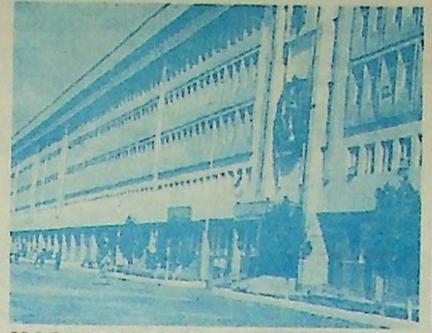


ZIYO CHASHMASI



ABDULLA QODIRIY NOMLI JIZZAX DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI GAZETASI

2008-YIL MAY 3 (169) 1993-YIL 21-MARTDAN CHIQA BOSHLAGAN

ХАР ТИЛНИ БИЛМОҚ БАНИ ОДАМГА ЖОНДУР!

Институтимизда 23-24 май кунлари «Олий ўқув юртларида хорижий тил ва адабиётни ўқитишнинг долзарб муаммолари» мавзусида республика илмий-амалий анжуман бўлиб ўтди.

Анжуманда республика-мизнинг профессор-ўқитувчилари иштирок этдилар.

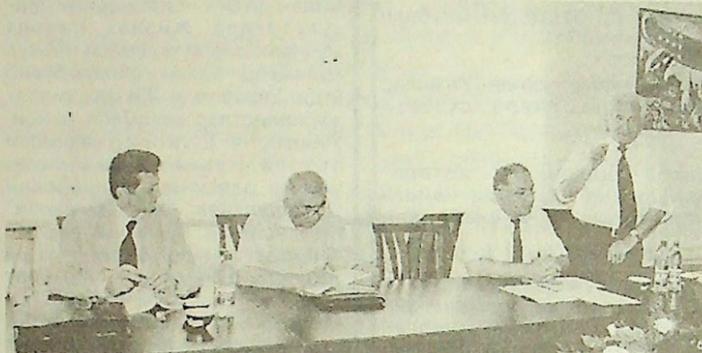
Институтимиз ўқув ишлари проректори Баҳром Мамажонов ялпи мажлисни кириш сўзи билан очиб, воҳамиз илм даргоҳи олимлари номидан анжуман қатнашчиларини табриклади ва институтимизда хорижий тил ва адабиётни ўқитиш борасида олиб борилган ишлар тўғрисида ахборот берди.

Ялпи мажлисда Тошкент Давлат педагогика университетининг профессори Ж.Жалолов "Лингводидактик интерференция ёки парадокслар ва уларни бартараф этиш йўллари", Жиззах Давлат педагогика институтининг профессори М.Холбеков "Умумевропа минтақавий тил ўргатиш дастури: асосий мақсад ва тамойиллар", Бухоро Давлат педагогика университетининг профессори М.Бакоева "Инглиз адабиёти тараққиёти босқичлари", Жиззах Давлат педагогика институтидан филология фанлари доктори З.Пардаева "Адабиётшунослик фанлари машғулларида талабалар мустақил ишларини ташкил қилишнинг ўзига хос хусусиятлари", Қарши Давлат педагогика университетининг профессори Р.Қиёмов "Итератив темпорал ва локатив синтаксема" мавзуларида маъруза қилдилар.

Куннинг иккинчи ярмида анжуман қатнашчилари 4 шубҳага бўлиниб иш олиб бордилар. (Хорижий тилларни ўқитишнинг замонавий модуллари), "Рус тили ва адабиёти ўқитишнинг долзарб муаммолари", "Хорижий адабиётшунослик ва таржима назарияси масалалари", "Роман-герман тилларининг қиёсий типологик тахлили".

Иккинчи кунни Жиззах Давлат педагогика институти илмий ишлар проректори У.Қосимов раислигида яқини ялпи мажлиси бўлиб, унда шубҳа раисларининг ҳисоботлари эшитилди. Шунингдек, илмий анжуманда республика педагогика олий ўқув юртларида хорижий тил ва адабиётни ўқитишни янада яхшилашга қаратилган тавсиялар ишлаб чиқилди.

— Анжуманинг яна бир диққатга сазовар томони шу бўлдики, — дейди институтимиз илмий ишлар проректори, доцент У.Қосимов, — маърузачиларнинг асосий қисмини ўқувчилар — аспирантура, магистратура ва бакалавриятнинг икtidорли вакиллари ташкил этади. Бунга қўшимча қилиб маъруза матнларининг алоҳида қўлланма сифатида чоп этилганлигини айтиб ўтиш керак.



Шу кунни вилоят маънавият ва маърифат марказида институтимиз профессор-ўқитувчилари, аспирантлар, магистрлар, талабалар олий ўқув юртларининг олимлари билан учрашдилар. Қизгин музокаралар ва савол жавоблар айниқса иштирокчиларда катта таассурот қолдирди.

Мухбиримиз ушбу анжуман айнан Жиззах Давлат педагогика институтида ўтказилаётганлиги билан қизиқди.

Институт хорижий тиллар факультетининг декани, педагогика фанлари номзоди, доцент Абдуназор НУРМОНОВ:

— Институт ташкил бўлган 1974 йили ўзбек тили ва адабиёти факультетининг бўлими тарзида фаолият бошлаб, 1978 йилда у рус тили ва адабиёти номи билан мустақил иш бошлаган ва унга 1998 йилда хорижий тиллар факультети номи берилган. Утган йиллар давомида факультетни "Рус тили ва адабиёти", "Инглиз тили ва адабиёти" ихтисослиги йўналишида 4 мингдан ортиқ талаба битириб чиқди ва улар халқ таълимининг турли соҳаларида меҳнат қилмоқда. Хозир факультетда 700 дан ортиқ талаба бакалаврият тизимида тахсил олмоқда.

Утган ўқув йилида "Рус тили ва адабиёти" йўналиши бўйича магистратура очилди ва унда хозир 6 нафар магистрант тахсил олмоқда. Уларга 60 га яқин профессор-ўқитувчилар сабоқ беришапти. Келгусида "Инглиз тили ва адабиёти"

йўналиши бўйича ҳам магистратура ва аспирантура очишни режалаштираяпмиз.

Факультетда бугунги кунда 3 та "Инглиз тили ва адабиёти", "Рус тили ва адабиёти", "Факультетлараро чет тиллар" кафедралари фаолият кўрсатмоқда. Кафедраларда ишлаётган профессор — ўқитувчилардан 3 нафари фан доктори, 10 нафари фан номзоди илмий даражасига эга

бўлган малакали мутахассислардир. Хозирги кунда 10 дан ортиқ ўқитувчилар докторлик ва номзодлик диссертацияси устида ишламоқдалар. Факультет профессор-ўқитувчиларининг илмий-тадқиқот ишларини юқори савияда олиб боришлари, фан номзодлари ва магистрлар тайёрлашни яхши йўлга қўйиш мақсадида республикамизнинг етакчи олий юртлари ва илмий марказлари билан илмий ҳамкорлик ўрнатилган. Жумладан, УзФА Тил ва адабиёт институти, УзМУ, УзДЖТУ, ТДПУ, СамДУ, СамДЧТИ билан ҳамкорлик шартномалари тузилиб, мақсадли илмий алоқалар олиб борилмоқда. Натижада, факультет олимлари проф. М.Н.Холбеков, ф.ф.д. З.Пардаева, доц. Д. Хожиметова, доц. Д. Бағишев, доц. А. Э. Эрназаров, доц. У. П. Пирназаров, доц. О. А. Ким, доц. А. А. Зокиров каби етакчи олимларимиз хорижий тилшунослик, адабиётшунослик, таржима назарияси ва ўқув услубияти йўналишларида фундаментал тадқиқотлар олиб боришмоқда, тадқиқотчи, аспирант ва магистрантларнинг илмий ишларига раҳбарлик қилишмоқда. Шунини алоҳида таъкидлаш лозимки, институтимиздаги профессор-ўқитувчилар, аспирант ва тадқиқотчилар илмий фаолиятини "Фанларнинг долзарб муаммолари ва уларни ўқитишнинг замонавий инновацион технологиялари" номи бош мавзу асосида олиб боришни режалаштирганмиз.

Факультетда хорижий мамлакатлар билан ҳамкорлик алоқалари ўрнатилган. Сўнгги беш йил ичида факультет профессор-ўқитувчиларидан ўн нафари "Истеъдод" жамғармаси ва "Акселс" жамияти грантларини қўлга киритди. Улар АҚШ, Исроил, Хитой Халқ Республикаси ва Малайзия давлатларида бўлиб, чет тилларини ўқитишнинг янги педагогик технологиялари бўйича малака ошириб қайтдилар.

"Таълим тўғрисидаги Қонун" ва "Кадрлар тайёрлаш миллий дастури" тамойилларига асосланган ҳолда малакали мутахассис кадрлар тайёрлаш учун барча шароитлар яратилган. Бугунги кунда 4 та лингафон синф, маънавият хонаси, ахборот-ресурс маркази, интернет тармоғи, 2 та ўқув хонаси, маъруза зали ва аудиториялар талабаларга хизмат қилмоқда. Иқтидорли талабалар билан ишлаш ҳам аниқ режа ва дастурлар асосида олиб борилмоқда. Утган йиллар мобайнида талабаларимиздан Гўзал Азаматова, "Аэрекс" танлови голиби бўлиб, Маринетти университети (АҚШ) да тахсил олиб қайтди. Светлана Болтабова ҳам шу грант голиби бўлиб, АҚШда ўқишини давом эттирмоқда. Манзура Жўраева ва Улуғбек Расуловлар Ўзбекистон Республикаси Президенти стипендияси совриндори бўлдилар. Гулшан Расулова, Олима Шамсиева ва Зухра Тошматовалар Навоий номи стипендиянинг соҳиби бўлишди. Шунингдек, иқтидорли талабалар халқаро ва республика конференциялари ҳамда олимпиадаларида фаол иштирок этиб келишмоқда. Россия Федерацияси, Қозғистон ва республикамиз олий ўқув юртларида уларнинг маърузалари эшитилмоқда. 2007 йилда 3 босқич талабаси Манзура Мухиддинова "Келажак овози" кўрик-танлови голиби бўлди.

Хулоса қилиб айтганда, хорижий тиллар факультетида ўқув жараёни илмий ва маънавий ишлар билан вобаста олиб борилмоқда. Бу борада факультет профессор-ўқитувчиларнинг фаол меҳнатини алоҳида таъкидлаб ўтмоқ ўринлидир.

Суратда: анжуман қатнашчилари, институтга таширф буюрган республика олий ўқув юртларининг олимлари.

Х. НОСИРОВ сурати.

ИНСТИТУТ ИЛМИЙ КЕНГАШИ

Институт илмий кенгашининг 22 май куни бўлиб ўтган йиғилишини институт ректори, профессор О. Дўсमतов бошқарди. Йиғилишда институт ҳаётига доир долзарб масалалар муҳокама қилинди. Ички назорат ва мониторинг бўлими бошлиғи, доцент Э. Эргашев ижро интизоми юзасидан 2008 йил биринчи чорагида олиб борилган ишлар яқини тўғрисида, педагогик амалиёт бўлими бошлиғи, доцент Э. Шомуродов педагогик амалиётнинг яқини ҳақида, маънавий-маърифий ишлар проректори А. Тангиров талаба-ёшлар орасида гиёҳвандлик, нарқобизнес ва халқаро терроризмга қарши кураш бўйича қилинаётган ишлар тўғрисида, "Қамолот" ёшлар ижтимоий ҳаракати етакчиси И. Умаров мuddатли ҳарбий хизматни ўтаб, талабалikka қабул қилинган ёшлар билан олиб борилаётган ишлар тўғрисида маъруза қилдилар.

Нотиқлар ва сўзга чиққанлар институтда ижро интизоми юзасидан олиб борилаётган ижобий ишларни қайд қилиш билан бир қаторда бу борадаги камчиликлар ва уларни тезда бартараф этиш лозимлигини ўқтирдилар. Масалан, ички буйруқларнинг бажарилиши педагогика ва бошланғич таълим факультетида яхши йўлга қўйилган бир пайтда бошқа бир қатор факультетларда буйруқларни муҳокама қилмаслик ва унинг ижросини назорат қилмаслик ҳоллари учрайди. Айниқса ёзма ва оғзаки мурожаатлар ижроси назорати суст. Талаба — спорт клубларининг ишларини жонлантириш, жисмоний тарбия ва маданият факультетида талабаларни тўлиқ секцияларга жалб қилиш, разрядли талабалар сонини кўпайтириш бугунги куннинг муҳим вазифаси эканлиги қайд қилинди.

Институт талабаларининг педагогик амалиётларида иштирокини ва уларнинг иш фаолиятларини назорат қилиш борасидаги бирёқламаликларга чек қўйиш, амалиётчилар, услубчилар ва мактаб ўқитувчилари ўртасидаги ҳамкорликни кучайтириш, назарий билимларни ҳаётини тажрибалар билан боғлаш, амалиётда бўлган талабалар ҳужжатларини расмийлаштириш, талабаларни шаҳар мактаблари, академик лицей ва коллежларга тўғри жойлаштириш, лозим бўлса амалиётни табақалаштириб ўтказиш чораларини кўриш лозим. Институт ректори, профессор О. Дўсमतовнинг юқоридаги масалалар таҳлили ва тавсиялар ишлаб чиқишга доир махсус семинар ўтказиш зарурлиги ҳақидаги таклифи маъқулланди.

Талаба-ёшлар орасида гиёҳвандлик, нарқобизнес ва халқаро терроризмга қарши кураш бўйича олиб борилаётган ишлар қайтди. Айниқса 16 май куни Жиззах шаҳар марказий стадионида "Ёшлар йили" Давлат дастури ижросини таъминлаш мақсадида "Ёшлар терроризм, гиёҳвандлик ва ОИТСга қарши" мавзусида ўтказилган ёшлар форумида институтимизнинг қарийб 3 минг нафар талабалари фаол иштирок этганликлари фикримизнинг далилидир. Институт жамоаси миллатимизга ет бўлган бундай иллатларга қарши бундан буён ҳам қатъий туришлари лозимлиги қайд қилинди.

Институт илмий кенгаши йиғилиши профессор-ўқитувчилар, декан ва кафедра мудирилари диққатини ана шу масалаларга қаратди ва тегишли тавсиялар берилди.

Йиғилишда институт ҳаётига доир бир қатор бошқа муҳим масалалар ҳам муҳокама қилиниб, тегишли қарорлар қабул қилинди.

2008 йил — «ЁШЛАР ЙИЛИ»

ХОТИРА - ОЛИЙ ИНСОННИЙ ТУЙҒУ



Институт жамоаси Хотира ва кадрлаш куни муносабати билан бир қатор тадбирларни ўтказди.

2008 йил 5 май куни ахборот ва мулоқот соатларида 9 Май –Хотира ва кадрлаш кунига бағишлаб “Халқ хотираси олдидан бош эгамиз” мавзусида суҳбатлар, мулоқот соатлари ўтказилди.

6 май куни Хотира ва кадрлаш кунига бағишлаб “Ўтганларнинг охирати обод бўлсин” мавзусида тадбир ўтказилди.

Ҳар бир факультет ва гуруҳларда “Хотира ва кадрлаш куни”га бағишлаб деворий газеталар чиқарилди.

7 май куни Хотира ва кадрлаш куни муносабати билан институтда ўтказилган “Хотира” турнирининг ёпилиш маросими ўтказилди. Маросимда институтда ишлаб, фаолият кўрсатган 49 нафар мархум профессор-ўқитувчиларнинг қариндош уруғлари ва яқинлари, институт профессор-ўқитувчилари ва талабалари иштирок этдилар. Турнир ғолибларига институт ректорати ва касаба уюшмаси томонидан ҳамда мархум-

ларнинг яқинлари таъсис этган қимматбаҳо совғалар топширилди.

8 май куни талабалар турар жойида “Ўтганлар муқаддасдир” мавзусида давра суҳбати ўтказилди.

9 май куни Жиззах шаҳридаги “Хотира” боғидаги “Мотамсаро она” ҳайкали пойига институт жамоаси номидан гулчамбарлар қўйилди.

5-9 май кунлари институт раҳбарияти томонидан иккинчи жаҳон уруши ногиронлари, қатнашчилари ва уларга тенглаштирилган фахрийлар аҳолидан хабар олиш ва табриклаш ташиқил этилди.

16 май куни Жиззах шаҳар марказий стадионида “Ёшлар йили” Давлат дастури ижросини таъминлаш мақсадида “Ёшлар – терроризм, гиёҳвандлик ва ОИТСга қарши” мавзусида ёшлар форуми ўтказилди. Унда институтнинг 3 мингдан зиёд талабалари иштирок этишди.

Ахрор АБДУЛЛАЕВни эслаб

Мамлакатимиз ўз мустақиллигини қўлга киритган, аждодлар хотираси тикланиб номлари абадийлаштирилмоқда. Айниқса, Президентимиз томонидан 9-Май санасини “Хотира ва кадрлаш куни” деб эълон қилиниши бу борада олиб борилган ишларда катта далда бўлмоқда.

Дарҳақиқат, бугунги кунда ушбу сана ўтганларни хотирлаб, эл юрт учун жонини фидо қилган, халқ равнақи учун меҳнати сингган инсонларни эсга олиш, хотирасини абадийлаштириш, руҳи покларини ёд этиш каби тадбирларни ўтказиш халқимиз учун эзгу анъанага айланиб бормоқда.

Худди шундай тадбирларда бири 7 май куни институтнинг география ва иқтисод бўлимида таҳсил олган ва соғлигининг ёмошлашиши

туфайли дунёдан эрта кетган собиқ талаба Ахрор Абдусатторович Абдуллаев хотирасини ёд этиш тадбири бўлиб ўтди ва бўлим талабалари ўртасида футбол мусобақаси ўтказилди.

Тадбир очилишида институт маънавият ва маърифат ишлари бўйича проректори А. Тангиров, география ва иқтисод бўлими бошлиғи Ш. Хидиров, кафедра мудири Н. Исмаилов, К. Қурбонов, З. Тошбоев, А. Усмонов ва Ж. Исмаилов, Ю. Бердикулов каби ўқитувчилар ҳамда талабалар иштирок этдилар.

Турнирда 3-курс талабалари биринчи ўринни эгалладилар.

Хусан РАВУФОВ,
табиатшунослик ва география
факультети талабаси

ИНСОН ҲУҚУҚЛАРИ ҲИМОЯДА

Бу йил “Инсон ҳуқуқлари Умумжаҳон декларацияси” қабул қилинганлигига 60 йил тўлади. Шу муносабат билан институт ректори, проф. О. Дўсматов “Инсон ҳуқуқлари умумжаҳон декларацияси қабул қилинганлигининг 60 йиллигига бағишланган педагогика институти томонидан амалга оширилган чора-тадбирлар тўғрисида” буйруқ чиқарди.

Белгиланган тадбирларнинг мақсади талаба-ёшларга инсон ҳуқуқлари ҳимояси бўйича мамлакатда амалга ошаётган ижтимоий-иқтисодий, ижтимоий-сиёсий ишлар моҳиятини кенг тушуниришдан иборат. Барча факультетларда Декларация қабул қилинганлигининг 60

йиллигига бағишланган умум-миллий дарслар ўтказиш, “Инсон ҳуқуқлари” махсус курсини жорий қилиш, талабалар ўртасида олимпиада ва викториналар, семинар ҳамда давра суҳбатлар уюштириш тадбирлари ҳам белгиланди.

Институт маънавий-маърифий ишлар проректори А. Тангиров раислигида “Инсон ҳуқуқлари умумжаҳон декларацияси” қабул қилинганлигининг 60 йиллигига бағишланган чора-тадбирлар дастурини амалга ошириш бўйича ишчи гуруҳи таркиби тасдиқланди.

Гавҳар АҲМЕДОВА,
институт ноширлик-муҳаррирлик бўлимининг ходими

МАТБУОТ ЭРКИНЛИГИ ВА ЖУРНАЛИСТ БУРЧИ

БМТ Бош ассамблеяси қарори билан 3 май Бутунжаҳон матбуот эркинлиги куни деб эълон қилинган. Шу муносабат билан ўзбек филологика факультетида Жиззах вилоят журналистлари уюшмаси маъсул ходимлари билан учрашув бўлиб ўтди. Учрашувда Жиззах вилоят журналистлари уюшмаси раиси, Ўзбекистон Ёзувчилар уюшмаси аъзоси Неъмат Саидалиев, уюшма раисининг ўринбосари Б. Абдуллаев, “Жиззах овози” газетасининг бўлим мудири Р. Юнусов ҳамда вилоят халқ таълими бўлимининг “Камолот кўзгуси” газетаси муҳаррири Меҳринисо Абдурахмонова қатнашдилар. Факультетнинг ижодга қизиқувчи талабалари,

“Ёш ижодкорлар” клуби аъзолари билан савол-жавоблар бўлиб ўтди. Институт ноширлик-муҳаррирлик бўлими бошлиғи А. Шарипов ва сўзга чиққан бошқа мураббий қаламқашлар миллий матбуотимизнинг эркинлиги хусусида, вилоятимиз ижодкорлари, шу жумладан ёш журналистларнинг бурчи ва вазифалари тўғрисида гапирдилар.

Талабалар юзма-юз мулоқот чоғида матбуот эркинлиги ҳақида ўзларини қизиқтирган саволларга жавоб олдилар.

Ф. КОМИЛОВ,
ўзбек филологияси
факультети 1-босқич
талабаси

ДЕПУТАТ БИЛАН ЮЗМА-ЮЗ

Ўзбекистон Либерал демократик партиясидан Ўзбекистон Олий мажлиси қонунилик палатасига депутат Бахтиёр Соатов билан Жиззах педагогика институтининг маданият саройида учрашув бўлиб ўтди. Унда институт профессор-ўқитувчилари, магистрлар, аспирантлар, талаба-ёшлар иштирок этдилар. Учрашувда Бахтиёр Соатов Олий мажлис палаталарининг фаолиятига доир ахборот берди, ислохотларни чуқурлаштириш, ижро интизомини мустаҳкамлаш, “Ёшлар йили” давлат дастурининг бажарилишини таъминлаш бўйича бугунги куннинг муҳим вазифаларига тўхтади. У шунингдек талаба ёшларнинг қизиқтирган саволларига жавоб берди.

А. АЧИЛОВ

ОҒОҲЛИККА ДАЪВАТ

Ёшларда Ватанга садоқат ва муҳаббат туйғуларини шакллантириш, миллий ғояга таянган ҳолда, маънавий етуқ, дунёқараши теран, мустақил фикрга эга ёшларни шакллантириш мақсадида Ўзбекистон Миллий тикланиш демократик партиясини Жиззах вилояти кенгаши томонидан “Ўзбек филологияси” факультетида 2008 йил “Ёшлар йили” муносабати билан “Оғоҳликни мен қандай ҳис этаман” мавзусида тадбир бўлиб ўтди. Тадбир Қўшчинор масжиди ва вилоят ички ишлар бошқармаси ходимлари ҳамкорлигида ўтди. Тадбирни ўзМТДП Жиззах вилояти Кенгашининг раис ўринбосари Ф.Тошбоев очиб берди. Тадбирда “Диний экстремизм ва фундаментализмга қарши кураш - ҳар биримизнинг бурчимиз”, “Миссионерлик тарғиботи ва унинг жамият осойишталигига таъсири”, “Ислом-жаҳолат эмас, маърифатпарварлик дини”, “ЖДПИ “Ёшлар қаноти” фаолиги ва ташкилий ишларини жонлантириш” мавзуларида суҳбат ўтказилди. Суҳбат қизгин мунозаралар асосида ўтди.

Ф. ЖУМАЕВА,
Ўзбек филологияси факультети IV курс талабаси

РЕСПУБЛИКА ИНШО ТАНЛОВИДА ҚАТНАШИНГ

Институт ректори, проф. О. Дўсматов Ўзбекистон Республикаси Олий ва ўрта махсус таълими вазирлигининг 2008 йил 13 майдаги 135-сонли “Ёшлар йили” Давлат дастури билимдонини” мавзуси бўйича республика иншо танловини ўтказиш тўғрисида”ги буйруғи ижросини таъминлаш бўйича махсус буйруқ чиқарди ва ушбу танловни ўтказиш тўғрисидаги Низом тасдиқланди. Шунингдек, институтда республика иншо танловини ўтказиш бўйича ташкилий кўмита таркиби ҳам тузилди.

Танловнинг асосий мақсади — “Ёшлар йили” Давлат дастури мазмун-моҳиятини талаба-ёшлар онгига тўла сингдириш, ёшларнинг ҳаётимизда ҳаққатдан ҳам ҳал қилувчи бунёдкор кучга айлантириш билан боғлиқ кенг камровли ишларни амалга ошириш ҳамда иқтидорли, қобилиятли ва истеъ-додли ўқувчи-талабаларни аниқлаш, улардаги ижодий қобилиятни рўёбга чиқариш ва қўллаб-қувватлашдан иборат.

Ҳар бир таълим муассасасида профессор-ўқитувчилар ва ўқувчи –талабалар ўртасида “Ёшлар йили” Давлат дастури моҳиятини тарғиб қилиш, ўтказилган тадбирлар самарадорлигини ошириш, ёшларнинг мустақил фикр ва муносабат билдиришларига кенг имконият яратиш, танлов ғолиблари орасидан қатъий ҳаётий эътиқод ва қарарларига эга бўлган, миллий ва умминсоний қадриятларга ҳурмат билан қарайдиган, зарарли таъсирларга қарши туришга қодир ёшларни аниқлаш ва уларни рағбатлантириш танловнинг бош вазифаси этиб белгиланди.

Танлов уч босқичда ўтказилади. Биринчи босқич жорий йилнинг июнь ойида барча олий таълим муассасалари факультетлари ва махсус касб-ҳунар таълими муассасаларида, иккинчи босқич

октябрь ойида олий таълим муассасаларининг ҳудудий бошқармаларида, республика босқичи эса ноябрь ойида вазирликнинг буйруғи билан тасдиқланган жойда ўтади.

Республика иншо танлови ғолиблари Вазирликнинг 1,2,3 - даражали дипломлари ва пул мукофотлари билан тақдирланади.

Институтимизда “Ёшлар йили” Давлат дастури билимдонини” мавзуси бўйича республика иншо танлови 1 ва 2-босқичларини ўтказиш мақсадида институт ректори, профессор О. Дўсматов раислигида ташкилий кўмита таркиби тасдиқланди. Таркибга факультетлар деканларидан ташқари институт маъмурияти ва жамоат ташкилотларининг вакиллари ҳам киритилди.

Республика иншо танлови ғолиблари сафидан институтимиз талаба ёшлари вакиллари ҳам жой оладилар, деб умид қиламиз!

Институт “Педагогика-психология, МТБС мусика” бўлими профессор-ўқитувчилари Жиззах шаҳридаги Уратепалик маҳалласида яшовчи уруш ва меҳнат фахрийлари Махмуд бобо Шерназаров, Босим бобо Худойбердиев билан учрашдилар.

ФАХРИЙЛАР БИЛАН УЧРАШУВ

Учрашув шахримизнинг сўлим гўшаларидан ҳисобланган “Убайдулла ота” кафесида ўтказилди. Профессор Х. Мелиев Иккинчи Жаҳон Уруши оқибатлари тўғрисида маъруза қилди. Ўқитувчилар А. Ражабов, Х.Омонов, А. Жумаев, И. Қудратовлар мумтоз кўшиқлар ижро этдилар. Бир пиёла чой туфайли хотиралар янгиланди, қадриятларимиз тикланганлиги истиқлол шарофати таъкидланди.

Г. ХУДОЙНАЗАРОВА

2008 йил - «ЁШЛАР ЙИЛИ»

СИЗ БУНГА ҚАНДАЙ ҚАРАЙСИЗ?

ТАЛАБАНИНГ ВАҚТИ — ОЛИЙ БАХТИ

Ассалому алайкум азиз тенгдош! Омонмисиз? Газетанинг ушбу сонидagi вақт тушунчаси номли мақолам юзасидан сизлар билан ғойибона бўлсада суҳбатлашаётганимдан бениҳоят хурсандман.

Азиз тенгдош, биласизми? Мени анчадан буён вақт ўзинима? Ёшларимиз ушбу вақтдан яъни ўзларига берилган вақтдан унумли фойдалана олаётмиларми? деган саволлар қийнади. Мана бугун эса қўлимга қалам ушлашга мажбур қилди. Мен вақт ҳақида ўз тушунчамни қалам орқали сизларга етказишга қарор қилдим.

Вақт ўзи нима? Файласуф Т. Маннинг айтишича вақт ақллироқ, яхшироқ, етукроқ ва мукамалроқ бўлиб етишишимиз учун бизга ином этилган қимматбахо совғадир. Халқимизда "вақтинг кетди нақдинг кетди" деган нақл бор. Инсон ўзига берилган вақтдан унумли фойдаланмаса ҳаётда энг қимматли нарсасини йўқотиши мумкин. Бунинг учун эса инсон аввало вақт тушунчасини яхши билмоғи лозим.

Вақт — бизнинг энг арзон ва айни вақтда энг қимматбахо мулкимиздир. Вақтни ҳеч қачон орқага қайтариб бўлмайди қайтмайди ҳам. Шунини биз инсонлар яхши англаган ҳолдан ўз вақтида унумли фойдаланмоғимиз зарур. Вақт-вақт деймиз-у аслида мундоқ ўйласангиз, вақтни кўзимиз билан кўра олмаймиз, қўлимиз билан ушлай олмаймиз ҳам лекин ўтиб кетаётганини ҳис қиламиз. Ҳис қиламиз-у, ундан ҳамма вақт ҳам фойдалана

олмаймиз. Қачонки бизга берилган вақт тугаб бошимиз деворга тақ этиб текканда ортга қараймиз. Афсус ҳеч нарса кўринмайди. Ахир ҳеч нарса қилмаганмиз-да. Вақтимиз беҳуда кетганлигини ўшанда сезамиз, афсус надомат чекамиз. Вақт ҳамма нарсага ўз таъсирини ўтказиши, йилларнинг поёнсиз номини ҳам, киёфасини ҳам, феъл атворини, ҳатто тақдирини ҳам ўзгартира олади. Дарҳақиқат, вақт инсонларнинг тақдирини ўзгартириш билан бирга ҳаётида муҳим рол ҳам ўйнайди. Келинг сўзимни исботи тариқасида вақт билан боғлиқ бўлган бир ҳикояни сўзлаб бера қолай.

— Ўша вақтлари 21 ёшда эдим, деб айтади, Гулнора опа. Ўзингиз биласиз, студентлик — олтин давр. Уни қадрига етиб ўқиганлар буни билади. Олтин давр экан деб вақтларини бекор ўтказишиб дарс қилгани қўли бормай, талабаларни кўча-да юриб ўтказганлар билмайди. Ўша вақти олтин давр шу бўлса керак деб ўйлашди. Лекин бир кун келиб, ўқишни битириб, ҳаётга қадам қўйганда бу нарсага амин бўладилар.

Чунки ўша вақтлари ўқиш битгунча бир гап бўлар, деган ҳаёл бўлар экан. Хуллас, азиз ёшлар мен ҳам ўзимга берилган вақтдан унумли яъни ўз вақтида фойдаланиб қолмадим. Вақтим бекор ўтди. Курсдошларим билан у ёққа бордик, бу ёққа бордик ўқишни тугатдик. Лекин ҳеч қандай билимсиз. Мен, буни ишга борганимда англаб етдим.

Мен ақалли журнал тўлдирини ҳам эпловмасдим. Бир куни мактаб директори мени олдиларига чақириб жуда қаттиқ гапирдилар. Уят сизга, эсиз шунча кетган вақт, 4 йил отангизнинг пуллари ҳавога учди. Аттанг!... Мен бу гаплардан бўларим эшитиш, айнан шу ёшингда жуда ёмон алам қилар экан. Бошим деворга урилди. Афсус энди кеч бўлди. Вақтни орқага қайтара олмайман. Шунча бекор кетган вақтларим эслаб кўз ёш тўқдим, афсусландим. Азиз талаба ёшлар сизларга шунини айтмоқчиманки: ҳеч қачон вақтингизни беҳудага сарфламаманг. Ўқинг изланинг ана ўшанда афсусланмайсиз. Тинмай ўқиш, изланишингиз сизни, албатта, комилликка етаклайди, деб Гулнора опа сўзларини тугатдилар.

Шу ўринда бир файласуфнинг вақтни бой бериш воқеликка зарар келтиришдан бошқа нарса эмас, деб айтган сўзлари ёдимга тушди.

Азиз тенгдош, ўйлайманки, Гулнора опанинг сўзларидан ўзингизга тегишли хулоса чиқариб оласиз.

Энг оғир йўқотишлардан бири вақтни йўқотишдир. Шундай экан, ҳар бир инсон вақтдан унумли фойдаланмоғи лозим.

Файласуф Гесиоднинг айтишича ўз вақтини қўлида маҳкам ушлаган одамгина буюқдир.

Азиз тенгдошлар, келинг, яхшиси ўзимизга берилган вақтдан унумли фойдаланишга ҳаракат қилайлик.

Муслима Суюнова,
педагогика факультети
2-босқич талабаси

«Диёрим тароналари» Республика кўрик-танловининг якунловчи босқичи 28-29 май кунлари институтимизда бўлиб ўтади



Суратда: педагогика институтлари орасидаги ашула ва рақс танлови 1-босқичининг ғолиблари — институтимиз Педагогика-психология ва музыка бўлими жамоаси.

Н. НОСИРОВ туширган сурат.

«Мерос» - финал босқичида

Ўзбекистон Республикаси Олий ва ўрта махсус таълим вазирлигининг 2006 йил 22 майдаги 6-сонли буйруғига биноан талабаларнинг халқимиз ижодий меросига қизиқишини янада кучайтириш ҳамда уларни ватанпарварлик ва инсонпарварлик руҳида тарбиялашга қаратилган «Барҳаёт анъаналар» фольклор-фестиваль-танловининг 2 босқичи бўлиб ўтди. Унда институтимизнинг «Мерос» жамоаси ҳамда Жиззах политехника институтининг «Фольклор» жамоаси иштирок этди. «Мерос» жамоасининг тайёрлаган дастури Жиззах халқининг қадимий чорвачилик қўшиқлари ва қадимий аллалардан ташкил этилган. Бундан ташқари дастурда кўгирчоқ томошалари ва халқ амалий санъати намуналаридан кўргазма ҳам намойиш қилинди.

Танлов натижасига кўра институтимизнинг «Мерос» жамоаси 3-финал босқичига йўлланмани қўлга киритди. Республика босқичига тайёргарлик ишлари бошлаб юборди.

F. САТТОРОВ



Биринчи босқич талабалари тоғ саёҳатида.

ИНСТИТУТДА РЕСПУБЛИКА ФАН ОЛИМПИАДАСИ 2-БОСҚИЧИ ЯКУНЛАНДИ

Ўзбекистон Республикаси талабалар олимпиадаси Низомига мувофиқ Олий ва ўрта махсус таълим вазирлигининг 2008 йил 30 апрел 116 рақамли «Олий таълим муассасасаларида 2008 йил талабалар республика фан олимпиадасини ташкил этиш ва ўтказиш ҳақида»ги буйруғига асосан 12-13 майда «Физика» ҳамда 14-15 май кунлари «Кимё» умумтаълим фанларидан талабалар республика фан олимпиадасининг 2-босқичи ўтказилди.

11-май куни иштирокчи талаба ва уларнинг илмий раҳбарлари кутиб олинди ва Жиззах давлат педагогика институтига қарашли «Сайил-жойи» академик лицейи ётоқхонасига жойлаштирилди. Олимпиадада иштирок этиш учун Республика олий ўқув юр்தларидан физика фанидан 14 нафар талаба, кимё фанидан эса 12 нафар талабалар раҳбарлари билан бирга ташриф буюришди.

Дастурга мувофиқ олимпиада синовлари 12-13 майда физика, 14-15 май кунлари кимё умумтаълим фанларидан 4 та тур бўйича ўтказилди. Олимпиада синовларини ўтказишда зарур техника ва ўқув-синов дастурларидан тўла фойдаланилди.

4 тур бўйича жамланган якуний ҳисоботларга кўра Жиззах Давлат педагогика институти табиатшунослик факультети биология химия йўналиши 2 курс

талабаси Тошпўлатова Сабоҳат фахрли биринчи ўрин соҳиби, Физика-математика факультети талабаси Алибеков Илёс фахрли учинчи ўрин соҳиби бўлишди.

Ташкилий кўмита томонидан белгиланган номинациялар бўйича иштирокчи ва мураббийларга мукофотлар топширилди. Кимё ва Физика умумтаълим

фанларидан 1-2-3-ўринни эгаллаган талабаларнинг 4 тур бўйича тўплаган баллари қуйидаги маълумотда батафсил баён этилган:

А. Қодирий номли Жиззах Давлат педагогика институтида ўтказилган талабаларнинг «Кимё» умумтаълим фанидан республика фан олимпиадаси 2-босқичи ғолиблари ҳақида маълумот

№	Талаба Ф.И.Ш	Тугилган сана, миллати	Қайси олий таълим муассасасида ўқийди, факультети, йўналиши, курси	Илмий раҳбарининг Ф.И.Ш	Турлар бўйича тўплаган балл				Жами тўплаган бали	Эгаллаган ўрни
					1	2	3	4		
1	Тошпўлатова Сабоҳат	1987 й. ўзбек	ЖДПИ, биология. 2 курс	Доц. Юнусова З	91	84	89	90	354	1
2	Тилаволдиев Шерзод	1990 й. ўзбек	ТКТИ, ООМТ, ёғ-мой. 1 курс	Доц. Бадалбоева И	91	60	88	90	329	2
3	Элмуродов Бунёд	1988 й. ўзбек	СамҚХИ, ветеринария 1 курс	Доц. Аминов З	68	64	80	80	292	3

А. Қодирий номли Жиззах Давлат педагогика институтида ўтказилган талабаларнинг «Физика» умумтаълим фанидан республика фан олимпиадаси 2-босқичи ғолиблари ҳақида маълумот

№	Талаба Ф.И.Ш	Тугилган сана, миллати	Қайси олий таълим муассасасида ўқийди, факультети, йўналиши, курси	Илмий раҳбарининг Ф.И.Ш	Турлар бўйича тўплаган балл				Жами тўплаган бали	Эгаллаган ўрни
					1	2	3	4		
1	Атажонов Алибек	1988 й. ўзбек	ТАТУ «Ахборот технологияси» факультети, 1 курс	Фаттохов Абдулла, техника фанлари номзоди доцент	57	72	80	90	299	1
2	Қиличев Жавлон Рустамович	1990 й. ўзбек	ТАТУ «Ургенч» филиали, Математика – информатика. 1 курс	Раҳмонов Алижон Исмоилович, физика – магистр, ўқитувчи	42	86	78	80	286	2
3	Алибеков Илёс Салоҳиддинович	1986 й. ўзбек	ЖДПИ Физика-математика факультети, 3 курс	Дониёров Шермухаммад, физмат ф.н. доц.	92	51	96	-	239	3

Шеърят гулшани

Марҳум акажоним Хайдар Камол ўғлининг ёрқин хотирасига атаб

ЭРТА СЎНГАН ЮЛДУЗ

Сўлим Гарашанинг юлдузи эдинг,
Кечамизнинг порлаган юлдузи эдинг.
Темурийлар авлодин бир изи эдинг,
Нега эрта йўлга тушдинг, огажоним?
Сирдарё сувларин шўрлигин билмасмидинг?
Дўсту душман борлигини билмасмидинг?
Бу оламда тўғрилиқ ва ҳалолликдан,
Мунофиқлик зўрлигини билмасмидинг?
Гулистоннинг йўлларида изинг қолди,
Давраларда жаранглаган сўзинг қолди.
Сувратингда чақнаб турган кўзинг қолди.
Жуда эрта йўлга тушдинг, огажоним!...
Савлат тўкиб ўтирган курси бўш қолдим?
Дўстлар йиғлаб, душманларинг хуш қолдим?
Ғам-аламдан кўзлар бемаҳал толдим?
Наҳот энди дийдор қиёматга қолдим?
Бу гаплардан фойда йўқдир мен биламан,
Ўлганингда ҳам йиғлайман, ҳам куламан.
Кўлим очиб сенга дуо йўллагайман,
Аллоҳимдан Жаннат йўлини тилагайман.

Ойсара МАРДИЕВА

ОҚҚУШГА АЙЛАНИБ ҚОЛСАЙДИМ...

Оққушга айланиб қолсайдим,
Кўнсайдим осмоннинг тоқига.
Яшасайдим, сенсиз –энг бахтли,
Асир бўлмай кўнгили оҳига.
Булутлар оқ паркуга ўраб,
Алла айтса, беланчак –шамол.
Юзларимдан ёмғирлар ўпса,
Этмасалар бахтимни увол.
Тунда кезсам само чаманин,
Юлдузлардан сочпопук тақсам.
Оймомога ўтириб олиб,
Сенга масрур, ой каби боқсам.
Ётоғиндан термулиб менга,
Кўлинг чўсанг, етмаса, бироқ.
Кунда-тунда виждонинг бўлиб,
То умрбод қилсайдим сўроқ.
Тонгда куёш нурлари бўлиб,
Кўзларингда қилсам тажалли.
Юрагингни эритиб мумдай,
Дардларингга берсам тасалли.
Изласанг-у, топа олмасанг,
Румолчамни хидласанг беҳуш.
"Кечир" дея исмиمنى айтсанг,
Кучоғингда уйғонсам сархуш.

Манзура ҚОРАЖОНОВА

АЖДОДЛАР МЕРОСИ –МИЛЛИЙ БОЙЛИГИМИЗ

Халқ кўшиқларини ўрганинг ва ўргатинг

Мустақил Ўзбекистоннинг келажоги кўп жиҳатдан баркамол, интеллектуал салоҳиятли авлод ва унга таълим-тарбия бериш сифатига боғлиқ. Шу боис Ватанини, халқини севадиган, истиқлол ғояларига садоқатли, мустақил фикрлайдиган ижодкор шахсни етиштириш давлатнинг таълим соҳасидаги сиёсатининг устувор йўналишларидан биридир. Шунинг билан бирга таълим тизимидаги туб ислохотлар орқали шахс маънавий камолотини таъминлаш мазкур йўналишнинг долзарб муаммоларидан бири бўлиб, бу ҳақда Ўзбекистон Республикасининг "Таълим тўғрисида"ги қонуни ва "Кадрлар тайёрлаш миллий дастури"да таълим тизиминг тубдан ислох қилиш, маънавий баркамол шахсни етиштириш давлат аҳамиятига молик муҳим вазифалардан бири эканлиги кўрсатилган.

Маълумки, халқимизнинг азал-азалдан кўшиқлари, куйлари рақслари каби санъати узоқ йиллар давомида шаклланади. Ўз замонасига қараб ўзгаради, такомиллашади, баъзан эса шу соҳа мутахассислари томонидан қайта ишланади, оғиздан-оғизга ўтиб келган кўшиқлар эса шароитдан келиб чиқиб, фасл, об-ҳаво, ҳаёт турмуш тарзи, соғлиқ, иш юритиш, кайфият, тингловчилар сафида ўтирганда, жинси, еши, касби ва ҳоказо факторлар таъсирида куйлаш, янги сўзлар, ўхшатишлар, танқидлар, кесатиклар ҳазил-мутойибалар таъсири остида ҳам бўлиб туради.

Халқ кўшиқлари ижрочилари асосан халқ орасида гапга чечан, ўзига хос истеъдод эгалари томонидан яратилади, ижро этилади, баъзан эса шароитдан келиб чиқиб ўзгартирилади.

Масалан, Жиззах тумани туб аҳолисининг тўй-маросим кўшиқларидан "Янгажон" кўшиғига мурожаат қиладиган бўлсак:

**Азал –азал бор эрур янгажон,
Куёв топиш одати, янгажон.
Йигитга насиб этса, янгажон
Куёвлик саодати, янгажон.**
Сира билмасин биров янгажон, (йигит ёнидаги жўраси кўрсатади)
**Мана шу жўрам куёв, янгажон. (йигитлар навбатма-навбат)
Мана мен куёв, мана мен куёв, (барча жамоа айтади)
Мана биз куёв, янгажон.
Қани дўппини олинг, янгажон (навбатдаги йигит)
Кийгизинг менга чопон, янгажон.
Тўнингизни кийиб олиб, янгажон,
Сурай келинла даврон, янгажон!...**

Мана шу кўшиқда авваломбор йигитларнинг шўхлиги-ю, ҳазили, сўзга усталиги куйланса, янга келиб куёв жўралар орасидан куёвни топиши лозимлиги айтилса, шу алфозда куёвлик саодати-ю келин ила даврон суришига ишора қилинмоқда. Бу кўшиқ Жиззах тумани маҳаллий аҳолисининг тўй-маросим кўшиқларига кириб, келин томондаги янгалар куёв томонга сарпо олиб келганида ёки тўшт (тўй учун сўйилган кўйнинг тўшт қисмини куёвга едирадилар) едиришга келганда айтиладиган куёв жўраларнинг ҳазил кўшиғи ҳисобланади.

Энди кўшиқни ўрганишга келадиган бўлсак, бу кўшиқни ўрганишда авваломбор, кўшиқнинг қайси маросим пайтида айтилиши, кимлар томонидан ҳамда кимларга атаб айтилиши, унинг оҳанги (мелодияси) усуллари йўналиши каби жиҳатларга эътибор қаратиш лозим.

Юқорида таъкидлаганимиздек, бу кўшиқ куёв жўралар томонидан куёвга сарпо кийдириш пайтида ижро этилади, ҳамда шўх ўйноқи оҳанга эга бўлганлиги сабабли ўзига хос ракс қисмига ҳам эга. Сўзлар талаффузи эса тўлиқ Жиззах тумани туб аҳолисининг шевасига таянган ҳолда яратилганлигини дарров англаб олиш мумкин бўлади. Акс ҳолда шева, оҳанг бузиладиган бўлса, кўшиқ ўз шаклини йўқотади, тушунарсиз ва ниҳоят бошқа ҳозирги замон кўшиқлари оҳанглари (мелодия) билан аралашиб қолиши ҳеч гап эмас.

Шунинг учун ҳам кўшиқни ўрганишда авваломбор унинг яхши ижрочиларини топиб, магнитофон тасмасига туширишдан олдин жонли овозда кўшиқ кимнинг ижросида, қачон, қаерда, маҳалла ёки қишлоқ номини тўлиқ ёзиб, йилнинг фасли, куннинг қай маҳал айтилганлигини ҳам таъкидлаш мақсадга мувофиқдир. Чунки, юқорида таъкидлаганимиздек, халқ кўшиқлари ижрочиларининг кўпчилиги жуда сўзга устамон бўлиб, шароитдан келиб чиққан ҳолда йилнинг фасл, ойнинг кунлари, ҳафтанинг кунлари, баъзан эса куннинг эрталаб, тушда, пешинда, кеч кирганда, тунда бўлиб ўтаётган тадбир, яъни маросимларда юқоридаги факторлардан унумли фойдаланган ҳолда ижро қиладилар. Бу кўриниш ўзбек халқининг ўлмас санъат намуналаридан, баъзан аския, қизиқчилик кабиларни ҳам эслатади. Ана шундай устамонлик баъзида кўшиқ матнларига янги-янги сўз, оҳанг, нолалар, қочиримлар, ўйноқликлар киритилишига сабаб бўлади. Яна бир кўшиқ, "Лақа шикилдоқ" кўшиқни ўрганишда ана шу жиҳатларни илғаб ола билиш, унинг сўзини аниқ –аниқ езиш ва ўрганиш жуда катта масъулият талаб қилади.

Баъзида халқ кўшиқлари ижрочилари ўзларининг бисотидаги (репертуаридаги) бошқа кўшиқлар сўзларини ҳам ишлатадилар, оҳангни тўхтатиб (пауза қилиб) кўшимча сўзлар, ҳазиллар каби ўз сўз бойликларида фойдаланадиларки, бу устамонлик –моҳирлик, кўшиқнинг мақсад-мантқиқ қисмини бузмасдан ушбу ўзгаришларни тушириш лозим бўлади. Хуллас, кўшиқни ўрганиш ўқунида фикримизни айтадиган бўлсак, лаҳжа оҳанг, усул (ритм) каби факторлар, сўзни қозғошга туширишда шеванинг бузилмаслиги кабиларга жиддий эътибор қаратилиши лозим.

Р.САРИМСОҚОВ,
чолғу асбоблари ва анъанавий ижрочилик кафедраси ўқитувчиси



Уткирбек УРОЛОВ,
музыка йўналиши 2-
босқич талабаси

АБИТУРИЕНТ

Билимим омадим синаш учун мен,
Санъат соҳасига ўзимни чоғлаб.
Зарбдордан йўл одим Жиззах шахрига,
Талаба бўлишга қаттиқ бел боғлаб.
Абдулла Қодирий дея аталмиш,
Олий бир маскан бор Жиззах шахрида.
Умидли ёшларни элга танитар,
Бу маскан албатта юртим фахрида.
Менга тўғри йўлни кўрсатган инсон,
Шомуродов Эргаш домилла бўлади.
Устоз ишончини бир кун оклайман,
Менинг ютуғимдан кўнгли тўлади.

Қалбим умидларга лиммо-лим тўлган,
Орзулар сари интилиб шашаман.
Ҳаётда ким бўлиб яшай, барибир,
Юртим шўхратига шўхрат қўшаман.
Уткирбек исмли бир ҳаваскорман,
Мухаммад Юсуфни яхши кўраман,
Китоби кўлимдан ҳеч ҳам тушмайди
Мудом шеърларини ўқиб бораман.
Шоир эмасману кўнглимни борин,
Оппок варақларга ёзиб юраман.
Ҳозирча оддий абитуриентман,
Талаба бўлишни орзу қиламан.

Манзура ҚОРАЖОНОВА

ҚОН БОСИМИНГИЗ ОШГАНДА...

Хафақон (қон-босимини ошиши, гипертония) асримизнинг хавфли хасталиқларидан ҳисобланади. У асосан юрак-томир тизими ва қон босимини идора қилиб турувчи нерв механизми ишининг бузилишидан келиб чиқади. Озик-овқатларни бемаврид кўп ейиш (гўшт, гўшт маҳсулотлари, тухум ва бошқалар) натижасида семириб кетишга мойиллик, жиззакилик асаб бузилиши, спиртли ичимликларга ружу қўйиш, тамаки чекиш, шўр ва ўткир таомларни истеъмол қилиш, турмушдаги можаролардан қаттиқ изтироб чекиш ва бошқалар қон босими ошиб кетиб хафақон ривожланишига сабаб бўлиши мумкин. Хафақон касаллигида ирсий мойиллик ҳам (ота-оналарнинг мазкур хасталиқ билан огриган бўлиши) катта аҳамиятга эга. Шулар билан бирга марказий нерв тизимининг фаолияти, моддалар алмашинуви жараёнининг бузилиши, буйрак ишидаги нуқсонлар ҳам хафақоннинг келиб чиқишига сабаб бўлади.

Атеросклерозда қон-томир деворига ёғсимон қуйқалар чўкиб, гов ўсимталар пайдо қилиб уни торайтиради, натижада қон оқимининг равонлиги бузилади. Буларнинг барчаси қон-босимининг ошишига сабаб бўлиши ва бунинг оқибатида жуда хавфли бўлган миокард инфаркти ва мия инсульти содир бўлиши мумкин. Биз қуйида хафақон касаллигини даволашда қадим замонлардан бери қўлланиб келинган, синналган халқ табобати амаллари хусусида сўз юритамиз.

Хафақон хасталигида шотут ва унинг шарбати, пўртахол (апельсин), лимон, лавлаги шарбати, кийикўт дамламаси, дўлана, тоғолча, анор, кўкчой, шивит дамламаси, жағ-жағ ва лимон ўтли кўкати чучвара ёки сомса, лимон дамламаси, шунингдек асил асални лавлаги шарбати билан истеъмол қилинса шифо бўлади.

Чилонжидда мевалари асосида тайёрланадиган дамлама қон босимини туширади, кучли сийдик хайдаш хусусиятига эга.

Кечки пайт зардобли қатик, туршак ивйтмасидан ёҳуд ўрикдан тайёрланадиган компот ичиш

МУТАХАССИС МАСЛАҲАТИ

қон босимини маълум даражада туширибгина қолмасдан, балки юракка қувват бўлиб, ошқозон-ичак фаолиятини яхшилайд.

Ертут мевалари (землянка) қон босимини туширувчи неъмат. Ертутнинг сархил мевалари буйрак ҳамда ўт қопчасидаги майда тошларни эритиш хусусиятига ҳам эга. Шу билан бирга, меъда-ичак хасталиқларига ҳам даволиги бор. Ертут мевалари хафақон ҳамда атеросклерозда шифобахш. Саримсоқ антибиотик, антисептик, фитонцидлик ва ҳашоратлар қушандаси бўлиши билан бирга қон босимини пасайтирувчи, артериоз ва атеросклерозга ҳам даво. Саримсоқ перепаратлари қон босимини меъёрига келтириб, юракнинг қисқисқаришини яхшилаш, қон-томирларини кенгайтириш хусусиятига эга.

Юқорида қайд қилинган шифобахш муолажаларга амал қилсангиз гипертония касаллигини олдини олган бўласиз.

М. КАМОЛОВ,
Ибн Сино саломатлик маркази раҳбари



Жиззахимизнинг мафтункор табиати

МУАССИС:
Абдулла Қодирий номидаги
Жиззах Давлат педагогика
институтини

Бош муҳаррир:
Олимжон ЖУРАЕВ

Редакцияга келган хатлар таҳлил этилмайди ва муаллифга қайтарилмайди.
Муаллифлар фикри таҳририят нуқтаи назаридан фарқланиши мумкин.

Газета 2006 йил 26 декабрда
Жиззах вилоят матбуот ва ахборот
бошқармасида № 06-017 рақами
билан рўйхатга олинган.

Манзил Ш Рашидов шўх кўчаси.
Абдулла Қодирий номидаги Жиззах Давлат педагогика институтини. «ZAMIN PRINT»
МЧЖ босмаҳонасида офсет усулида 1000 нусхада босилди. Буюртма № 190