыусыларға ҡарата үҙҙәре лә хөрмәтле мөнәсәбәттә булырға, балаларына ла шуны өйрәтеп үҫтерергә тейеш. Ә бөтә ил кимәлендә ошондай ҡарашты булдырыу өсөн хөкүмәт тарафынан киҫекмәҫтән тейешле саралар күрелеүе талап ителә, сөнки остазын хөрмәт итмәгән быуында илһөйәрлек тә, рух та, тәртип тә булмай.

Камила ҒӘЛИЕВА яҙып алды.

НИМӘ? ҠАЙҘА? ҠАСАН?

✓ Республика йортонда Башҡортостан Башлығы Рөстәм Хәмитов Япония илселегенең Рәсәйҙәге тулы хоҡуҡлы министры Токуро Фуруя менән осрашты. Яҡтар сәнәғәт, сауҙа-иҡтисади, фәнни һәм мәҙәни өлкәләрҙә хеҙмәттәшлек мөмкинлектәрен тикшерҙе.

✓ Республиканың дәүләт телдәрен һәм Башҡортостан халыҡтары телдәрен һаҡлауға һәм үҫтереүгә йүнәлтелгән Башҡортостан башлығы гранттарына дәғүә итеүгә һайлап алыуҙы 185 проект уңышлы үтте. Башҡортостан Мәҙәниәт министрлығына бөтәһе 325 ғариза килде. 31 июлдә - 1 августа Өфөлә Рафаил Шафиҡов рәйеслегендә Эксперт советы ултырышы булды. Совет ағзаларының конкурс материалдарын ҡарауы барышында 140 проект кире ҡағылды.

✓ Башҡортостан Башлығы Хакимиәтендә Коррупцияға ҡаршы эш итеү идаралығы булдырылды. Тейешле Указға Рөстәм Хәмитов ҡул ҡуйҙы. Идаралыҡ быға тиклем Башҡортостандың Ведомство-ара йәмәғәт хәүефһеҙлеге советы аппаратына ингән коррупция һәм башҡа хоҡуҡ боҙоуҙарҙы иҫкәртеү һәм коррупцияға ҡаршы сәйәсәтте бойомға ашырыу бүлеге урынына асылды. Шулай итеп, властың төрлө кимәлдәрендә коррупцияға ҡаршы көрәш буйынса эш көсәйтелә.

✓ Быйыл Мәскәү уҡыусылары өсөн уҡыу йылы 1 сентябрҙә түгел (сөнки шәмбегә тура килә), ә дүшәмбе, 3 сентябрҙә башлана. Башҡортостан уҡыусылары мәктәпкә ике көнгә алдараҡ - шәмбе, 1 сентябрҙә бара. "1 сентябрь быйыл шәмбегә тап килә, ата-әсәләр балаларын мәктәпкә оҙата алыу мөмкинлегә булғанға ҡәнәғәттер тип уйлайым", - тип белдерҙе төбәктең Мәғариф министрлығы башлығы. Киләһе йылда 1 сентябрь йәкшәмбегә тура килә.

✓ 9 сентябрҙә Башҡортостан халҡы республика парламентының яңы составын һайлау өсөн һайлау участкаларына бара. Барлығы 110 кешене һайларға кәрәк. Яртыһын - партия исемлектәре, икенсе яртыһы бер мандатлы округтар буйынса. Һайлау участкаһына килгәндәргә икешәр бюллетень бирелә - береһендә партиялар күрһәтелгән, икенсеһендә кандидаттарҙың фамилияһы яҙылған.

✓ Моңло, ихлас башҡорт сабыйы өсөн ҡыңғыраулы мәктәп йылдары ҡаңғырыулы ғүмер йылдарына әйләнмәһен. Балаға мәктәп һайлау - сит ил маркалы машина һайлау менән бер түгел, шуны иҫтә тотһа ине милләттәштәрем!

УЙЛЫҒА - УЙ

БАЛАҢА МӘКТӘП ҺАЙЛАУ -

сит ил маркалы машина һайлау менән бер түгел

Яңыраҡ бер дуҫым ғорурланып: "Ә мин ҡыҙымды 3-сө гимназияға урынлаштырҙым!" - тине. Уның уйынса, был шатлығын ихлас уртаҡлашырға тейеш инем. Ә мин, киреһенсә, бик бошондом (Өфөләге 3-сө гимназия иң абруйлыларҙан һанала, унда вазифалы кешеләрҙең, эшҡыуарҙарҙың, ғөмүмән, "текә"ләрҙең балалары уҡый).

Мин үҙем Өфөнөң ике мәктәбендә - Фатима Мостафина исемендәге 20-се ҡала башҡорт гимназияһында һәм Рәми Ғарипов исемендәге 1-се Республика башҡорт гимназия-интернатында уҡыным. Үҙемдең һәм башҡа ҡала башҡорттарының тәжрибәһенән сығып, бик күп шатлыҡлы ла, моңһоу ҙа һығымталар яһалған. Уртаҡлашам.

20-се мәктәптә Өфөнән һәм Өфө районынан бик күп балалар уҡыны. Интернатта ятып та, таң тишеге менән Черниковка, Инорстарҙан йөрөп тә уҡый торғайны тиҫтерҙәрем. Транспорт юҡ заман. Мәҫәлән, беҙ ул саҡта Батыр урамында йәшәнек (4-се бала табыу йорто янында). Ул йылдарҙа был яҡтар ҡала сите һанала ине. Бик һирәкләп кенә 5-се автобус йөрөй. Беҙҙе иһә әсәйем, әллә ниҙә бер килгән автобусты көтөп, дәрескә һуңлатмаҫ өсөн берәй километр самаһы алыҫлыҡтағы Баҡалы урамындағы трамвай туҡталышына алып бара ине. Ҡышын һыуыҡ, ҡараңғы, киткәндә лә, ҡайтҡанда ла трамвайҙар шығырым тулы... Әммә беҙ "ыһ" та итмәнек, өй янындағы рус мәктәбендә уҡыу беҙҙең башҡа ла инеп сыҡмай ине. Сөнки беҙҙең атай-әсәйҙәр ысын патриоттар булды. Ә ысын патриотлыҡ - ул юғары романтик тойғо ғына түгел, ул - көндәлек, ныҡышмалы хеҙмәт. Ул - балаларыңды бер нигә ҡарамай, башҡорт мәктәбенә биреү, төрлө башҡорт мәҙәни сараларға йөрөтөү, өйҙә башҡорт телендә һөйләшеүҙе ҡәтғи талап итеү, башҡорт китаптарын уҡыу-уҡытыу... Ул тиклем ҡыйын да түгел ошоларға эйә булыу, уның ҡарауы, ата-әсәнең ошо сифаттары, тырышлығы кескәй башҡортто маңҡортлоҡтан ҡотҡара, асылын мүкләндермәй, рус ҡалаһы, урам мәҙәниәте океанында батырға бирмәй...

Ә бит хәҙер Өфөнөң һәр районында башҡорт мәктәптәре бар! Ниндәй төҙөк, заманса биналарҙа урынлашҡан улар! Юҡ инде, барыбер милләттәштәребеҙҙең байтағы, нигеҙһеҙ һылтау табып, балаларын рус мәктәбенә бирергә тырыша. Имеш, рус мәктәбе - өй ихатаһында, ә башҡорт мәктәбенә тиклем күпме атлап барырға, транспортта күпме һелкенергә... Имеш, балалар башҡорт мәктәбендә русса насар һөйләшәсәк... Ҡай саҡ башҡорт мәктәбенең директорын, уҡытыусыларын тикшерә башлаған булалар. Шулай инде, кескәй йортта барыһы ла күренеп бара, бер-береһе хаҡында мәғлүмәтлеләр. Ә рус мәктәптәрендәгеләрҙең ғәйбәте ишетелмәгәс, унда һәйбәт кеүек. Әммә мәктәп, уҡытыусылар тормошо, уларҙың мөнәсәбәттәре ҡайһы мәктәптә лә бер үк төрлө.

Кемдәрҙер, балаһын баш ҡаланың "текә" балалары менән уҡытһа, баһаһы күтәрелеп китер, тип тә уйлайҙыр... Әммә беҙ үҙебеҙ хаҡында түгел, кескәй баланың күңеле һәм киләсәге тураһында ла уйлайыҡ.

Бына ете йәшлек бала "текәләр" мәктәбендә затлы кейенгән, ҡулдарына елле кәрәҙле телефон тотҡан сабыйҙар менән уҡый башланы икән, ти. Башҡаларҙан артта ҡалмаһын тип, хәҙер һеҙ ҙә баланы "алтынға төрөргә" тырышасаҡһығыҙ. Матди яҡтан нефть заводы директоры йәки ҙур фирма хужаһынан ҡалышмаҫҡа тырышҡан сүрәттә лә, баланы әйбер, аҡса ҡолона әйләндерәсәкһегеҙ бит. Ә ундай балаларҙың, үҫеп еткәс, ниндәй йәшәү рәүеше алып барыуы билдәле бит инде...

Башҡорт мәктәптәрендә иһә бөтә атай-әсәйҙәр ҙә бер кимәлдә тиерлек, йәмғиәттә билгән урыны, белеме яғынан төрлө кимәлдә булғанда ла, улар үҙҙәрен кеселекле, ябай тота. Ябайлыҡ, ихласлыҡ, тәбиғилек - башҡорттоң ҡанында. Башҡорт әйбер ҡоло түгел. Затлы кейем, алтын биҙәнгестәр, байлыҡты өҫтөн ҡуйыу кеүек нәмә уның холҡонда юҡ. Ә бына һеҙҙең һәйбәт журналист йәки йырсы булыуығыҙ, башҡорт мөхитендә уңыш-абруй ҡаҙаныуығыҙ иғтибарһыҙ ҡалмаҫ. Йәйәүлеһеңме, машиналыһыңмы, уныһы мөһим түгел - һинең абруйың алдан йөрөр. Баланды уҡытҡан уҡытыусылар өсөн дә, уның класташтары өсөн дә, башҡа атай-әсәйҙәр өсөн дә һин - шәхес.

Ә рус мәктәбендә һинең, балаңдың уңыштары ла, таланты ла берәүҙе лә ҡыҙыҡһындырмаясаҡ. Унан һуң, рус мәктәптәрендә башҡорт балаларында тәбиғи баҫалҡылыҡ арҡаһында комплекслылыҡ барлыҡҡа килә. Беҙҙең холҡта бит ҡысҡырып, шарҡылдап көлөү ҙә, "мин" дә "мин" тип, терһәк менән этешеү ҙә, әрһеҙләшеү ҙә юҡ. Тимәк, сабый күңеленә ғүмерлеккә "икенсе сортлылыҡ" тойғоһо инеп урынлашасаҡ, йәки уның тәбиғи холҡо боҙоласаҡ. Әле яңыраҡ ҡына бер танышым һөйләп торҙо: Сибайҙан баш ҡалаға күсеп килгән башҡорт ғаиләһе ҡыҙҙарын йорттары эргәһендәге рус мәктәбенә уҡырға биргән. Дәрестә яуап бирел торғанда был ҡыҙ бала телмәренә башҡорт ымлығы ҡушып ебәргән. Уҡытыусы тупаҫ рәүештә: "Забудь свой башкирский язык, забудь !" - тип, илатып ҡайтарған баланы. Ә бит был ҡыҙ мәктәптә тик "бишле"гә генә өлгәшә...

Башҡорт мәктәптәрендә иһә ололарҙы ололау, бер-береңде ҡыйырһытмау, илгәҙәклек, берҙәмлеккә ынтылыу кеүек күркәм ғәҙәт өҫтөнлөк итә. Агрессия, көнләшеү-дошманлашыу, тиңдәштәреңде эҙәрлекләү, типкеләү-кәмһетеү күренештәре юҡ тиерлек.

Бала саҡта төрлө ҡушаматтар тағыу ныҡ таралған. Ә бына ҡысығыраҡ күҙле, түңәрәк йөҙлө, ҡараҡай башҡорттарға башҡа милләт балалары ниндәйерәк ҡушамат тағалар, беләһегеҙме? Әйтеп тормайым, әммә балағыҙҙың психикаһына ундай ҡушаматтарҙы ишетеү ныҡ тәьҫир итәсәк, ышанығыҙ.

Әгәр ҙә хәйләһеҙ, алсаҡ башҡорт сабыйы рус класында башҡа милләттән дуҫтар тапһа ла, улар күп осраҡта ғүмерлек дуҫтарға әүерелмәй. Ә бит онотолмаҫ мәктәп йылдары һинең бөтә яҙмышыңа йоғонто яһай - һин унда дуҫтар, иптәштәр табаһың, үҙ холҡоңдо асаһың, үҙеңде тәрбиәләйһең һәм...

Һәм буласаҡ тормош иптәшеңдең идеалын күңеленә һалаһың. Сөнки тәүге мөхәббәттәр, ғашиҡ булыу тойғолары мәктәп осорона тура килә лә инде. Ә бына хәҙер күҙ алдына килтерегеҙ: һеҙҙең сабыйығыҙ берәй рус мәктәбендә өсөнсө класта уҡый икән, ти (тап ошо саҡта идеалдар формалаша ла инде). Ә унда мәктәп кумиры - хулиган холоҡло Серый йәки гитарасы Вован, ә мәктәп һылыуҡайы - ап-аҡ йөҙлө, һары сәсле Эвелина йәки оялыу белмәгән шаталаҡ Ленка... Тәүге мөхәббәтен һинең балаң кемдәр араһынан эҙләһен? Байтаҡ йылдар үткәс, үҙенең тормош иптәшен һайлағанда, ошо идеалдар ҡалҡып сығасаҡ та инде. Шуға ла рус мәктәптәрендә уҡыған башҡорт балаларының, үҫкәс, өйләнеүкейәүгә сығыу проблемалары киҫкен тора. Күп матур башҡорт ҡыҙҙары ирһеҙ ҡала, башҡорт егеттәре Алина һәм Владиктарҙы үҫтерә. Сөнки ҡыҫыҫыраҡ, әммә тоғро, сабыр, өҫтәүенә мәктәптә "икенсе сортлы"лар иҫәбендә йөрөгән баҫалҡы башҡорт ҡыҙҙарының холҡон, уларҙың үҙенсәлекле матурлығын күреп, яратып үҫмәгән малай-егет беренсе шарҡылдаҡ әрһеҙкәй ҡулынан ысҡына алмай. Ә үҙ тойғоларын белгертә һалып бармаған, әммә эстән бик матур хистәр менән янған башҡорт малай-егеттәрен ҡала ҡыҙҙары үҙ итмәй, ауылдыҡыларҙы ла үҙһенмәй. Матурлығына, егәрлелегенә ҡарамай, кейәүгә сыҡмаған утыҙ бишҡырҡ йәштәге башҡорт ҡала ҡыҙҙары бик күп. "Ятҡа күңел ятмай, үҙеңдеке - ярамай..."

Ә егерменселәрҙе - Өфөнөң 20-се мәктәбен тамамлаусыларҙы шулай тиҙәр - ул проблема бик борсоманы: үҙ-ара өйләнешеүселәр ҙә байтаҡ, бер-береһен таныштыралар ҙа, сөнки бер мөхит, бер кимәл, бер милләт! Ғөмүмән, "егерменсе мәктәп" үҙенә күрә бер паролгә әйләнде, егерменселәр үҙҙәрен кластарға ла, быуындарға ла бүлмәй - барыһы ла бер-береһенә ярҙам ҡулын һуҙа, бер-береһенең хәлен белеп тора, йыш осраша, аралаша.

"Отдавай ребенка в башкирскую школу, после нее все поступают!" - бүтән милләт кешеләренең ошолай тип һөйләшеүҙәрен йыш ишетергә тура килә. Ысынлап та, башҡорт мәктәптәре күп осраҡта дәртле, көслө педколлектив менән айырыла. Ә ниндәй матур саралар уҙғарыла! "Шаяниум"ды ғына алайыҡ - ниндәй йондоҙҙар үҫтерә ул, тәбиғи шаянлыҡты, шуҡлыҡты нисегерәк асып бирә! Ғөмүмән, тәбиғилекте, тәбиғәттән һалынған һәләтте тәбиғи мөхиттең генә тулыһынса аса алыуын педагог-ғалимдар күптән әйтә килә. Ә юғары уҡыу йортона уҡырға инеү-инмәү ниндәй мәктәптә уҡыуыңа түгел, нисек уҡыуыңа бәйле.

Моңло, ихлас башҡорт сабыйы өсөн ҡыңғыраулы мәктәп йылдары ҡаңғырыулы ғүмер йылдарына әйләнмәһен. Балаға мәктәп һайлау - сит ил маркалы машина һайлау менән бер түгел, шуны иҫтә тотһа ине милләттәштәрем!

Зөһрә БУРАҠАЕВА.

Н И М Ә ? Ҡ А Й Ҙ А ? Ҡ А С А Н ?

✓ Башҡортостандың ат спорты тарихында беренсе тапҡыр спортсы Динара Сафина Рәсәй йәштәренең IV йәйге спартакиадаһы барышында юғары награда яуланы. Республиканың ат спорты һәм биш төр ярыш буйынса олимпия резервындағы спорт мәктәбе тәрбиәләнеүсеһе 135 сантиметрға тиклемге конкурста еңгәндән һуң пьедесталдың тәүге баҫҡысына күтәрелде.

✓ Башҡортостан Һаулыҡ һаҡлау министрлығы диспансеризация "экваторы"на йомғаҡ яһаны. Ярты йыл эсендә 722 мең кешенең 363 меңе тикшереү үткән. Тикшереү һөҙөмтәләренә ярашлы, халыҡтың 16,4 процентында - 1-се төркөм сәләмәтлек, 30 процентында - 2-се, 53,6 процентында 3-сө төркөм сәләмәтлек билдәләнгән. Шуларҙан тәүге урында - ҡан әйләнеше системаһы сирҙәре (29,4 процент), икенселә - эндокрин системаһы (22), өсөнсөлә - нервы системаһы ауырыуҙары (10,5 процент).

✓ Мәғариф объекттарының матди-техник базаһын нығытыуға 1 миллиард һумдан ашыу аҡса бүленә. Республика Хөкүмәте премьер-министры Рөстәм Мәрҙәнов һүҙҙәренсә, 300 миллион һум самаһы - республика белем биреү учреждениеларын капиталь төҙөкләндереүгә, 360 миллион һумға яҡыны муниципаль учреждениеларҙы капиталь ремонтлауға йүнәлтелә. 85 миллион һумдан күберәге мәғариф учреждениеларын аккредитация өсөн кәрәкле WorldSkills стандарттарына ярашлы итеүгә китә.

✓ Башҡортостан Хөкүмәте 2018-2019 йылдарҙа юлдарҙы төҙөкләндереү буйынса территориаль заказға өҫтәмә объекттар индерҙе. Республиканың Транспорт һәм юл хужалығы буйынса дәүләт комитетынан хәбәр итеүҙәренсә, улар - Баймаҡ, Бәләбәй, Белорет, Благовещен, Дүртөйлө, Краснокама, Мәсетле, Туймазы һәм Шаран райондарында туғыҙ күпер һалыу һәм реконструкциялау.

✓ Стәрлетамаҡта Ағиҙел аша күперҙә соҡор барлыҡҡа килгәйне, хәрәкәт итеү шунда уҡ ауырлашты. Башҡортостандың Транспорт һәм юл хужалығы буйынса дәүләт комитетынан хәбәр итеүҙәренсә, ҡала бюджеты ремонт өсөн аҡса бүлгән, ул 31 августа тамамланырға тейеш. Бынан тыш, күперҙе реконструкциялау проекты әҙерләнә, аҡса бүлеүҙе планлаштырыу өсөн реконструкцияны территориаль заказға индерергә кәрәк.

ҠАЛА ХАКИМИӘТЕНДӘ

БАШҠОРТ БАЛЫ ЛА...

иғтибар үҙәгенә эләккән

Ошо көндәрҙә Өфөнөң 13 йәш спортсыһы Иерусалимда (Израиль) уҙған 52-се Йәйге Халыҡ-ара Балалар уйындарынан шәхси һәм команда ярыштарында миҙалдар яулап ҡайтты. Ошо уңайҙан ҡала хакимиәтендә сәфәрҙең йомғаҡлау матбуғат конференцияһы уҙғарылды.

Журналистар менән ҡала хакимиәте башлығы урынбаҫары Рөстәм Ғәзизов, ҡала хакимиәтенең Физик культура һәм спорт буйынса идаралығы начальнигы вазифаһын башҡарыусы, бер үк ваҡытта 2019 йылда Өфөлә үтәсәк МДИ-зың Дирекцияһы етәксеһе Сергей Степанов, баш ҡаланың 24-се спорт мәктәбе директоры, Наганола үткән Олимпия уйындарында ҡатнашыусы Андрей Кривошеев осрашты һәм ҡыҙыҡһындырған һорауҙарға яуаптар бирҙе.

Рөстәм Фәрит улы белдереүенсә, сара регламенты ҡатнашыусыларҙың һанын 23 кеше менән сикләй, шуға һәр ҡала ниндәй спорт төрөндә ҡатнашыуҙы үҙе һайлай. Өфөләр еңел атлетика, фехтование һәм дзюдо буйынса 13 йәш спортсыны алып бара һәм отолмай: һәр ҡатнашыусы тиерлек миҙалға эйә була, аныҡлап әйткәндә, дзюдосы малайҙар Александр Павлов, Наил Гәрәев беренсе көндә үк - бронза, Арсений Воеводин көмөш миҙалға лайыҡ була. Ә фехтование буйынса шәхси беренселектә Эмиль Фәйзиев көмөш миҙал ала. Шулай уҡ артабанғы сығыштарҙа фехтование буйынса малайҙар һәм ҡыҙҙар командалары уңышлы сығыш яһап, малайҙар - бронза, ҡыҙҙар көмөш миҙалға эйә була. Өфө даның яҡлаусылар - "Геркулес", 15-се, 21-се Олимпия резервы спорт мәктәптәре, "Батыр" спорт мәктәбе, фехтование буйынса Олимпия резервы спорт мәктәбе тәрбиәләнеүселәре.

- Еңел атлетика буйынса 400 метрға йүгергән Аделина Хөсәйенова тураһында айырым әйтеп китер инем. Ярыштарға бер ай ҡалғас, етди йәрәхәт алыуына ҡарамаҫтан, ул стартҡа сыҡты, ахырынаса еңеү өсөн көрәште һәм өсөнсө урынға саҡ-саҡ ҡына күтәрелмәй ҡалды. Ул Өфө еңел атлетика мәктәбенең илдә көслөләрҙең береһе икәнен донъяға күрһәтте, - тине Рөстәм Фәрит улы.

Сараның эшлекле өлөшөндә МДИ Комитеты ағзалары өсөн - ябыҡ, башҡа ҡатнашыусылар өсөн асыҡ презентация күрһәтелә. Унда Өфөнөң спорт объекттарының әҙерлек кимәле, ҡатнашыусыларҙы, шулай уҡ сараға килгән ҡалалар вәкилдәрен урынлаштырыу мәсьәләһе киң һәм аныҡ яҡтыртыла, һөҙөмтәлә күпселек етди әҙерлек кимәлен билдәләй һәм уйындарҙың сифатлы үтерене ышаныуҙарын белдерә.

30 июлдә рәсми делегациялар Иерусалим ҡалаһы мэры менән осраша. Өфө вәкилдәре уға үҙҙәренең рәхмәттәрен еткерә, ә ҡала башлығы, үҙ сиратында, киләһе йылға Өфөгә килергә вәғәҙә бирә.

2 августа уҙған Уйындарҙы тантаналы ябыу сараһында Иерусалимдың йәш спортсылары өфөләргә МДИ флагын һәм факелын рәсми тапшыра. Әйткәндәй, матбуғат конференцияһынан һуң журналистар ошо символдар менән фотоға төшөргә лә өлгөрҙө.

Рөстәм Ғәзизов белдереүенсә, презентация үткәргәндә делегация барыһын да башҡорт балы менән һыйлап, республиканың ҡунаҡсыллығын күрһәтә. Әлләпрезентация шәп була, әллә башҡорт балы оҡшай - ни тиһәң дә, һуңынан барыһы ла нисек итеп саҡырыу алыу мөмкинлеге, ниндәй турфирмалар менән хеҙмәттәшлек итеү яҡшыраҡ булыуы менән ҡыҙыҡһына, саҡырыу ебәреү процесын тиҙләтеүҙе һорай. Бынан тыш, Өфө Уйындарға ШОС һәм БРИКС ойошмаһының ағза илдәре, туғандаш ҡалаларға ла саҡырыуҙар ебәреләсәк.

Журналистарҙы шулай уҡ 2019 йылда үтәсәк сараның ниндәй сығанаҡтан финансланасағы ла ҡыҙыҡһындырҙы. Рөстәм Фәрит улы әйтеүенсә, МДИ-ны тулыһынса тиерлек генераль бағыусы - Газпром финанслай, судьяларҙың эшмәкәрлегенә федераль бюджет аҡса бүлә. Шул уҡ ваҡытта, илдең төрлө ҡалаларынан вәкилдәр килеүе баш ҡаланың донъяла танылыуына тағы бер этәргес буласағына ла шик юҡ.

Сергей Степанов белдереүенсә, МДИның спорт төрҙәре йылдан-йыл арта бара. Иерусалимдағы программала фехтование яңылыҡ булһа, Өфө исемлеккә ҡаяға үрмәләү спорты менән грек-рим көрәшен индерергә уйлай. Әлеге ваҡытта МДИ Дирекцияһы эш башлаған, тиҙҙән уның сайты ла барлыҡҡа киләсәк һәм унда барлыҡ ҡыҙыҡһындырған һорауҙарға яуаптар табырға, объекттарҙың төҙөлөш барышы менән танышырға мөмкин буласаҡ.

Земфира ХӘБИРОВА.

КӘҢӘШ ҠОРО

СЕБЕШТЕ КӨҘ ҺАНАЙҘАР...

Башҡортостан Республикаһының Мәғариф министрлығы икенсе йыл рәттән уҡытыусыларҙың традицион август кәңәшмәһе алдынан милли мәғариф өлкәһендәге проблемаларҙы асыҡлау маҡсатынан дискуссия майҙансығы ойоштора. Быйыл ул Өфө ҡалаһының Мостай Кәрим исемендәге 158-се башҡорт гимназияһында үтте һәм "Милли мәғариф: бөгөнгө көн һәм үҫеш перспективалары" темаһына арналды. Уның эшендә БР мәғариф министры Гөлназ Шафиҡова, министрлыҡ белгестәре, республиканың район-ҡалаларының, башҡорттар күпләп йәшәгән күрше өлкәләрҙең мәғариф бүлектәренең методистары, белем биреү учреждениелары директорҙары ҡатнашты.

Мәғариф министры Гөлназ Радмил ҡыҙы Башҡортостандың күп милләтле булыуын, республика мәктәптәрендә уҡытыу алты телдә алып барылыуын, 14 тел өйрәнелеүен тағы бер һыҙыҡ өҫтөнә алып, үкенес тә белдерҙе: йылдан-йыл туған телен өйрәнеүселәр һаны кәмеүгә табан бара. "Был геосәйәси планда кире күренеш, сөнки телен белгән кеше генә үҙенең бәләкәй ватанын ярата, ә Тыуған илгә һөйөү тап бәләкәй ватанды яратыуҙан башлана, - тине ул. - Икенсе яҡтан, был халҡыбыҙҙың миграцияһы факторы. Беҙҙең кеше капиталы республикаға эшләргә тейеш. Бында милли мәғарифтың роле ҙур. Бөгөн беҙ балаларҙы туған телендә уҡытырға ярҙам иткән заманса, перспективалы технологиялар буйынса фекер алышырға һәм уларҙы артабан уҡытыу процесына индерә башлау өсөн йыйылдыҡ".

Гөлназ Радмил ҡыҙы шулай уҡ уҙған йылда дәүләт кимәлендә барлыҡҡа килгән туған телдәрҙе үҫтереү фонды, президент гранттары, тиҙҙән ҡабул ителәсәк туған телдәрҙе һаҡлау һәм үҫтереү буйынса программа тураһында әйтеп китте һәм уларҙың ыңғай күренеш булыуын билдәләне. Әммә етешһеҙлектәр ҙә юҡ түгел. Мәҫәлән, күпме генә һөйләнһә лә, һаман да туған телдәрҙә уҡытыуҙың заманса концепцияһы, туған телдәрҙе уҡытыу буйынса яңы дәреслектәр юҡ. Улар федераль кимәлдә тикшереү үткән, әммә РФ президенты Владимир Путиндың ҡушыуы буйынса, федераль исемлектәге дәреслектәр ҡабаттан экспертиза үткәнлектән, әлегә исемлеккә индерелмәгән. Шулай уҡ башҡорт теле уҡытыу программалары ла рус теленә тәржемә ителеп, федераль реестрға тапшырылған, тиҙҙән унда индерелеүе көтөлә. Былар - хәл ителәсәк проблемалар, шулай ҙа бөгөн министрлыҡты, артабан балаларҙы нисек уҡытасаҡбыҙ, тигән һорау борсой. Сөнки дәреслектәрҙе камиллаштырырға кәрәк, ә уларҙың авторҙары китаптарҙың бик яҡшы булыуын билдәләй; уҡытыусылар һәм министрлыҡ белгестәре бының менән килешмәй. Шуға күрә уҡытыусыпрактиктарҙың туған телдәр дәреслектәре һәм уҡыу әсбаптарының заманса концепцияһы ниндәй булырға тейешлеге тураһындағы фекере осрашыуҙың төп темаһын билдәләне.

Икенсе проблема - диалекттар. "Әлеге ваҡытта беҙ әҙәби башҡорт телен генә өйрәнәбеҙ, - тине Гөлназ Шафиҡова, - был дөрөҫ тә, сөнки дөйөм территорияла бер генә әҙәби тел булырға тейеш. Әммә диалекттарҙы өйрәнеүгә аҙ иғтибар бүләбеҙ. Киреһенсә, уларҙы сағыштырырға, әҙәби башҡорт теленең ғаиләлә аралашҡан көнкүреш теленән нимә менән айырылыуын күрһәтергә, шул уҡ ваҡытта уларҙың теленең дә башҡорт теле булыуын аңлатырға тейеш-

Б А Ш Ҡ А Л А Х Ә Б Ә Р Ҙ Ә Р Е

✓ "Өфө" менән "Краснодар" араһында Рәсәй Премьер-лигаһы матчын күсереү тураһында һөйләшеүҙәр бер нисә көн барҙы. Һөҙөмтәлә командалар һәм Рәсәй Премьер-лигаһы ил беренселегенең 3-сө тур уйыны, алдан билдәләнгәнсә, 13 августа "Нефтсе" стадионында Өфө ваҡыты буйынса киске сәғәт 8-се яртыла уҙа. Люксембург клубы менән яуап матсы 14 августа билдәләнгәйне. УЕФА был уйынды 16 августа күсерҙе.

✓ Һуңғы көндәрҙә Өфөлә һәм тотош Башҡортостанда һауа температураһы ҡапыл түбәнәйҙе. Синоптиктар мәғлүмәте буйынса, йонсоу, ямғырлы һәм елле һауа торошо алдағы ял көндәрендә тиклем дауам итә. 11 августа һауа температураһы йәнә 21-26 градусҡаса күтәрелә. Шишәмбегә, 14 августа ҡаҙар көндәр йылы тора, һуңынан термометр бағанаһы йәнә +13-кә тиклем төшә. Бер аҙнанан Өфөгә 30 градуслыҡ эҫелек кире ҡайта һәм сентябргә тиклем дауам итә.

✓ Өфөнөң Киров районында, Зәки Вәлиди, Пушкин, Аксаков, Гоголь урамдары менән сикләнгән кварталда Башҡорт дәүләт университеты студенттары өсөн социаль, мәҙәни һәм көнкүреш объекттары менән ҡунаҡхана тибындағы ике ятаҡ корпусы төҙөлә. Төҙөлөштө 2020 йылдың 30 сентябренә тамамлау күҙаллана.

✓ Башҡортостандың Эшҡыуарлыҡ ойошмалары ассоциацияһы кесе һәм урта эшҡыуарлыҡ субъекттарының эшмәкәрлеге буйынса бушлай шәхси консультациялар уҙғара. Улар 20 августа сәғәт 3-тә, 27 августа сәғәт 3-тә була. Консультациялар Өфө ҡалаһы, Индустриаль шоссеһы, 44/1 адресы буйынса 6-сы павильондағы 6-22-се бүлмәләрҙә үтә. Алдан теркәлеү өсөн телефон: (347) 264-62-90, 243-38-37, e-mail: aoprb@mail.ru.

✓ Өфөлә 2018 йылдың декабрендә II Рәсәй-Ҡытай йәштәр уйындары үтә. Июль айында Өфөлә физик культураны һәм спортты үҫтереү мәсьәләләре буйынса Рәсәй-Ҡытай ғилми симпозиумы, шулай уҡ гуманитар хеҙмәттәшлек буйынса Рәсәй-Ҡытай комиссияһының ултырышы үтергә тейеш.

✓ Өфөләге Конгресс-холда, 25 августа, "Һөт иле" фестивале барышында "Башҡортостандың иң яҡшы сыры" конкурсы уҙғарыла. Унда ҡатнашыуға ауыл хужалығы кооперативтары, фермерҙар, һөт эшкәртеү предприятиелары саҡырыла. Ғаризаны 20 августа тиклем hasanova.ii@bashkortostan.ru электрон почтаһына ебәрергә кәрәк.

✔ Ата-әсәләр теләһә, барлыҡ предметтарҙы ла башҡортса (татарса, сыуашса һ.б.) уҡытырға мөмкин. Был инде булған милли гимназия-лицей-мәктәптәрҙе һаҡлап ҡалырға һәм, теләк булғанда, яңыларын асырға мөмкинлек бирә.

КӘҢӘШ ҠОРО

беҙ. Был да балаларҙы тәрбиәләүҙәге, уларҙа үҙҙәрендә башҡортлоҡ (идентичность) формалаштырыуҙағы мөһим мәл".

Өсөнсө төп мәсьәлә итеп мәғариф министры бөгөн балалар мәктәптә өйрәнгән әҙәбиәт исемлеге мәсьәләһен ҡуҙғатты. Бөгөн ул туған телдә булған әҙәбиәт спектрын тулыһынса үҙ эсенә аламы, әллә башҡа телдәргә йәки башҡа телдәрҙән тәржемәләр талап ителәме? Заказсы булараҡ, Мәғариф министрлығын был һорау ҙа борсой.

Артабан сара туған телдәрҙе уҡытыу концепцияһын әҙерләү сиктәрендә уҙғарылған һәм "Туған тел: уҡытыу тәжрибәһе һәм уҡытыу методикаһын камиллаштырыу" темаһына арналған яңы донъяуи кафе форматында үтте. Уны модератор, педагогия фәндәре кандидаты, "Занин һәм Ко" үҫтереү үҙәгенең идара итеүсе партнеры, Европа коучинг ассоциацияһының мастер-коучы Дмитрий Занин үткәрҙе. Ҡыҫҡаса ғына итеп аңлатҡанда, сарала ҡатнашыусылар 12 төркөмгә бүленеп, сомодераторҙар ярҙамында билдәле бер тема буйынса дискуссия ойошторҙо һәм фекерҙәрен яҙып барҙы. Ярты сәғәттән һуң бер раунд үткәс, улар үҙҙәренә оҡшаған икенсе тема буйынса фекер алышыу өҫтәленә йыйылып, эшен дауам итте. Дүртенсе раундҡа ҡабат төүге өҫтәлгә килеп, үҙҙәре яҙған һәм башҡа ҡатнашыусылар өҫтәгән фекерҙәрҙе туплап, бер-нисә пункттан торған тәҡдимдәр әҙерләне һәм сара һуңында һәр төркөм үҙенең тәҡдимдәрен уҡып иштеттерҙе. Дөйөмләштереп әйткәндә, матур һәм файҙалы, ғәмәлдә ҡулланырлыҡ фекерҙәр күп булды. Бары тик уларҙың концепцияға инеп китеүе генә шарт. Шулай итеп, дискуссия майҙансығында ҡатнашыусылар барыһы ла концепция авторҙаштары булып сығыш яһаны.

Юҡҡа ғына Гөлназ Радмил ҡыҙы сараны тәбрикләү сығышында Башҡортостандың туған телдәр уҡытыусылары менән ғорурланырға хаҡлы булыуын билдәләп китмәне. Улар Рәсәй кимәлендә үткәрелгән төрлө конкурстарҙа ҡатнашып, енеү яулай һәм ил буйынса иң яҡшы туған телдәр уҡытыусылары икәнлеген раҫлай. Был юлы ла иң алдынғылар оҫталыҡ дәресе уҙғарҙы, ә тамаша залында бер үк ваҡытта мәғариф министрлығы һәм Обрнадзор белгестәре ҡатнашлығында түңәрәк ҡор ойошторолдо. Сараны Мәғариф министры Гөлназ Шафиҡова үҙе алып барҙы һәм, тәү сиратта, 3 августа РФ Дәүләт Думаһы депутаттары өсөнсө уҡыуҙа ҡабул иткән һәм 14 августан көсөнә инәсәк "Рәсәй Федерацияһында Мәғариф тураһында"ғы Федераль законға үҙгәрештәр индереү тураһында" Федераль Закон новеллалары менән таныштырып, уларға аңлатма бирҙе. Беренсе уҡыуҙағы текст менән хәҙергеһе араһында ҙур айырма юҡһа ла, ҡайһы бер үҙгәрештәр, баҡтиһән, көтөлмәгән булған икән. Мәҫәлән, 11-се статьяның 5-се пункты. Мәғлүм булыуынса, әлеге ваҡытта белем биреү ойошмалары Дәүләт белем биреү стандарттарының федераль компоненты (ФК ГОС) һәм Федераль дәүләт белем биреү стандарттары (ФГОС) буйынса уҡытыла. ФК ГОС стандарттары буйынса уҡыусылар быйыл 9-сы класҡа күскән, һәм улар туған телдәрҙе 10-11-се класта ла мотлаҡ өлөштә өйрәнә. Ә инде ФГОС буйынса 10-11-се кластарҙа туған тел дәрестәре бөтөнләй төшөп ҡала, йәғни элек 10-11 йыллыҡ һуҙылған программаны ФГОС буйынса 9 йылда тамамларға кәрәк буласаҡ. Был инде программаға үҙгәрештәр индереләсәк, тигән һүҙ. Йәғни хәҙерге 10-11-се синыфтарға туған тел һәм әҙәбиәт дәресе уҡытыламы, юҡмы, әллә ул инвариатив (мотлаҡ) өлөштән алынһа ла, ата-әсәләрҙең теләге һәм белем биреү ойошмаһының мөмкинлеге буйынса вариатив (һайлау) өлөшөндә ҡалдырылыуы ихтималмы?

Ҡабат ошо пунктҡа килгәндә, ата-әсәләр араһында ныҡлы аңлатыу эштәре алып барған осраҡта, уны үҙ файҙабыҙға ла бороп ебәрергә мөмкин. Сөнки унда ФГОС-тың мәктәпкәсә, башланғыс, төп белем биреүҙе туған телдәрҙә алыу мөмкинлеген тәьмин итә, тигән юлдар бар. Йәғни ата-әсәләр теләһә, барлыҡ предметтарҙы ла башҡортса (татарса, сыуашса һ.б.) уҡытырға мөмкин. Был инде булған милли гимназия-лицей-мәктәптәрҙе һаҡлап ҡалырға һәм, теләк булғанда, яңыларын асырға мөмкинлек бирә. Бында шуны ла асыҡлап китеү урынлы булыр, моғайын: закон талаптары буйынса, белем биреү ойошмалары "милли" һәм "гимназия-лицей" тип аталырға тейеш түгел. Әммә был бығаса тиклем милли белем усағы булып эшләп килгән мәғариф ойошмаларының уставтары һәм локаль акттарына белем биреү теле тураһында аныҡлап яҙыуҙы тыймай.

Күптәрҙе закондың яңы редакцияһында рус теленә лә туған тел статусы бирелеүе һағайтты. Сөнки ата-әсәләрҙең күпселеге, был дәрестәрҙә балаларҙы ТДИ-ға (ОГЭ), БДИ-ға әҙерләгәнлектән, үҙ туған теленән баш тартып, рус теле дәрестәренә өҫтөнлөк бирә ине. Әммә туған тел статусы рус телен икенсе предмет өлкәһенә индерә, йәғни ул бөтөнләй башҡа программа һәм дәреслектәр буйынса уҡытыласаҡ.

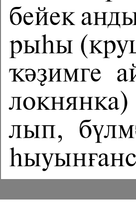
Былтырғы уҡыу йылында ата-әсәләрҙең балаларын туған телдә уҡытыу өсөн ғариза яҙыу эпопеяһын онотмағанһығыҙҙыр? Яңы закон был процессы бер ни тиклем ябайлаштыра: хәҙер ғаризаны мәктәпкәсә белем биреү учреждениеһына, башланғыс синыфҡа, йәғни бер баҫҡыстан икенсеһенә күскәндә, шулай уҡ белем биреү ойошмаһын алмаштырған осраҡта ғына яҙыу талап ителә. Шулай уҡ ғаризалар өлгө буйынса түгел, ирекле булырға тейеш. Ғаризаларҙы мәктәп директоры йәки синыф етәксеһе генә йыя, әммә туған телдәр уҡытыусылары ата-әсәләр йыйылышында ҡатнаша, сығыш яһай, ни өсөн туған телде һайларға кәрәклеген аңлата ала. Шулай уҡ тағы бер мөһим мәсьәлә күҙ уңынан ысҡындырылмаһын ине: башҡорт теле балаларҙың туған теле булған һәм халыҡтың күпселеген башҡорттар тәшкил иткән районларҙа балаларҙың туған тел булараҡ та, дәүләт теле булараҡ та башҡорт телен уҡыуына юл ҡуйырға ярамай. Гөлназ Радмил ҡыҙы белдереүенсә һәм мониторинг һөҙөмтәләре күрһәтеүенсә, уҙған уҡыу йылында хатта Баймаҡ, Бөрйән райондары мәктәптәре лә туған тел дәреслектәренә лә, дәүләт теле булараҡ башҡорт теле дәреслектәренә заявка биргәндә лә балаларҙың бер үк һанын яҙған. "Был ике предмет өлкәһе, шуға күрә башҡорт теле туған теле булған балаларға дәүләт теле булараҡ башҡорт телен уҡытыуҙы аңлай алмайым. Тәү сиратта, беҙ балаларҙың мәнфәғәтен уйларға тейешбеҙ, ә уҡытыусыларҙың сәғәттәрен түгел", - тине ул.

Министрлыҡтың Милли телдәр бүлеге начальнигы Розалия Сафиуллина белдереүенсә, бөгөн федераль исемлеккә ингән дәреслектәр булмаһа ла, закондың 18-се статьяһы уҡыу әсбаптары менән уҡытыуға рөхсәт итә. Икенсе яҡтан, әгәр әсбаптарҙың ҡағыҙ варианты булмаһа, уларҙың электрон вариантын да файҙаланырға мөмкин. Был инде күрше өлкәләр өсөн дә бик уңайлы. Шулай уҡ Розалия Расих ҡыҙы аңлатыуынса, программа буйынса башҡорт телен мотлаҡ өлөштә өс сәғәткә тиклем ҡуйырға мөмкин, ә дәүләт теле булараҡ уҡытылған вариатив өлөштә - ике сәғәткә. Әгәр төп башҡорт ауылдарында (беренсе программа линияһы мәктәптәре) телде тәплә өйрәнергә теләк белдерһәләр, вариатив өлөштәге ике сәғәтте туған телгә бирергә мөмкин һәм быны ата-әсәләр, мәғариф ойошмаһы хәл итә. Икенсе программа линияһы буйынса уҡыған, йәғни уҡытыу теле башҡорт булмаған райондарҙа ла үрҙәге вариант ҡабатлана. Сөнки уларҙа уҡытыу теле башҡа булһа ла, башҡорт балалары туған башҡорт телен уҡый, вариатив өлөштәге дәүләт башҡорт теле урынына тағы ла ике сәғәт туған телде һайларға мөмкин. Башҡа милләт вәкилдәре күпселекте тәшкил иткән райондарҙа, ҡала мәктәптәрендә ата-әсәләрҙең һайлауы буйынса башҡорт телен дәүләт теле булараҡ вариатив өлөштә өйрәнеү тәҡдим ителә. Әммә бында бер сетерекле мәл бар: башҡорт балалары башҡорт дәүләт телен уҡымаһа, башҡа милләт ата-әсәләре балаларының республиканың дәүләт телен өйрәнеүен теләмәһә, дәүләт теле булараҡ башҡорт телен бөтөнләй программанан төшөп ҡалыуы ла ихтимал...

Нисек кенә булмаһын, закон мөмкинлектәр тәҡдим итә, белем усаҡтары һәм уҡытыусылар уларҙы тормошҡа ашырырға әҙер, әммә бөтөн нәмә ата-әсәләргә барып тоташа. Шуға күрә бөгөн улар менән ныҡлы, ентекле аңлатыу эштәре алып барыу зарур. Һөҙөмтәне инде 1 сентябрь күрһәтер. Ни тиһәң дә, себеште көҙ һанайҙар...

Зәйтүнә ӘЙЛЕ.

Х А Л Ы Ҡ Д А У А Һ Ы



Был рубрикала баҫылған кәңәштәрҙе ҡулланыр алдынан мотлаҡ табип менән һөйләшергә, аныҡ диагноз ҡуйырға, үләндәргә аллергия юҡлығын тикшерергә кәрәклекте онотмағыҙ.

Баш өйәнәгенә ҡаршы

❖ 1-әр өлөш бесәй үләне тамыры, бейек андыҙ тамыры, эт муйылы ҡайырыһы (крушина), аҡ үҡһә һуты (омела), ҡәҙимге айыу еләге япраҡтарын (толокнянка) 1 стакан ҡайнар һыуға һалып, бөлмә температураһына тиклем һыуынғансы төнәтергә. төнәтмәне баш өйәнәгән булдырмау өсөн көнөнә 4 тапҡыр яртышар стакан эсергә.

Шифалы төнәтмәләр

❖ 10 грамм һары мәртүшкәгә 200 мл һыу ҡойоп, 10 минут ҡайнатырға. Тире майлы булһа, бетсә сығып яфалаһа, шул төнәтмәне һөртөргә.

❖ Йүкә сәскәһе төнәтмәһе ҡартайған, ҡоро тире өсөн һәйбәт. Төнәтмә менән йыуыналар.

❖ Өлгөрөп етмәгән бер нисә ҡарағатты иҙеп, 1 балғалаҡ бал менән ҡатыштырып, биткә һөртөргә. Бит тиреһе апаҡ булып ҡалыр.

Майлы сәс өсөн

❖ 2-4 ҡалаҡ кипкән аҡсәскәне ярты йәки литр ярым ҡайнар һыу менән бешекләргә, бик һүрән утта 5-10 минут тоторға, төнәтергә. Бер аҙ һыуынғас, һөҙөргә. Шул төнәтмә менән йыуылған сәсте сайҡатырға.

Ирәүән барҙа ир үлмәҫ

Был мәҡәл борондан әйтелә. Ирәүән баҡсала ла үҫә. Беҙ уның япрағының һабаҡтарын ҡымыҙлыҡ кеүек ашайбыҙ, ҡайнатма яһайбыҙ, япрағын йомортҡа менән болғап, бәлеш тә бешерәбеҙ. Дауалау көсө лә бар. Эсәктәр ауыртһа, эс боҙолоу осрағында тамыры ҡулланыла. Тамырын көҙ ҡаҙып алып йыуаһың да, ваҡлап, киптерәһең (алдан ҡояшта бәжетәһең әле).

- 0,1 гр тамыр эселеге түбән гастриттан, эс китеүҙән ҡотҡара.
- 0,2 гр тамыр үт ҡыуҙырыуҙа файҙаланыла.
- 2 гр тамыр эс ҡатыуҙан ҡулланыла.
- гемморой булғандарға "йыуыныу" өсөн кәрәк.
- эсәк ауыртҡанда 10 гр мәтрүшкәгә 200 мл ҡайнар һыу ҡойола, төнәтелә һәм көнөнә өс мәртәбә берәр ҡалаҡлап эселә. Бик файҙалы.

Әнүәрә ХӘЙБУЛЛИНА.

ЗИҺЕН КИҢӘЙТЕП...

БӘЙҒӘМБӘРҘӘР

Мусаның Фирғәүендән китеүе

Билдәләнгән ваҡытты намыҫ менән үтәгәс, ул ғаиләһен алып, Мысырға ҡайтырға сыға. Юлда Тур тауы үҙәнендә ут күргәс, ғаиләһенә: "Бәлки, юлды белешермен йәки йылынырға ут өсөн ҡуҙ килтерермен, көтөгөҙ", - тип, усаҡ янына китә. Унда еткәс, юғарынан: "Эй, Муса! Мин - Аллаһ, донъя Хакимы. Минән башҡа берәү ҙә үҙенә табынырға лайыҡ түгел. Мин - Донъялар Ижад итеүсе, унда йәшәүселәрҙең Яҡлаусыһы, Һаҡлаусыһы, Кәнәшсеһе! Ҡулыңдағы таяғыңды ташла!" - тигән тауыш ишетә. Муса таяғын ырғыта һәм ул йылан һымаҡ бормаланып шыуыша башлағас, ҡурҡышынан артына ла ҡарамай йүгерә. Юғарынан: "Эй, Муса, ҡурҡма, кил бында. Һин хәүефһеҙлектә. Ҡулдарыңды ҡултыҡ аҫтына тыҡ, сабыртма эҙҙәре юйылып, ап-аҡ булып ҡалыр. Ҡурҡыуыңды баҫыр өсөн ҡулдарыңды күкрәгенә ҡыҫ. Тере йыландай борғоланған таяғына, ағарып балҡып торған ҡулдарыңа ҡурҡмай ҡара. Улар Аллаһ тарафынан бирелгән билдәләр. Фирғәүен, уның халҡы Аллаһ саҡырыуҙарын еткереүеңде ялғанға һанап, һине мыҫҡыллағанда, Аллаһ һине һайлап, һиңә генә биргән ошо билдәләр Аллаһ илсеһе булыуыңды раҫлар, һүҙеңде өсҡә сығарыр", - тигән тауыш ишетә. Шулай итеп, Мусаға кире Фирғәүенгә барып, уға изге бурыс, Аллаһ саҡырыуҙарын тапшырыу бурысы йөкмәтелә.

Муса Фирғәүенгә ҡаршы

Бөйөк Алла: "Муса миңә: "Эй, Хоҙай! Уларҙың берәүһен үлтерҙем. Бының өсөн мине үлтермәҫтәрме? Ағайым Һарун миңә ҡарағанда матур һөйләй. Һинең саҡырыуҙарыңды еткерер өсөн уны минең менән ебәр. Мине алдаҡсыға һанарҙар, тип ҡурҡам", тип әйтте, ти.

Бөйөк Алла Мусаның үтенестәренә яуап бирел: "Беҙ һине ағайың Һарун менән нығытырбыҙ. Һеҙгә власть бирербеҙ һәм Саҡырыуҙарыбыҙ менән ярҙам итербеҙ. Шул сағында улар һеҙгә зыян ҡыла алмаҫ. Ағайың менән һин һәм һеҙгә эйәргән кешеләрҙең һәммәһе лә еңеүсе булыр һәм имандарыҙҙарҙан юғары күтәрелерһегеҙ", - ти.

Шулай итеп, Мусаға үҙе ҡасып киткән Фирғәүенгә барып, Алланың Саҡырыуҙарын еткерергә ҡушыла. Фирғәүен Мусанан, Донъялар Аллаһы кем һуң, тип һорағас, Муса Уның Ер, Ғаләм һәм улар араһындағы нәмәләрҙе Барлыҡҡа килтереүсе булыуын аңлата. Ә халыҡҡа: "Әгәр һеҙ был яуаптың хаҡлығына ышанһағыҙ, хәҡиҡәт юлынан барырһығыҙ һәм үҙен Алла тип уйлаған Фирғәүендең батшалығы Бөйөк Илаһтың батшалығы менән сағыштырғанда сүп кеүек булыуын аңларһығыҙ", - ти. Фирғәүен уның һүҙҙәрен мыҫҡыллап, кешеләрҙе уға ышанмаҫҡа өндәй, ләкин Муса уның ҡотороноуына иғтибар итмәй: "Донъялар Аллаһы ул һеҙҙең ата-бабаларығыҙҙы барлыҡҡа килтергән Бөйөк Илаһ. Килер бер көн һәм үҙен Аллаға һанаған Фирғәүен дә, көнө бөтһә, барыбер үлер, ә Алла үлмәйәсәк, Ул - үлемһеҙ", - тип, халыҡты иманға саҡырыуын туктатмаған. Асыуынан ярһыған Фирғәүен: "Мусаның аҡылы юҡ, ул аҡылһыҙ", - тигәс, Муса кешеләргә: "Әгәр аҡылығыҙға килһәгеҙ, өндәүҙәремә лә ышанасаҡһығыҙ. Ҡояштың айырым закондар буйынса ҡалҡыуы һәм байыуы ла Бөйөк Ижадсы булыуын иҫбатлай. Әгәр ышанмайһығыҙ икән, һеҙ аҡылһыҙҙар тигән исемгә лайыҡһығыҙ", - тип, халыҡтың иғтибарын берҙән-бер Алла барлыҡҡа килтергән Ғаләмдең мөһабәтлегенә йүнәлтергә тырыша. Кешеләр алдында фаш ителеүҙән нәфрәтләнгән Фирғәүен: "Әгәр минән башҡа Аллаға ышанырға уйлаһаң, төрмәгә ябасаҡмын. Зинданымда ниндәй шарттарҙа йәшәүҙәрен беләһең", - тип янай. Муса: "Әгәр һүҙҙәремдең хаҡлығын раҫлаусы ғәжәйеп күренеш күрһәтһәм, зинданға ябырһыңмы икән?" - тигәс, Фирғәүен: "Күрһәт. Бәйғәмбәрлегеңде иҫбатлармы икән", - ти. Муса таяғын ергә ташлай һәм ул йыланға әүерелә, ап-аҡ ҡулдарын еңдәренән сығара. Халыҡ быға шаҡ ҡата. Ә Фирғәүен уға һаман ышанмай, сихырсылыҡта гәйепләй һәм икеһенең дә һәләттәрен күрһәтер өсөн махсус көн билдәләргә ҡуша. Муса кеше күп йыйылһын өсөн Ҡорам байрамы көнөн билдәләй.

(Аҙағы бар).

БЕЛЕМ УСАҒЫ

БАТЫР ИСЕМЕН ЙӨРӨТӘ

Мәләүез ҡалаһындағы Кинйә Арыҫланов исемендәге 9-сы башҡорт гимназияһы 1997 йылда асыла. 2007 йылда беҙҙең белем усағы эргәһендә 120 урынлыҡ һауыҡтырыу үҙәге булған интернат ҡулланыуға тапшырыла. Ә бына Кинйә Арыҫланов исеме белем усағына 2008 йылда бирелә.

Кинйә Арыҫланов исемендәге 9-сы башҡорт гимназияһында бөгөнгә көндә 635 уҡыусы белем ала, 53 уҡытыусы эшләй. Гимназияның интернаты булғас, райондың төрлө ауылдарынан бишенсе, алтынсы, етенсе, һигеҙенсе синыфҡа уҡырға алабыҙ. Беренсе синыфҡа Мәләүез ҡалаһында йәшәүсе милләттәштәр балаларын уҡырға килтерә. Сөнки беҙҙең гимназия балаларға төплө белем биреү йәһәтенән генә түгел, башҡорт теле туған тел булараҡ уҡытылған учреждение булыуы менән дә уңайлы. Беҙ башҡорт теле дәрестәренең сәғәттәрен ҡыҫҡартманыҡ, уҡыу планына ярашлы, беренсе класта биш сәғәт уҡытабыҙ, шуға ҡала мөхитендә үҫкән балаларға туған телен яҡшы өйрәнеү өсөн бөтә мөмкинлектәр бар. Гимназияла "Рух" театр түңәрәге, "Сулпылар" бейеү ансамбле, ҡурай, көрәш, ҡыҙҙар өсөн "Хужабикә" осталыҡ түңәрәктәре эшләй. Был түңәрәктәрҙә уҡыусылар халҡыбыҙҙың һөнәрҙәренә өйрәнә, рухлы итеп тәрбиәләүгә бер өлөш индерелә.

Бына бер нисә йыл рәттән "Башҡортостан киләсәге" тигән форум ойоштораБыҙ. Быйыл унда 8-11 синыф уҡыусылары дүрт секция эшендә ҡатнашты. Беренсе секция "Тыуған илем - Башҡортостан" тип аталды, ул республиканың 100 йыллығына арналды. Тағы ла "Ғаилә йылы"на арналған секцияла шәжәрәләрен белгән уҡыусылар сығыш яһаны, шиғриәткә бәйле секцияла шағирҙарҙың ижады менән таныштылар, "Һөнәр һайлау - киләсәгеңде һайлау" тигән дүртенсе секцияла булаҫаҡ һөнәрҙәре тураһында проекттар эшләнеләр. Был форумды йыл да үткәрәбеҙ, быға тиклем Көйөргәҙе районының белем усаҡтары уҡыусыларын ғына йыйһаҡ, быйыл Ишембай, Күгәрсен районларынан да ҡатнашыусылар килде. Уҡыусылар тиҫтерҙәренең ҡыҙыҡлы сығыштарын тыңланы һәм грэпплинг буйынса осталыҡ дәресе үтте. Уларҙы оҙата килгән уҡытыусылар өсөн иһә "Башҡорт телен һаҡлап ҡалыу юлдары" тигән темаға семинар ойошторолдо.

Ғөмүмән, Кинйә Арыҫланов исемендәге 9-сы башҡорт гимназияһында, башҡа белем усаҡтары кеүек, уҡыусыларға белем биреүҙән тыш, төрлө яҡлап һәләттәрен үҫтерергә, ынтылышлы, рухлы, илһөйәр итеп тәрбиәләүгә йүнәлтелгән сараларға ҙур иғтибар бүленә. Белем усағы 2005 йылда Мәләүез ҡалаһы һәм районының иң яҡшы мәктәбе тип таныла, 2006 йылда "Мәғариф" милли проекты сиктәрендә РФ Президентының 1 миллион һумлыҡ премияһын яуланы, йыл да уҡыу йортон уҡыу йылына әҙерлек буйынса беренсе урында килә, уҡыусыларҙың олимпиадала һәм спортта яуланған уңыштары буйынса ла яҡшы һөҙөмтәләргә өлгәшә. Быйыл Кинйә Арыҫланов исемен йөрөткән гимназияла уға арналған мемориаль таҡта асылды. Йәш быуын тыуған яғының тарихын, шәхестәрен күреп-белеп үҫһен тигән маҡсатта эшләнә барыһы ла.

Ләлә РАФИҠОВА,
Кинйә Арыҫланов исемендәге 9-сы башҡорт гимназияһы директоры.

ҺЫНАТМАЙБЫҘ!

Стәрлетамаҡ ҡалаһындағы Жәлил Кейекбаев исемендәге 3-сө гимназия 1995 йылда асыла. Тәүге йылдарҙа ул 33-сө һанлы башҡорт мәктәбе тип атала, һуңынан гимназия статусы бирелә һәм 2000 йылдан алып күренекле башҡорт тел белгесе, профессор Жәлил Кейекбаев исемен йөрөтә башлай.

Әлеге көндә был гимназияла 585 уҡыусы белем ала. Балаларын белем усағына уҡырға бирергә теләүсе ата-әсәләр күп, сөнки бында башҡорт теле тик туған тел булараҡ ҡына уҡытыла. 2015 йылда гимназия эргәһендә башҡорт балалар баҡсаһы астыҡ, унда 180 бала тәрбиәләнә. Балаларҙы бәләкәйҙән башҡортса һөйләштереп, башҡорт мәҙәниәтенә, йолаһына ылыҡтырып, үҙебеҙсә тәрбиәләп үҫтереү өсөн бик уңайлы. Балалар баҡсаһында 16 педагог эшләй, гимназияла 39 уҡытыусы белем бирә. Улар араһында оҙаҡ йылдар уҡытҡан тәжрибәле, һөнәри өлкәлә төрлө уныштар ҡазанған уҡытыусылар ҙа, хеҙмәт йылын яңы башлап торған йәш белгестәр ҙә бар. Иң мөһиме, барыһы ла үҙ эшен яратып, күңелен һалып башҡара. Был уҡыусыларҙың һәм ата-әсәләрҙең гимназия коллективы хеҙмәтен юғары баһалап, йыш ҡына рәхмәт һүҙҙәре еткереп, таныштарына балаларын бында уҡытырға тәҡдим итеп тороуҙарында ла сағыла. Әйткәндәй, гимназия территорияға беркетелгән, шуға Стәрлетамаҡ ҡалаһында донъя көткән башҡа милләт вәкилдәре лә балаларын уҡырға алып килә. Улар ҙа гимназияла уҡыр өсөн башҡорт телен туған тел булараҡ өйрәнергә ризалыҡ бирергә тейеш. Сөнки белем усағының төп маҡсаты Башҡортостандың милли кадрҙарын тәрбиәләү, башҡорт телен яҡшы белгән йәш белгестәр үҫтереү. Шуға гимназияла башҡорт, урыҫ, инглиз телдәрен яҡшы өйрәнеүгә баҫым яһала, буласаҡ филологтар беҙҙә белем ала. Ҡала мөхитендә үҫкән балаларҙың туған башҡорт телен белеү кимәле төрлө, шуға уҡытыу телде яҡшы белгән уҡыусылар һәм телде аңлаған уҡыусыларға бүлеп, ике төрлө программа буйынса алып барыла.

Беҙҙең гимназияла туған телгә һөйөү, рух тәрбиәләү өсөн бөтә шарттар бар, мөхит булдырылған. Гимназияла йыр, бейеү, ҡурай, көрәш, КВН түңәрәктәре эшләй. Йәш ижадсылар "Кауырй ҡәләм" түңәрәгендә шөғөлләнә, быйыл "Уғатар" түңәрәге асып ебәрҙек. Стәрлетамаҡ дәүләт театр-концерт берләшмәһе менән тығыҙ бәйләнештә эшләйбеҙ, актерҙар уҡыусылар менән осрашыуҙарға килә, осталыҡ дәрестәре үткәрә, талантлы уҡыусыларыбыҙ хатта улар ҡуйған спектаклдәрҙә уйнай. Өҫтәмә белем биреү йәһәтенән балалар баҡсаһында һәм башланғыс синыфта уҡыған балалар өсөн "Менталь арифметика" буйынса курстар индерелде, ул баланың логик фекерләү ҡеүәһен үҫтереүгә йүнәлтелгән. Түңәрәктәрҙән тыш, төрлө конкурс, олимпиада, фәнни-ғәмәли конференциялар үткәреп торабыҙ, ҡала, республика кимәлендә үткәрелгәндәрендә лә әүҙем ҡатнашабыҙ. Мәҫәлән, йыл да гимназияла "Кейекбаев уҡыуҙары" тигән ҙур сара ойоштораБыҙ, унда республиканан ғына түгел, сит өлкәләрҙән дә ҡатнашыусылар килә. Үҙебеҙ республика һәм Рәсәй кимәлендәге ярыштарҙа призлы урындар алып торабыҙ. Һуңғы йылдарҙа, мәҫәлән, үҫешә барған робот техникаһы йүнәлешендә Мәскәүҙә үткән конкурста уҡыусыларыбыҙ йөҙҙән ашыу команда араһында бишенсе урын, педагогтар араһындағы ярышта етәкселәре Ринат Кәримов өсөнсө урын яулап ҡайтты. Башҡа фәндәрҙән дә уҡыусылар һынатмай, еңеүҙәр яулап тора. Педагогтар ҙа һөнәри конкурстарҙа ҡатнашып, иң яҡшылар рәтендә һанала.

Хәҙер белем усағының эш һөҙөмтәһе Төп дәүләт имтиханы һәм Берҙәм дәүләт имтиханы һөҙөмтәләренә ҡарап билдәләнә. Беҙҙең гимназия мотлаҡ тапшырылырға тейеш рус теле һәм математика предметтары буйынса имтихан һөҙөмтәләренә ярашлы, республиканың иң яҡшы белем усаҡтары араһында тора. Уҡыусыларҙың 97 проценты ун беренсе синыфты тамамлағандан һуң юғары уҡыу йортона уҡырға инә. Эшебеҙҙең төп йүнәлеше телдәрҙе өйрәнеүгә йүнәлтелгән булһа ла, медицина, иҡтисад, техник йүнәлештәге Мәскәү, Санкт-Петербург, Өфө вуздарында белемен камиллаштырыусылар байтаҡ. Асылғандан бирле башҡорт халҡының киләсәген ҡайғыртыр, иленә хеҙмәт итер илһөйәр, телһөйәр, аҡыллы, рухлы быуын тәрбиәләй башлаған Жәлил Кейекбаев исемендәге 3-сө гимназия артабан да ошо юҫыҡта эшен дауам итәсәк.

Айгөл ШАҺИСОЛТАНОВА,
Жәлил Кейекбаев исемендәге 3-сө гимназия директоры.

✔ *Башҡортостанда бер юлы ике-өс солоҡ урынлашҡан мөһабәт ҡарағайҙарҙы осратҡаным булды. Башҡорттар араһында бишәр йөҙ, йә иһә меңәр солоғо булған ғаиләләр бихисап. Улар үҙҙәренең солоҡтарын күҙ ҡараһы һымаҡ һаҡлай.*

ТАРИХ ЯРСЫҠТАРЫ

СОЛОҠСОЛОҠ...

башҡорттарҙың төп шөғөлдәренең береһе

Рычков Пётр Иванович - Санкт-Петербург Фәндәр академияһының мөхбир ағзаһы, Көньяҡ Уралдың географияһы, иҡтисады, этнографияһы буйынса энциклопедик хеҙмәт һаналған "Ырымбур губернаһы топографияһы"ның авторы. Ул хәҙерге Өфө территорияһындағы боронғо ҡала, Башҡортостандың Шишмә районындағы кәшәнәләр тураһында бик күп риүәйәттәр йыя, Шүлгәнташ мәмерйәһе тураһында иң тәүге мәҡәлә уның тарафынан яҙыла. Рычков Башҡортостандың Рус дәүләтенә ҡушылыуы, төбәкте колониялаштырыу, башҡорт ихтилалдары, Крәҫтиәндәр һуғышы (1773-1775) тарихын, башҡорттарҙың шәжәрәләрен, хужалығын, көнкүрешен, ырыу-ҡәбилә ҡоролошон, төбәктең тәбиғәт ресурстарын өйрәнгән һәм ошолар хаҡында 60-ҡа яҡын фәнни хеҙмәт яҙған. Ул Һөйәнтүҙ фажиғәһен шулай һүрәтләй: "Был ауылда меңләп кеше, ҡатын-ҡыҙ, бала-сағаһы менән, атып, штык ҡаҙап үлтерелде... Бынан тыш, 105 кеше аҙбарға ябылып, утта яндырылды... Шул рәүешле Һөйәнтүҙ кешеләре ҡатын-ҡыҙҙары, бала-сағаһы менән - сабыйынан ҡартына тиклем - бер төн эсендә ут менән, ҡорал менән ҡырып бөтөрөлдө, ә йорттары янып көлгә ҡалды". Түбәндә П.Рычковтың бер мәҡәләһенән өҙөк тәҡдим итәбеҙ.

Бер мәл бал ҡорттары менән уғата ҡыҙыҡһынып киттем. Беренсенән, бал ҡорттары, солоҡ ағастары үҙҙәре үк миндә оло ҡыҙыҡһыныу тыуҙыра. Икенсенән, бал ҡорттары тотоу иҡтисади йәһәттән дә бик файҙалы эшмәкәрлек.

Тәрән тамырлы һәм бал ҡорттары оя ҡорған ағас солоҡ тип атала. Солоҡ ағасы тамырынан өҫкә ҡарай бер ярым йәки ике сажин самаһы оҙонлоҡта була. Башлыса, ҡарағай, имән, йүкә, ҡарама ағастары солоҡсолоҡ өсөн бик ҡулай була. Башҡортостанда мин бер юлы ике-өс солоҡ урынлашҡан мөһабәт ҡарағайҙарҙы осратҡаным булды. Солоҡ һүҙе, минең уйымса, йә сармат, йә славян һүҙе булырға тейеш. Был шөғөлдөң боронғолоғон дәүерҙәр аша беҙгә килеп еткән ҡульяҙмалар иҫбат итә. Солоҡто һаҡлау тураһында Ярославтың һәм Изъяславтың Новгород халҡы өсөн ҡабул иткән 1016 йылғы законы ла күп нәмә тураһында һөйләй. Шул законға ярашлы, солоҡто урлау оло гәйеп һаналған һәм уның өсөн тейешле яҙаһы ла булған. Әйткәндәй, батша Алексей Михаил улы ла 10-сы бүлектең 218, 219 статьяларында солоҡто һаҡлау буйынса үҙ ҡарарҙарын индергән. Башҡорттар араһында бишәр йөҙ, йә иһә меңәр солоғо булған ғаиләләр бихисап. Башҡорттар ҙа үҙҙәренең солоҡтарын күҙ ҡараһы һымаҡ һаҡлай.

Солоҡсолоҡ менән шөғөлләнеү өсөн башҡорттар әллә ни күп көс һалмай. Иң мөһиме - таҙа һәм ҡоро солоҡтарҙың ваҡытында әҙер булыуы. Ҡош-ҡорттан, хайуандарҙан солоҡтарҙы һаҡлау кәрәк, шулай ҙа. Күп кенә солоҡто айыу эшлектән сығара. Умарта ни тиклем юғарылыҡта эленеп тормаһын, тайыш табан өҫкә йылп итеп менеп китә лә, бал ҡорттарын үлтереп, бал ашарға керешә. Әммә тәмле тамаҡ та бындай осраҡта ҙур зыян күрә: бал ҡорттарынан аяуһыҙ тешләнеп, айыуҙың бөтә тәне сей йәрәхәттәр менән тула. Башҡорттар һөйләүенсә, ҡайһы саҡ ағас башына бал ашарға үрмәләгән айыуға шул тиклем күп бал ҡорттары һырый, хатта бахыр януар тиҙ генә аҫҡа төшөп, үкерә-үкерә ерҙә аунарға, йә иһә йылғаға сумырға мәжбүр. Бал ҡорттарынан шул рәүешле ҡотолғандан һуң, айыу йәнә ағасҡа үрмәләй һәм балды ашап бөтмәйенсә, солоҡто ташлап китмәй. Уның был мутлығын солоҡтоң хужалары ғына туҡтата ала - ғәҙәттә, бур айыуҙы үлтерергә тура килә.

Айыуҙы үлтереү өсөн башҡорттар әллә күпме ысулдар уйлап тапҡан. Мин был ысулдарҙың иң билдәлеләрен генә һанап үтеп китәм:

- Солоғо булған ағас янына айыу эйәләһә, ағастың иң башына йыуан төпһә бәйләп элеп ҡуялар - өҫкә меләп барған айыу, ҡамасаулаған төпһәне бер ҡыйынлыҡһыҙ ситкә этәреп ебәрә һәм йәнә алға ынтылырға маташа. Тик төпһә, айыу уны нисек этеп ебәргән булһа, бәүелеп, шулай уҡ кире урынына барып тора. Айыу, асыуланып, төпһәне йәнә ситкә этәреп ебәрә. Шул уҡ көс менән кире әйләнеп ҡайтҡан төпһә айыуға бәрелә һәм уның асыуын йәнә ҡабарта. Йыуан төпһә барыбер айыуҙы ергә йығып төшөрә һәм, ғәҙәттә, тәмлетамаҡ алған йәрәхәттәренән йән бирә. Йәки башҡорттар ергә ағас ҡаҙыҡтар ҡағып сыға һәм уларҙың өҫтөнә ҡолап төшкән айыу шунда уҡ йән бирә.

- Солоҡло ағасҡа менгән саҡта айыуға алдан осланып ҡуйылған ағас таяҡтар ҡамасауламай. Бал ашап туйған айыу аҫҡа төшә башлай һәм аяҡтары менән осланған ағас таяҡтарға эләгеп, йәрәхәтләнә. Йәрәхәттәрҙән ҡанға батҡан, йә иһә ауыртыуҙарға түҙә алмай, өҫтән төшкән айыу ахыр сиктә йән бирә.

- Ҡағылыу менән үҙенән-үҙе атҡан ҡулайламалар ҙа бал яратыусы айыуҙар өсөн хәүеф тыуҙыра. Ләкин был ҡулайламалар ҡайһы саҡ яҙа ата һәм хәйләкәр айыу, эштең ниҙә икәнлеген аңлап ҡалып, артабан һаҡлыҡ менән генә йөрөргә тырыша.

Солоҡҡа шулай уҡ тумырҡалар ҙа ҙур зыян килтерә. Башҡортостанда бер бөжәк балды ғына түгел, бал ҡорттарын да бергә ашай. Немец телендә был бөжәк горниссе тип атала. Был бөжәктәрҙең башында бәләкәй генә мөгөҙҙәр ҙә бар. Горниссе ниңәһе менәндер һағыҙаҡтарға ла оҡшаш, ләкин улар күпкә ҙурыраҡ. Башҡорттар һөйләүенсә, был бөжәктәр атты ла үлтерә ала (Автор күгәүендәрҙе күҙ уңында тотҡандыр, ахыры - **тәрж.**) Бал ҡорттарына уларҙың бигерәк тә зыяны ҙур. Был бөжәктәрҙе юҡ итер өсөн ямғырлы төндә ояларын табып, унда эҫе һыу ҡойорға йә яндырырға кәрәк. Кешегә лә зыяны бар был бөжәктең - ул тешләгән урын шешеп сыға һәм оҙаҡ ваҡыт уңалмай. Улар үҙҙәренең ояларын стена буйына йә түшәм аҫтында яһаусан, әммә күпселеге бал ҡорттарын ҡыуып сығарып, солоҡтарҙа, ағас ҡыуыштарында йәшәй. Былтыр йәй улар минең дачамда торған ике солоғомдо эштән сығарҙы.

Башҡорттар балды һәм балауыҙҙы ҡалаға, йәрминкәләргә алып барып һатыусан. Башҡортостандың үҙенән генә меңәрләгән бот самаһы бал ситкә һатылып ебәреләләр, минеңсә. Башҡорттар балдан эсемлек тә яһай: уның өсөн улар ҡороттан әсетке эшләй һәм уның өҫтөнә утта йылытылған бал ҡоя. Был масса тиҙ арала әсеп тә сыға.

Петр РЫЧКОВ.

БАШҠОРТ ҠАМУСЫ

Хәмит АЛҒАР

ҺУҢҒЫ БӨЙӨК ШӘЙЕХ

Зәйнулла шәйехтең алты улының яҙмышы бер-береһенән ныҡ айырылып тора. Уларҙың береһе, Һибәтулла мулла, атаһынан алда, 1903 йыл тирәһендә үлеп ҡала. Икенсеһе, Хәйрулла әфәнде, Мәҙинә ҡалаһында Нәҡшбәндиә суфыйҙары Мөҙжәддидиә тармағының өс маһир остазы етәкселегендә белем ала. Ул ошо остаздарының береһе Мөхәммәт Сәлих әл Зауави тарафынан тәриҡәткә (суфыйҙарҙың Аллаһы Тәғәләгә мистик юлы) алынып, тыуған иленә ҡайтҡас, Ҡарғалы ауылында имам һәм мөҙәрис вазифаларына лайыҡ була. Күрәһең, ул атаһының юғары дәрәжәһенә зыян килтереүҙән шикләнеп, уҡытыу өсөн үҙенә мөриттәр йыйыуҙан тотҡарланып тора. Хәйрулланың, уның туғандары Абдулла һәм Әбдесабурҙың большевистик инҡилабтан һуң яҙмыштары билдәле түгел. Шәйехтең бишенсе улы Абдулҡәҙир, Истанбулда уҡып, Рәсәйгә ҡайтҡас, Әстерхан ҡалаһы мәсетендә имам була. Әммә ул 1959 йылда, етмеш йәшенә еткәс, дингә ҡаршы сығарылған "Фән һәм дин" журналында "Мулла булғым килмәй" тигән мәҡәлә баҫтыра. Шулай итеп, ул атаһының рухи мираҫынан баш тарта. Бәлки, уның был ҡылығы уға баҫым яһау арҡаһында булғандыр.

Зәйнулла шәйех улдарының иң кесеһе Абдрахман Рәсүлев инҡилабтан һуңғы осорҙа дини мөхиттә ҙур роль уйнаған шәхестәрҙән һанала. 1906 йылда Диниә назаратын үҙгәртеп ҡороу буйынса Өсөнсө Бөтә Рәсәй мосолмандары конгресы ойошторған комиссия ағзаһы булараҡ, ул большевистик инҡилабҡа тиклем дә сәйәси әүҙемлек күрһәткән. 1941 йылда Германияның Советтар Союзына ҡаршы һуғыш башлауы арҡаһында Сталин СССР мосолмандарына дини эшмәкәрлектең ҡайһы бер ойоштороу формаларын булдырырға рөхсәт итә, һәм Абдрахман Рәсүлев Өфө ҡалаһында мөфтөй, СССР-ҙың Европа өлөшө һәм Себер мосолмандарының Диниә назараты (ДУМЕС) рәйесе итеп тәғәйенләнә. Властарҙың ошо әллә ни ҙур ҙа булмаған илтифатына яуап итеп, Абдрахман Рәсүлев мосолмандарҙы Германияға ҡаршы көрәштә ярҙам итергә саҡырыусы мөрәжәғәт менән сығыш яһай. Ул Өфөлә 1952 йылда вафат булғансы мөфтөй һәм Диниә назараты рәйесе булып ҡала. Абдрахман Рәсүлевтың Хәлидиә-Нәҡшбәндиә суфыйҙар туғанлығында атаһының хәлфәһе булыуы шик тыуҙырмай.

Унан һуң, 1974 йылға тиклем, Диниә назараты рәйесе булып ҡалған мөфтөй Шакир Хыялетдиновтың ишан хәлфәһе булыу-булмауы тураһында мәғлүмәт юҡ, ләкин ул шулай уҡ Зәйнулла шәйехтең шәкерте булған. 1971 йылда Мәскәү ҡалаһында нәшер ителгән бер китаптағы өгөт-нәсихәткә арналған мәҡәләһендә Ш. Хыялетдинов үҙенең Троицкиҙа Зәйнулла шәйехтә уҡыған йылдары тураһында мәғлүмәт бирә, остазының 1909 йылда киләсәк заманаларҙы күҙаллап әйткән һүҙҙәрен иҫкә ала. Батша Рәсәйендә мосолмандарҙың ғәҙелһеҙлектәргә дусар ителеүе айҡанлы, Зәйнулла Рәсүлев былай тигән: "Инанған динебеҙ кеүек үк, халҡыбыҙҙың түҙемлеге икһеҙ-сикһеҙ. Әммә Аллаһы Тәғәлә ғәҙелдәрҙең ғәҙеле, һәм ул беҙ күргән яфалар өсөн үҙенең һауабын ҡайтарырға теләр. Мин ул көндәргә тиклем йәшәй алмам, әммә һин, Шакир, хәҡиҡәт нурын һис бер кем дә ҡаплай алмаҫ ваҡытты күрәсәкһең".

(Аҙағы бар).

✓ *Бөгөн бөтә ил буйынса һәләтле балаларға иғтибар арта, уларҙы бөртөкләп сүпләп алып үҫтерергә тырышалар. Беҙҙә һәләтле балалар аҙ түгел, тик уларҙың үҫешенә иғтибар ғына етмәй. Был маҡсат итеп ҡуйылмаған, үкенескә күрә.*

МИН - ... ә уҡыусы -

Уҡыу йорттарында тағы ла шаулап-гөрләп имтихандар осоро үтте. Кемдәрҙер уңыштары менән һөйөндө, кемдәрҙер бик үк ҡәнәғәт ҡалманы. Нисек булғанда ла ошо мәл һынау тотҡан һәр йәш кешенең тормошона бер һынылыш булып инде. Улар был тормоштан беренсе стресс, хатта шокотерапия алып ҡалды. Ә темаға ярашлы фекеребеҙҙе дауам итеп, имтихандар темаһын ҡуҙғатҡанда, күптәр балаларға ҡарата "һәләтле" тигән һүҙҙе ҡулланырға күнеккән. Йәғни, ҡайһылыр балалар "һәләтле" һәм ҡайһыларылыр "бик үк һәләтле түгел". Ә асылда, фәнни күҙлектән сығып анализлағанда, балаларҙы һәләтле һәм һәләтһеҙгә бүлеп ҡарап буламы икән? Был хаҡта үҙе лә мәктәп йылдарында "һәләтле" мөһөрө аҫтында булған һәм бөгөн шундай уҡ уҡыусылар әҙерләгән белгес - Республика инженер лицей-интернатының химия уҡытыусыһы Айнур Мансур улы ҒҮМӘРОВ менән һөйләштек.

Һеҙҙең һәләтле бала булыуығыҙ нисә йәштә асыҡланды йәки һеҙ үҙегеҙҙең башҡаларға тәтемәгән белем инешенә эйә булыуығыҙҙы аңлап, белеп үҫтегеҙме?

- Был тәңгәлдә мин, моғайын, һеҙҙең ҡабарынҡы фекерҙәрегеҙҙе бер аҙ таратып ебәрермен. Мин ябай бала булдым, ябай ауыл малайы. Уҡыу миңә баштан уҡ ауыр бирелмәне. Сәләмәт булған һәм сәләмәт ғаиләлә тәрбиәләнгән, иркенлектә йүгереп уйнап үҫкән, баҫылмаған, ололар иғтибарынан боҙолмаған һәр әүҙем уҡыусы кеүек өлгәштем. Лицейға Хәйбулла районынан отличник булып килдем. Ауыл мәктәбендә шулай шәп булып килгәйнем дә, бында бер аҙ түбән төшөп кителде. Сөнки ауыл мәктәбенең талаптары менән баш ҡала мәктәбен сағыштырырлыҡ түгел ине. Ҡапылда "3"кә тиклем тәгәрәгән мәлдәр ҙә булды. Унан барлыҡ тырышлыҡты йыйып, уҡыуға тотондом һәм иң яҡшылар рәтенә баҫыуға өлгәштем. Дөйөм алып әйткәндә, класта малайҙарҙың барыһы ла көслө, математик фекерләүгә көйләнгән, белемле, яуаплы балалар ине. Уҡытыусыбыҙ Лиза Ҡыяметдин ҡыҙы ла: "Һәләтһеҙ булған бала юҡ был мәктәптә", - тип, һәр беребеҙҙе дәртләндереп, көс биреп торҙо.

Уҡыу барышында мин фән буйынса үҙемдең нимәләрҙе белгәнемде һәм төшөнгәнемде яҡшы аңланым һәм баһаланым. Сөнки теүәл фәндәр менән эш иткәндә шулай, һин йә беләһең, йә белмәйһең. Унда яҡынса, яртылаш, сама менән тигән төшөнсәләр юҡ.

Һәләтле бала булып тыуырға кәрәкме, әллә балала бындай мөмкинлектәрҙе үҫтереп тә алып буламы? Ошо хаҡта һеҙ ниндәй фекерҙә?

- "Һәләтле бала" тигән термин булдырғанбыҙ, ә һәләтле һәм артыҡ һәләтле булмаған бала араһындағы айырманы кем аңлата ала? Бында артыҡ айырма юҡтыр ҙа тип уйлайым мин. Сөнки теләк булғанда, һәр баланы ла өйрәтергә, белемен үҫтерергә була. Был күп осраҡта тәрбиә һәм ата-әсәнең балаға иғтибарынан торалыр. Сөнки бары тәбиғи һәләт кенә артыҡ эш ҡыра алмай.

Күп ата-әсә һәләтле балаларға барыһы ла еңел биреләләр, уларҙың башы шәп эшләйҙер һ.б. тип уйлай. Асылда, һәр һәләтле баланың да артында ауыр хеҙмәт ята ул. Әгәр бала үҙе белемгә ынтылмаһа, ныҡышып ултырып шөғөлләнмәһә, ҡыҙыҡһынмаһа, белергә тырышмаһа, уның башы шәп эшләүе генә еңеүҙәр килтермәйәсәк. Мәҫәлән, баланың хәтере яҡшы икән - ярай, ә математика-логиканы өйрәнмәгән осраҡта ул был һәләтен аса алмаҫҡа ла мөмкин. Бөгөн балаларҙың уртаса кимәлдәгеһе лә сағыштырмаса аҡыллы, ә уларҙың иң көслөләре араһында һынау тотоу өсөн әҙерлек һәм әҙерлек кенә кәрәк. Үҙебеҙҙең тиҫтерҙәрҙе миҫалға алып әйткәндә, беҙ, ауыл мәктәптәренән килгән малайҙар, эҙмә-эҙлекле шөғөлләнеү арҡаһында республика ғына түгел, Рәсәй кимәлендәге ярыштарҙа ла яҡшы уңыштарға өлгәшә алдыҡ. Шулай итеп, һәләт бөтә балаларҙа ла бар, уны дөрөҫ үҫтерә белергә генә кәрәк.

Уҡыусыны теге йәки был фән өлкәһендә үҫтереүгә һәм уны профессиональ кимәлгә еткереүгә уҡытыусы ни тиклем булышлыҡ итә ала?

- Уҡытыусы үҙенең бар белемен уҡыусыһына бирә ала. Шунлыҡтан, уҡытыусы үҙе белемле, белемле генә лә түгел, ә аҡыллы һәм тәжрибәле лә булырға тейеш, тип иҫәпләйем мин. Бында тәжрибәгә уның донъяға ҡарашы ла, тормош позицияһы ла, балаға мөнәсәбәте лә, уҡыусыһының шәхесенә хөрмәте лә һәм башҡалар ҙа инә. Бер фәнде ятлап алған робот тәрбиәләмәһен ул, ә уҡыусыһын шул фән киңлегендә йөҙөргә өйрәтһен. Бына минең уҡытыусым, Башҡортостандағы берҙән-бер Рәсәй кимәлендәге халыҡ уҡытыусыһы Лиза Ҡыяметдин ҡыҙы Әһәҙуллина шундай мөғәллимәләрҙең береһе булды. Үрҙә әйткәнемсә, ул беҙҙән, ябай ауыл малайҙарынан, фән белгестәре генә түгел, ә камил аңлы, көслө рухлы шәхестәр ҙә формалаштырҙы. Әлеге һорауығыҙға яуап шундай: уҡытыусы балсыҡ әүәләүсе оҫта ул, уҡыусыһы уның хеҙмәт емеше.

Белеме менән билдәлелек яулаусы балаларҙы, күҙәтеүебеҙсә, башлыса интернат-мәктәптәр (лицейҙар, гимназиялар) әҙерләй. Быныҡ сәбәбе нимәлә?

- Ауыл мәктәптәрен кәмһетергә теләмәйем, әммә ауыл мәктәбендәге уҡытыу кимәле менән интернат-мәктәптәрҙәге (ҡала мәктәбе тип әйтмәйем) белем күпкә айырыла. Бында бик күп факторҙар сәбәпсе булып килә. Бер генә сәбәбе: интернатҡа шул ауылдарҙан иң көслөләр килә һәм бында ана шул көслөләр араһында конкурентлыҡ башлана. Мин был миҫалды ысынлап уҡыған һәм фәнгә ылыҡҡан балалар хаҡында әйтәм.

Темабыҙға ярашлы, һәләтле балалар темаһына ҡағылғанда, баштан уҡ был һәләттең ниндәй профилдә сағылыш табыуын асыҡлап китергә кәрәктер. Бала төрлө йүнәлештә үҫешкән булырға мөмкин. Бында музыка ла, спорт та, фәнни һәм шул фәндең төрлө предметтар буйынса булыуы ла бар. Йәғни, һәләтлелек (одаренность) ул тәбиғи һәләт, генетик бирелгәнлек һәм тырышлыҡтың ҡушылмаһы ул.

Беҙҙең лицейҙың йүнәлеше лә - фән, һәм шуға ярашлы уҡыусыларыбыҙ етди рәүештә техник фәндәрҙе үҙләштерә. Рәсәй кимәлендә тип күрһәтерлек алтынға бәрәбәр балаларыбыҙ ҙа юҡ түгел. Ә ул балалар, йәғни үҙ шөғөлө менән етди ҡыҙыҡһынған балалар, шундай уҡ үҙ һөнәренең фанаты булған уҡытыусыларҙың хеҙмәт емештәре ул. Ни өсөн мин урайым да үҙ уҡытыусымды миҫалға килтерәм? Сөнки халыҡ уҡытыусыһы булыу - ул шул халыҡҡа, ана шул эргәндәге бәләкәй халыҡҡа бирелгәнлек бит. Лиза Ҡыяметдин ҡыҙы оҙаҡ йылдар республикабыҙҙа һәләтле ауыл балалары өсөн интернат-мәктәп булдырыу мәсьәләһе менән янды. Бөгөн күп региондар шундай уҡыу йорттары күрһәткестәре менән балҡый ҙа инде, үкенескә күрә, беҙҙә ул юҡ. Әлбиттә, республикала беҙҙең лицей, башҡа гимназиялар кеүек белемле балаларҙы туплаған интернаттар бар. Тик бөгөн уларҙа төрлө кимәлдәге балалар белем ала һәм һәләттәре яҡшы үҫешкән уҡыусыларҙа ла шул ағымға ултырырға тура килә. Махсус мәктәп булһа, унда уҡытыусылар ҙа һайланған һәм уҡытыу программаһы ла икенсе төрлөрәк булыр ине. Йәғни, фән менән шөғөлләнеүсе балаларға мөмкинлектәр күберәк булыр ине.

Заманында Лиза Ҡыяметдин ҡыҙы уҡыусыларын шөғөлләндереү өсөн юғары уҡыу йорттары менән килешеүҙәр төҙөп, уларҙың лабораторияларына үтеп инеү юлдарын эҙләп табып, ниндәйҙер яңылыҡтарҙы ҡулланыу өсөн, тураһын әйткәндә, йән аямай көрәшеп йөрөнө. Бәхетемә күрә, мин уның шундай янып торған сағында белем алдым. Бөгөн бөтә ил буйынса һәләтле балаларға иғтибар арта, уларҙы бөртөкләп сүпләп алып үҫтерергә тырышалар. Беҙҙә һәләтле балалар аҙ түгел, тик уларҙың үҫешенә иғтибар ғына етмәй. Был маҡсат итеп ҡуйылмаған, үкенескә күрә.

Бөгөн уҡыусы интернет аша ла шөғөлләнә ала, белемен үҫтерә ала, тиҙәр. Хатта юғары уҡыу йорттарын интернет аша тамамларға була, имеш. Ысынлап та шулай мөмкинме?

- Уртаса белем алыу тураһында һүҙ барһа - була. Интернет аша тегергә, ашарға бешерергә, берәй һөнәргә өйрәнергә мөмкин. Ә ысын фәнни белем алыу тураһында һөйләшкәндә, был юл бөтөнләй бармай. Ниндәйҙер уникаль китаптар, индивидуаль алымдар һәм төплө белем бары тик айырым оҫталарҙа ғына була. Миңә, мәҫәлән, Лиза Ҡыяметдин ҡыҙы барлыҡ китапханаһын аманат итеп тапшырып китте. Беҙ уларҙы ҡәҙерләп кенә ҡулланабыҙ, сөнки уларҙы табыуы бик ауыр. Мине, уҡыусыһын, үҙенең урынына әҙерләп ҡалдырҙы ул һәм әле лә һәр төрлө ярҙам итеүҙән туҡтамай. Сөнки ул үҙ фәненә бирелгән, башҡорт балаларын белемле итеп үҫтереү, юғары кимәлгә сығарыу маҡсаттары менән арбалған кеше. Бөгөн мин утыҙ йәшлек ир, уҡытыусы, ғаилә башлығы булһам да, ҡайһы бер мәсьәләләрҙә 75 йәшлек уҡытыусым менән кәңәшләшеүҙән баш тартмайым. Ул бөгөнгө уҡытыу системаһы, программалар яңылыҡтары, йәштәрҙең психологик торошо һәм башҡа һорауҙарҙа ла авангардта бара. Һәм нисек итеп шундай уҡытыусының мәктәбен интернет белеме менән сағыштырып була!

Һеҙҙең белем менән, мөмкинлектәр менән икенсе төрлө юлдар ҙа асыҡ булыр ине, шулай бит? Мәҫәлән, фән өлкәһендә, юғары уҡыу йорттарында эшләй алыр инегеҙ. Хатта репетитор булып та дан ҡаҙана алаһығыҙ бит. Ә

✓ Уҡыусы күңеленә иң беренсе тәрбиә һәм әҙәплелекте һеңдерергә һәм бары тик шул нигеҙҙә генә фәнни белем һалырға кәрәк. Башта әйтелгән төшөнсәләрһеҙ бер белем дә кешеләргә файҙа килтерә алмай.

ни өсөн лицейҙа белем биреүҙе һайланығыҙ?

- Был һорауҙы миңә лицейға килгәс тә бирҙеләр һәм йыш ҡына уҡыусыларым да бирә. Яуап бик ябай: мин уҡытыусы. Мин ғалим да, һынаусы-химик та, лекция уҡыусы ла түгел, мин - балаларҙы тәрбиәләүсе уҡытыусы. Әсәйем дә уҡытыусы булды, үрнәк алырҙай уҡытыусыларым булды. Әгәр бөгөн мин уҡыусымда химия фәнен яҡшы белеүсене генә тәрбиәләһәм, мин унан маңҡорт яһаясаҡмын. Хатта йәмғиәткә ҡурҡынысы булған оҫтаны үҫтерәсәкмен, сөнки химия бит ул үҙенә күрә ҡорал. Ә мин ошо белемем һәм үҙемә һалынған тәрбиә ярҙамында шул ҡорал менән ҡуллана, халҡына яҡшылыҡтар килтерә алған быуын үҫтерергә бурыслымын. Уҡыусы күңеленә иң беренсе тәрбиә һәм әҙәплелекте һеңдерергә һәм бары тик шул нигеҙҙә генә фәнни белем һалырға кәрәк. Башта әйтелгән төшөнсәләрһеҙ бер белем дә кешеләргә файҙа килтерә алмай. Бөгөнгө уҡытыусыларҙа бына ошоно аңлау һәм ошо системала эш итеү һиҙелмәй, аңғарылмай. Күптәр мәктәпкә йән аҫырау өсөн генә йөрөй. Мин үҙемә уҡытыусым тарафынан һалынған байлыҡты баһалайым, беләм һәм шул белем байлығының юҡ-барға тәләфләнмәүен, ә тап үҙебеҙҙең милләт балаларына тапшырылыуын теләйем. Мин дә үҙемдең белемемде тапшырып ҡалдырырлыҡ һәм ул уны уҡыусыларына еткерерлек алмаш әҙерләп ҡалдырыуҙы бурыс итеп алғанмын.

Бына бер миҫал һөйләп үтәм. 2017 йылда 8 синыфта уҡыған уҡыусым Тимур Дәүләтбаев Бөтә Рәсәй олимпиадаһында еңеүсе булып, Халыҡ-ара олимпиадаға кандидатлыҡ хоҡуғын алғас, документтарын алды ла, ҡапыл ғына Саранск ҡалаһына күсте лә китте. Был хаҡта мине иҫкәртеүҙе тейешле тип тә тапманы. Ә бит уға мин, тағы ла бер уҡытыусы Мазһар Солтан улы Йәһүҙин һәм Лиза Ҡыяметдин ҡыҙы әллә күпме көс һәм хеҙмәт һалдыҡ. Ошо хәлдән һуң мин бер аҙ шаңҡып ҡалдым. Ниңә улай булды һуң? Бында хата миндә булды, тип уйланым аҙаҡ. Сөнки мин уҡытыусы булараҡ балаға илһөйәрлек, үҙ яғына, үҙ кешеләренә бирелгәнлек, тоғролоҡ тойғоларын һала алмағанмын. Үҫеш осорон кисереүсе уҡыусының яҡшыраҡ урын һәм мөмкинлектәр эҙләп китеүен аҡлап була ла кеүек. Шунлыҡтан, уҡытыусы менән уҡыусы бер-береһенең тормошонда осраҡлы ғына кешеләр булып ҡалмаһын ул. Һәр икеһе үҙ-ара тоғро һәм рәхмәтле була белһен.

▸ **Һәр баланан һәләтле бала яһарға була, тинек. Шулай ҙа һөнәрле, һәләтле, шауҡымлы булыуы менән билдәле балалар башҡа балаларҙан айырыла. Уларҙы хатта тышҡы төҫөнән дә танырға була. Нисек эш итәһегеҙ ундайҙар менән?**

- Бындай балаларға айырым психологик климат тыуҙырыу мотлаҡ. Бая әйткәйнем бит, Лиза Ҡыяметдин ҡыҙы һәләтле балаларға айырым мәктәп булдырырға теләне, тип. Бында тап бына ошолар күҙ уңында тотола ине. Шауҡымлы, нимәлер менән онотолоп шөғөлләнгән бала, мәҫәлән, тышҡы ҡиәфәтенә артыҡ иғтибар итмәҫкә лә мөмкин. 15 йәшлек үҫмер егет бик ыҫпай йөрөүҙе, модалы булыуҙы алға ҡуйһа, шул уҡ йәштәге "одаренный" бала көҙгөгә күтәрелеп ҡарауҙы кәрәк тип тә тапмаҫ. Сөнки уның башы икенсе нәмә менән тулған. Ундай балалар бик тә нескә күңелле булалар, оялалар. Күп осраҡта тиҫтерҙәре йәмғиәтендә ситкә тибеләләр һәм башҡалар. Бөтөн был тышҡы тәьҫирҙәр уның фәнгә йәки үҙ шөғөлөнә булған иғтибарын ситкә йүнәлтә, уға ҡамасаулай.

Әлеге мәл лицейҙа уҡытҡан ҡайһы бер балалар артынан беҙгә лә күҙ-ҡолаҡ булып ҡына торорға тура килә. Беҙ уларҙы фәндән тыш кәрәкмәгән тышҡы факторҙарҙан ҡурсаларға тырышабыҙ. Сөнки барыһы ла аңламай уларҙы, хатта уҡытыусылар ҙа. Йыш ҡына теге йәки был баланы аңлауҙы һорап, ҡайһы бер коллегаларыма мөрәжәғәт итергә тура килә. Һәм ҡайһылары: "Ә ниңә һеҙ уны ҡурсалайһығыҙ? Ул "особенныймы" әллә?"- тип ҡуя. Шул саҡ әйтәм: "Эйе, ул - "особенный". Әммә уларҙың барыһы ла яҡлауға мохтаж түгел, күптәре физик яҡтан яҡшы үҫешкән, спортсылар, әүҙемдәр, ҡыйыуҙар.

АЙНУР ҒҮМӘРОВ:

Мин үҙемә уҡытыусым тарафынан һалынған байлыҡты баһалайым, беләм һәм шул белем байлығының юҡ-барға тәләфләнмәүен, ә тап үҙебеҙҙең милләт балаларына тапшырылыуын теләйем. Мин дә үҙемдең белемемде тапшырып ҡалдырырлыҡ һәм ул уны уҡыусыларына еткерерлек алмаш әҙерләп ҡалдырыуҙы бурыс итеп алғанмын.

▸ **Ауыл балаларының баҫалҡыраҡ, баҫылғаныраҡ, ҡыйыуһыҙыраҡ булыуы уҡыуҙа ҡамасауламаймы? Бына һеҙ көслө уҡыусыларығыҙ араһынан ниндәйерәктәрҙе һайлап алаһығыҙ күберәк осраҡта?**

- Бер ваҡытта ла баланы ҡыйыу, йәки бының холҡо менән алғараҡ китеп була, тип һайламайым. Һәм ысын уҡытыусыларҙың береһе лә улай итмәйҙер. Бөгөн әҙәплелек һәм баҫалҡылыҡ модала түгел, тиһәләр ҙә, кеше менән яҡынраҡ мөғәмәлә ҡорғанда, һин уның тап шул сифаттарын баһалайһың, шул сифаттары арҡаһында уны үҙеңә яҡынлатаһың. Уҡыусы ла ул шул уҡ кеше, әлегә бәләкәйерәк, әммә шундай уҡ холоҡ сифаттары һәм хис-тойғоға эйә кеше. Уҡыусы әҙәпкә эйә түгел икән, уның эске донъяһында тәртип юҡ икән, уға фән ҡанундарын һалыу ҙа ҡоро хилаф эш кенә буласаҡ. Амбицияларға артыҡ бирелгән, дан-шөһрәт артынан ҡыуғандар улар төплө белемдә маҡсат итеп тә ҡуймай.

УҠЫТЫУСЫ,

минең хеҙмәт емешем

Ауыл балаларының холоҡтары, тәрбиәләре белем алыуҙа ҡамасауламай ул, киреһенсә, был уларҙың артабан яҡшы кешеләр булыуына нигеҙ булып тора. Бары тик ауыл халҡының балаларын тәртипле һәм әҙәпле итеүҙән тыш, тағы ла белемле лә итергә тырышыуҙарын теләйем.

ШУЛАЙ ИТЕП...

Бына ошондай дан уҡытыусы менән һөйләшеү булды. Бындай уҡытыусылар күп, тип әйтеүселәр ҙә булыр. Булһын, тағы ла күберәк булһындар. Ә тик беҙҙең ошондай "особенный" уҡытыусыларҙы, шауҡымлы, һәләтле остаздарҙы бары тик маҡтаулы исем алыуына тиклем, йәғни Путин ҡулын ҡыҫып, Халыҡ уҡытыусыһы исеме биреүенәсә күҙгә элә, ҡәҙерләй һәм баһалай белмәүебеҙ генә йәл. Бигерәк тә бөгөнгө мәктәп системаһындағы бармаҡ менән генә һанарлыҡ башҡорт ир-егет уҡытыусыларын. Бына ошондай, Айнур Мансур улы кеүектәрҙе.

Миләүшә ҠАҺАРМАНОВА
әңгәмәләште.

ТОРМОШ АҠЫЛЫ

БАШЛЫҠ БУЛҺАҢ...

Күптән аралашып йәшәгән танышымды, ябай эшсе булып эшләп йөрөгән еренән түрә итеп ҡуйҙылар. Был аҙым уның күркәм кешелек сифаттарына, мөмкинлегенә һәм һәләтенә ҡарап түгел, ә юғарыла ултырған бер туған ағаһы булышлығында хәл ителде. Һәм шул көндән алып уны үҙгәртеп ҡуйҙылармы ни!

Быға саҡлы беҙ донъя хәлдәре, ҡатын-ҡыҙ эштәре хаҡында һөйләшһәк, хәҙер инде бөтә хәбәр уның түрәлеге тирәһендә әйләнә башланы. Ярай ҙа ул яңы вазифаһын эшен дөрөҫ ойоштороуға, ҡулы аҫтында эшләгәндәргә шарттар, коллективында уңайлы мөхит тыуҙырыуға йүнәлтһә. Юҡ шул. Ул түрәлеген эшселәрен түбәнһетеү, мыҫҡыллау һәм үҙ-ара ыҙғыштырыу өсөн ҡуллана икән. Миңә шылтыратҡан һайын "шуның кәрәген бирҙем әле", "әрләнем әле", "илатып ултыртып ҡуйҙым әле" кеүегерәк һүҙҙәр ишеттерә. Уға буйһоноп эшләүселәр араһында уртаҡ таныштар ҙа бар һәм шулар аша ул коллективта эштәрҙең ысынлап та шәптән түгеллеген аңларға була.

Үҙенең түрәлеген аҙым һайын иҫбатлап йөрөгән танышым ҡырмыҫҡа иләүенә таяҡ тығып болғаусыны хәтерләтә. Саҡ ҡына хата ебәргәндәрҙе эштән китергә мәжбүр итергә лә күп һорамай икән үҙе. Һәм ошо хаҡта хатта айырым бер ғорурлыҡ менән һөйләп ҡуя.

Кеше яҙмыштары менән уйнау яҡшылыҡ тип уйлайһыңмы, тим быға, һәр кемдең эшенән башҡа шәхси тормошо, матди хәле, төрлө проблемалары була, яҡшы етәксе быларҙың барыһын да иҫәпкә алырға тейештер, моғайын? "Мин бит түрә, шуға ла, нисек теләйем, шулай эшләйем һәм эшләтәм!" - танышым һаман эре сирттереүен дауам итә.

Нисәмә йыл аралашып йәшәгәндән һуң, мин уны бөтөнләй икенсе яҡтан астым. Ысынлап та, уның үҙ-үҙен тотошо, һөйләшеүе, хатта атлап йөрөшө лә үҙгәргәйне шул. Кешене белгең килһә, уға байлыҡ һәм вазифа биреп ҡара, тигән һүҙҙәрҙең дөрөҫлөгөнә ышандым. Әллә ниндәй юғары урындарҙа ла иҫ киткес шәп, кешелекле һәм кеселекле кешеләр ултырыуын беләм. Һәм уларҙы түрә булғандары өсөн түгел, ә күркәм кешелек сифаттары өсөн яраталар, хөрмәт итәләр, һағынып иҫкә алалар.

Тормошта беҙгә вазифа, дан-шөһрәт, байлыҡ та бәхетһеҙлек, фәҡирлек һәм сир кеүек, бары тик һынау өсөн бирелә. Яҙмыш ебәргән һынауҙарҙы лайыҡлы үтергә һәм һәр хәлдә лә кеше булып ҡалырға кәрәктер ул. Вазифаға ниндәйҙер бейеклеккә һәм бөйөклөккә ҡараған кеүек ҡарарға ярамайҙыр, сөнки уның бик ҡыҫҡа ғүмерле булыуы ихтимал.

Яңыраҡ түрә танышым шылтыратып, үҙ хәлдәрен һөйләп бирҙе. Эштәре шәптән түгел икән уның. Байтаҡ ҡына ваҡыт ҡаты сирләп ятҡан һәм хәлен белергә коллективынан бер генә кеше лә килмәгән. Етмәһә, эшендә күңелһеҙлектәр башланған һәм шулар һөҙөмтәһендә ул тәрән күңел төшөнкөлөгөнә бирелгән. Һөйләшеү аҙағында ул минән һорап ҡуйҙы:

- Ни эшләргә ине һуң миңә?

- Әлләсе, - тинем, - минең бит бер ҡасан да түрә булып ҡарағаным юҡ...

Шул саҡ халҡыбыҙҙың "Башлыҡ булһаң, башлы бул, йыйырылмаҫ ҡашлы бул", тигән тапҡыр һүҙҙәрен иҫкә төшөрҙөм...

Лена ХӘЙРУЛЛИНА.

Былар һаман нимәнәндер мәрәкә табып хахылдашты. Был хәл тамам екһендерҙе Абдрахманды. Ул ошо урында, һөйләшеү тамамланғанлығын белдереп, аяғүрә баҫты ла, баш һелкеп, хужаларға рәхмәт белдереп, ишеккә ыңғайлағайны ғына, арҡаһын, тап умыртҡа һөйәге тәңгәлен генә, нимәлер көйҙөрөп ебәрҙе. Тик һөжүм итеүсегә боролоп өлгөрмәне, шундай уҡ ут тағы ла бер нисә урынын бешереп алды. "Һатлыҡтар! Шаранай, улым..." булды бейҙең һуңғы уйы, ҡолар алдынан. Был ваҡытта улы менән ярандары туҡталған тирмәлә лә шундай уҡ үле кәүҙәләр тәгәрәшеп ята ине инде. Төн йөҙөндә кәүҙәләрен арбаға тейәп алып сығып, бер соҡорға ырғытып күмделәр. Тоҡандың үсен шулай ҡайтарҙы ҡаҙаҡтар менән бер һүҙле булып өлгөргән үҫәргәндәр.

* * *

Таш ҡыуышында йәшәгәненә ике ай булып бара Көнбикәнең. Аллағол ағаһы алып килеп йәшергәйне. Әллә күпме ваҡыт инде ағаһының үҫмер игеҙ малайҙарынан башҡа кеше менән аралашҡаны юҡ. Атаһының үҫәргәндәргә китеп ҡайтмағанын да белә. Һаман көтәләр әле, өмөтләнәләр. Артынан ебәрелгән сапҡын, оҙатып ебәрҙек, беҙҙең ерҙәрҙе үткәнсе именаман инеләр, артабанын белмәйбеҙ, тигән генә хәбәр алып килде. Ана ҡайтыр, бына ҡайтыр, тип көттө бөрйәндәр бейен, тик көн артынан көн, аҙна ялғап ай үтте - Абдрахман менән улы күренмәне. Ҡуша киткән кешеләренең дә береһе лә юҡ.

Был бәләлә үҙен ғәйепле тойған ҡыҙ, зарығып ултырыуҙы, ултырыуҙан бигерәк, уйланып һыҡрауҙы күтәрә алмай, уҡ-һаҙағын тота ла урман-тау араларына сығып китә. Саҡрымдарҙы урап, арып-талып ҡайтып йығыла.

Әле лә ҡайтыуына игеҙәк ҡустылары көтөп ултыра. Тик кенә ултырмағандар әле, балыҡ мәскәүләп, япраҡҡа төрөп быҡтырғандар. Ут эргәһендә мәшәҡәтләнеп йөрөп, апайҙарының арттарына килеп баҫҡанын аңғармай ҡалғандар.

- Ҡурҡыттың! - Аҡбулат һикереп китеүгә, Аҡҡужаһы ла тертләне.

- Э-эй, һеҙҙең һунарсы булыуығыҙҙы, - тип көлдө Көнбикә. - Елкәгеҙгә төртмәйенсә күрмәҫһегеҙ ҙә. Ҡустылары уның шаяртыуына күнеккән, үпкәләүҙең ни икәнен дә белмәйҙәр.

- Ана, әсәй һалғандары тегендә, - Аҡҡужа мәмерйә эсендәге моҡсаларға иҙәне, - быныһын бына беҙ бешерҙек, - тип, бармаҡтарын өрә-өрә уттан балыҡтарын алып, йәлпәк ташҡа теҙҙе.

Асыҡҡайны ҡыҙ, ҡустылары эргәһенә сүгәләп, еңгәһе һалып ебәргән аҙыҡ-түлекте лә ҡушып, ашанырға керештеләр.

- Олатаңдан хәбәр юҡмы? - яуапҡа малайҙар балыҡ ҡылсыҡтарын ялтыратҡан арала баш ҡына һелкте.

- Атаңдар ҡасан юлға сыҡмаҡсы?

- Билгеһеҙ.

- Еңгәм ҡалай? Ҡыҙҙар?

- Арыуҙар.

Малайҙар менән йүнләп һөйләшеп буламы ни? Һорауыңа ла яуапты бер һүҙ менән генә ҡайтара ла ҡуялар. Унан ҡалһа, бөтөнләй баш ҡағып ҡына ла аралашырға мөмкиндәр. Шуға уларҙан артығына өмөт итмәгән Көнбикә, үҫмерҙәрҙе ашатып-эсергәс, түшәк-кейеҙҙәрен тышҡа, усаҡ эргәһенә алып сығып, урын йәйҙе. Унан ҡустылары ҡырына һуҙылып төшөп, уттың ағас киҫәктәрен ялмап бейеүен күҙәтеп ятты. Һуңғараҡ, ҡараңғылана барған күктә емелдәшеп йондоҙҙар ҡабына башлағас, был өҫәү яратҡан уйындарына тотондо.

- Ана, Аҡҡош сыҡты!

- Был яҡтан Арыҫлан күренде, ҡара!

- Ҡош юлының ҡойроҡ яғы күренә башланы!

- Дала яғынан килгәндә, беҙҙең ерҙәргә юлығыу өсөн ижауҙың һабына ҡарап китәбеҙме, әллә башынамы?

- Башына! - малайҙар бер ауыҙҙан яуаплай.

- Һеҙҙең йәйләү тапҡырында Сергә ҡайһы тәңгәлдә тора?

- Тап тау һыртына тура килә.

- Ана! Ижауҙың олоһо асылды!

Һанашып арыған малайҙар мышнашып йоҡоға талғас та, һаман күккә төбәлеп ята бирә Көнбикә. Әленән-әле тороп усаҡҡа өҫтәй, ҡустыларының өҫтәрен яба. Унан, бары тик таң беленеүгә генә, шомло уйҙары менән көрәшә-көрәшә арып, серемгә китә.

Бейҙәрен көтөп ала алмаған бөрйәндәр, саҡырыу килгәс тә, башҡа ырыуҙарға ҡушылып, юлға әҙерләнде. Баштан аяҡ ҡоралланған ғәскәрҙәр, күҙ күреме етмәҫ алыҫлыҡтарға һуҙылып, ашыҡмай ғына Урал һырттарын үтеп, дала яғына ағылды.

Һуғышсы булырлыҡ ир-егеттәр китеп бөткәс, йәйләүҙәр бушап ҡалды. Өлкән ир заттарынан бары тик һаҡсылар ҙа, көтөүселәр генә ҡалды. Ағаһының йәйләүенә төндәрен генә килеп йөрөһә лә, бындағы бошонҡолоҡто, толҡа юҡлығын аңлай Көнбикә. Еңгәһе лә шиңеп ҡалған. Аҡҡужаһы менән Айбулатына атай кәрәк. Анау бәләкәс ҡыҙҙарына ла, икенсе еңгәһендәге сабыйҙарға ла. Атай кәрәк шул. Көнбикәнең үҙенә лә бик кәрәк тә бит атаһы...

Апаһынан "килеп ет" тигән хәбәр алды әле. Бәпәй табыр мәле етәлер, янында булыуын теләйҙер. Хәҙер уның ире лә өйҙә юҡ, барғанда ла була.

Игеҙәк малайҙар оҙатыуында, үҙе лә ирҙәр кейемендә юлға сыҡты Көнбикә. Иркен күлдәк-ыштан өҫтөнән уҡ-ҡылыстан һаҡламаҡҡа баҡыр тәңкәләр һалынып эшләнгән күн күкрәксә, ҡалын күн ҡайыш һәм өҙәңгегә ҡулайлаштырып, ҡалын үксә һалып тегелгән шундай уҡ күн итектә ҡустыларынан саҡ ҡына өлкәнерәк йәш егеткә оҡшап ҡалғайны ул. Етмәһә, толомдары ла юҡ. Өлпөрәп яңы үҫеп килгән сәсен, соңҡаһында бәйләп, көләпәрә менән баҫтырып ҡуйған.

Бындай төҫтә ҡатындар тирмәһенә килеп ингәс, ашҡа ултырышып йөрөгән ҡатын-ҡыҙ сар-сор итеп ҡалды. Унан Баҙыян батырып кейелгән башлыҡ аҫтындағы нескә яңаҡтарҙы танып ҡалды.

- Көнөкәй! Бисура! Ниндәй ир икән, тип торам, - апаһы ауыр ҡорһағы менән уңайһыҙ аушаңлап тороп маташты.

- Ҡоҙасамы ни? Кит, ҡырҙа осраһа танымаҫ инем, - апаһының ҡәйнәһе, ярымһуҡыр әбей, былай ҙа танымаҫ ине инде, шулай тигән булды.

- Сәләм бирҙек был табынға, - Көнбикә апаһының эргәһенә сүгәләп, тулышып ҡабарған күкрәктәренә башын терәп алды. - Ни хәлдәһең, апайым?

- Аллаға шөкөр, - һеңлеһенең тәүгә "апай" тиеүенән ҡәнәғәт ҡалды. Ире китеүгә көйөнһә лә, Көнбикәһенең килеүенә үтә лә шат ине йәш ҡатын.

- Аҡбулат менән Аҡмырҙа ла килде, тышталар.

- Сөйөмбикә, бар малайҙарҙы ирҙәр тирмәһенә алып барып ашат, һуңғараҡ эргәләренә барырмын, - тип янында өйөрөлгән урта йәштәрҙәге ҡатынға фарман бирҙе Баҙыян. Апаһының ярайһы уҡ байбисәләрсә була башлағанын аңғарып, уның өсөн ҡыуанып ултырҙы ҡыҙ. Юғиһә, үтә йыуаш булып, һөйләшкәндә лә тауышы саҡ сыҡҡан Баҙыянды сит ғаиләлә берәү ҙә ишетмәҫ инде, тип борсолғайны. Ана бит, апаһы ялсылар йомшарға, иренең оло хужалығына эйә булып ҡалырға эшкингән. Тиҙҙән туптай ул да табып бирһә, бөтөнләй бикә булыр ҙа ҡуйыр.

Апаһы менән төн ауғансы һөйләшеп ятып, һуң ғына йоҡоға киткән Көнбикә, йәй аҙағына һарҡыу йыбанып ҡына һыҙыла башлаған томанлы таң алдынан ҡапыл тертләп уянды. Уянды ла, йөрәкһеп, күргән төшөн хәтерләргә тырышты. Тик күпме генә борһаланып ятһа ла, иҫләй алманы. Ахырҙа, һаман тыныслана алмағас, ипләп кенә тороп, бишмәтен яурынына һалып, тышҡа сыҡты. Офоҡта, бурһыуһорғолт булып болоттар йыйылған яҡтан, саҡ ҡына көн яҡтыһы беленә. Шул яҡтылыҡ яланды күҙ күреме аса ла. Тирә-яҡ тып-тын. Ҡыҙ шул тынлыҡҡа төбәлеп, тора бирҙе. Әммә күңелендәге ярһыу ҡайтманы, киреһенсә, ул көсәйә барып, ниндәйҙер шомға әүерелде. Ҡыҙ, һағайып, бер оҙон ялан осондағы урманға, бер аяҡ аҫтына төбәлде, башын ҡош шикелле улай-былай ҡыйшайтҡылап тора торғас, борсолоуының инешен таба алмай, тирмә алдындағы үләне ҡырылған һуҡмаҡҡа ятып, ҡолағын терәне. Унан башта бер ни айырмаҫ геүләү килеп торғандай булды ла, бер ни тиклем ваҡыттан уларҙың күмәк ат тояҡтары баҫыуы икәнлеге асыҡланды. Һикереп тороп, эскә йомолдо Көнбикә, бишмәтен ҡайыш менән быуып, уҡ-һаҙағын яурыны аша һелтәне. Унан һаҡ ҡына апаһын уятты:

- Баҙыян. Баҙыян! Уян әле.

- Ни булды? - апаһы күҙҙәрен асмай ғына һорай.

- Бында һыбайлылар килә, аҙ түгелдәр. Кемдәр булырға мөмкин? Ирең берәй нәмә әйтеп китмәнеме?

Апаһы башын ҡалҡытып, йоҡоло битен һыпырҙы:

- Юҡсы... Ундайҙы миңә әйтмәҫ инде. Һаҡ бар ҙа инде, улар беләләр...

Баҙыяндан кәрәк яуап ала алмаҫын аңлап, сығыуға ташланды ла, ҡапыл туҡтап, кире килде:

- Тор һин, әйҙә, йәйләү ситенә атла. Йылға буйындағы таллыҡҡа төшөп ултырып тор.

- Ҡуйсәле, йәйләү тирәләй һаҡсылар бар...

- Баҙыян! Һиңә әйтәм! Тиҙ бул! Ағым буйлап аҫҡа төш! - шулай тине лә үҙе сығып йүгерҙе. Шул тиҙлектә малайҙар ятҡан тирмәгә барып инде:

- Аҡбулат! Аҡмырҙа! - тегеләр күҙ асып йомғансы аяҡ өҫтө булды:

- Әү!

- Һыбайлылар килә!

Үҫмерҙәр эргәһендәге шул тиҫтер тағы ла бер нисә малай, ашыҡ-бошоҡ кейенешеп, ҡорал-маҙарын алып тышҡа йомолдо. Ул арала ҡарауылдарҙың береһендә ут бағанаһы күтәрелде: һөжүм! Башҡалары тоҡандырып өлгөрмәне, күрәһең...

- Тоҡсаба! Тоҡсаба! - сиктә торғандарҙан бер һыбайлы былай сапҡан, уның һөрәне көткәндәрҙең һиҙемләүен иҫбатланы.

- Аттарға! - Көнбикә бар көсөнә йылға ярында торған менгеләренә ҡарай атылды. Ҡустылары, оҙон ботло егеттәр, уны үтеп китеп, алдараҡ һикерешеп менделәр ҙә:

- Тарауы-ыл! Тарауы-ыл! - тип үҙ орандарын һелтәп, менгеләрен ярһытып, бер тирәлә әйләндереп, бөйөрҙәрен типкеләгәс, тегеләре тамам айбарланып, алға һикерҙе.

Ул арала йәйләүҙә шау-шыу ҡупты. Ҡатын-ҡыҙ ҡоро күлдәксән көйө йүгерешеп сыҡты, түшәктән тырнап торғоҙолған бала-саға сар-сор илашты. Берәүҙәр һыбай атланды, икенселәр арба егеп маташты. Һаҡта ҡалған ир-егет уларҙы өйөрөп урманға ҡыуҙы:

- Ағаслыҡҡа! Ағаслыҡҡа йүгерегеҙ!

- Ташлағыҙ! Күтәрмәгеҙ бер нәмә лә! Йүгерегеҙ йылғаға табан!

Тик халыҡ ҡасып өлгөрмәне. Ялан осондағы томан араһынан аттар кешнәүе, ҡылыстар сыңлауы, һуғышсыларҙың ажарланып ҡысҡырғаны, яралыларҙың асырғаныулы өҙөк ауаздары айырым асыҡ ишетелә торҙо ла, бер төркөм атлы томан йыртып асыҡҡа килеп тә сыҡты. Көнбикә менән был яҡта, тирмәләр алдында, көтөп торғандар уларға ҡаршы ынтылды. Өҙәңгеләренә үксәләрен ныҡ терәп, һығылмалы нәҙек кәүҙәһен артҡараҡ ташлай биреп терәлеп, балтырҙары менән юрғаһының ҡабырғаларын ҡыҫып, уны төркөмдө урай биребирәк һуҙылып сабырға мәжбүр итте ҡыҙ. Бындай алымға өйрәнгән менге, килеүселәрҙән бер аҙ ҡырыныраҡ тартты. Өҫтөндәгеһе янын әҙерләп тотоп, һыңар ҡулы менән яурынындағы уҡтар ҡаурыйын һәрмәне. Уҡ атымы ара алғас, керешенә уҡтарып ҡуйып ҡына өлгөрҙө. Улары, зырлап, осто ла осто. Осто ла, һәр береһе сәбен табып, берәүҙе эйәрҙән һелтәп төшөрҙө. Уртала алышыусыларҙы ике ҡат урап сапты ул шулай. Ахырҙа, уҡтары бөткәс, ярһыуына баш була алмай, сабып барып, берәүҙе яны менән киҙәнеп ҡолата һуҡты. Тик икенсеһе атының янбашына суҡмар менән ултыртты, малҡайы артҡа тантып барып ҡолай башлағас, ергә тәгәрәне лә, менгеһе менән тапатырға килгәндең ат тояҡтарынан ҡасып, ситкә һикерҙе. Теге һаман килде. Былай ғына ҡасып ҡотола алмаҫын аңлаған ҡыҙ, ҡылысын ҡыҫып тотоп, йөҙтүбән ауған һуғышсының ҡоралын ҡайырып алып, һөжүм итеүсе атын үрәпсеткән ыңғайы, йылан тиҙлегендә ҡабырғанан сығып, ҡылыс осон һыбайлының бөйөрөнә ҡаҙап алды. Бындайҙы көтмәгән дошман эйәр башына бөгөлөп төштө. Буталышта ҡаңғырған менгеһе уны шул килеш елтерәтеп алып та китте.

Тамам яҡтырған яланда баҫып алыусылар күбәйгәндән - күбәйҙе. Йәйләүҙе һаҡлаусыларҙан ҡалған бәләкәй бер төркөмдө уртаға йомарлап ҡыҫып, дөрөп алып барҙылар. Ҡамауҙа ҡалғандар яралы бүреләр ише айбарланып алышты. Улар инде тере ҡалмаҫтарын аңлап, һуңғы тамсы ҡандарын ошо ергә түкмәксе ине.

(Дауамы бар).

✔ Инһәм, телевизорҙа төлкө кәпәс, ҡара күҙлек кейгән бер ағай йылға буйында йырлай, тауышы зыңғырлап ҡына тора. Абдулла Солтанов ине ул. Шул мәлдән халыҡ йырын яраттым да ҡуйҙым. Һүҙҙәренә, моңона иғтибар итә башланым.

ИЖАДХАНА

Халҡыбыҙҙың хаҡын билдәләп тә булмаған ғәжәйеп бер байлығы бар. Уны бер ҡайҙа биклəп тә, хатта урлап та булмай, ул һәр ваҡыт башҡорттоң үҙе менән, башҡорттоң йөрәгендә йәшәй. Донъяла тиңе булмаған был хазина - халыҡ йыры. Ошо хәҡиҡәттə бар тәрәнлегендә аңлар тағы бер ғорурлығы бар халыҡтың - улар халыҡ йырсылары. Боронғо халыҡ йырҙарын еренә еткереп, халыҡсан итеп йырлаусыларға тамашасы айырыуса хөрмәт һәм ихтирам менән ҡарай шул.
Бөгөнгө ҡунағыбыҙ тураһында һөйләгәндә, халыҡ йырҙарын уның кеүек башҡарған йырсылар һирәк, тиһәк, уның ижады тураһында башҡа бер нәмә әйтмәһәң дә булалыр. Ул ысын мәғәнәһендә халыҡ йырсыһы. Х. Әхмәтов исемендәге Башҡорт дәүләт филармонияһы солисы, Башҡортостандың халыҡ артисы Азамат ТИМЕРОВ шәп йырсы булыуы өҫтөнә үтә лә шуҡ кеше. Һүҙ артынан кеҫәһенә инә торған кешеләр рәтенән түгел ул. Шуға ла уның менән әңгәмәне Азамат Камил улына хас шаянлыҡ тоны менән уҡығыҙ.

УЛДАРЫМ МИНӘН ШӨРЛӘҢКЕРӘЙ,

ә серҙәре күберәк әсәләренә һыя

➔ Сибай филармонияһында эшләгән саҡта Тимеровтарһыҙ бер концерт та үтмәй ине. Бөгөн һеҙ Өфөлә ижад итәһегеҙ. Үҙегеҙгә нисектер, әммә тамашасы Азамат Тимеровты йышыраҡ сәхнәлә күрергә теләр ине?

- Өфөгә күскәс, эш кәмене тип әйтә алмайым мин. Баш ҡалала концерттар күп, тамашасының һайлау мөмкинлеге бар. Ә Сибайҙа филармония берҙән-бер, шуға ла беҙ йыш сығыш яһаған кеүек тойолғандыр инде. Сибай филармонияһында эшләгән йылдар һағындыра былай. Өфө сәнғәт училищеһында уҡып йөрөгәндә Әлмирә Ҡыуатова менән Фәтих Хәснәтдинов үҙҙәре килеп, Урал аръяғы райондары халҡын концерттар менән тәьмин итәсәк филармония асыла, шунда саҡырабыҙ, тигәс, ҡайтҡайныҡ. Үҙ эшенә мөкиббән киткән артистар йыйылғайны. Бик дәртләнеп, рухланып эшләнек барыбыҙ ҙа.

Эшкә әүрәп йөрөп, юғары белем дә алмай ҡалдым мин, әйткәндәй. Ҡала хакимиәте башлығы булып эшләгән Зиннур Ғәбәйҙулла улы Йәрмөхәмәтовҡа мең рәхмәтлебеҙ, беҙгә шунда уҡ өс бүлмәле фатир бирҙе. Шуның менән беҙҙе торлаҡ хәстәрләп йөрөүҙән арындырҙы, бар көс ижадҡа ғына түгелде. Сибайҙа улдарыбыҙ Урал менән Арыҫлан тыуҙы. Балалар үҫеп, уларҙы артабан уҡытыу мәсьәләһе алға баҫҡас, Өфөгә күсергә ҡарар иттек. Филармонияның тәүге ҡарлуғастары барыһы ла таралып бөткәс, беҙ Нәсимә менән иң аҙаҡтыларҙан булып ҡуҙғалдыҡ. Хәҙер был ваҡиғаға ла 11 йыл үтеп киткән. Тәүҙә "Мираҫ" йыр һәм бейеү ансамблендә эшләнек, беҙ килгән йылда уҡа йырсылар йыйҙылар. Унан филармонияға күстек. Әлеге мәлдә мин унда лекторийҙа эшләп йөрөйөм. Ә мине һағынған тамашасым өсөн килөһе йыл ҡыш аҙағы-яҙ башына айырым концерт эшләргә ниәтләнәм.

➔ Халыҡсан йырсы өсөн юғары белем мөһим түгел, тигән ҡараш та бар бит, быға фекерегеҙ нисек?

- Юғары белем биреүсе уҡыу йортонда тауышты боҙалар, тигән нәмә дөрөҫ түгел. Тауышты ҡуйыу тигән әйбер бар. Нисек дөрөҫ тын алырға, нисек еҙелерҙе йырларға – барыһына ла педагогтар өйрәтә. Тауышы ҡуйылмайынса, ҡысҡырып йырлап йөрөгәндәрҙең тауышы бөтөүе лә ихтимал бит. Шуға ла мин уҡыу мөһимдер, тип иҫәпләйем. Әле һаман Фәрзәнә Фәтҡулла ҡыҙы Сәғитова мине күрһә, уҡыманың, уҡытыусы булып, йырларға өйрәтеп ултырыр инең, тип әйтеп китә.

Бала саҡтан ҙур сәхнәләрҙә йырларға тигән хыялым булһа ла, училищеға уҡырға киткәнсе мин әрмендән ҡайтып, үҙебеҙҙең ауылдағы алтын йыуыу фабрикаһында иретеп йәбештереүсе булып эшләп йөрөй инем. Берәй концерт-фәлән булһа, Баймаҡтың мәҙәниәт йортонан автобус ебәрәләр. Барып йырлайым да, концерт бөтһә, йәйәүләп ҡайтып китәм, сөнки кире алып барып ҡуймайҙар. "Етте былайтып йөрөү", тип тәүбә итеп ҡайтам гел генә. Шул саҡта Баймаҡта методист булып Раушания тигән апай эшләй ине. "Тауышың бар, уҡымай ҡалһаң, ғүмерең буйы ошолай ҡәҙерһеҙ булып йөрөйәсәкһең, уҡырға кит", тип кәңәш итте. Шулай мин Өфөгә сығып киттем.

➔ Халыҡ йырҙарын йырларға кемдән өйрәндегеҙ?

- Халыҡ йырын бәләкәйҙән ишетеп үҫтем, әсәй - "Сәлимәкәй"ҙе, атай "Урал", "Азамат"ты йырлай ине. Һәм был шул тиклем тәбиғи күренеш ине, минең өсөн һәр өйҙә ошолай халыҡ йырын йырлайҙар кеүек ине. Әммә үҙем эстрада йырҙарын йырлай инем. Әрмендән ҡайтҡас, тышта нимәлер эшләп йөрөй инем - әллә утын, әллә малға бесән бирә инемме - атайым саҡыра. Инһәм, телевизорҙа төлкө кәпәс, ҡара күҙлек кейгән бер ағай йылға буйында йырлай, тауышы зыңғырлап ҡына тора. Абдулла Солтанов ине ул. Шул мәлдән халыҡ йырын яраттым да ҡуйҙым бит. Һүҙҙәренә, моңона иғтибар итә башланым. Уға тиклем Рамазан Йәнбәков, Сәләймән Абдуллинды тыңлаһам, уларға Абдулла ағай өҫтәлде. Ә классик башҡарыу өлгөһө итеп Мәғәфүр Хисмәтуллинды иҫәпләй инем. Хәйҙәр Бегичевтың моңона ғашиҡ инем. Уларҙы тыңлай-тыңлай халыҡ йырын башҡарырға өйрәндем һәм үҙем өсөн оло хазина астым.

Атай менән әсәй йыр-моңға ғашиҡ кешеләр булғас, өйҙә ике патефон бар ине беҙҙең. Ә бына башҡортса пластинкалар юҡ. Шуға ла уларҙың беҙҙең өсөн әллә ни баһаһы булманы ла шикелле. Берене нең двигателен һүтеп алып, ағайым вертолет яһаны. Тик ул османы нишләптер. Урыҫ йырсыларының йырҙары яҙҙырылған пластинкаларҙы өй башынан осороп та йөрөнөк.

➔ Репертуарығыҙҙың да күп өлөшөн халыҡ йырҙары алып торалыр, моғайын?

- Шулай тиһәң дә була. Халыҡ алдына сығып йырлаған тәүге йырым "Урал" булды. "Буранбай", "Эскадрон", "Колой кантон", "Шәүрә", "Зөлхизә", "Ашҡаҙар" кеүек диапазоны киң йырҙарҙы яратам. Хәҙерге йәштәр башта эстрада йырлау менән мауыға ла, шунан халыҡ йырын башҡарып ҡарай. Үҙҙәренсә, халыҡ йырына шулай яйлап өлгөрөп еткәләр инде. Әммә эстрада тауышы менән халыҡ йырын йырлап булмай. Тәбиғәттән кемгә ниндәй тауыш бирелә әле, етмәһә, кемгәләр эстрада йырҙары, кемгәләр халыҡ йырҙары килешә. Халыҡ йырын тын алып тороп йырлайһың, уны йырлау үпкәгә лә шифа. Киң диапазонлы йырсылар йырҙы тауышына ултыртып тороп йырлай. Бындай тәбиғи һәләт, үкенес, барыһына ла бирелмәй.

Композитор йырҙарын да күп йырланым. Һаман да иҫтә, Юлай ағай Моратов синтезаторын аҫып, велосипед менән Ирәндек аша ауылыма килеп, йырын өйрәтеп киткәйне. "Һыулы үҙәккәй буйы" тигән был йырҙы башлап мин йырланым, уны радиоға ла яҙҙырҙыҡ. Юлай Үҙәнбаев, Хисмәт Дәүләтов, Мәхмүт Бикҡоловтарҙың йырҙарын йырлайым.

(Дауамы 16-сы биттә).

ТОРМОШ КҮРЕНЕШТӘРЕ

Хәйҙәр ТАПАҠОВ

Драстуйте? Приходите!..

Өләсәйем кендек әбейе ине. Ауыл балалары тотошо уҡ булмаһа ла яртыһынан күбе, моғайын да, иң әүәл уның йылы устарына ятҡандыр. Шуға ла уға бөтәһе лә "әсәй" тип яратып өндәште. Аныҡ беләм, ул да мине яҡты донъяға ҡабул итеп алған. Өҫтөндә гел кин итәкле аҡ күлдәк булды, башына ла яҙып шул төҫтәге яулыҡты ябынды. Ҡайһы саҡ уны аҡ өрпәк болотҡа ла оҡшатып ҡуя инем. Ғүмере буйы ауылдан ситкә сығып йөрөмәгәнлектән, урыҫса тик ике генә һүҙҙе белде: "драстуйте", "приходите". Ауылыбыҙ бейек тау битләүендә ята, шуға уға үткенсе болоттар ҙа һағып, ағылып барыусан. Ҡайтһам, юғарыға ҡарайым, унда болотөләсәйем ап-аҡ булып ҡабарып, һәммәһен дә тәйәгебеҙгә ихласлап саҡыра төҫлө: "Драстуйте! Приходите!.."

Кем ул Ҡыш Бабай?

Улыбыҙ бәләкәй саҡта яңы йыл алдынан уға тип әҙерләгән бүләкте шыршы төбөнә һала торғайныҡ. Ә иртәнсәк иң беренсе һорау шул була: "Был нимәне миңә кем әпкилде?" "Ҡыш бабай, балам! Ул төн уртаһы ауғас килеп инде лә һине уятып мәшәҡәтләнмәй, тоғонан алып, ошоларҙы ҡалдырҙы", тибеҙ бер тауыштан әсәһе менән. Йыла йыл һайын ҡабатлана килде, мәгәр улыбыҙ үҫә барған һайын Ҡыш бабайҙың көнитмешенә юҡлығына, уның уйлап сығарылған әкиәт персонажы икәнлегенә төшөнгәнгә теге һорауын онотһа ла, шыршы төбөн ҡарауҙы ғәҙәт итте.

Яңы йыл алдынан шыршы һатып алдыҡ. Алыҫтан улыбыҙ ҙа ҡайтып төштө. Матур теләктәребеҙҙе әйтеп әҙерләгән бүләгебеҙҙе сығарҙыҡ. Ә ул өндәшмәй ҡалды һәм яңы йыл куранттары һуғыу менән беҙгә шыршы төбөнән пакеттар килтереп сығарҙы. "Быны кем ҡалдырҙы, улым?", тинек онотола барған һорауҙы иҫкә төшөрөп. "Мин - Ҡыш бабай! Һеҙгә алыҫ яҡтарҙан бүләктәр алып ҡайттым! Икегеҙгә лә сәләмәтлек, йортобоҙға ҡот-бәрәкәт теләйем!"

Инде йыл һайын түребеҙгә биҙәп шыршы ҡуйып, Ҡыш Бабайҙың килеп инерен түҙемһеҙлек менән көтәсәкбеҙ. Ә бүләктәр? Улары, бәлки, мөһим дә түгелдер. Иң мөһиме, әкиәтте ысынбарлыҡҡа әүерелдереүсе, мөғжизәләр тыуҙырыусы Ҡыш бабайҙың барлығын беләм! Ә ул яныңда һине ҡайғыртып, хәстәрләп йөрөп ятҡан, йә йыраҡтан һағынып ҡайтҡан иң яҡын кешең икән!..

Өләш

Беҙ, бала-саға, Нәғимә инәйҙең бешергән-төшөргәнен ярата торғайныҡ. Яйы сыҡҡан һайын ҡаймаҡ там иткән бесәй ише уның тирәһендә һырпаланабыҙ. Ул һис ҡасан ҡоро сығармай, беҙҙе өҫтәл артына теҙеп ултыртып ҡуя ла һәр беребеҙҙең тәрилкәһенә бер-ике ҡалаҡ аш, йә бутҡа һала һәм йомарт хужабикә ише былай ти:

- Әйҙәгеҙ, ихлас ҡына итеп туйғансы ашап алығыҙ!

Ә ул бер яларлыҡ нәмә беҙҙең телебеҙ осона ла эләкмәй. Армиянан ҡайтҡас әле, хәлен белергә индем. Ул, ғәҙәтенсә, алдыма теге һыйын ҡуйҙы. Шаяртып өндәштем:

- Инәй, хәрби хеҙмәттә беҙҙе ныҡ итеп ашарға өйрәттеләр. Ашыңды мулыраҡ итеп һалып булмаймы?

- Улым, Аллаһы Тәғәлә һәр кемде был донъяға үҙ өләшө менән тыуҙыра. Һәммәһе лә, шул иҫәптән аҙығы ла алдан иҫәпләнгән һәм үлсәнгән. Шул бүленгәнде ниңә ҡабаланып-ҡарһаланып сарыф итергә? Һәр нәмәнең үҙ айы, үҙ мәле...

Нәғимә инәй бүленгән өләшөн һаҡсыл, сама белеп тотоноп, ҡулланып, 100 йылға еткерә яҙҙы.

Бысранмау

Класташым Зөфәр мәктәпте тамамланы ла ситкә китеүҙе хуп күрмәй, тура фермаға эшкә төштө һәм ғүмере буйы шунда, малсылыҡта йөрөнө. Һабаҡташым, бергә уйнап үҫкән тиңдәшем ҡуҫтарланырға ятмана, тышҡы киәфәтенә артыҡлап иғтибар бирмәне, ҡырынһа - ҡырына, ҡырынмаһа - юҡ, бит-йөҙөнә лә ер ҡаҙһа - тупраҡ, май-яғыулыҡ тирәһенә яҡынлаһа - мазут яғылып бара, өҫ-башы ла әрпеш, холҡо ла орҙо-бәрҙе, башҡарғаны ла шаптыр. Мәгәр ярҙамсыл, йомарт, асыҡ-ярыҡ, эсендәге - тышында. Шул кеше урамдан үткәндә көүҙәһен тура тотоп, башын ғорур сөйөп атлай, парад ҡабул иткән хәрби тиерһең. Өҫтәүенә, Зөфәрҙең йәнә лә бер күркәм холҡо булды: юҡ-барға ваҡланманы, насарлыҡ, хаслыҡ ҡылғандарға ла яуапһыҙ ҡала белде.

- Нишләп килде-китте әтрәгәләмгә бирешәһең, ҡурҡаһыңмы әллә? - тип сәмләндерһәләр, бысрап, ҡаҡашып бөткән пинжәгенең салғыйын, торбаланған салбарының тубыҡтарын һыпырып ҡуя ла дәрәжәле генә яуаплап был:

- Юҡ инде, егеттәр, мин үҙемдең тотҡан кимәлемдең самаһын, баҫҡан еремдең бейеклеген беләм, шуға ниңә түбәндәр менән этләшергә, бәсте төшөрөргә, ҡәҙерҙе ебәрергә? Кейемем арзанлы, бысраҡ, әммә күңелем таҙа минең, уйҙарым яҡты! Һеҙгә лә кәңәшем бар: матур йәшәйем тиһәгеҙ, ҡыҫҡа ғүмерегеҙҙе һеҙгә лайыҡ булмағандар менән һис ҡасан бысратмағыҙ, тапламағыҙ!

ИНТЕРНЕТТАН

ЙӘШ ЙӨРӘК...

дәртле лә

■ Һөттөң составындағы кальций уны кеше сәләмәтлеге өсөн файҙалы итә. Үҙәк Флорида университеты ғалимдары һөттөң зыянын асыҡлаған, улар һөт эсеү менән ревматоидлы артрит араһында бәйләнеш бар, тип иҫәпләй. Һөттә, һыйыр итендә осраған үҙенсәлекле бактерия төрө ошо ауырыуға килтерә. Тикшеренеүҙәрҙә ҡатнашҡан артрит менән сирләгән 100 пациенттың 40 проценты был бактерия менән зарарланған булған. Бынан тыш, был микроорганизмдар Крон ауырыуы хәүефен арттыра. Шуға ла бындай сирҙәр менән яфаланған өлкән йәштәге кешеләргә һөттө һәм һыйыр итен аҙыраҡ ҡулланырға тырышырға кәрәк.

■ Бысраҡ һауа төрлө сирҙәргә, шул иҫәптән, йөрәк ауырыуҙарына ла килтерә алыуын ғалимдар күптән раҫлаған инде. Ә бына физик әүҙемлек ошо күңелһеҙлектән ҡотҡара ала икән. Был турала Копенгаген университеты ғалимдары белдерә. Велосипедта йөрөү, йәйәү атлау, баҡсала эшләү, спорттың төрлө төрҙәре йөрәк өйәнәге хәүефен түбәнәйтә. 18 йыл дауамында 50-65 йәшлек 51 мең кешенең йәшәү рәүешен күҙәткәндән һуң улар ошондай һығымтаға килгән.

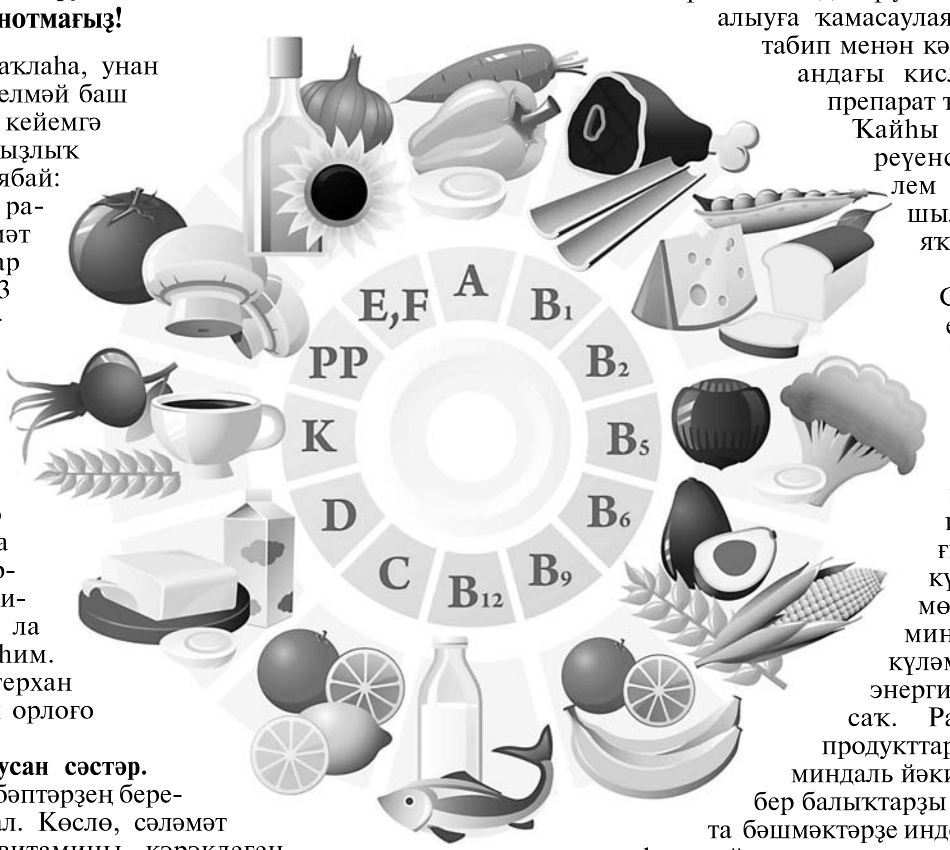
■ Балағыҙ үҙен насар тотамы? Бында атай-әсәйҙең электрон ҡоролмаларға артыҡ ваҡыт бүлеүе сәбәпсе була ала. Мичиган университеты үткәргән һынауҙарҙа 172 ғаилә ҡатнашҡан, уларҙың һәр береһенең 5 йәштән өлкән балаһы булған. Бөтөн ғаиләләр ҙә тулы булған. Ҡатнашыусылар, балалар менән әңгәмәләшеп ултырғанда йәки улар менән башҡа берәй эштә мәшғүл булғанда параллель рәүештә гаджеттарын нисә тапҡыр ҡулдарына алыуҙарын, балаларының тәртибен, үҙҙәренең стресс, депрессия кимәле тураһындағы һорауҙарға яуап биргәндәр. Һынауҙар 6 ай дауам иткән. Әсәйҙәрҙең - 40, атайҙарҙың 35 проценты телефондарынан арына алмауын таныған. Ғаиләләрҙең 50 проценты балалар менән бергә булғанда көнөнә 3 тапҡыр электрон ҡоролмаларға иғтибар бүлеүен билдәләгән. Һөҙөмтәлә, балаларҙың тәртибе менән атай-әсәйҙәрҙең электрон ҡоролмаларға артыҡ иғтибар итеүе араһында тығыҙ бәйләнеш барлығын асыҡлаған ғалимдар.

■ Америка кардиологтары кеше өсөн иң зыянлы ризыҡты билдәләгән. Шәкәрҙе алыштырыусы матдәләр өҫтәлгән газлы диетик эсемлектәр Америка йөрәк ассоциацияһы табиптарының иғтибарын йәлеп иткән. Улар был эсемлекте рациондан бөтөнләй алып ташларға кәңәш итә. Диетик эсемлектәр инсульт һәм аҡыл еңеләйеүенә килтереүе ихтимал. Кардиологтар әйтеүенсә, көнөнә 1 генә банка шәкәрһеҙ газлы эсемлек ҡулланыу аҡыл еңеләйеү хәүефен 2,9 тапҡырға арттыра. Билдәле булыуынса, диетик эсемлектәрҙә шәкәр урынына аспартам кеүек яһалма татлыландырыусылар ҡулланыла. Организмда ул фенилалаин, аспарагин кислотаһы һәм ағыулы матдә - метанолға тарҡала. Бынан тыш, аспартам баш мейеһендә туплана һәм нейрондар әүҙемлеген арттырыуы ихтимал. Диетик эсемлек составындағы башҡа матдәләр менән бергә ул бауырға токсик тәьҫир яһай, ашҡаҙан-эсәк трактында зарарлы матдәләр тупланыуға килтерә. Диетик эсемлектәр юғары әселеккә эйә, был иһә иртә ҡартайыуға, туҡымаларҙың тарҡалыуына килтерә.

СӘЛӘМӘТЛЕК ӘЛИФБАҺЫ

ВИТАМИНДАР ЕТЕШМӘҺӘ...

Аллаһы Тәғәлә тарафынан организмыбыҙ шул тиклем камил итеп яратылған - унда ниндәйҙер мөһим витамин йәки микроэлемент етешмәй башлаһа, ул беҙгә был хаҡта төрлө ысулдар менән хәбәр итә. Был мәғлүмәтте ваҡытында ишетһәк, көндәлек рационды байытыу ҙа организмға ярҙам буласаҡ. Әммә иң тәүҙә табип менән кәңәшләшергә онотмағыҙ!



Ҡауаҡ. Баш ҡауаҡлаһа, унан нисек ҡотолорға белмәй баш ватабыҙ, сөнки ул кейемгә лә ҡойолоп, уңайһыҙлыҡ тыуҙыра. Сәбәбе ябай: тимәк, туҡланыу рационында сәләмәт майлы кислоталар етешмәй. Омега-3 кеүек майлы кислоталар организм өсөн "майлау" материалы булып тора. Уларҙан башҡа тире ҡороға әйләнә. Шуға күрә, аҙнаһына бер тапҡыр булһа ла майлы балыҡ ашарға кәрәк. Альфа-линолен кислотаһы ла (ALA) бик мөһим. Уларға әстерхан сәтләүегеге һәм етен орлоғо бик бай.

Йоҡа һәм һыныусан сәстәр. Фолат етмәүе лә сәбәптәрҙең береһе булыуы ихтимал. Көслө, сәләмәт сәстәр өсөн В витамины кәрәклеген беләһегеҙҙер бит? Әммә фолаттың (икенсе төрлө - фолий кислотаһы) түбән кимәле сәстәрҙең йоҡа һәм һыныусан булыуына килтереүе мөмкин. Фолат бик йыш икмәктә һәм ярмаларҙа була. Хатта бер сынаяҡ аҡ дөгө лә шәп сығанаҡ. Ләкин, әгәр ябыҡырға теләп, углеводтарҙы ҡулланыуҙы сикләйһегеҙ икән, дөгөнө бер сынаяҡ шпинат менән алыштырырға мөмкин. Быуҙа бешерелгән бер сынаяҡ спаржа көндәлек норманың 60 процентына тиң.

Сал сәстәр. Баҡыр етмәү билдәһе. Әгәр бик иртә, мәҫәлән, 20 йәштә, бер буй сәсегеҙ ағарҙы икән, организмығыҙҙағы баҡыр күләмен тикшертегеҙ. Тап ошо микроэлемент сәстәргә төҫ биреүсе меланинды барлыҡҡа килтереүҙә ҙур роль уйнай. Микроэлементтың төп сығанағы булып консерваланған моллюскылар, устрицалар һәм бәшмәктәр тора.

Ауыҙ эсе боҙолоуы. Моғайын, B12 витамины етешмәйҙер. Әгәр организмығыҙға B12 витамины кәрәк икән, рационығыҙға ҡош ите, ҡыҙыл ит, йомортҡа өҫтәгеҙ.

Ҡулдарығыҙҙа ҡаты төйөрҙәр барлыҡҡа килһә. Шулай уҡ әгәр тәнегеҙҙә "бәпкә йөндәре" ҡалҡып, бөтмәһә, һеҙҙә фолликуляр кератоз булыуы мөмкин. Цинк һәм А витамины етмәүе билдәһе булыуы ихтимал. Был ике туҡлыҡлы матдә тирене сәләмәт тотоу һәм яраларҙы уңалтыу өсөн файҙалы. Цинк - ҡош итендә, ҡабаҡ орлоғонда, А витамины татлы картуфта һәм ҡауында бар.

Тырнаҡтарҙағы уймаҡтар һәм аҡ таптар. Ашҡаҙанда кислота булыу ихтималлығы. Был витаминдар ҡытлығы хаҡында белдермәһә лә, ул ризыҡтарҙан үҙегеҙгә кәрәкле матдәләрҙе һәм витаминдарҙы алыуға ҡамасаулаясаҡ. Был осраҡта табип менән кәңәшләшеп, ашҡаҙандағы кислотаны кәметеүсе препарат ҡабул итергә кәрәк. Ҡайһы берәүҙәр белдереүенсә, ашағанға тиклем алма һеркәһе ҡушылған һыу эсеү ҙә яҡшы һөҙөмтә бирә.

Арығанлыҡ. Сәбәбе D витамины етешмәүе булыуыуы ихтимал. Әгәр нормаль йоҡлайһығыҙ һәм ял итәһегеҙ, шуға ҡарамаҫтан, һәр ваҡыт арыйһығыҙ икән, организмығыҙҙа D витамины күләме аҙ булыуы мөмкин. Был витаминды етерлек күләмдә ҡулланғанда энергияғыҙ етерлек буласаҡ. Рационығыҙға һөт продукттарын (йогурт, һөт), миндаль йәки соя һөтөн, ҡайһы бер балыҡтарҙы (сардина) һәм хатта бәшмәктәрҙе индерегеҙ, күберәк саф һауала йөрөгөҙ.

Аяҡтарҙағы күк. С витамины етешмәгәнлектән булыуы мөмкин. Әгәр берәй нәмәгә төртөлөп, шунда уҡ шул урын күгәреп сыға икән, организмығыҙға С витамины етешәме икәнен тикшерегеҙ. Был витамин ҡан тамырҙарын эшләүҙә ҡатнашлығы булған коллаген етештереүгә ярҙам итә. Өҫтәүенә, стресс С витаминының запасын ҡаҡшата. Баҡса еләге, брокколи, манго - был продукттарҙа С витамины әфлисундағына ҡарағанда ла күберәк.

Балтырҙарҙы көҙән йыйырыуы. Организмға кальций йәки магний етешмәүе күрһәткесе булыуы ихтимал. Кальций кеүек үк, магний ҙа мускулдарҙың сәләмәтлеге өсөн мотлаҡ. Ҡабаҡ орлоғо, банан, авокадо магний сығанағы булһа, һөт ризыҡтары кальцийға бай.

Эс ҡатыу. Сәбәптәре бик күп булһа ла, киң таралғаны - күҙәнәклек йәки магний етешмәүе билдәһе. Күҙәнәклекте, ғәмәлдә, ололар өсөн тәүлек нормаһы 38 грамм (ираттарға) һәм 25 грамм (ҡатын-ҡыҙҙарға) булһа ла, уның яртыһын ғына ҡулланалар. Шулай уҡ магний ҙа ярҙам итә. Магнийға бай продукттарҙы ҡулланыу менән бер рәттән, табип менән кәңәшләшеп, зыянһыҙ өҫтәмәләр эсергә мөмкин.

ҠУШАМАТ

ҺИН - ҺАРЫ СЕБЕШ!

Был егеткә Һары себеш ҡушаматы бала сағында уҡ ҡушылған. Ней булһа ла, күптәр уны иҫ белгәндән бирле ошо ҡушамат менән йөрөтә. Тәүҙә Һары себеш ҡушаматына яман үсеккән ул. Мәктәптә уҡыған осорҙа ошо бәлә арҡаһында туҡмап та, туҡмалып та ҡайтҡан мәлдәре әҙ булмаған уның. Ә ҡушамат уға уйламаҫтан килеп йәбешкән.

Ата-әсәһе уны Яңы йыл байрамына себеш итеп кейендереп ебәргән. Кейеме матур булғанмы, әллә юҡмы, уныһын белмәйем. Уның ҡарауы, "себей башы" уны ныҡ тирләткәнен беләм. Шыбыр тиргә батҡан "себей" баш кейемен сискән бер мәл. Уның шыбыр тиргә батҡан һап-һары битенә, түңәрәк кенә ике күҙенә, уймаҡ ҡына танауына ҡарап торған да уҡытыусы ошолай әйтеп ҡуйған, имеш.

- Кеймә баш кейеменде. Һин үҙең былай ҙа һары себешкә оҡшап тораһың...

Малай ҡыуанып киткән. Байрамдың аҙағына хәтлем ошолай иркенләп йөрөгән. Хатта Ҡыш бабайҙан бүләк тә алған ул. Уны, һары себеш өсөнсө урын алды, тип сәхнәгә сығарып тороп ҡотлағандар. Бына шулай, шунан бирле ул ошо ҡушамат менән йөрөй башлаған.

Шуныһы ҡыҙыҡ. Бер мәл Һары себеш ҡушаматҡа үсегеүен ҡырҡа ташлаған да ҡуйған. Күптәр аптырап хайран ҡалған был хәлгә. Ә эш ошолай булған. Һары себешкә кәләш әйттерер өсөн күрше районға барған былар. Аллаға шөкөр, эш уңған, һөйләшеү-килешеү арыу ғына тамамланған. Бер мәл "пачти" еҙнә тупһала аяғын һелкетеп, тик кенә ултырған "пачти" ҡәйнешенә ошолай һүҙ ҡушҡан.

- Минең кем икәнемде беләһеңме?

Һин - еҙнә, тигән яуап ишетергә өмөтләнгән Һары себеш уйламаған яуап алған. Малай уның һап-һары битенә, түңәрәк кенә ике күҙенә, уймаҡ ҡына танауына ҡарап торған да, ошолай яуап биргән.

- Һин - һары себеш!

Бындай яуапты ишеткән Һары себеш-еҙнә хатта сүгәләй төшкән. Дә-ә-ә, тип уйлаған ул, минең ҡушаматты хатта сит районда беләләр. Шунан башлап Һары себеш үҙ ҡушаматына үсегеүен ҡырҡа ташлаған.

Әғләм ШӘРИПОВ.

✓ *Томбойоҡтарҙың тамырҙары 50 процентҡа - крахмалдан, 20 процентҡа - шәкәрҙән, 8 процентҡа аҡһымдан тора. Уны ҡаҙып алып, киптереп һәм он итеп онтап, усаҡта икмәк бешерергә мөмкин.*

ТЕРЕКЛЕК МӘКТӘБЕ

ҮҪЕМЛЕКТӘРҘӘН ДӘ...

икмәк бешереп була!

Баҡтиһәң, урманда ла ҡул аҫтындағы үҫемлектәрҙән икмәк бешереп була икән! Әлбиттә, быны өсөн билдәле шарттар булыуы мөһим.

Мәҫәлән, юлығыҙҙа һыу сығанағы һәм унда үҫеүсе томбойоҡтар осраһағыҙ, 100 процентҡа икмәкле буласаҡһығыҙ. Томбойоҡтарҙың тамырҙары 50 процентҡа - крахмалдан, 20 процентҡа - шәкәрҙән, 8 процентҡа аҡһымдан тора. Уны ҡаҙып алып, киптереп һәм он итеп онтап, усаҡта икмәк бешерергә мөмкин. Шундай уҡ ысул менән ҡамыш тамырҙарынан да икмәк бешерәләр. Ә инде ҡамыш тамырҙары киҫәктәрен ҡыҙҙырғанда, унан бына тигән кофе эсемлеге эшләргә була.

♦ Таулы, ташлы, урманлы, һаҙлы урындан йөрөү - аяҡ табандары өсөн ҙур физик көсөргәнеш. Носкиҙарҙа бер һыр булһынмы йәки аяҡ кейеме еүешләнһенме - аяҡта күперсек барлыҡҡа килеүен, өйкәлеүен көт тә тор. Был саҡта инде тиҙлек ныҡ кәмей. Шуға күрә походта йә урманда булғанда мөмкин тиклем аяҡтарҙы өйкәлеүҙән һаҡларға кәрәк. Әлбиттә, ҡоро аяҡ кейеме, ҡоро носки - сәләмәтлек нигеҙе, әммә урманда яңғыҙ ҡалһағыҙ, нимә эшләргә? Әгәр запас аяҡ кейемегеҙ һәм ҡоро носкийығыҙ булһа, тиҙ арала алмаштырып, еүешләнгәндәрен рюкзагығыҙға аҫып алығыҙ. Әгәр ундай мөмкинлегегеҙ булмаһа, һыу үткәрмәгән нимә булһа ла табығыҙ (клеенка, пакет, тент киҫәге һ.б.) һәм унан носки эшләгеҙ. Был ысул аяҡтарығыҙҙы еүешләнеүҙән һаҡлар.

Шулай ҙа, күперсек барлыҡҡа килһә, нимә эшләргә? Кисен күперсекте тишегеҙ (төн дауамында улар кибә), эстәге һыуҙы ығып сығарығыҙ. Тирене һыҙырып алмағыҙ! Һыу булһа, һыуыҡ һыу менән йыуығыҙ. Үҙегеҙ менән синтомицин майы булһа, һөртөгөҙ, булмаһа, шул килеш киптерегеҙ. Иртән мотлаҡ яраны пластырь менән йәбештерегеҙ йәки бинт менән бәйләгеҙ. Шулай уҡ әрме ысулын да ҡулланырға мөмкин. Әгәр спирт йәки спиртлы шыйыҡса булһа, юлға сығыр алдынан күперсекле урынға спирт ҡоябыҙ, йомшаҡ әйбер (мамыҡ, туҡыма) һалабыҙ һәм бер нисә тапҡыр пластырь менән йәбештерәбеҙ.

♦ Урманда берәй ерегеҙ һыҙырылһа йәки киҫелһә, ҡанды туктатырға ылыҫлы ағастарҙың ыҫмалаһы (живица) ярҙам итер. Ылыҫлы ағастарҙың ҡабығы аҫтында диаметры 1-1.5 сантиметр булған ҡабарынҡы урынды табып, уның аҫтынан ыҫмаланы алабыҙ һәм зыянлаған урынға һөртәбеҙ. Бынан тыш, поход шарттарында сәйгә ылыҫ энәләрен һалыу ҙа файҙалы. Ылыҫ микробтарҙы үлтерә, шунлыҡтан, һыуҙы ҡайнатып ҡына түгел, уға ылыҫ ҡушып та таҙартырға мөмкин.

Бының өсөн 3 сынаяҡ ҡайнаған һыуға 0,5 - 1 сынаяҡ ылыҫ энәһе һалырға кәрәк. Энәләрҙе бысаҡ менән турағанда тағы ла яҡшыраҡ. С витамины термоэшкәртеүҙә һөҙөмтәлелеген юғалтканлыҡтан, сәйҙе ҡайнатмайынса, 10-20 минут быҡтырып ултыртып ҡуйырға кәрәк. Ылыҫ энәләре урынына яҙғыһын бөрөләрен, йәшел тубырсыҡтарҙы һалырға була.

♦ Урманда хатта бер ризыҡһыҙ бутка ла бешерергә мөмкин. Бының өсөн йәш ҡайындың туҙ аҫтындағы ҡабығын сей килеш тә ҡулланырға була, әммә уны ҡайнар һыуға һалғанда, ул бөртә башлай һәм буткаға әйләнә. Ошо ризыкты бутка урынына ашарға ярай. Ә инде ҡалғанынан йәймә бешереп, артабанғы юлығыҙға әҙер ризыҡ итеп алырға була! Сәфәрҙәрегеҙ уңышлы үтһен!

МОСОЛМАН ӘҘӘБЕ

ХАКИМДЫ ЛА...

тәнҡитләргә мөмкин

Бәйғәмбәребеҙ әйткән: "Дин - ул ихласлыҡ, дин - ул ихласлыҡ, дин - ул ихласлыҡ!" Кешеләр һорай ҡуйған: "Кем алдында, Бәйғәмбәребеҙ?" Ул бына нисек яуап биргән: "Аллаһ алдында, Уның Бәйғәмбәре алдында, мосолман хакимы алдында һәм ябай мосолмандар алдында".

Аллаһ алдындағы ихласлыҡ - тик Уға ғына табыныу, Уны ихтирам итеү, Унан ҡурҡыу, Уға өмөтләнеү һәм Уны яратыу, уның фармандарын үтәү һ.б.

Бәйғәмбәр алдындағы ихласлыҡ - Ул хәбәр иткәндәргә инаныу, Ул күрһәткән юлдан йөрөү, Уны яратыу, Аллаһҡа табыныу һ.б.

Мосолман хакимы алдындағы ихласлыҡ - улар өсөн доға ҡылыу, уларҙы яратыу һәм фармандарын үтәү.

Ябай мосолмандар алдындағы ихласлыҡ - уларға файҙа килтереү, ҡулдан килгәнсә ярҙам итеү, үҙеңә теләгән яҡшылыҡты уларға ла теләү.

Ҡөрьән, Сөннә буйынса, әгәр ҙә Аллаһ тыйған сиктәрҙән сыҡмаһа, хатта гәҙел булмаһа ла, хакимдарҙы тыңлау фарыз. Әгәр ҙә хаким Аллаһ тыйған юлдан китергә ҡуша икән, уның һүҙен тыңларға ярамай. Мосолмандар шулай уҡ ил етәксеһе артынан намаҙ, хаж ҡылырға, уның менән бергә һуғыштарға йөрөргә тейеш. Хаким ябай халыҡҡа түгел, ябай халыҡ уға буйһонорға тейеш: юғиһә, һәр төрлө фекер-ҡараштар илдең име619ен, азатлығын ҡаҡшатыуы бар. Бынан тыш, мосолмандар үҙ етәкселәренә кәңәштәрен дә бирә ала.

Имам әл-Тәхәүи әйткән: "Беҙ ил етәкселәренә ҡаршы сыҡмайбыҙ һәм, улар гәҙел булмаһа ла, әгәр ҙә Аллаһ тыймаған ғәмәлдәрҙе ҡылалар икән, уларҙы ҡәһәрләмәйбеҙ. Киреһенсә, беҙ улар өсөн доға ҡылабыҙ".

Бәйғәмбәребеҙ әйткән: "Кем миңә буйһона, шул Аллаһҡа ла буйһона, ә кем миңә ҡаршы килә, шул Аллаһҡа ла ҡаршы сыға. Кем хакимға буйһона, шул миңә лә буйһона. Кем хакимға ҡаршы сыға, шул кеше, тимәк, миңә буйһонорға теләмәй ".

Сөннәгә ярашлы, ябай мосолман хакимға кәңәш-төнәште күҙгә-күҙ осрашып һәм бола сығармайынса ғына бирергә тейеш. Бәйғәмбәребеҙ әйткән: "Кем дә кем хакимға кәңәш бирергә теләй, шул был эште асыҡтан-асыҡ эшләмәһен һәм хакимдың ҡулынан тотһон. Әгәр ҙә хаким уны тыңлай икән, бик яҡшы. Юҡ икән, кәңәш биреүсе үҙ бурысын үтәне, тигән һүҙ".

Бөтә әйтелгәндәрҙән сығып, шундай һығымтаға килергә мөмкин:

Хакимдарға буйһоноу, әгәр ҙә улар гонаһлы эшкә этәрмәйҙәр икән, мотлаҡ.

Әгәр ҙә кеше шәриғәт ҡануңдары буйынса хакимға кәңәш бирә икән, ул уның яңылышлыҡтары өсөн яуап бирмәй.

Бола күтәреү ҡырҡа тыйыла.

Кәңәште тотмаған хакимға ҡаршы сығырға ярамай.

Мосолман Ҡөрьән һәм Сөннә ҡушҡандың барыһын да эшләгән мосолмандар араһында булырға бурыслы. Ул диндәштәренең юлынан барырға һәм уларҙың да бер үйлы булыуына булышлыҡ итергә тейеш.

Бәйғәмбәребеҙ әйткән: "Бергә булығыҙ. Аллаһ бер үйлылар эргәһендә. Кем дә кем айырыла, шул Утҡа эләгер".

ТӘКӘББЕРЛЕК...

йән ауырыуы ул

Тәкәббер кешенең тышҡы йөҙө түбәндәгесә:

"Кем икәнлегемде күрегеҙ!" - тигән кеүек атлап йөрөү.

Кешеләрҙе нахаҡҡа рәнйетеү һәм шуның өсөн үҙендә ғәйепле тоймау.

Кеше менән һөйләшкәндә маһайыу, эреләнеү.

Башҡаларҙан айырылып тороу маҡсатында үҙенсәлекле кейем һайлау.

Маҡталыуға ынтылыу.

Бөтә йәһәттән дә беренсе булырға тырышыу.

Тәкәббер кеше үҙен бик сибәр, оҫта, булдыҡлы итеп тоя.

Тәкәбберлек килтергән һөҙөмтәләр:

Тәкәббер кеше Ислам диненән дә, Ҡөрьәндән дә, Бәйғәмбәр сөннәтенән дә файҙа алмаясаҡ.

Кешенең йөрәгендә тыныслыҡ юҡ. Аллаһ әйткән: "Тәкәббер кеше бер ҡасан ҡәнәғәтләнеү тойғоһо кисермәйәсәк".

Тәкәббер кешене һәр ваҡыт проблемалар һәм унайһыҙ хәлдәр оҙатып килә.

Тәкәбберлек тойғоһо кешене тамуҡҡа илтеүе лә бар. Аллаһ тамукта йәшәүселәр тураһында һөйләгәндә, улар араһында тәкәббер кешеләрҙең дә йәне барлығы хаҡында әйтеп киткән.

Тәкәбберлектән дауаланыу кәңәштәре:

Аҡыллы кеше тәкәбберлек тойғоһонан арына ала. Уның өсөн алдан һаналып кителәсәк шарттарҙы үтәргә кәрәк:

Тәү сиратта кеше үҙендә тәкәбберлек тойғоһо барлығын танырға тейеш. Шунһыҙ, дауаланыу файҙалы булмаясаҡ һәм кеше артабан да насар ҡылыҡтар эшләйәсәк.

Тәкәббер кешегә ауырыу кешеләрҙең хәлен белеүе шарт. Уларҙы көслө, йәш итеп күргән был кеше ауырыуҙың хәлен күрәсәк һәм сараһыҙҙан үҙе тураһында ла уйлай башлаясаҡ.

Тәкәббер кешеләр менән аралашмау. Был ауырыу эпидемия кеүек йоғошло.

Хәҡиҡәт юлына баҫыу өсөн бер туктауһыҙ уйланыу.

Белемгә тартылыу. Наҙанлыҡ - кәмселектәрҙе ҡаплап тороусы ҡараңғылыҡ.

Доғалар уҡыу күнелегеҙҙе таҙартыр.

Рәнйеткән кешеләрегеҙҙән ғәфү үтенеү.

Тәкәббер кеше алдында баш әймәгеҙ - был уның ауырыуын тәрәнәйтәсәк кенә.

Яҡшы эштәр эшләү һәм шул рәүешле Хәҡиҡәткә тартылыу.

Хаталарығыҙҙы таныгыҙ. Кеше хатаһыҙ булмай.

Көн дә тиерлек Аллаһтан тәкәбберлек тойғоһонан арындырыуын ялбарыу.

Шайтан кеүек, Хәҡиҡәтте күргән хәлдә лә, уны танымаған иблис ауырыуынан йүнәлергә Аллаһ үҙе ярҙам итһен!

СӘЛӘМӘТ БУЛ!

ИЛЛЕ ЙӘШТӘН ҺУҢ...

Тирегеҙ өсөн туҡланыу һәм һыу

Профессор Алла Погожева бит тиреһенең матурлығын һаҡлау өсөн бер нисә кәңәш бир: а) Көнөнә 2 литрҙан да кәм булмаған күләмдә һыу эсегеҙ. Әгәр аҙ эсһәгеҙ, организмығыҙ автоматик рәүештә экономия режимына күсә һәм ҡиммәтле һыуҙы мөмкин тиклем оҙағыраҡ һаҡларға тырыша. Һөҙөмтәлә һыу "һаҡлана" һәм бит, ҡулдар, аяҡтар шешенә.

Әгәр етерлек күләмдә һыу эсһәгеҙ, артыҡ һыу организмдан сығарыла. Газһыҙ минераль һыу йәки йәшел сәй барыһынан да яҡшыраҡ. Әлбиттә, кофе, диетик кола һәм һуттар организмды һыу менән тәьмин итә, әммә был эсемлектәрҙә калория бик күп.

б) Көнөнә кәмендә өс тапҡыр йәшелсә-емеш ашағыҙ. Улар ҙа һыуға бай. Бынан тыш, уларҙа күҙәнәклектәр бар. Әгәр төшкө аш менән киске аш араһында алма йәки кишер салаты ашаһағыҙ, туҡ булырһығыҙ, тимәк, пирожныйға үрелмәйәсәкһегеҙ.

Эш өҫтәлегеҙҙә емеш-еләк һалынған тәрилкә ултырһын, ә печенье түгел. Емештәрҙә шәкәр күп, шуға улар һимертә, тип хаталанмағыҙ. Десерттарҙа шәкәр күберәк. Дөрөҫөн әйткәндә, әфлисун ашап һимергән берәй ҡатын-ҡыҙҙы күргәнегеҙ бармы?

в) Алкоголдән баш тартығыҙ. Теләһә ниндәй алкоголле эсемлек организмды һыуһыҙландыра. Ә һыу етешмәүе шешенеүгә килтерә.

г) Кальций булған ризыҡтарҙы ғәҙәттәгенән күберәк ашағыҙ. Әгәр организмығыҙға көнөнә кәм тигәндә 1,2 мг кальций инһә, тиҙерәк ябығаһығыҙ. Көнөнә 3 стакан һөт йәки 800 грамм эремсек ашарға ла мөмкин. Кальций шулай уҡ балыҡта ла бик күп.

Сардина йәки һөмбаш балығы консерваларын ашаһағыҙ, кәрәкле күләмдә кальций алырһығыҙ. Бәзам, арахис һәм кипкән емештәрҙә лә кальций күп.

д) Көн һайын рационығыҙҙан 250 калорияны алып ташлағыҙ һәм 250-һен физик күнегеүҙәр ярҙамында яндырығыҙ. Көнөнә 500 калориянан арынырға тырышығыҙ һәм тиҙҙән тәүҙә йөҙөгөҙҙә, һуңынан фигурағыҙҙа үҙгәрештәр тойорһоғоҙ. 250 калорияны 30 минут шәп атлап йөрөгәндә йәки 20 минут зарядка эшләгәндә яндырырға мөмкин.

Менюығыҙҙан 250 калорияны алып ташларға теләһәгеҙ, туңдырманы - туңдырылған йогуртҡа, шоколадлы тортты - түбән калориялы пудингка, кәнфит-печеньеларҙы кипкән емештәргә алмаштырығыҙ.

е) Тоҙҙо аҙыраҡ ҡулланығыҙ. Ни тиклем күберәк тоҙ ашаһағыҙ, шул тиклем шешенеү ихтималлығы арта. Тоҙ бигерәк тә консерванттарҙа - ярымфабрикаттарҙа күп. Соя соусы ябай тоҙға ҡарағанда файҙалыраҡ, тигән фекер йәшәй. Ғәмәлдә ул да ябай тоҙ кеүек уҡ шешендерә.

С. КУЗИНА.

(Дауамы бар).

13 АВГУСТА ПОНЕДЕЛЬНИК ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00 Телеканал "Доброе утро".
9.00 Новости.
9.15 Телеканал "Доброе утро".
9.50 Модный приговор.
10.55 "Жить здорово!" [16+]
12.00 Новости.
12.15 "Время покажет". [16+]
15.00 Новости с субтитрами.
15.15 "Давай поженимся!" [16+]
16.00 "Мужское / Женское". [16+]
17.00 "Время покажет". [16+]
18.00 Вечерние новости с субтитрами.
18.25 Премьера. "Видели видео?"
19.00 "На самом деле". [16+]
20.00 "Пусть говорят". [16+]
21.00 Время.
21.30 Т/с Премьера. "Любовь по приказу". [16+]
23.25 Т/с Премьера. "Красные браслеты". [12+]
0.25 "Время покажет". [16+]
1.30 Модный приговор.
2.35 "Мужское / Женское". [16+]
3.00 Новости.
3.05 "Мужское / Женское". [16+]
3.30 "Давай поженимся!" [16+]
4.20 Контрольная закупка.

РОССИЯ 1

5.00, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 Утро России.
6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
9.00 Вести.
9.15 Доброе утро, республика!
9.55 "О самом главном". [12+]
11.00 Вести.
11.40 Местное время. Вести-Башкортостан.
12.00 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым". [12+]
13.00 "60 минут". [12+]
14.00 Вести.
14.40 Местное время. Вести-Башкортостан.
15.00 Т/с "Косатка". [12+]
17.00 Вести.
17.40 Местное время. Вести-Башкортостан.
18.00 "Андрей Малахов. Прямой эфир". [16+]
19.00 "60 минут". [12+]
20.00 Вести.
20.45 Местное время. Вести-Башкортостан.
21.00 Т/с "Искушение". [12+]
0.00 Т/с "Повороты судьбы". [12+]
1.55 Т/с "Вольф Мессинг: видевший сквозь время". [16+]
3.50 Т/с "Семнадцать мгновений весны". [12+]

БСТ

7.00 Сәләм. [12+]
10.00 Выборы-2018. [12+]
10.10 Т/с "Цезарь". [16+]
11.00 Итоги недели (на рус. яз.).
11.45 Учим башкирский язык. [0+]
12.00 Выборы-2018. [12+]
12.10 Счастливый час.
13.00 Күнелем моңдары. [12+]
13.30 Бәхетнамә.
14.30 Новости (на баш. яз.).
14.40 Выборы-2018. [12+]
14.50 Весело живем. [12+]
15.00 Наука 102. [12+]
15.30 "Книга сказок". [0+]
15.45 "Борсаҡ". [0+]
16.00 Гора новостей.
16.15 Выборы-2018. [12+]
16.30 Новости (на рус. яз.).
16.45 Современник. [12+]
17.00 Наши годы. [12+]
17.25 Выборы-2018. [12+]
17.30 Орнамент. [6+]
17.45 Учим башкирский язык. [0+]
18.00 "Йәйләү". [0+]
18.30 Новости (на баш. яз.).
18.45 Интервью.
19.15 Күнелем моңдары. [12+]
19.30 "Бай". [12+]
20.15 Сәнгелдәк. [0+]
20.30 Бизнес-проба. [12+]
20.45 Дорожный патруль. [16+]
21.00 Д/ф "Моя планета - Башкортостан".
21.30 Новости (на рус. яз.).
22.00 Интервью. [12+]
22.30 Новости (на баш. яз.).
23.00 Автограф. [12+]
23.30 Весело живем. [12+]
0.00 Х/ф "Москва, я терплю тебя". [16+]
2.00 Бәхетнамә. [12+]
3.00 "Кьоджинские перепалки". [12+]

14 АВГУСТА ВТОРНИК, ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00 Телеканал "Доброе утро".
9.00 Новости.
9.15 Телеканал "Доброе утро".
9.50 Модный приговор.
10.55 "Жить здорово!" [16+]
12.00 Новости.
12.15 "Время покажет". [16+]
15.00 Новости с субтитрами.
15.15 "Давай поженимся!" [16+]
16.00 "Мужское / Женское". [16+]
17.00 "Время покажет". [16+]
18.00 Вечерние новости с субтитрами.
18.25 Премьера. "Видели видео?"
19.00 "На самом деле". [16+]
20.00 "Пусть говорят". [16+]
21.00 Время.
21.30 Т/с Премьера. "Любовь по приказу". [16+]
23.25 Т/с Премьера. "Красные браслеты". [12+]
0.25 "Время покажет". [16+]
1.30 Модный приговор.
2.35 "Мужское / Женское". [16+]
3.00 Новости.
3.05 "Мужское / Женское". [16+]
3.30 "Давай поженимся!" [16+]
4.20 Контрольная закупка.

РОССИЯ 1

5.00, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 Утро России.
6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
9.00 Вести.
9.15 Доброе утро, республика!
9.55 "О самом главном". [12+]
11.00 Вести.
11.40 Местное время. Вести-Башкортостан.
12.00 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым". [12+]
13.00 "60 минут". [12+]
14.00 Вести.
14.40 Местное время. Вести-Башкортостан.
15.00 Т/с "Косатка". [12+]
17.00 Вести.
17.40 Местное время. Вести-Башкортостан.
18.00 "Андрей Малахов. Прямой эфир". [16+]
19.00 "60 минут". [12+]
20.00 Вести.
20.45 Местное время. Вести-Башкортостан.
21.00 Т/с "Искушение". [12+]
0.00 Т/с "Повороты судьбы". [12+]
1.55 Т/с "Вольф Мессинг: видевший сквозь время". [16+]
3.50 Т/с "Семнадцать мгновений весны". [12+]

БСТ

7.00 Сәләм. [12+]
10.00 Выборы-2018. [12+]
10.10 Т/с "Цезарь". [16+]
11.00 Следопыт. [12+]
11.30 Новости (на рус. яз.).
11.45 Бизнес-проба. [12+]
12.00 Выборы-2018. [12+]
12.10 Счастливый час.
13.00 Күнелем моңдары. [12+]
13.30 Бәхетнамә.
14.30 Новости (на баш. яз.).
14.40 Выборы-2018. [12+]
14.50 Весело живем. [12+]
15.00 Дорога к храму. [0+]
15.30 Йырлы кәрәҙ. [6+]
15.45 Бауырһаҡ. [0+]
16.00 Гора новостей.
16.15 Выборы-2018. [12+]
16.30 Новости (на рус. яз.).
16.45 Современник. [12+]
17.00 Дознание. [16+]
17.25 Выборы-2018. [12+]
17.30 Орнамент. [6+]
17.45 Учим башкирский язык. [0+]
18.00 Бай бакса. [12+]
18.30 Новости (на баш. яз.).
18.45 Интервью.
19.15 Күнелем моңдары. [12+]
19.30 Автограф. [12+]
20.15 Сәнгелдәк. [0+]
20.30 Новости (на рус. яз.).
20.55 Футбол. Лига Европы. 3 квалификационный раунд. ФК "Прогрес Нидеркорн" (Люксембург) - ФК "Уфа" (Уфа)
23.00 Новости (на баш. яз.).
23.30 Весело живем. [12+]
0.00 Х/ф "Гонки по-итальянски". [12+]
2.00 Бәхетнамә. [12+]
3.00 "Моя звезда". [12+]

15 АВГУСТА СРЕДА ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00 Телеканал "Доброе утро".
9.00 Новости.
9.15 Телеканал "Доброе утро".
9.50 Модный приговор.
10.55 "Жить здорово!" [16+]
12.00 Новости.
12.15 "Время покажет". [16+]
15.00 Новости с субтитрами.
15.15 "Давай поженимся!" [16+]
16.00 "Мужское / Женское". [16+]
17.00 "Время покажет". [16+]
18.00 Вечерние новости с субтитрами.
18.25 Премьера. "Видели видео?"
19.00 "На самом деле". [16+]
20.00 "Пусть говорят". [16+]
21.00 Время.
21.30 Т/с Премьера. "Любовь по приказу". [16+]
23.30 Т/с Премьера. "Красные браслеты". [12+]
0.30 "Время покажет". [16+]
1.30 Модный приговор.
2.35 "Мужское / Женское". [16+]
3.00 Новости.
3.05 "Мужское / Женское". [16+]
3.35 "Давай поженимся!" [16+]
4.25 Контрольная закупка.

РОССИЯ 1

5.00, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 Утро России.
6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
9.00 Вести.
9.15 Доброе утро, республика!
9.55 "О самом главном". [12+]
11.00 Вести.
11.40 Местное время. Вести-Башкортостан.
12.00 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым". [12+]
13.00 "60 минут". [12+]
14.00 Вести.
14.40 Местное время. Вести-Башкортостан.
15.00 Т/с "Косатка". [12+]
17.00 Вести.
17.40 Местное время. Вести-Башкортостан.
18.00 "Андрей Малахов. Прямой эфир". [16+]
19.00 "60 минут". [12+]
20.00 Вести.
20.45 Местное время. Вести-Башкортостан.
21.00 Т/с "Искушение". [12+]
0.00 Т/с "Повороты судьбы". [12+]
1.55 Т/с "Вольф Мессинг: видевший сквозь время". [16+]
3.50 Т/с "Семнадцать мгновений весны". [12+]

БСТ

7.00 Сәләм. [12+]
10.00 Выборы-2018. [12+]
10.10 Т/с "Цезарь". [16+]
11.00 Наука 102. [12+]
11.30 Новости (на рус. яз.).
11.45 Криминальный спектр. [16+]
12.00 Выборы-2018. [12+]
12.10 Счастливый час.
13.00 Тәмле. [12+]
13.30 Бәхетнамә.
14.30 Новости (на баш. яз.).
14.40 Выборы-2018. [12+]
14.50 Весело живем. [12+]
15.00 "100 имен Башкортостана". [12+]
15.30 "Городок АЮЯ". [0+]
15.45 "Ал да гөл". [6+]
16.00 Гора новостей.
16.15 Выборы-2018. [12+]
16.30 Новости (на рус. яз.).
16.45 Замандаш. [6+]
17.00 Д/ф "Ливия: Три цвета времени". [12+]
17.25 Выборы-2018. [12+]
17.30 Орнамент. [6+]
17.45 Имею право. [12+]
18.00 Башкорттар. [6+]
18.30 Новости (на баш. яз.).
18.45 Интервью.
19.15 Күнелем моңдары. [12+]
19.30 Алтын тирмә. [0+]
20.15 Сәнгелдәк. [0+]
20.30 Барбекю со звездой. [12+]
20.45 Дорожный патруль. [16+]
21.00 Историческая среда. [12+]
21.30 Новости (на рус. яз.).
22.00 Интервью.
22.30 Новости (на баш. яз.).
23.00 Бала-сага. [6+]
23.45 Весело живем. [12+]
0.00 Х/ф "Йерей-сан: Исповедь самурая". [12+]
2.15 Бәхетнамә. [12+]

16 АВГУСТА ЧЕТВЕРГ ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00 Телеканал "Доброе утро".
9.00 Новости.
9.15 Телеканал "Доброе утро".
9.50 Модный приговор.
10.55 "Жить здорово!" [16+]
12.00 Новости.
12.15 "Время покажет". [16+]
15.00 Новости с субтитрами.
15.15 "Давай поженимся!" [16+]
16.00 "Мужское / Женское". [16+]
17.00 "Время покажет". [16+]
18.00 Вечерние новости с субтитрами.
18.25 Премьера. "Видели видео?"
19.00 "На самом деле". [16+]
20.00 "Пусть говорят". [16+]
21.00 Время.
21.30 Т/с Премьера. "Любовь по приказу". [16+]
23.30 Т/с Премьера. "Красные браслеты". [12+]
0.25 "Время покажет". [16+]
1.30 Модный приговор.
2.35 "Мужское / Женское". [16+]
3.00 Новости.
3.05 "Мужское / Женское". [16+]
3.35 "Давай поженимся!" [16+]
4.25 Контрольная закупка.

РОССИЯ 1

5.00, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 Утро России.
6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
9.00 Вести.
9.15 Доброе утро, республика!
9.55 "О самом главном". [12+]
11.00 Вести.
11.40 Местное время. Вести-Башкортостан.
12.00 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым". [12+]
13.00 "60 минут". [12+]
14.00 Вести.
14.40 Местное время. Вести-Башкортостан.
15.00 Т/с "Косатка". [12+]
17.00 Вести.
17.40 Местное время. Вести-Башкортостан.
18.00 "Андрей Малахов. Прямой эфир". [16+]
19.00 "60 минут". [12+]
20.00 Вести.
20.45 Местное время. Вести-Башкортостан.
21.00 Т/с "Искушение". [12+]
0.00 Т/с "Повороты судьбы". [12+]
1.55 Т/с "Вольф Мессинг: видевший сквозь время". [16+]
3.50 Т/с "Семнадцать мгновений весны". [12+]

БСТ

7.00 Сәләм. [12+]
10.00 Выборы-2018. [12+]
10.10 Т/с "Цезарь". [16+]
11.00 Д/ф "Моя планета - Башкортостан". [12+]
11.30 Новости (на рус. яз.).
11.45 Дорожный патруль. [16+]
12.00 Выборы-2018. [12+]
12.10 Счастливый час.
13.00 Күнелем моңдары. [12+]
13.30 Бәхетнамә.
14.30 Новости (на баш. яз.).
14.40 Выборы-2018. [12+]
14.50 Весело живем. [12+]
15.00 У дачи. [12+]
15.30 Байтус. [6+]
15.45 "Кош юлы. Балалар". [6+]
16.00 Гора новостей.
16.15 Выборы-2018. [12+]
16.30 Новости (на рус. яз.).
16.45 Интервью. Выборы-2018. [12+]
17.00 Д/ф "Ливия: Три цвета времени". [12+]
17.25 Выборы-2018. [12+]
17.30 Орнамент. [6+]
17.45 Барбекю со звездой. [12+]
18.00 Үткән гүмер. [12+]
18.30 Новости (на баш. яз.).
18.45 Интервью.
19.15 Күнелем моңдары. [12+]
19.30 Башкорттар. [6+]
20.15 Сәнгелдәк. [0+]
20.30 Барбекю со звездой. [12+]
20.45 Криминальный спектр. [16+]
21.00 Уфимское "Времечко".
21.30 Новости (на рус. яз.).
22.00 Интервью.
22.30 Новости (на баш. яз.).
23.00 Колесо времени. [12+]
0.00 Х/ф "Weekend". [16+]
2.00 Бәхетнамә. [12+]
3.00 "Похищение стариков". [12+]

17 АВГУСТА ПЯТНИЦА ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00 Телеканал "Доброе утро".
9.00 Новости.
9.15 Телеканал "Доброе утро".
9.50 Модный приговор.
10.55 "Жить здорово!" [16+]
12.00 Новости.
12.15 "Время покажет". [16+]
15.00 Новости с субтитрами.
15.15 "Давай поженимся!" [16+]
16.00 "Мужское / Женское". [16+]
17.00 "Время покажет". [16+]
18.00 Вечерние новости с субтитрами.
18.25 Премьера. "Видели видео?"
19.00 "На самом деле". [16+]
20.00 "Поле чудес". [16+]
21.00 Время.
21.30 Премьера. Международный музыкальный фестиваль "Жара". [12+]
23.55 Х/ф "Эволюция Борна". [16+]
2.25 Х/ф "Скандальный дневник". [16+]
4.05 Модный приговор.
5.05 "Мужское / Женское". [16+]

РОССИЯ 1

5.00, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 Утро России.
6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
9.00 Вести.
9.15 Доброе утро, республика!
9.55 "О самом главном". [12+]
11.00 Вести.
11.40 Местное время. Вести-Башкортостан.
12.00 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым". [12+]
13.00 "60 минут". [12+]
14.00 Вести.
14.40 Местное время. Вести-Башкортостан.
15.00 Т/с "Косатка". [12+]
17.00 Вести.
17.40 Местное время. Вести-Башкортостан.
18.00 "Андрей Малахов. Прямой эфир". [16+]
19.00 "60 минут". [12+]
20.00 Вести.
20.45 Местное время. Вести-Башкортостан.
21.00 "Петросян-шоу". [16+]
23.00 "Сто причин для смеха". Семён Альтов.
23.30 Х/ф "Гордиев узел". [12+]
3.20 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым". [12+]

БСТ

7.00 Сәләм. [12+]
10.00 Выборы-2018. [12+]
10.10 Д/ф "Неоконченная война". [16+]
11.00 Автограф. [12+]
11.30 Новости (на рус. яз.).
11.45 Криминальный спектр. [16+]
12.00 Выборы-2018. [12+]
12.10 "Радость нашего дома". [12+]
14.30 Новости (на баш. яз.). [12+]
14.40 Выборы-2018. [12+]
14.50 Бала-сага. [6+]
15.30 "Сулпылар". [0+]
15.45 "Шәп арба". [6+]
16.00 "Выше всех". [6+]
16.15 Выборы-2018. [12+]
16.30 Новости (на рус. яз.).
16.45 Замандаш. [6+]
17.00 Д/ф "Моя планета - Башкортостан". [12+]
17.25 Выборы-2018. [12+]
17.30 Орнамент. [6+]
17.45 Барбекю со звездой. [12+]
18.00 "Йома". [0+]
18.30 Новости (на баш. яз.).
18.45 Хазина о Хазине. [0+]
19.15 Күнелем моңдары. [12+]
19.30 Вопрос+Ответ=Портрет. [6+]
20.15 Сәнгелдәк. [0+]
20.30 "Деловой Башкортостан". [12+]
20.45 "Большой чемодан. [12+]
21.30 Новости (на рус. яз.).
22.00 Наука 102. [12+]
22.30 Новости (на баш. яз.).
23.00 "Байык-2018". [12+]
0.00 Х/ф "Поцелуй сквозь стену". [16+]
2.00 "Пещера". [12+]
3.45 Хазина о Хазине. [6+]

18 АВГУСТА СУББОТА ПЕРВЫЙ КАНАЛ

6.00 Новости.
6.10 Ералаш.
6.55 М/с "Смешарики. Новые приключения".
7.10 Т/с "Избранница". [12+]
9.00 Играй, гармонь любимая!
9.45 Слово пастыря.
10.00 Новости.
10.10 Д/ф Премьера. "Николай Добрынин. "Я - эталон мужа". [12+]
11.10 Д/ф "Теория заговора". [16+]
12.00 Новости с субтитрами.
12.15 "Идеальный ремонт".
13.25 Д/ф "Стас Михайлов. Против правил". [16+]
14.30 Концерт Стаса Михайлова.
16.30 "Кто хочет стать миллионером?" с Дмитрием Дибровым.
18.00 Вечерние новости с субтитрами.
18.15 "Видели видео?"
19.50 "Сегодня вечером". [16+]
21.00 Время.
21.20 "Сегодня вечером". [16+]
23.00 "КВН". Премьер-лига. [16+]
0.30 Х/ф "Другая женщина". [18+]
2.30 Модный приговор.
3.35 "Мужское / Женское". [16+]
4.25 Контрольная закупка.

РОССИЯ 1

5.15 Т/с "Лорд. Пёс-полицейский". [12+]
7.10 "Живые истории".
8.00 Россия. Местное время. "Говорит и показывает Уфа". [12+]
9.00 "По секрету всему свету".
9.20 Сто к одному.
10.10 "Пятеро на одного".
11.00 Вести.
11.20 Местное время. Вести-Башкортостан.
11.40 "Измайловский парк". Большой юмористический концерт. [16+]
14.00 Х/ф "В час беды". [12+]
18.00 "Привет, Андрей!" [12+]
20.00 Вести.
20.50 Х/ф "Прекрасные создания". [12+]
0.50 Х/ф "Не в парнях счастье". [12+]
2.55 Т/с "Личное дело". [16+]

БСТ

7.00 "Доброе утро! "Концерт. [12+]
7.45 Новости (на баш. яз.).
8.00 Выборы-2018. [12+]
8.10 М/ф "Переполох в Гималаях". [12+]
10.00 "У дачи". [12+]
10.30 "Большой чемодан. [6+]
11.15 "100 имен Башкортостана". [12+]
11.45 Орнамент. [6+]
12.00 Тәмле. [12+]
12.30 Новости (на баш. яз.).
13.00 Замандаш. [6+]
13.15 Выборы-2018. [12+]
13.30 "Бай". [12+]
14.00 "Дарю песню. [12+]
16.00 "Байык-2018". [12+]
17.00 Республиканский конкурс исполнителей на башкирских народных инструментах им. И. Дильмухаметова. Гала-концерт. [6+]
18.30 Новости (на баш. яз.).
19.00 Колесо времени. [12+]
20.00 Весело живем. [12+]
20.15 Сәнгелдәк. [0+]
20.30 "Песня года". [12+]
21.00 "100 имен Башкортостана". [12+]
21.30 Новости (на рус. яз.).
22.00 Посмотрим… [6+]
22.15 Следопыт. [12+]
22.30 Итоги недели (на баш. яз.).
23.15 Выборы-2018. [12+]
23.25 "Башкорт йыры-2018". [12+]
0.00 Х/ф "Платон". [16+]
1.30 Итоги недели (на баш. яз.).
2.15 "Карагол". [12+]

19 АВГУСТА ВОСКРЕСЕНЬЕ ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.10 Т/с "Избранница". [12+]
6.00 Новости.
6.10 Т/с "Избранница" . [12+]
7.30 М/с "Смешарики. Пин-код".
7.45 "Часовой". [12+]
8.15 "Здоровье". [16+]
9.20 "Непутевые заметки" с Дмитрием Крыловым. [12+]
10.00 Новости.
10.10 Д/ф "Наталья Варлей. "Свадьбы не будет!" [12+]
11.15 Честное слово с Юрием Николаевым.
12.00 Новости с субтитрами.
12.15 Д/ф "Евгений Леонов. "Я король, дорогие мои!" [12+]
13.10 Х/ф "Старший сын". [12+]
15.40 Д/ф "Михаил Боярский. Один на всех".
16.30 Д/ф "Последняя ночь "Титаника".
17.25 Х/ф "Титаник". [12+]
21.00 Воскресное "Время".
22.00 Премьера. "Звезды под гипнозом". [16+]
23.50 Х/ф "Перевозчик". [16+]
1.35 Модный приговор.
2.35 "Мужское / Женское". [16+]
3.30 "Давай поженимся!" [16+]
4.20 Контрольная закупка.

РОССИЯ 1

4.55 Т/с "Лорд. Пёс-полицейский". [12+]
6.45 "Сам себе режиссёр".
7.35 "Смехопанорама" Евгения Петросяна.
8.05 Утренняя почта.
8.45 Местное время. Вести-Башкортостан. События недели.
9.25 Сто к одному.
10.10 "Когда все дома с Тимуром Кизяковым".
11.00 Вести.
11.20 Т/с "Только ты". [12+]
20.00 Вести.
22.00 "Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым". [12+]
0.30 "Действующие лица с Наилей Аскер-заде". [12+]
1.25 Д/ф "Сертификат на совесть". [12+]
2.25 Т/с "Право на правду". [12+]

БСТ

7.00 "Доброе утро!"Концерт. [12+]
7.45 Новости (на баш. яз.).
8.00 Выборы-2018. [12+]
8.10 М/ф "Фиксики". [0+]
9.00 "Йома". [0+]
9.30 Бай бакса. [12+]
10.00 "Перекличка". [6+]
10.15 "Выше всех". [6+]
10.30 "Ал да гөл". [6+]
10.45 "Книга сказок". [0+]
11.00 Байтус. [6+]
11.15 "Сулпылар". [0+]
11.30 "Кош юлы. Балалар". [6+]
11.45 Алтын тирма. [0+]
12.30 Итоги недели (на баш. яз.).
13.15 Выборы-2018. [12+]
13.30 Үткән гүмер. [12+]
14.00 "Дарю песню. [12+]
15.30 Башкорттар. [6+]
16.00 Дорога к храму. [0+]
16.30 Историческая среда. [12+]
17.00 Международный фестиваль искусств "Сердце Евразии-2018". [12+]
18.45 Весело живем. [12+]
19.00 "Йәйләү". [0+]
19.30 Х/ф "Горький мед". [12+]
20.00 Моя Республика. [12+]
20.15 Имею право. [12+]
20.30 Лидеры региона. [12+]
21.00 Дознание. [16+]
21.30 Итоги недели (на рус. яз.).
22.15 Д/ф "Колыбель искусства - пещера "Шульган-Таш". [12+]
23.15 Выборы-2018. [12+]
23.25 Свидание с джазом. [12+]
0.15 Х/ф "Лес призраков". [16+]
1.45 "Касатка". [12+]
3.45 Х/ф "Лес призраков". [16+]

ХАЛЫҠ ДАУАҺЫ

ҠАТЫН-ҠЫҘҘАР, КӘҢӘШЕМ ҺЕҘГӘ!

Беҙҙең тәбиғәт шундай бай. Унда йәнгә һәм тәнгә шифалы булған бөтә дауалар ҙа бар. Урман-ҡырҙар, тау-йылғалар гүзәллегенә ҡарап, күңелде байытыуҙан тыш, улар туйыныу һәм һауығыу ысулы ла. Һауығыу өлөшөн генә алғанда, уларҙың үҙемә билдәле булғанын һеҙгә лә кәңәш итмәксемен.

Мин күп ауырыуҙарға **компресс** (боҫлама) ҡулланам. Оҙаҡ йылдар халыҡ медицинаһын өйрәнеп, төрлө сығанаҡтарҙан мәғлүмәттәр үҙләштергәндә, ата-бабаларыбыҙҙың боҫламаны борон-борондан ҡулланыуын аңланым. Шуға күрә, йәй көндәре төрлө үләндәрҙе, бигерәк тә һурыу үҙенсәлегенә (дегәнәк япрағы, алоэ, каланхоэ, Һиндостан һуғаны, бөпкә үләне (мокрица - звездчатка), инфекцияға ҡаршы (сөйәл үләне (чистотел), монар көпшәһе (болиголов), әрем, юл япрағы, бәйгөмбәр тырнағы (календула) эйә булғандарын үҙ ваҡытында йыйып алып, спиртҡа һалып ҡуям. Йылытыу үҙенсәлегенә эйә керән япраҡтарын йәки тамырын, һандал (горчица) япрағын, әсе боросто шулай уҡ спиртҡа төшөрәм. Ошо төнәтмәләрҙе төрлө ауырыуҙар ваҡытында ҡулланырға була (елһенеү, шештәр, быуын һыҙлау, радикулит, йығылып имгәнеү, бәрелеп, тән күгәреү һ.б. осраҡтарҙа). Боҫлама өсөн төнәтмәләрҙең барыһы ла бер төрлө эшләнә: үләндәрҙе ваҡлап (күп ваҡыт ит турағыс аша үткәрергә), быяла банкаға тултырып һалырға ла, өҫтөнә 50-70 градуслы спирт ҡойорға һәм ике-өс аҙна тотҡас, һөҙөп алырға кәрәк.

Үрҙә әйткәндәрҙән сығып, һәр ҡатын-ҡыҙ үҙ тойомлауы менән эшләгән дарыуҙарын ҡуллана ала. Мәҫәлән, аналыкта эрозия булһа, тампонды алоэ+дегәнәк+сөйәл төнәтмәһендә еүешләп, төнгәләккә ҡуйырға (спиртлы төнәтмәне төрлө сәбәптәр менән ҡуллана алмаһаң, үләндәрҙе ҡайнар һыуҙа быҡтырып, ҡуйы концентраттағы һыуға манып алырға була); циститтан - тампонға алоэ+прополис майын һеңдереп, ауырыу һиҙелә башлағас та ҡуйырға кәрәк. Антибиотик та эсеү мөһим. Шулай итһәң, ауырыу көсәймәй, тиҙ бөтә. Боҫламаны бер тапҡыр ғына ҡулланыу файҙаһыҙ, ауырыу бөткәнсе ҡуйыу зарур.

Миома алты-ете аҙнанан ҙур булһа, үләндәр менән генә бөтөрөп булмайҙыр. Мин үҙем алты аҙналыҡты гимнастика (иҙәндә ултырып, ятып эшләгән күнегеүҙәр) һәм бассейн ярҙамында бөтөрҙөм. Был ысул менән климакс-ты ла еңел үткәрҙем. Мастопатияға килгәндә, бер таныш ҡатын, йәй буйы баҡсала түшелдереген бөпкә үләне менән тултырып йөрөп һауыҡтым, тигәйне (үҙемә кәрәк булмағас, был ысулды ҡулланғаным юҡ).

Хламидиоз, трихомониоз инфекцияларынан әрем ярҙам итә. Әрем төнәтмәһе менән ете көн буйы күҙҙе, танауҙы йыуаһың, һәр тәһәрәттә ҡулланаһың. Шул уҡ ваҡытта әрем сәскәләрен йотаһың. Уны әҙ-әҙләп башлап, ете көн эсендә бер балғалаҡҡа еткерәһең. Ни өсөн йоторға? Сөнки, төнәтмә - һыу, ул бөйөр аша ғына үтә, ә сәскә үҙе эсәктәр аша китеп, бөтә организмды таҙарта.

Аяҡтарҙағы тамырҙар киңәйеүен дә (варикоз) әрем менән дауалап була. Иртән бер һауыт ҡатыҡҡа тултырғансы әрем һалып ҡуяһың да, йоҡлар алдынан аяҡтарға шуның менән ҡалын ғына итеп боҫлама эшләйһең. Уны иртәгәһенә генә сисәһең. Шулай 10-15 тапҡыр ҡуйғанда, ҡабарған веналар һулып, эскә батып китәсәк.

Тубыҡтарым бер ун йыллап элек ҡапыл ауырта башланы, аяҡҡа баҫа ла алманым. Дауаханала системалар алып дауаланып сыҡҡас та йөрөүе ауыр ине. Әлеге шул төрлө үләндәр төнәтмәһенән боҫлама ҡуйҙым да ҡуйҙым, ҡойка (холодец) ашап та, уны компресс итеп тә һыланым, балсыҡ ҡуйғыланым. Тубыҡтарым әле лә һыҙлай, ләкин сатанламайым, Аллаға шөкөр. Аллаһы Тәғәлә әйткән бит: "Ауырыуын бирһәм, дауаһын да бирермен", - тип. Бөтөнләйгә эшлектән сыҡмаҫ өсөн дауаһын эҙләргә, үҙеңә яраған-ын табырға һәм дауаланырға ғына кәрәк.

Йәштән бөйөрҙәремә ҡом йыйыла. УЗИ-ға барған һайын күрһәтә. Табип: "Комоң ташҡа әйләнмәгәнгә шатлан", - ти. Был үләндәр эсеүемдең һөҙөмтәһелер, тип, уйлайым. Ҡомдо (ташты ла) иретә торған үләндәрҙе - бөпкә үләнен, ер еләге үләнен (тамыры менән бигерәк яҡшы) һәм ылан ҡыркбыуынын (полевой хвощ) айырым-айырым киптереп ҡуям. Кәрәк саҡта шуларҙы бер үк күләмдә (мәҫәлән, берәр стакан) бергә ҡушам һәм сәйнүккә шул составты сәй янына бер ҡалаҡ һалып, бер аҙ төнәтеп, эсәм. Был үләндәрҙән зарар юҡ, күберәк һалырға ла була, сәйҙең тәмен дә боҙмай.

Беҙҙе, ҡатын-ҡыҙҙы, геморрой ҙа урап үтмәй. Бала табыу ғына түгел, күптәргә ауыр эштәрҙе лә башҡарырға тура килә. Был ауырыуҙан **прополис майы** ярҙам итә. Ятыр алдынан һыуыҡҡыста торған ҡаты майҙы бармаҡ башы хәтле алып, тура эсәккә (анусҡа) индереп, мамыҡ менән ҡаплап ҡуйырға. Бимазалауы бөткәнсе ҡабатларға. Геморрой, бер булғас, бөтөнләй юҡҡа сыҡмай инде (уның өсөн операция кәрәк), әммә тыныслана. Шулай итеп, ауырыуҙы көсәйтмәй торорға ла була.

Ашҡаҙандағы гастрит, эррозияны **һырғанаҡ майы** (облепиха) менән дауалап була. Иртәнге ашҡа тиклем берике сәғәт алдан бер ҡалаҡ, ә кис ашағандан һуң ике сәғәт үткәс, эсеп ятырға.

Сәс ҡойолмаһын өсөн мунса ингән һайын үҙең ҡулланған шампунь менән йыуғас, миндек һыуы менән сайҡап сығырға кәрәк. Ҡауаҡтан ҡотолоу өсөн әсе һыу менән сайҡатырға. Быны беҙгә бәләкәйҙән өйрәттеләр. Йәй көндәре шул уҡ һыуға әрем, дегәнәк, кесерткән, сөйәл үләне һ.б. үләндәр ҙә ҡушып төнәтәбеҙ. Миндек әҙерләгәндә мәтрүшкә, һары мәтрүшкә үләндәре ҡушып бәйләйбеҙ. Беребеҙҙең дә сәсе ҡойолманы, Аллаға шөкөр. Мунсала тирләп ебегән сәсте йыуғанда уның төбөн ваҡ тешле тараҡ менән яҡшылап тырнарға ла кәрәк. Был да файҙаға.

Бер рәттән **мунса** тураһында ла әйтәйем. Үҙем бик тә мунса яратам. Мунса ярамай, тигән диагноздарым да бар. Әммә тояҡ та ике башлы. Мунсаға йөрөмәһәң, сәс төптәре лә, тән дә таҙармай, тиренең күҙәнәктәре асылмай, тын алмаған тән ауырыуҙарға бирешеүсән. Шунлыҡтан, табиптар тыйыуын был яҡшы сифаттар менән бизмәнгә һалһаң, мунса яғы енер, тип уйлайым.

Үсмерҙәр битенә сыҡҡан һытҡыларҙы (угри, прыщи) **керән** (хрен) **майы** йә булмаһа төнәтмәһе менән бөяп, тиҙ генә бөтөрөп була. Мин керән япраҡтарын йә тамырын банкаға тултырып, май ҡоям да, һыулы кәстрүлгә ултыртып, 6-8 сәғәт ҡайнатам (ә төнәтмәне эшләүе еңел - үләндәрҙе спиртҡа һалаһың). Был майҙы яғыр алдынан ҡыҙҙарҙың битен яҡшылап таҙартам. Уның өсөн ҡыярҙы ҡырғыста ҡырып, спирт һалып ҡуям (скраб була). Үлән майҙары барыһы ла шул ысул менән эшләнә. Мәҫәлән, бәйгөмбәр тырнағының (календула) майы бешкән (янған) ергә һөртөргә, ирен ярылһа, ауыҙ эсендә уртты йә телде тешләп боҙолғанда ҡулланыуға бик файҙалы.

Тәндәге папилломалар эстәге ауырыуҙар күрһәткесе ул. Мәҫәлән, керпек тирәһендә булһа - йыуан эсәктең уң яҡ мөйөшөндәге полип, күкрәк тапҡырында һәм ҡултыҡ аҫтында - йыуан эсәктең түбәнге тышҡы ягындағы полип, күкрәктең аҫтындараҡ - ашҡаҙандағы полип. Был ауырыуҙан сөйәл үләне төнәтмәһенән клизма ҡуйырға кәрәк, ашҡаҙанда булһа - һутын эсергә, әҙерәк һыуға, ярты балғалаҡтан башлап бер ҡалаҡ күләменә йәйлап еткереп, бер 15 көн эсергә.

Бына ошондай үҙ тәбиғәтебеҙ байлығын ҡулланып ҡына дауаланғанда ла, ауырымай-һыҙланмай көн итергә була. Бер урынға дауа итеп тотонолған шифа, тағы ла әллә күпме ерҙәренә файҙа була ала. Тик дауаланырҙан алда, табип менән кәңәшләшергә онотмағыҙ!

Зәйтүнә ҠУСӘПОВА.
Салауат ҡалаһы.

НАМАҘ ВАҠЫТТАРЫ

1439 һижри йыл.

Август (Зөлхизә)	Иртәнге намаҙ	Ҡояш ҡалҡа	Өйлә намаҙы	Икенде намаҙы	Аҡшам намаҙы	Йәстү намаҙы
13 (2) дүшәмбе	4:17	5:49	13:30	19:21	20:51	22:21
14 (3) шишәмбе	4:21	5:51	13:30	19:19	20:49	22:19
15 (4) шаршамбы	4:23	5:53	13:30	19:17	20:47	22:17
16 (5) кесе йома	4:24	5:54	13:30	19:15	20:45	22:15
17 (6) йома	4:26	5:56	13:30	19:12	20:42	22:12
18 (7) шәмбе	4:28	5:58	13:30	19:10	20:40	22:10
19 (8) йәкшәмбе	4:30	6:00	13:30	19:08	20:38	22:08

"Башҡортса дини календарь"ҙан алынды.

ЙӘШЕЛ ДАРЫУХАНА

БЕЛЕП ҠУЛЛАНЫУ ЗАРУР

Мин был йәйҙә лә ауылда, әсәйем янында, ял иттем. Тыуған яғым ҡырҙарын гиҙеп, еләк-емеш, мәтрүшкә, йүкә сәскәһен йыйып киптерҙем. Матур ҙа һуң үҙебеҙҙең тыуған яҡтар! Һауаһы саф, йылғалары таҙа, нindәй генә шифалы үләндәр, емеш-еләк үҫмәй беҙҙең Башҡортостанда!

Тыуған йортомдоң ишек алдына аяҡ баҫыу менән һәр ваҡыт баҡса буйында үҫкән бер үләнгә иғтибар итәм. Быйыл да, ҡапҡанан инеү менән, шул яҡҡа йүнәлдем, шытҡанмы, үҫәме, йәнәһе. Эйе, шытҡан быйыл да, емешкә бөрөләнгән! Ниндәй емеш тиһегеҙме? Әҫпе еләге ул. Мин бәләкәй саҡтан, үҙемде белә-белгәндән баҡсабыҙҙа үҫә был еләк. Бик үҙенсәлекле үҫемлек ул. Уны бығаса бер ерҙә лә күргәнем юҡ. Был еләкте күптәр белмәй. Беҙҙә үҫкәнен күреүселәр иһә аптырайҙар. Нимәһе менән үҙенсәлекле һуң? Бер урында ике йыл үҫә лә, орлоҡтары таралып, киләһе йылды башҡа урында ҡалҡа. Ҡыяғы бик йомшаҡ, ваҡыт үтеү менән һәр япраҡ төбөнән йәшел генә емештәр бөрөләнә. Ҡояш йылыһында иркәләнеп, әкрен генә ҙурайып, ҡыҙара. Бешкән берен йыя барып, киптерергә кәрәк. Унан ҡайнатма әҙерләмәйҙәр.

Ә нимәнән файҙалы һуң был еләк? Мин уны төрлө һүҙлектәрҙән, интернет селтәренән дә эҙләп ҡараным һәм ғалим З.Ураҡсиндың һүҙлегенән шундай яуап таптым: әҫпе - диатез, тәнгә сыҡҡан сыбыртма, тиелә. Русса тәржемәһе - жостер. Әммә ошо һүҙгә тура килгән еләк бындай ҡыҙыл түгел, ә ҡара төҫтә (интернетта һүрәте бар). Атайым мәрхүм, тәне ҡыҙарып ауырып киткәндә, кипкән ошо еләкте сәй итеп эсә ине. Әсәйем әйтеүенсә, әле лә әҫпене күп кеше унан килеп ала. Мин үҙем дә ишек алдыбыҙҙы йөмләп үҫкән был үҙенсәлекле еләктең файҙаһын күрәм. Шуға күрә ялымдың быйыл тап уның бешкән мәленә тура килеүенә ҡыуанып, бешкән берен тиреп, киптереп алдым, ҡыш бауыры оҙон, кәрәге тейеүе бар. Хәҙер бит күптәрҙә теге йәки был ашамлыҡҡа йә иһә туҙанға аллерия. Бына шул саҡта ярҙамға килә лә инде әҫпе еләге!

Әҫпе еләгенең беҙҙең баҡсала нисек үҫеүен, ниңә башҡа ерҙә күренмәүен әсәйемдән һорағас, ул миңә йәшерәк саҡта, йәйләүҙә эшләгәндә ошо еләктәрҙе күреүен һәм күсереп ултыртыуын һөйләне. "Хәҙер был еләк яланда ла күренмәй, тимәк, ниндәйҙер кимәлдә ул юғалып бара. Шулай булғас, һаҡларға, таратырға, үрсетергә кәрәктер. Әҫпе ауырыуынан ярҙамы тейә бит. Ниндәйҙер таблетка, дарыу эскәнсе, бына ошо еләкте, үләнде эсәһең. Уның миндә үҫеүен белгән кешеләр һорап килә, ә нинәлер үҙҙәре ултыртырға ашыҡмай",- ти әсәйем.

Тимәк, хөрмәтле дуҫтар, аяҡ аҫтыбыҙҙа үҫкән үләндәрҙе, еләк-емештәрҙе беҙгә белергә, танырға, һаҡларға ғына ҡала. Сөнки беҙ ожмахҡа тиң, бай тыуған еребеҙҙә йәшәүебеҙгә шатланып, ғорурланып, уның бар ҡиммәттәрен киләсәк быуынға еткерергә бурыслы. Беләйек, яратайыҡ, һаҡлайыҡ тыуған еребеҙҙе, илебеҙҙе!

Гөлмирә ҠАРАБАЕВА-БИКБУЛАТОВА,
мәғариф алдынғыһы,
БР Журналистар берлеге ағзаһы.

ИЖАДХАНА

УЛДАРЫМ МИНӘН ШӨРЛӘҢКЕРӘЙ,

ә серҙәре күберәк әсәләренә һыя

(Башы 11-се биттә).

➔ Кәйефһеҙ йәки, кирееһенсә, кәйефле саҡта көйләй торған йырығыҙ бармы?

- Ана шул кәйефкә ҡарап төрлө йыр булыуы ихтимал. Өйҙә 7-8 гармуным, баяным бар, башлыса шуларҙы тыҙылдатам. Гармундарҙың ҡайһыһы бейеү көйөнә килешһә, ҡайһыһы йырлауға шәп. Уйнап, ҡушылып йырлап ултырам. Ҡайһы саҡта ариялар йырлайым. Заһир Исмәғилевтың "Салауат Юлаев" операһынан Салауат арияһын ятам. Филармония лекторийының етәксеһе Индира Әсәҙуллинаның фатиры беҙҙең фатирҙың өҫтөндә генә. Классика йырлаһам: "Азамат, бына ошо урында ошо нотаны ошолайыраҡ алырға кәрәк", - тип телефондан шылтырата минә. Шуға йырлар алдынан башта тәҙрәнән тышҡа ҡарап алам: машинаһы торамы, юҡмы? Машинаһы торһа, тәнкитсе өйҙә, тип, классика йырламайым.

Мәктәпкә барғанға тиклем тальян гармунда уйнарға ҮҘаллы өйрәнгәйнем. 4-се класта атайым гармун алып бирҙе. Ҡумтаһынан сығарам да, башта оҙаҡ итеп еҫен еҫкәп ултырам. Шунан ғына уйнай башлай инем. Ныҡ ярата инем гармунды. Өфөгә уҡырға барырға булып бөткәйнем, атайым ебәрмәне. 8-се класта баянда өйрәндем, сөнки гармунда ҡайһы бер йырҙар "һаҡау" килеп сыға. "Хромка" тип халыҡ юҡҡа әйтмәй уны. Баянда иһә бөтөн тон бар, нотаны бөтөн нескәлегендә алып була. Өлкән улымдың да баян уйнарға теләге бар ине, хәҙер был ҡыҙыҡһыныуы үтте. Шулай ҙа мин өйҙә булмағанда уйнай, ти ҡустыһы. "Ағай баянды алып уйнаны", тип ошаҡлай ҡайтһам.

➔ Башҡорт халҡында улдар тәрбиәһе өсөн атайҙар яуаплы. Улдарығыҙ менән үҙ-ара мөнәсәбәттәрҙе нисек ҡораһығыҙ?

- Малай малай инде ул, уларҙы иғтибар үҙегенән ысҡындырырға ярамай. Өлкәне - етди, ә бына бәләкәсе шуғыраҡ. Шуға ла теҙгенде тартып ҡына торабыҙ, юғиһә, бытылып сығып бара, сос бигерәк. Ағаһы бәләкәйҙән етди булды, уҡыуға ла ныҡ тырыш. Башҡорт дәүләт аграр университетын, унан һуң бейыл БДПУ-ла магистратура тамамланы. Шунда уҡ бейеү буйынса ла өҫтәмә белем алды, дипломы бар. Мәктәптә уҡығанда футбол менән мауығып алды, хатта сит ерҙәргә ярыштарға ла барып ҡайтты. Унан һуң бейеү менән шөғөлләнде, Айҙар Ғәлимовтың театрында бейеп алды. Йырсыларға бейеүҙәр ҡуя. Бәләкәсе Ғ. Әлмөхәмәтов исемендәге гимназия-интернатында уҡый, ҡурайҙа, саксофонда уйнай. Ул бигерәк алсаҡ. Тышҡа сыҡһа, барыһы менән дә ҡысҡырып иҫәнләшә. Атайым мәрхүм шулай була торғайны. Ҡоласы гел йәйелгән булыр ине. Ҡушаматы "Комик" ине, эргәһенә кешеләрҙе йыйып, шаяртып хәбәр һөйләп ултырғаны күҙ алдында. Әсәйем дә шаян кеше, Арыҫлан әле лә, әй, кәртәсәй ҡыҙыҡ та инде, тигән була. Улдарҙы ҡатыраҡ тоторға тырышам, бөгөнгө заманда шунһыҙ булмай, минән шөрләңкерәйҙәр барыбер. Ғаиләләге минең атайлыҡ абруйымды Нәсимә күтәрә инде. Ә бына серҙәре күберәк әсәләренә һыя. Батыр булып үҫһендәр, тибеҙ, битараф булмаһындар, аҡылдары менән хәл итһендәр килеп тыуған мәсьәләләрҙе. Хәҙер улдар үҫкәс, өйҙәге ир-егет эштәре уларға күсте, люстраны ла элеп ҡуялар, башҡаһын да эшләйҙәр, шөкөр.

Ғүмерҙең ни тиклем тиҙ үтеүен балаларға ҡарап аңлайһың икән ул. Йәштәр араһында үҙемде йәш тойоп йөрөһәм дә, байтаҡ ҡына йәшкә лә еткәнмен икән. 55 йәшлек ағайым: "Оо, ҡустым, миндәге кеү, теләһә ниндәй тимерҙе ҡулдарым менән бөгөп ҡуя алам", - ти. Мин дә шул 60 йәш тирәһен үткәс, кеше ҡартая башлайҙыр, тип уйлайым әлегә. Был ысынмы, бушмы, унынһын аҙаҡтан ҡарайбыҙ инде. Йөрәк йәш булһын да, сәләмәтлек булһын!

Ләйсән ДАЯНОВА
әңгәмәләште.

А ҠЫЛ-ҠАҘНА

Аҡыллы кешеләрҙең һүҙҙәренә әйәреп, донъяуи хәҡиҡәткә баҡ, һығымталар яһа һәм, әлбиттә, тормошта ҡуллан. Бәхетле һәм уңышлы кеше булыр өсөн.

АҠЫЛҺЫҘ ЕГЕТ...

ауыҙлыҡһыҙ ат

Ҡойоға таш ташлау еңел, алыуы ауыр.

(Башҡорт халыҡ мәҡәле).

Кем бик тиҙ үҙ етәксеһенең етәксеһе булырға ынтыла, ул үҙенә буйһоноусыларҙың буйһоноусыһы ғына булып ҡалыуы ла ихтимал.

(Веслав Брудзиньский).

Бәхет, яҙ һымаҡ, һәр осраҡта үҙ йөҙөн үҙгәртә...

(Андре Моруа).

Ҡайһы берәүҙәр үҙҙәренең ни теләгәнен дә белмәй. Әммә шул белмәгәнде алыу өсөн һине кисәккә турарға әҙерҙәр.

(Дон Маркис).

Шулай итеп, тағы бер аҡыл: "Бер ғаилә йәшәгән: ире, ҡатыны, мәктәп йәшендәге ҡыҙҙары. Татыу йәшәгәндәр, һәр хәлдә, күршеләре шулай тип иҫәпләгән, сөнки был ғаиләлә талашҡан, бәхәсләшкән тауыш ишетелмәгән, атай менән әсәй балалары өсөн өҙөлөп торған. Әммә ҡыҙ бала уларҙың ғаиләһе бәхетле тип иҫәпләмәгән. Сөнки...

Бер саҡ ул мәктәптән ҡайтып, шым ғына өй ишеген асып инә һәм ата-әсәһенең бер-береһенә нәфрәтләнеп талашҡанын ишетеп ҡала. Баланың ҡайтып ингәнен һиҙенеү менән ата-әсә талашыуҙан туҡтай, ә йөҙҙәрендә - йылмайыу. Был хәл ҡыҙыҡайҙы шул тиклем аптырата. Ҡыҙыҡай үҫеп, үҫмер ҡорона ингәнсе дауам итә бындай хәл: ата-әсә бер-береһен күрә алмаһа, үҙ-ара талашһа ла, бала алдында үҙ-ара мөнәсәбәтен һиҙҙермәйҙәр. Бер саҡ ҡыҙы әсәһе менән әйтешеп китә. Шул саҡта әсә: "Һин ҡалай игелекһеҙ! Беҙ атайың менән һинең өсөн үҙ бәхетебеҙҙән баш тарттыҡ. Һин тулы ғаиләлә үҫһен тип, айырылышманыҡ..." - тип ысҡындыра. Ҡыҙыҡай әсәһенең бер саҡ теленән ысҡынасаҡ был һүҙҙәргә әҙер була, сөнки ул атаһы менән әсәһе араһындағы мөнәсәбәт тураһында гел уйланып йөрөй, үҙенсә һығымталар яһай. Һәм шул һығымтаһын әсәһенең йөҙөнә бәреп әйтә лә инде:"Мин һеҙҙең бер-берегеҙҙе яратмауығыҙҙы белә инем. Үҙегеҙҙе бәхетһеҙлеккә дусар иттегеҙ ҙә, хәҙер шуның өсөн мине гәйепләйһегеҙ. Мин бит һеҙҙең икегеҙҙе лә яратам, шуға ла мин һеҙҙең икегеҙҙең дә бәхетле булыуығыҙҙы теләйем. Бергә бәхетле була алмағас, айырым бәхетле булырға тырышырға ине. Мин һеҙгә сиратлап йөрөр инем, һеҙҙең шатлыҡҡа, бәхеткә ҡыуанып инем. Минең эргәмдә ике кеше булыуы мөһим, тип уйланығыҙмы? Юҡ, минең эргәмдә ике бәхетле кеше булыуы мөһим ине. Мине һеҙҙе бәхетле итеп күреү бәхетенән мәхрүм иттегеҙ. Һеҙ миңә, бәхетле ғаиләлә нисек булырға тейеш, тигән өлгөнө күрһәтмәнегеҙ. Хәҙер уны, бәхетле ғаилә өлгөһөн, минең үҙемә уйлап сығарырға тура киләсәк. Әммә мин һеҙҙең кеүек мөхәббәтте үлтереп быға өлгәшмәйәсәкмен..."

СӘНҒӘТ ЯҢЫЛЫҠТАРЫ

ЛАЙЫҠЛЫ БАҺА

Мәжит Ғафури исемендәге Башҡорт дәүләт академия драма театры театр сәнғәте үҫешенә өлөш индергән өсөн Федор Волков исемендәге Рәсәй Хөкүмәте премияһы лауреаты булды. Тейешле бойороҡҡа РФ Хөкүмәте Премьер-министры Дмитрий Медведев ҡул ҡуйған.

Йыл һайын өс Волков премияһы тапшырыла. Быйыл ул шулай уҡ "Тирмәкәй" Вологод өлкә ҡурсаҡ театрына һәм Әли Шогенцуков исемендәге Ҡабарҙы дәүләт драма театрының алдынғы драма артисы, РСФСР-ҙың атҡаҙанған артисы, Ҡабарҙы-Балҡар Республикаһының халыҡ артисы Кунь Жакамуховаға тапшырылды. Һәр премияға махсус бүләк, маҡтау дипломы һәм 100 мең һум күләмендә аҡсалата бүләк инә. Премия алыуға дәғүәселәр сифатында ижади эшмәкәрлеге профессиональ театр сәнғәтен үҫтереүгә тос өлөш индергән провинциаль театрҙар, театр-тамаша ойошмалары һәм ижади хеҙмәткәрҙәр (артистар, художество етәкселәре, ҡуйыусы режиссерҙар, ҡуйыусы рәссамдар, ҡуйыусы балетмейстерҙар, ҡуйыусы биҙәүселәр, дирижерҙар) ҡарала. Шул уҡ ваҡытта бер үк театрға, ойошмаға йәки ижади хеҙмәткәргә премия бер тапҡыр ғына бирелә.

Әйткәндәй, Башҡорт дәүләт академия драма театры августа үткән миҙгелдә ҙур уңыш менән барған премьераларҙы баш ҡала тамашасыһына тәҡдим итә. "Зөләйха күҙҙәрен аса" - режиссер Айрат Абушахмановтың яҙыусы Гүзәл Яхина романы буйынса сәхнәләштергән был спектаклде әлегәсә ҡарап өлгөрмәгәндәр булһа, 16 августа театрға рәхим итегеҙ. Төп героиняның тарихы аша үткән быуаттың 30-сы йылдарындағы тотош Рәсәй халҡы яҙмышы сағылдырыла унда. СССР-ҙың халыҡ артисы Гөлли Арыҫлан ҡыҙы Мөбәрәкова төп ролдә башҡарған "Иң бәхетле төн" (А. Касона) спектаклен тамашасы 23 августа ҡарай ала. Спектаклдең режиссеры - Олег Ханов.

БАЛАЛАР КИНОҒА ТӨШӘ

Башҡортостанда Мостай Кәримдең "Өс таған" повесы буйынса кино төшөрөлә башланы. Фильм Башҡортостан Республикаһына нигеҙ һалыныуға һәм халыҡ яҙыусыһының тыуыуына 100 йыл тулыуға бағышлана һәм Мәҙәниәт министрлығы башланғысында республика Башлығы ярҙамы менән төшөрөлә.

Фильмдың режиссеры Айнур Асҡаров әйтеүенсә, ижади команда тәүге көндәрҙе Стәрлетамаҡ районы Шихан ауылы янында үткәргән. Ағиҙелдең иҫке үҙәнендә һыу менән бәйле күренештәр төшөрөлә. "Өс таған"дағы төп ваҡиғалар Ғафури районы Толпар ауылында барасаҡ. Төп геройҙарҙың кәйефен, характерын һаҡлап, классик әҫәрҙе кино теленә күсереү менән бергә, XX быуаттың уртаһында яҙылған повесты бөгөнгө тамашасыға, бигерәк тә балаларға аңлайышлы итеү маҡсаты ла тора. Тулы метрлы фильмдың премьераһы 2019 йылға планлаштырылған.

"Киске Өфө" гәзитен ойоштороусы:
Өфө ҡалаһы ҡала округы хакимиәте
Гәзит Киң коммуникация, элемтә һәм мәҙәни мираҫты һаҡлау өлкәһен күҙәтеү буйынса федераль хеҙмәттең Башҡортостан Республикаһы идаралығында теркәлде.
Теркәү таныҡлығы №ТУ 02-00001, 10 июнь 2008 йыл.

Баш мөхәррир:
Гөлфиә ЯНБАЕВА.
Мөхәрририәт:
Ләйсән НАФИҠОВА,
Зөйтүнә ӘЙЛЕ,
Фәүзиә МӨХӘМӘТШИНА,
Миләүшә ҠАҺАРМАНОВА,
Артур БАТЫРШИН.

Редакция һәм нәшер итеүсе адресы:
450005, Өфө ҡалаһы, Революцион урамы, 167/1
Беҙҙең сайт: **www.kiskeufa.ru**
E-mail: **kiskeufa@mail.ru**
«Печатник» ЯСЙ типографияһында баҫылды (450591, Башҡортостан Республикаһы, Өфө районы, Чесноковка ауылы, Воровский урамы, 32).

Телефондар:

Баш мөхәррир	**253-25-44**
Баш мөхәррир урынбаҫары	**246-03-24**
Бухгалтерия	**246-03-23**
Хәбәрселәр	**252-39-99**

Ҡул ҡуйыу ваҡыты - 10 август 17 сәғәт 00 мин.
Ҡул ҡуйылды - 16 сәғәт 00 мин.

«Киске Өфө»нөң реклама хеҙмәте **253-25-44, 246-03-23** телефондары буйынса «Киске Өфө» гәзитенә ойошмаларҙан һәм айырым кешеләрҙән рекламалар ҡабул итә.
Тәржемә хеҙмәтенә 253-25-44 телефоны менән мөрәжәғәт итергә.

«Киске Өфө»нөң индекстары – **50665, 50673**

Тиражы - 4077
Заказ -1400/08