

Если все мы сплоченно
будем идти вперед,
обретать современные
знания, честно
и плодотворно
трудиться, то наша
жизнь, все наше
общество обязательно
изменятся к лучшему.

ШАВКАТ МИРЗИЕВ.

Сила - в знании и мышлении

Учитель

УЗБЕКИСТАНА

Газета издается
с 1 января 1980 г.

E-mail: uchitel@marifat.uz ♦ 5 июня 2020 г., пятница, № 18 (2621) ♦ Web-site: www.marifat.uz

Воспитание начинается с колыбели

В соответствии с Законом Республики Узбекистан «Об установлении Дня молодежи Республики Узбекистан» от 25 августа 2017 года 30 июня объявлено в стране Днем молодежи. По традиции в нынешнем году с 1 по 30 июня будет проводиться Месячник молодежи.

Государственную молодежную политику невозможно представить без воспитания, поддержки и защиты прав детей.

В последние годы в Узбекистане осуществлены масштабные реформы по защите прав детей. Например, в нашей стране полностью искоренен детский принудительный труд. Этот результат был высоко оценен международными организациями и зарубежными экспертами, что повысило имидж нашей страны в глазах мировой общественности.

Ощутимы изменения в обеспечении детей Узбекистана качественным образованием, расширении масштаба системы дошкольного образования. В нашей стране более 9 миллионов детей в возрасте до 18 лет. В учреждениях общего среднего образования в настоящее время обучаются 6 миллионов 200 тысяч детей. В 2019 году охват детей дошкольными образовательными учреждениями увеличился с 38 до 52 процентов. Обеспечивается сильная социальная защита детям с инвалидностью и потерявшим кормильца.

Согласно аналитическим данным ЮНИСЕФ, в мире каждый 5-6-й ребенок не получает образования. На сегодня число таких детей составляет 258 миллионов. 83,5 процента детей всего мира подвергается травле (буллинг), и наличие подобного фактора в образовательных учреждениях нашей страны вызывает тревогу Союза молодежи Узбекистана, Министерства народного образования и других ответственных организаций.

У нас еще много проблем в области защиты здоровья детей, организации правильного питания, утверждения здорового образа жизни.

К сожалению, и у нас встречаются случаи физического насилия над детьми.



По данным ЮНИСЕФ, в мире 25-50 процентов детей подвергаются физическому насилию.

В республике проводится системная работа по созданию безопасных условий для жизни детей, получения качественного образования и медицинских услуг.

Одно из приоритетных направлений деятельности Союза молодежи Узбекистана — раскрытие талантов и дарований детей, поддержка их идей и инициатив, приумножение интереса к знаниям, профессиональная ориентация, развитие лидерских навыков на базе детской организации «Камалак».

По инициативе Союза молодежи Узбекистана и детской организации «Камалак» в рамках 1 июня — Международного дня защиты детей и Месячника молодежи в формате детского пресс-клуба был проведен открытый диалог заместителя Уполно-

моченного Олий Мажлиса Республики Узбекистан по правам человека (омбудсман) — Уполномоченного по правам ребенка Али Юнусовой с детьми, проживающими во всех регионах республики.

В ходе мероприятия детям было подробно рассказано о постановлении Президента Республики Узбекистан «О дополнительных мерах по совершенствованию системы защиты прав ребенка» от 29 мая 2020 года, они получили ответы на интересовавшие их вопросы.

В ходе дистанционной встречи лидеры Союза молодежи Узбекистана и детской организации «Камалак», работники их региональных советов выдвинули предложения о налаживании в школах де-

ятельности Уполномоченного по правам ребенка, проведении лидерами на местах встреч и семинаров-тренингов для детей.

В целях реализации этих предложений между Уполномоченным по правам ребенка и Центральным советом Союза молодежи Узбекистана достигнута договоренность о подписании накануне 30 июня — Дня молодежи меморандума о взаимопонимании.

Дилнозахон КАТТАХОНОВА,
заместитель председателя
Центрального совета
Союза молодежи Узбекистана,
председатель
детской организации «Камалак».
УзА.

Месячник молодежи

Вниманию абитуриентов!

Из-за карантина все учебные заведения, а также учебные центры работают в режиме онлайн. Известно, что это негативно сказалось на подготовке некоторых абитуриентов. Наша редакция при сотрудничестве с Государственным центром тестирования при Кабинете Министров Республики Узбекистан намерена восполнить пробел в этом отношении.

В следующем номере газеты «Учитель Узбекистана» мы продолжим публиковать контрольные вопросы для тестовых испытаний. Тестовые задания не будут приведены на нашем сайте и Telegram-канале.



Подписка продолжается!

Дорогие читатели!

Редакция газет «Мазрифат» — «Учитель Узбекистана» уведомляет о том, что продолжается подписка на 2020 год. В газетах «Мазрифат» и «Учитель Узбекистана» публикуются статьи об осуществляемых в сфере образования реформах, новостях и изменениях, нормативно-правовые документы, необходимые для педагогов в их деятельности, методические рекомендации, имеющие воспитательную важность материалы.

Подписные индексы для организаций и индивидуальных подписчиков:

на газету «Мазрифат»:

150 — по месяцам;

на газету «Учитель Узбекистана»:

217 — по месяцам.

Газеты печатаются и экспедируются в типографии ИПТД «Узбекистон».



Международный «круглый стол»

В рамках укрепления платформы международного научного сотрудничества в Ташкентском филиале РЭУ имени Г.В.Плеханова состоялся международный online-«круглый стол» на тему «Экономическое развитие страны: пандемия и ее последствия».

Президент Ш.Мирзиёев подписал Указ «Об улучшении позиций Республики Узбекистан в Международных рейтингах и индексах, а также внедрении нового механизма системной работы с ними в государственных органах и организациях». Это принципиально важный документ и еще один шаг на пути к созданию совершенно новой, эффективной и качественно функционирующей системы государственного управления, отвечающей самым высоким международным стандартам.

В рамках председательства Республики Узбекистан в Содружестве Независимых Государств состоялось очередное заседание Совета глав правительств СНГ в формате видеоконференции. Основное внимание участники уделили актуальным вопросам экономического взаимодействия в рамках СНГ, а также совместным мерам в условиях пандемии коронавируса. По итогам заседания Совета глав правительств СНГ подписано 14 документов, направленных на развитие взаимодействия в сферах транспорта, энергетики, строительства, образования, культуры, туризма, физкультуры и спорта, а также молодежной политики.

В Генеральной прокуратуре состоялся брифинг, посвященный проекту постановления Президента «О мерах по коренному совершенствованию системы предупреждения попыток в оперативно-розыскной, следственной деятельности и при исполнении наказания». В мероприятии приняли участие работники средств массовой информации, ведущие специалисты Межведомственной экспертной группы по совершенствованию уголовно-исполнительного законодательства при Генеральной прокуратуре, Уполномоченный Олий Мажлиса Республики Узбекистан по правам человека (омбудсман).

В Ташкенте состоялось мероприятие, приуроченное к Всемирному дню без табака. Оно организовано в формате видеосвязи Комитетом Законодательной палаты Олий Мажлиса Республики Узбекистан по вопросам охраны здоровья граждан при сотрудничестве с Министерством здравоохранения, представительством Всемирной организации здравоохранения в Узбекистане и Общественным фондом Ибн Сино. В мероприятии приняли участие представители государственных и общественных организаций, международные эксперты Европейского регионального бюро ВОЗ, структуры Campaign for Tobacco-Free Kids (США), Координационного совета по борьбе против табака при Министерстве здравоохранения России.

При сотрудничестве Законодательной палаты Олий Мажлиса, Общественного движения «Юксалиш», Союза молодежи Узбекистана и представительства ООН в нашей стране состоялся онлайн-диалог на тему «Глобальное сотрудничество и волонтерское движение в Узбекистане в период пандемии: сплоченность, гуманизм». Мероприятие организовано в рамках объявленной во всем мире кампании «ООН-75» в связи с 75-летием Организации Объединенных Наций. В нем приняли участие депутаты, представители соответствующих министерств и ведомств, институтов гражданского общества, молодежи.

По материалам УзА и интернета.

Организаторами и экспертами мероприятия выступили ученые Российской экономической академии имени Г.В.Плеханова и представители его филиалов в Ташкенте (Узбекистан), Минске (Беларусь), Ереване (Армения) и Улан-Баторе (Монголия). Цель «круглого стола» — обсуждение основных векторов экономического развития стран в условиях пандемии коронавируса COVID-19 и разработка стратегии выхода из сложившейся ситуации на примере опыта стран, представленных зарубежными филиалами РЭУ.

Среди участников online-мероприятия — руководство и представители вузов, органов государственной власти, министерств, ведомств, организаций, партнеры бизнес-среды, работодатели, научные работники, эксперты, молодые ученые, студенты, представители СМИ.

Проректор по дополнительному образованию и филиалам РЭУ имени Г.В.Плеханова, профессор А.Асаилов представил доклад, посвященный актуальным проблемам развития ряда регионов РФ в условиях пандемии.

Академик АН РУз К.Абдурахманов в своем выступлении подчеркнул, что пандемия коронавируса не обошла стороной и Республику Узбекистан: «Мы также, как и все остальные государ-

ства, ощущаем ее негативное влияние на национальную экономику. Оно уже отражается на росте ВВП. По итогам года ожидается дефицит бюджета и снижение инвестиционной привлекательности отдельных секторов экономики. Вместе с тем, руководство страны принимает достаточно кардинальные и затратные меры для смягчения последствий карантина. Об их эффективности нас проинформируют докладчики и выскажут свои мнения о возможных вариантах развития ситуации в будущем и путях преодоления коронакризиса».

Далее работа онлайн-круглого стола проходила в формате экспертных секций, сгруппированных по странам-участницам мероприятия.

Председатель Комитета по бюджету и экономическим реформам Законодательной Палаты Олий Мажлиса Республики Узбекистан Ш.Назаров рассказал о системных мерах по преодолению экономических последствий пандемии в регионах Узбекистана. В экспертных выступлениях прозвучали доклады первого заместителя министра занятости и трудовых отношений Республики Узбекистан Э.Мухитдинова, руководителя проекта «Проблемы формирования институциональных моделей управления территориальными образованиями

в условиях модернизации экономики» Министерства инноваций Республики Узбекистан, профессора ташкентского филиала РЭУ М.Хамидулина, директора филиала МГИМО в городе Ташкенте, профессора Б.Исламова.

По мнению ученых и экспертов в Узбекистане на первый план выходит вопрос рационального использования финансовых, трудовых и других ресурсов в регионах. Поэтапно возобновляется предпринимательская активность, прежде всего в неформальном секторе. Принятые правительством меры по поддержке бизнеса также охватывают стимулирование спроса населения, создан специальный благотворительный фонд по оказанию материальной помощи малообеспеченным и многодетным семьям. Снятие ограничительных мер при удержании распространения пандемии создаст условия для реализации оптимистичного сценария восстановления экономики.

Далее состоялись выступления представителей Беларуси, Армении и Монголии. Также были озвучены доклады ученых и экспертов из этих стран.

Резюмируя мероприятие, профессор А.Асаилов озвучил ожидаемые выводы о последствиях пандемии и экономическом развитии в разрезе стран-участниц «круглого стола».

Итоговые документы и рекомендации международной онлайн-встречи станут практической основой консолидации ученых в целях выработки конкретных мер по поддержке социально-экономического развития и смягчению влияния коронавируса на экономику. По итогам работы круглого стола планируется издание монографии и публикации совместных научных статей в наукометрических системах.

Фахри КАМАЛОВ.

Последний звонок — онлайн

В завершение учебного года в специализированной школе по углубленному изучению предметов направления информационно-коммуникационных технологий имени Мухаммада аль-Хорезми проведено онлайн-мероприятие «Последний звонок».

Директор и администрация школы провели онлайн-встречу с выпускниками 11-го класса. Присутствовавшим на ней кураторам были вручены почетные грамоты, а выпускники получили ценные наставления от преподавателей.

— В этом году не было возможности торжественно провести «Последний звонок», как это обычно принято. Но это не повод забыть о таком дне. Сегодня вас, вчерашних учеников

11-го класса, мы выпускаем во взрослую жизнь. Хочу поздравить всех выпускников 2019-2020 учебного года и пожелать больших успехов в реализации планов и идей, — сказала директор образовательного учреждения Хилола Умарова.

Отметим, что при специализированной школе по углубленному изучению предметов направления информационно-коммуникационных технологий имени Мухаммада аль-Хорезми открывается IT-центр, своего рода акселератор для выпускников. Таким образом, школа сможет и дальше координировать их деятельность, открывая хорошие возможности для стажировки и работы в ведущих IT-компаниях.

Нина КАЖАЕВА.

Время знаний

В условиях борьбы с невидимым врагом COVID-19 — серьезной угрозой, с которой столкнулся весь мир, в сфере образования велась продуктивная работа, чтобы наши дети, находясь дома, обучались дистанционно. Министерство народного образования смогло оперативно запустить трансляцию онлайн-уроков для учеников 1–11-х классов с инклюзией на 3-х языках.

Всем ученикам нашей школы и их родителям была дана информация об организации дистанционного учебного процесса. Педагогов экстренно осваивали новые формы и методы обучения, гибко подстраивали содержание традиционных учебных материалов под возможности дистанционного обучения.

Четвертую четверть мы продолжили онлайн-обучение с сайтом «Kundalik.uz». Директор школы О.Каримова и ее заместитель Л.Перетягина провели инструктаж с учителями по качественной организации проверки выполненных учениками заданий.

Для удобства общения с родителями были созданы группы в Telegram, где проходило обсуждение волнующих родителей вопросов относительно учебного процесса. На этой платформе можно было получить необходимую информацию и разъяснения, а также получать и отправлять задания в «Kundalik.uz».

Так как у меня трое детей, во время отпуска первым делом обеспечила свой дом всеми необходимыми средствами профилактики. Занималась самообразованием и поурочным планированием на 4-ю четверть для своевременного предоставления детям необходимых

материалов. Находила обучающие видеоролики, дидактический материал, а вечером проверяла домашние задания ребят. В апреле ученики активно принимали участие во Всероссийской предметной онлайн-олимпиаде «Время знаний».

С целью содержательного проведения свободного времени учащихся и реализации важных инициатив Президента Узбекистана в школе поставлена и воспитательная работа под руководством заместителя директора Ш.Ташматовой. Дистанционно проводятся разные конкурсы, в которых активно участвуют ученики 4 «Д» класса.

Ребята участвовали в конкурсах, посвященных международным дням детской книги, здоровья, космонавтики. Дню рождения великого полководца Амира Темура. С 1 мая продолжается конкурс видеороликов «Оставайтесь дома» на английском языке. Пропел конкурс рисунков и творческих работ, посвященных Дню памяти и почестей, международному дню семьи. Для этого ребята подготовили читательские дневники по сказкам и представили видео с пересказом и стихами. Вся воспитательная работа в школе освещается в канале «Школа 208».

В моем классе 37 учеников. Каждый день проверяла тетради, прослушивала звуковые сообщения и просматривала видеозаписи. Возникали и сложности с дистанционным обучением. Например, сайт «Kundalik.uz» иногда зависал. Ученики и родители не могли своевременно загрузить выполненные задания. Случалось, что некоторые ученики забывали пароль, а родители не могли им помочь. Но вместе мы справились с трудностями. Родители присылали видеоролики, в которых отражалась работа с детьми по реализации важных инициатив Президента Узбекистана.

Конечно, к концу рабочего дня уставала от работы с компьютером и непрерывного общения по телефону. Хочется уже увидеть детей. По моему мнению, онлайн-уроки — это отличная идея. Но так как нет живого общения, нельзя в полном объеме проконтролировать, как понял ребенок ту или иную тему. Дети и родители старались сделать все вовремя, советуюсь со мной. Поэтому мой телефон не умолкал. В общеклассном чате родители тоже помогали друг другу, особенно в тонкостях работы с «Kundalik». Бывает, что кто-то перепроверяет, но я учитель, и моя задача — спокойно объяснить и ребенку, и родителям.

Нам предстоит сделать глубокий анализ проведенной за это время работы, устранить упущения, недочеты и пробелы в знаниях учеников.

Фирюза АЛИМДЖАНОВА,
учитель
общеобразовательной школы № 208
Мирзо-Улугбекского района.
Город Ташкент.

Использование на уроках подлинных источников и реалий

В свете требований Концепции развития системы народного образования Республики Узбекистан до 2030 года, направленной на качественное обновление, совершенствование методов обучения, еще большую значимость приобретают профессиональное мастерство учителя, владение им новыми педагогическими технологиями, его творческий подход к преподаванию своего предмета.

В наши дни в арсенале учителя имеется множество методов и приемов, способствующих повышению эффективности преподавания, лучшему усвоению и запоминанию программного материала учащимися, в том числе использование на уроках подлинных источников и реалий.

К подлинным источникам относятся газеты, журналы, статьи, реклама, комиксы, аудио- и видеозаписи и многое другое. Реалии — это различные предметы из окружающей повседневной жизни, используемые в процессе обучения.

Вот некоторые примеры из

личного опыта работы по использованию подлинных источников и реалий на уроках английского языка как при объяснении нового материала, так и при его закреплении.

В 7-х и 9-х классах в программу включена тема «Advertising» («Реклама»). На первом уроке по этой теме, когда ученики знакомятся с новым материалом, использую настоящие красочные плакаты, газеты и журналы, содержащие различные виды рекламы; с помощью проектора показываю на экране рекламные видеоролики. В конце урока ребята получают за-

дание принести на следующий урок предметы, которые они хотели бы прорекламирровать. Обычно семиклассники приносят шампуни, соки, кофе, чай. Девятиклассники — мобильные телефоны, планшеты, наушники, фотокамеры, модную одежду. Все это рекламируется на английском языке, что вызывает огромный интерес у учащихся, способствует развитию устной английской речи.

Газеты и журналы также используются и в 8-х классах на уроке по теме «Mass media». Учащиеся воочию убеждаются в отличии таблоидов («gossip newspapers») — развлекательных газет от общественно-политических изданий («quality newspapers»). Это помогает лучше усвоить тему.

Также в программу включена тема «Music festivals» о фестивале в Уэльсе, являющемся давней традицией. На этом уроке предлагаю учащимся послушать в записи подлинное звучание арфы.

Детям очень нравится мелодичное звучание этого музыкального инструмента. В 9-м классе при ознакомлении с темой «The UK is a constitutional monarchy» предлагаю послушать национальный гимн Великобритании «God Save the Queen» в исполнении королевского хора. Это производит огромное впечатление на учащихся.

На уроке по теме «Painting and Sculpture» в 8-х классах использую репродукции картин всемирно известных художников. Также с помощью проектора на экран показываю видеозапись экспонатов из коллекций Третьяковской галереи, Эрмитажа, музея Гутенхайма, Государственного музея искусства Узбекистана и т.д.

На один из уроков по закреплению темы «Public holidays and traditions» («Народные праздники и традиции») в 8-м классе ученики принесли настоящие блины и пудинг, приготовленные по английскому рецепту, вкус которых по достоинству

оценили присутствовавшие на уроке.

На уроке в 7-м классе по теме «You should take medicine» учащиеся используют медицинские халаты, колпаки, фонендоскоп и другое, разыгрывают диалоги, используя эти реалии. А на уроке по теме «Olympic Games» приносят завоеванные ими награды — кубки, медали, специальную спортивную одежду, пояса дзюдоистов и другое.

В 6-х классах на уроке по теме «How much are they?» ученики инсценируют посещение супермаркета, используя натуральные овощи и фрукты.

Таким образом, использование подлинных источников и реалий неизменно вызывает интерес у учащихся и играет большую роль в эффективности обучения иностранному языку.

Майя САБИРОВА,
учитель общеобразовательной школы № 257 Юнусабадского района. Город Ташкент.

Современные педагогические технологии на занятиях английского языка

Современному обществу необходимы образованные, квалифицированные специалисты, отличающиеся мобильностью, динамизмом, истинные патриоты своей Родины, уважающие культуру, научные достижения, традиции других стран и народов.

Важнейшая часть образовательного процесса — личностно ориентированное взаимодействие учителя с учеником, которое требует совершенствования образовательных технологий. И изучение иностранных языков может рассматриваться как одно из важнейших средств гуманизации и гуманитаризации образования.

Современный урок английского языка невозможно представить и эффективно реализовать без применения современных образовательных технологий. Они помогают реализовать личностно ориентированный подход в обучении, обеспечивают его индивидуализацию с учетом способностей учеников и уровня их обученности.

Использование интернет-ресурсов дает возможность получения любой необходимой обучающимся и педагогам информации, страноведческий материал, новости из жизни молодежи, статьи из газет и журналов и т.д. На занятиях английского языка с помощью интернета можно решать целый ряд дидактических задач, формировать и совершенствовать умения и навыки чтения, письменной речи учащихся, пополнять их словарный запас, формировать мотивацию к изучению английского языка.

Проектная технология. Метод проектов позволяет обучающимся проявить самостоятельность в выборе темы, источников информации, способов ее изложения и презентации. Проект — это возможность обучающихся выразить

свои собственные идеи в удобной для них, творчески продуманной форме. Применение проектной методики на занятиях английского языка показало, что обучающиеся достигают хороших результатов в его изучении и имеют возможность применить на практике навыки по информатике.

Технология критического мышления. Основные методические приемы развития критического мышления: «Кластер», таблица, «мозговой штурм», интеллектуальная разминка, эссе, «Корзина идей»; «Знаю — хочу узнать — узнал»; ролевой проект.

Кейс-технология. Объединяя в себе одновременно ролевою игру, метод проектов и ситуативный анализ, она противопоставлена таким видам работы, как повторение за учителем, ответы на вопросы, пересказ текста и т.д.

Таким образом, применение современных образовательных технологий позволяет организовать образовательный процесс более продуктивно, эффективно, интересно, информационно насыщено. Применяя новые педагогические технологии на уроках, убедилась что процесс обучения английскому языку можно рассматривать с новой точки зрения и осваивать психологические механизмы формирования личности, добиваясь более качественных результатов.

Ш.ДЕХКАНОВА,
учитель
общеобразовательной школы № 7 города Намангана.

В современном мире не так много языков, которые смогли бы объединить миллионы людей со всех уголков света. Самым популярным для международного общения является английский язык. Одним из факторов его глобализации стало появление компьютера и интернета, без которых сегодня наша жизнь просто немыслима.

По коммуникативной методике

В настоящее время на английском говорят более 1 миллиарда людей во всем мире. Это всемирный язык бизнеса, образования, путешествий, молодежи и науки. По этой причине его изучение является жизненно необходимым, чтобы расти и развиваться в той или иной отрасли.

Существует огромное количество методов изучения английского языка, все они имеют право на существование, так как каждый человек индивидуален и выбирает подходящий для него вариант. Обучение иностранному языку предполагает использование в преподавании новых методов познания, а именно, использование компьютеров, аудио, видео и другой техники. Для формирования у учащихся навыков разговорной речи и восприятия аудиоматериалов на иностранном языке большую популярность приобрела коммуникативная методика, считающаяся сейчас самой эффективной. Она объединяет сразу два способа обучения: интенсивный и традиционный. При помощи коммуникативной методики можно преодолеть языковой барьер, на занятиях учатся применять язык в реальных жизненных ситуациях.

С помощью данного метода можно развивать все языковые навыки, в частности устную и письменную речь, чтение и аудирование. Основное правило использования этого метода — раскрепощенная обстановка, в которой учащийся сможет воспринимать процесс общения как душевную беседу.

Слова и правила объясняются при помощи рисунков, грамматических конструк-

ций, знакомой лексики и прочих инструментов обучения. Наиболее эффективными являются ролевые постановки, где в форме рассказа или сюжетной линии разыгрываются разные жизненные ситуации, например, покупки в магазине, знакомство, выбор маршрута передвижения и другие. С помощью таких игр учащиеся легко могут овладеть знаниями и навыками, которые позволяют им активно мыслить и раскрыть свой резервный потенциал. Кроме того, такие игры стимулируют интеллектуальную деятельность, помогают закрепить пройденный материал и скорректировать знания. Для формирования таких навыков необходимо закрепление в три этапа, а именно: усвоение базовых навыков, автоматизация их применения и развитие умений общения в свободных ситуациях.

На более продвинутом уровне можно организовывать более сложные игры по типу «мозгового штурма», тем самым расширять знания, развивать сообразительность и эрудицию, познавая культуру и традиции стран.

В данном методе обучения особая роль отводится ученику, где он сам открывает для себя способы познания, а учитель помогает скорректировать путь учащегося. Самое главное — развивать способности ученика, чтобы подготовить для общественной жизни самостоятельную и многогранно развитую личность.

Марина ПАВЛОВА,
учитель
общеобразовательной школы № 48 города Самарканда.

Моноцентр по оказанию услуг незанятому населению «Ишга мархамат» открыл первые курсы онлайн-обучения сварке. Курсы созданы в партнерстве с Uzbek-China Professional Training Center.

Применение международного опыта для повышения квалификации врачей Узбекистана обсудили Национальная палата инновационного здравоохранения и Белорусская медицинская академия последипломного образования «БелМАПО». В обсуждении также участвовали члены руководства Центра развития профессиональной квалификации медицинских работников Узбекистана, директора и специалисты территориальных подразделений Национальной палаты в областях страны.

Маршрутами образования

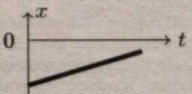
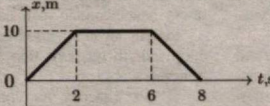
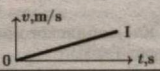
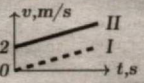
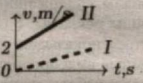
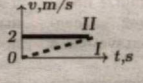
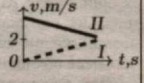
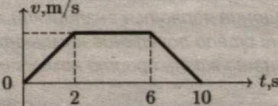
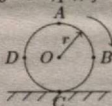
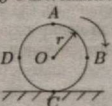
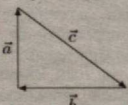
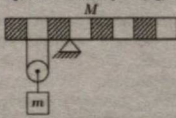
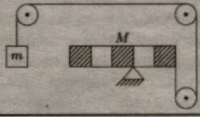
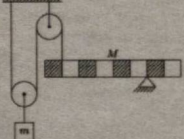
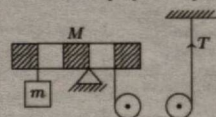
Ответом на требование времени стало начало действия созданного Торгово-промышленной палатой Узбекистана портала «Онлайн бизнес академия». Он включает в себя онлайн-учебники и учебные курсы по 7 направлениям развития цифрового обучения. В условиях пандемии жизнь еще раз доказала, насколько актуально цифровое образование, являющееся важным фактором экономического развития.

Филиал Российского государственного универ-

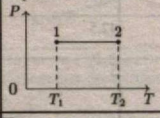
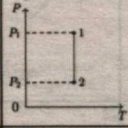
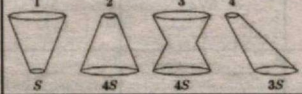
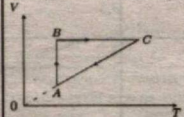
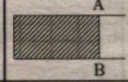
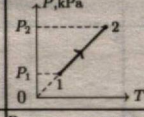
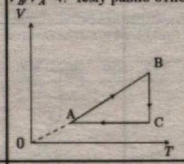
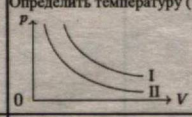
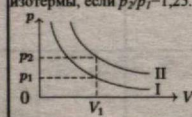
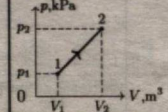
ситета нефти и газа имени И.М.Губкина в городе Ташкенте в этом году планирует открыть вечернее отделение. Планируется, что в 2020-2021 учебном году вуз примет 345 студентов, это на 85 больше, чем в прошлом году. Но в отличие от предыдущих лет общая квота распределена по двум формам обучения: очной и очно-заочной (вечерней). Так, 225 абитуриентов смогут поступить на очное, 120 — на заочное отделение. При этом 25 мест на очном отделении зарезервированы для выпускников регионального подготовительного отделения филиала в Кашкадарьинской области, прошедших отдельный конкурсный отбор.

По материалам
УзА и интернета.

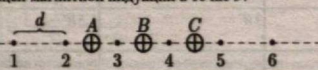
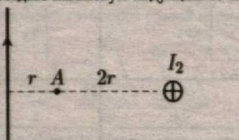
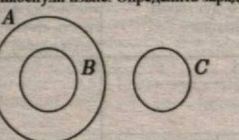

ФИЗИКА

№	Вопросы	A	B	C	D								
1.	Опишите характер движения. 	равномерное движение по оси x	равномерное движение против оси x	равноускоренное движение по оси x	равноускоренное движение против оси x								
2.	На рисунке изображен график зависимости координаты тела, движущегося по оси Ox , от времени. Определите перемещение (м) тела. 	0	20	60	30								
3.	Тело бросили с высокой башни вертикально вверх со скоростью 5 м/с. Найти перемещение (м) тела за 3 с. $g=10 \text{ м/с}^2$	30	40	35	45								
4.	Тело бросили вертикально вверх со скоростью 10 м/с. За какое время (с) тело вернется к исходной точке? $g=10 \text{ м/с}^2$	1	3	2	4								
5.	Прямолинейное равноускоренное движение материальной точки задано таблицей. На основе таблицы определить направление ускорения точки. <table border="1" data-bbox="159 662 422 732"> <tr> <td>t(s)</td> <td>0,6</td> <td>0,8</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>x(m)</td> <td>1</td> <td>0,8</td> <td>0,664</td> </tr> </table>	t(s)	0,6	0,8	1	x(m)	1	0,8	0,664	вдоль оси x	против оси x	ускорение перпендикулярно оси x	ускорение равно нулю
t(s)	0,6	0,8	1										
x(m)	1	0,8	0,664										
6.	Тело I движется без начальной скорости с ускорением a . Тело II движется с таким же ускорением и начальной скоростью 2 м/с. Укажите график скорости тела II. 												
7.	Средняя скорость тела на всем пути 7 м/с. Пользуясь графиком, определить максимальную скорость (м/с) тела на этом пути. 	10	12	15	14								
8.	Колесо катится с проскальзыванием, разные точки колеса имеют разные скорости: $v_A=5 \text{ м/с}$, $v_C=3 \text{ м/с}$, радиус $r=0,25 \text{ м}$. Определить угловую скорость (rad/s) колеса. 	8	12	16	18								
9.	Колесо катится с проскальзыванием, разные точки колеса имеют разные скорости: $v_A=5 \text{ м/с}$, $v_C=3 \text{ м/с}$. Найти скорость (м/с) точки C. 	1	-1	-3	0								
10.	Тело бросили вертикально вниз с высоты 300 м, и за третью секунду оно пролетело 45 м. За какое время (с) тело упадет на землю? $g=10 \text{ м/с}^2$	6	7	8	5								
11.	Тело вначале двигалось по прямой. Как будет двигаться тело под действием трех сил \vec{a} , \vec{b} , \vec{c} , векторы которых образуют треугольник? Какое утверждение о дальнейшем движении тела верно? 	тело движется равноускоренно	тело движется равнозамедленно	тело движется по инерции с начальной скоростью	тело движется с переменным ускорением								
12.	Скорость машины 20 м/с, диаметр колеса 0,5 м. Найти нормальное ускорение (м/с ²) верхней точки колеса.	1600	800	600	242								
13.	Однородный стержень массой $M=12 \text{ кг}$, как показано на рисунке, приведен в равновесие. Определить массу M (kg). Массой блока пренебречь. 	8	4	6	10								
14.	Однородный стержень массой M приведен в равновесие массой $M=2,5 \text{ кг}$ с помощью блоков, как показано на рисунке. Определить массу M (kg). 	10	5	7,5	4								
15.	Однородный стержень массой M приведен в равновесие грузом массой $M=3,2 \text{ кг}$, как показано на рисунке. Определить массу M (kg). Массой блока пренебречь. 	4	2,56	1,6	3,5								
16.	Однородный стержень массой M и тело массой $M=1 \text{ кг}$ приведены в равновесие нитью и блоками, как показано на рисунке. Определить массу M (kg), если натяжение нити 45 N. $g=10 \text{ м/с}^2$. 	5	2,5	0,5	3								

17.	Однородный стержень приведен в равновесие пружины и телом массой 2,8 kg, как показано на рисунке. Растяжение пружины 3,5 см, ее жесткость 1 kN/m. Найти массу стержня (kg). $g=10 \text{ m/s}^2$.	2,8	1,4	2,6	1,8
18.	Коэффициент трения санок об мерзлую землю равен 0,04. Санки спускаются с горки высотой 1,8 m и остановятся на 10 m. На какое расстояние (m) еще проедут санки по горизонтальной земле?	35	32,5	40	42,5
19.	Тело привязано к нити длиной $L=2 \text{ m}$. Какую минимальную скорость $v_0 \text{ (m/s)}$ нужно придать телу в нижней точке, чтобы оно вращалось вокруг точки O по окружности в вертикальной плоскости? $g=10 \text{ m/s}^2$	10	$\sqrt{80}$	$\sqrt{40}$	5
20.	Пружинный маятник, лежащий на горизонтальной плоскости, колеблется с амплитудой A . Материальное тело маятника при прохождении точки равновесия имеет кинетическую энергию 28 J. Чему равна кинетическая энергия (J) маятника в момент, когда его смещение равно $A/2$?	21	7	14	28
21.	Масса первой машины в 2 раза больше массы второй, а кинетическая энергия в 2 раза меньше. Если каждая из них увеличит скорость на 8 m/s, их кинетические энергии сравняются. Найти начальную скорость (m/s) первой машины.	$4\sqrt{2}$	$8\sqrt{2}$	$6\sqrt{2}$	$3\sqrt{2}$
22.	Вагон массой 20 t, движущийся со скоростью 0,3 m/s, догонит вагон массой 30 t, движущийся со скоростью 0,2 m/s. Сколько (%) механической энергии теряет система, если столкновение неупругое?	4	12	8	18
23.	Масса лодки 150 kg, масса мальчика, находящегося в лодке, 60 kg. При переходе мальчика с кормы на нос лодки, лодка из состояния покоя сдвинулась на 0,8 m. Чему равна длина (m) лодки?	2,8	3,0	3,2	3,5
24.	Тело массой 2 kg закреплено на конце пружины и колеблется на горизонтальной плоскости с амплитудой A_1 . При прохождении тела через точку равновесия на него положили второе тело массой m . В результате два тела стали колебаться с амплитудой A_2 . Если $\frac{A_1}{A_2} = \frac{\sqrt{3}}{\sqrt{2}}$, найти массу $m \text{ (kg)}$.	1	3	2	4
25.	Уровни воды в сообщающихся сосудах вначале были равны. Как изменятся уровни воды, если в первый сосуд положить кусок льда?	оба уровня поднимутся одинаково	поднимется уровень только в первом сосуде	поднимется уровень только во втором сосуде	уровень во втором сосуде поднимется несколько выше
26.	Известно, что $g=9,8 \text{ m/s}^2$. Выразите эту величину в единицах sm/s^2 .	980	98	0,98	0,098
27.	Радиус нейтронной звезды 10 km, плотность 10^{17} kg/m^3 . Какова ее масса (kg)? $\pi=3$	$4 \cdot 10^{29}$	$4 \cdot 10^{30}$	$4 \cdot 10^{28}$	$4 \cdot 10^{27}$
28.	Гармонические колебания заданы уравнением $x=A\sin(\pi t/3)$. Чему равна максимальная скорость колебаний?	$\pi A/3$	$2\pi A/3$	$4\pi A/3$	$4\pi A/5$
29.	На некоторой планете математический маятник длиной 0,6 m колеблется с циклической частотой 4 rad/s. Определить ускорение (m/s^2) свободного падения на этой планете.	9,6	20	14,4	24,5
30.	Материальная точка колеблется по закону $x=A\cos(\pi t/8)$, и движение начинается при $t=0$. При каком значении t путь точки будет равен $1,5A$?	16/3	20/3	19/3	6
31.	Периоды колебаний двух маятников $T_I=3 \text{ s}$ и $T_{II}=2 \text{ s}$, их начальные положения изображены на рисунке. Сколько еще раз эти маятники займут первоначальное положение за 50 s?	8	10	6	4
32.	Материальная точка колеблется гармонически в вертикальном направлении с периодом 3 s, в горизонтальном направлении с периодом 4 s. Если при $t=5 \text{ s}$ точка прошла через точку положения равновесия, то при каком минимальном $t \text{ (s)}$ материальная точка еще раз пройдет через эту точку?	11	6	12	17
33.	Два тела с равными массами соединены пружиной жесткостью $k=500 \text{ N/m}$, систему равномерно тянут, как изображено на рисунке, силой $F=20 \text{ N}$. Определить растяжение (см) пружины. Коэффициент трения двух тел одинаков.	2	4	3	5
34.	Тело массой 2 kg тянут по горизонтальной поверхности силой 10 N под углом 37° к горизонту (вверх). Найти ускорение (m/s^2) тела, если коэффициент трения между телом и поверхностью 0,2. $g=10 \text{ m/s}^2$, $\sin 37^\circ=0,6$	2,6	2	3,2	1,4
35.	На дне цилиндрического сосуда с водой имеется очень малое отверстие, вода вытекает из него со скоростью 2 m/s. С какой скоростью (m/s) будет вытекать вода из отверстия, если в сосуд положить плавающее тело массой 1 kg? Площадь основания цилиндра 100 cm^2 , $g=10 \text{ m/s}^2$.	$\sqrt{6}$	$\sqrt{5}$	3	4
36.	На дне цилиндрического сосуда с водой имеется очень малое отверстие, вода вытекает из него со скоростью 2 m/s. Если в сосуд положить плавающее тело массой m , скорость течения воды из отверстия станет $\sqrt{6} \text{ m/s}$. Найти $m \text{ (kg)}$. Площадь основания цилиндра 100 cm^2 , $g=10 \text{ m/s}^2$.	1	2	3	1,5
37.	На столе стоят два одинаковых цилиндрических сосуда, уровень воды в которых 20 см и 40 см. Какую работу (J) выполнит сила тяжести, если сосуды соединить гибким шлангом? Площадь основания каждого цилиндра 1 m^2 , $\rho_{\text{вода}}=1 \text{ g/cm}^3$, $g=10 \text{ m/s}^2$.	100	200	400	50
38.	Скорость течения воды в трубе AC равна 6 m/s, в трубе BC - 4 m/s. Найти скорость воды (m/s) в этой трубе, если сечение трубы CD равно S.	4	2	8	6
39.	«Теория, объясняющая тепловые и иные внутренние свойства вещества на основе представления о строении вещества из непрерывно и беспорядочно движущихся частиц, называется...» Выберите правильный ответ.	молекулярно-кинетической теорией	термодинамикой	тепловой теорией	квантовой теорией

40.	Найдите массу (u) молекулы N_2O_3 . $A_r(N)=14$ и, $A_r(O)=16$ и	76	30	74	2
41.	Сравните количество молекул в 1 mol водорода и в 1 mol кислорода.	$N_1=N_2$	$N_1=16N_2$	$16N_1=N_2$	$N_1=8N_2$
42.	При изобарическом расширении одноатомного идеального газа газ выполнил против внешних сил работу 96 кJ. Найти количество тепла (кJ), поглощенного газом.	240	192	160	120
43.	Какое количество тепла (кJ) нужно изохорически передать газу, чтобы увеличить его внутреннюю энергию на 144 кJ?	144	240	360	288
44.	При переходе идеального газа из первого состояния во второе его объем изменился на $\Delta V=6$ м ³ . Определить начальный объем (м ³) газа, если $T_1=300$ К, $T_2=900$ К. 	3	9	2	6
45.	При переходе идеального газа из первого состояния во второе его объем изменился на $\Delta V=6$ м ³ . Определить начальный объем (м ³) газа, если $p_1=90$ кPa, $p_2=30$ кPa. 	3	9	5	7
46.	На рисунке изображены сосуды равного объема, но разной площади основания. В сосудах находится кислород равной массы и температуры. Сравнить давление в сосудах. 	$p_1 > p_2 > p_3 > p_4$	$p_1 < p_4$	$p_1 = p_2 = p_3 = p_4$	$p_1 = p_2 < p_3 < p_4$
47.	Над идеальным газом производится цикл ABCA. Сравните давление газа в точках A, B и C. 	p_B	$p_A = p_C < p_B$	$p_A < p_B < p_C$	$p_C < p_B < p_A$
48.	Конеч капиллярной трубки опущен в ртуть, коэффициент поверхностного натяжения ртути 0,51 N/m, плотность 13,6 г/см ³ . Ртуть не смачивает материал капилляра. Чему равен внутренний радиус (мм) капилляра, если уровень ртути внутри капилляра находится ниже уровня внешней ртути на 5 мм? $g=10$ м/с ² .	1,5	0,75	0,37	0,19
49.	В воде ($\sigma=0,073$ N/m) разница уровней в двух капиллярах 2,6 см, а в спирте ($\rho=790$ кг/м ³) разница уровней составляет 1 см. Чему равен коэффициент поверхностного натяжения (N/m) спирта? $g=10$ м/с ² .	0,022	0,033	0,044	0,055
50.	Из капилляра радиусом 1 mm отсчитали 2000 капель воды ($\sigma_{\text{возд}}=0,073$ N/m). Определить их общую массу (г). $\pi=3$, $g=10$ м/с ² .	87,6	43,8	65,7	98,2
51.	Из проволоки изготовлена рамка прямоугольной формы, одна сторона рамки (AB) – подвижная. Рамку окунули в мыльный раствор ($\sigma=0,04$ N/m), а затем, сдвигая подвижную сторону на 8 см вправо, выполнили работу 1,28 мJ. Найти длину (см) подвижной стороны рамки. 	20	10	40	30
52.	Газообразный гелий сначала изохорически нагрели, затем изобарически охладил до начальной температуры. Во втором процессе выделилось 35 J тепла. Сколько тепла (J) поглотил газ в первом процессе?	21	42	14	35
53.	Начальный объем одноатомного идеального газа $V_1=0,5$ м ³ , давление 65 кPa. Газ переходит из 1-го состояния во 2-е так, как показано на рисунке, и конечное его давление $p_2=135$ кPa. Какое количество тепла (кJ) поглотил газ? 	35	52,5	87,5	70
54.	В некотором процессе давление идеального газа уменьшилось на 60%, объем увеличился на 50%. Какой будет внутренняя энергия (кJ) газа в конце процесса, если в начале была 24 кJ?	14,4	40	20	7,2
55.	Над идеальным газом производится цикл ABCA. Отношение объемов газа в точках B и A равно $V_B/V_A=4$. Чему равно отношение внутренних энергий газа U_C/U_A в точках C и A? 	4	2	16	8
56.	Над газом совершили два изотермических процесса. В первом процессе внутренняя энергия была равна 140 кJ. В двух случаях температуры отличаются на 125 К, внутренние энергии – на 35 кJ. Определить температуру (°C) во втором случае. 	375	102	625	352
57.	Над 4 mol одноатомного идеального газа совершили два изотермических процесса, как изображено на рисунке, внутренняя энергия в них отличалась на 8,31 кJ. Какова температура (K) первой изотермы, если $p_2/p_1=1,25$. 	400	667	333	500
58.	Одноатомный идеальный газ переходит из 1-го состояния с давлением $p_1=24$ кPa и объемом $V_1=5$ м ³ во 2-е состояние с давлением $p_2=48$ кPa и объемом $V_2=10$ м ³ . Какое количество тепла (кJ) поглотил газ? 	180	540	720	360

59.	На расстоянии 2 см от точечного заряда потенциал электрического поля равен -2 В. Чему равна напряженность электрического поля (В/м) в этой точке?	100	50	400	10
60.	Шар с зарядом q имеет потенциал ϕ . Какой заряд нужно передать шару, чтобы увеличить потенциал шара на 3ϕ ?	$3q$	$2q$	$-3q$	q
61.	Два одинаковых шара M и N подвешены диэлектрическими нитями одинаковой длины. Шару M придали заряд q , а шару N – заряд $5q$. Сравните углы отклонения нитей шаров от вертикали.	$\alpha = \beta$	$\alpha = 5\beta$	$5\alpha = \beta$	$\sqrt{5}\alpha = \beta$
62.	Два конденсатора образуют последовательную батарею. Батарею подсоединили к источнику ЭДС и батарея набрала электрическую энергию W . Какую энергию при этом затратил источник питания?	$2W$	W	$3W$	$1,5W$
63.	Ток течет от точки A к точке B . Сравнить потенциалы точек M, N, L и K .	$\phi_M = \phi_N < \phi_L < \phi_K$	$\phi_M = \phi_N > \phi_L > \phi_K$	$\phi_M > \phi_N > \phi_L > \phi_K$	соответственно сопротивлениям могут быть различные значения
64.	Какая из приведенных цепей позволяет получить напряжение 7 В? $\epsilon_1 = 6$ В, $\epsilon_2 = 4$ В, $\epsilon_3 = 3$ В				
65.	Потребители сопротивлениями $R_1 = 2 \Omega$ и $R_2 = 4 \Omega$ соединены последовательно к источнику тока. Первый потребитель использовал $Q_1 = 13$ Дж энергии. Какую энергию (Дж) использовал второй потребитель?	26	6,5	13	65
66.	Определить общее сопротивление (Ω) цепи, если $R_1 = R_2 = R_3 = 9 \Omega$.	18	27	4,5	3
67.	Цилиндрический проводник растягивается прессом, при этом длина проводника увеличилась на 0,2%. На сколько процентов увеличилось сопротивление проводника? (Плотность проводника неизменна.)	0,4	0,2	0,8	1,2
68.	Две лампы с вольфрамовыми элементами накаливания подсоединены к сети постоянного напряжения параллельно, при этом первая лампа горит ярче. Как они будут гореть, если их соединить в сеть последовательно?	вторая будет гореть ярче	первая будет гореть ярче	обе будут гореть одинаково	сначала ярче будет гореть вторая лампа, затем первая
69.	Определить соотношения между токами I_1, I_2, I_3 , если $R_1 = R, R_2 = R, R_3 = 2R$.	3:2:1	3:1:2	1:2:3	1:3:2
70.	В электрической цепи все сопротивления равны R . Определить сопротивление цепи между точками A и B .	$5R/11$	$R/3$	$5R/6$	$5R/7$
71.	В электрической цепи все сопротивления равны. К точкам A и B цепи подали внешнее напряжение. Какой ток (A) покажет второй амперметр, если первый амперметр показывает 3 А?	1	3	3/2	6
72.	Определить ϵ (В), если показание амперметра 2 А и $R = 0,5 \Omega$. Внутреннее сопротивление источника тока равно нулю.	3	1	2	4
73.	Два кольца из разных проводников с центрами в точках O_1 и O_2 соединены как показано на рисунке. Чему равен полный ток (A) в цепи, если по дуге ANB течет ток 2 А и через дугу AMB течет ток 3 А?	10	15	15/2	5
74.	Электролиз продолжался 4 часа, при этом на катоде выделялось 16 г серебра. Электрохимический эквивалент серебра 1,118 мг/С. Чему равна сила тока (А) электролиза?	1	2	3	1/2
75.	В три электролитические ванны A, B, C залиты одинаковые растворы, и они соединены, как показано на рисунке. За некоторое время на катоде ванны A выделилось 5 г, на катоде ванны C выделилось 8 г вещества. Сколько грамм такого вещества выделилось на катоде ванны B ?	3	13	40/13	40/3
76.	В ванну A залит раствор с ионами Si^{2+} , в ванну B раствор с ионами Ag^+ , в ванну C раствор с ионами Al^{3+} и ванны соединены в электрическую сеть, как изображено на рисунке. За некоторое время на катоде ванны A выделилось 54 атомов Si , на катоде ванны B 102 атомов Ag . Сколько атомов Al выделилось на катоде ванны C ?	70	156	129	52

77.	В поле с магнитной индукцией B вращается протон массой m со скоростью v . Какой формулой определяется радиус его вращения?	$\frac{mv}{eB}$	$\frac{mv^2}{eB}$	$\frac{mv}{B}$	$\frac{2mv}{eB}$										
78.	Заряд аккумулятора составляет 30 А·ч, ЭДС 12 В. Какую энергию (кДж) хранит аккумулятор?	1296	1728	1944	2376										
79.	В растворе находится ионы золота Au^{3+} . Сколько граммов золота выделится на катоде, если через него пройдет $0,91 \cdot 10^{22}$ элементарных зарядов? Молярная масса золота 197 г/моль.	1	100	10	0,001										
80.	По трем прямым, бесконечным, параллельным проводникам A, B, C в одну сторону текут равные токи I . Первый проводник на расстоянии d образует магнитную индукцию B . Чему равен модуль общей магнитной индукции в точке 3? 	$3B/2$	$2B/3$	$5B/2$	$5B/30$										
81.	В магнитном поле с индукцией B со скоростью v вращается протон массой m . Какая формула описывает период его вращения?	$\frac{2\pi m}{eB}$	$\frac{\pi m}{eB}$	$\frac{2m}{eB}$	$\frac{2\pi}{eB}$										
82.	Магнитный поток индуктивной катушки 60 мВб, энергия магнитного поля 180 мДж. Чему равна сила тока (А) в катушке?	6	5	3	4										
83.	По двум перпендикулярным прямым бесконечным проводам текут равные токи. Если ток I_1 в точке A создает магнитную индукцию 10 мТл, чему равна в этой точке общая магнитная индукция (мТл)? 	$\sqrt{125}$	$\sqrt{500}$	15	5										
84.	Два одинаковых шара имеют заряды q и $2q$ и находятся на некотором удалении друг от друга. В точке A каждый шар образует потенциал φ . Каким станет потенциал этой точки, если шары соединить тонким проводником?	$\frac{9}{4}\varphi$	$\frac{3}{2}\varphi$	3φ	2φ										
85.	Сфера B находится внутри сферы A , для радиусов сфер имеют место соотношения $R_A = 2R_B = 2R_C$. Заряды сфер $q_A = 0, q_B = +18q, q_C = -3q$. Сферу B прикоснули к сфере A изнутри, а затем сферу C прикоснули извне. Определить заряды сфер A, B, C в конце процесса. 	$+10q, 0, +5q$	$+6q, +6q, +3q$	$+7q, +4q, +4q$	$+9q, +3q, +3q$										
86.	Сфера B находится внутри сферы A , для радиусов сфер имеют место соотношения $R_A = 2R_B = 2R_C$. Заряды сфер $q_A = +6q, q_B = +3q, q_C = 0$. Сферу B прикоснули к сфере A изнутри, а затем сферу C прикоснули извне. Определить заряды сфер A, B, C в конце процесса. 	$+6q, 0, +3q$	$+4q, +3q, +2q$	$+5q, +2q, +2q$	$+7q, +q, +q$										
87.	На резисторе с сопротивлением 9 Ω в цепи переменного тока выделяется средняя мощность 36 Вт. Частота тока 50 Гц. Какое из следующих выражений правильно описывает изменение тока (А) в цепи?	$i = 2\sqrt{2} \sin(100\pi t)$	$i = 2\cos(100\pi t)$	$i = 2\sqrt{2} \sin(50\pi t)$	$i = 2\cos(50t)$										
88.	Через катушку с индуктивностью 25 мГн проходит переменный ток $i = 4 \cos(100\pi t)$ [А]. По какому закону меняется напряжение (В) на концах индуктивной катушки?	$u = 10\pi \cos(100\pi t + \frac{\pi}{2})$	$u = 10\pi \cos(100\pi t - \frac{\pi}{2})$	$u = 10\pi \cos(100\pi t)$	$u = -10\pi \cos(100\pi t)$										
89.	Период электромагнитных колебаний идеального колебательного контура 2,5 μ с. Из объема плоского конденсатора вытаскили вещество с диэлектрической проницаемостью 6,25. Каким станет частота свободных электромагнитных колебаний (МГц) колебательного контура?	1	0,8	1,2	1,6										
90.	В одной инерциальной системе отсчета масса покоя частицы m . Чему равна масса покоя этой частицы в инерциальной системе отсчета, которая движется со скоростью $0,2c$ относительно первой? c - скорость света.	m	$10m / \sqrt{96}$	$5m$	$10m / \sqrt{48}$										
91.	Кинетическая энергия частицы 2,25 ТДж при скорости 0,6с. Определить ее энергию (ТДж) покоя. c - скорость света в вакууме.	9	4,5	6	3										
92.	Собственная длина тела 1,6 м. Чему равна скорость тела, если его длина сократилась на 32 см? c - скорость света в вакууме.	0,6с	0,8с	0,7с	0,5с										
93.	Частица со скоростью 0,6с имеет полную энергию E . Чему будет равна его энергия при скорости $0,8c$? c - скорость света.	$\frac{4E}{3}$	$\frac{3E}{4}$	$\frac{5E}{3}$	$\frac{5E}{4}$										
94.	Рассматриваются два фотона, импульс второго фотона в два раза больше. Какова скорость второго фотона, если скорость первого равна c ?	c	$2c$	$c/2$	$2,25c$										
95.	Чему равна оптическая сила (дптр) линзы с фокусным расстоянием 20 см?	5	-5	10	-10										
96.	Исследователь определил, что свет распространяется в неизвестном ему веществе со скоростью $1,24 \cdot 10^8$ м/с. Пользуясь таблицей, определите, какое это вещество. В таблице даны вещества и их показатели преломления. Скорость света в вакууме $3 \cdot 10^8$ м/с. <table border="1" data-bbox="151 1847 295 1975"> <thead> <tr> <th>вещество</th> <th>n</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>вода</td> <td>1,33</td> </tr> <tr> <td>стекло</td> <td>1,5</td> </tr> <tr> <td>рубин</td> <td>1,76</td> </tr> <tr> <td>алмаз</td> <td>2,42</td> </tr> </tbody> </table>	вещество	n	вода	1,33	стекло	1,5	рубин	1,76	алмаз	2,42	вода	алмаз	рубин	стекло
вещество	n														
вода	1,33														
стекло	1,5														
рубин	1,76														
алмаз	2,42														
97.	Рассеивающая линза ($F_1 = -12$ см), предмет и собирающая линза ($F_2 = 12$ см) расположены на общей оптической оси линз. Предмет находится на расстоянии 24 см от каждой линзы. Найти расстояние (см) между двумя изображениями предмета.	64	80	96	72										
98.	С помощью тонкой собирающей линзы с фокусным расстоянием 16 см получили мнимое изображение предмета с увеличением в 2 раза. Определить расстояние (см) от линзы до изображения.	16	24	12	8										
99.	Фокусное расстояние тонкой рассеивающей линзы -20 см. Точка находится на расстоянии 25 см от линзы и $9/4$ см от главной оптической оси. На каком расстоянии (см) от этой оси образуется изображение точки?	1	9/4	81/16	2										
100.	Активность радиоактивного препарата уменьшилась в 8 раз за 12 лет. За какой период (год) активность препарата уменьшится в 2 раза?	4	8	2	1										

Вот уже четвертый год мы встречали Навруз без Героя Узбекистана, народного поэта Абдуллы Арипова. Человек ко всему привыкает, привыкли и мы. Но боль утраты дает о себе знать. Если бы Абдулла Арипов был жив, то 21 марта ему исполнилось бы 79 лет. Что ж, возраст приличный, но достижимый.

Вспоминая великого наставника

На недавней встрече, посвященной памяти Абдуллы Арипова, которая прошла в Военно-техническом институте Национальной гвардии Республики Узбекистан, супругу автора бессмертных строк государственного гимна Ханифу Мустафаву спросили: «Сколько лет прожил отец поэта, Убайдулла Арипов?» Она ответила: «Отец поэта прожил на этом свете 95 лет. А его тетья Норбува прожила все сто лет. Вообще, их род сложился в Касане своими долгожителями. Я тоже думала, что Абдулла-ака доживет до девяноста лет. Но бог рассудил иначе». Мы не случайно задали этот вопрос, было интересно узнать, как долго мог прожить на этой земле великий сын узбекского народа Абдулла Арипов. Но от судьбы не убежишь, что случилось, то случилось. А мы мысленно предаемся своим мечтаниям, как будто поэт жив и он творит если не с удвоенной энергией, то усиленно, открываясь теми реформами, которые происходят в разных сферах общественно-политической жизни нашей страны за последние четыре года. Как бы он обрадовался тому вниманию, которое уделяет Президент Шавкат Мирзиёев чтению книг, распространению книжной продукции для всех слоев населения. Так же поэт был бы рад государственной политике в деле воспитания подрастающего поколения в духе любви к Родине, к своему народу и родному языку.

Все, о чем он мечтал, сейчас стало нормой жизни узбекистанцев. Особенно был бы рад поэт тем реформам, которые происходят в сфере высшего образования. Абдулла Арипов постоянно сокрушался о бедственном, а то и нищенском положении преподавателей, учителей, когда профессия педагога стала неуважаемой и деградировала. В конце концов, это и стало большим подспорьем для процветания коррупции в сфере высшего образования и образования вообще. В своем стихотворении, посвященном преподавателям, он критиковал существующие порядки и говорил, что не за горами то время, когда на одну зарплату учителя можно будет нормально прожить, и что даже офицеры будут с белой завистью смотреть на работников сферы образования.

В настоящее время нам так не хватает любимого поэта, который своими философскими рассуждениями помогал бы в достижении цели по построению великого, нового Узбекистана. В отличие от других поэтов, которые гнались за красивыми рифмами и красноречием, его стихи всегда были насыщены жизнеутверждающим пафосом и глубокой философией.

Будучи гражданским человеком, Абдулла Арипов очень уважал людей, которые носят погоны. Никогда не отказывал на просьбы офицеров о проведении творческих встреч. Так, он часто приезжал в Академию МВД на мероприятия, посвященные различной тематике. И всегда спрашивал: «Какие новости в нашей академии?» В 2012 году курсант третьего курса Нодиржон Шукуров стал победителем республиканской олимпиады по юриспруденции, которая проходила в Наманганском государственном университете среди юридических вузов и факультетов. Услышав эту новость, он был очень рад и написал статью об этом в газете «Постда». Дело в том, что Нодиржон поэт заметил еще 10 марта 2010 года, когда тот красиво и выразительно прочитал его поэму «Узбекистон» на встрече в центре духовности Академии МВД. Герой Узбекистана, увидев божий дар молодого курсанта, со слезами на глазах сказал своим ученикам-поэтам Зкрилло Неймату и Рустаму Мусурману: «Это же самородок! Такие дарования редки и их даже с огнем не найдешь на филологическом факультете...» Для нас это была большая честь — услышать такое признание народного поэта.

Время летит, вот уже почти четыре года как нет с нами великого наставника, наставлений и поучений которого так не хватает сегодня. Но светлая память о нем будет всегда жить в сердцах миллионов почитателей его таланта. Говоря стихами А.С.Пушкина, которого Абдулла Арипов любил, «он памятник себе воздвиг нерукотворный, к нему не зарастет народная тропа!»

Тулкин САЙДАЛИЕВ,
доцент, подполковник в отставке.
Улугбек ЮНУСОВ,
заместитель
начальника кафедры,
полковник.

Во имя жизни на земле

Утром 15 ноября капитан Равиль Васильев как обычно встал очень рано. Сделав физзарядку, умылся, быстро, по-военному, позавтракал и почему-то попросил супругу Гульнару сфотографировать его во весь рост. Потом подошел к кровати спящей дочери и нежно поцеловал ее.

Семья капитана была небольшой: он, супруга и четырехлетняя дочка Рината. Равиль очень любил родных, особенно трепетно относился к дочурке. Попрошавшись с супругой, он отправился на службу. Служил Равиль в одном из элитных подразделений спецназа МВД, расположенном под Ташкентом, был на хорошем счету у командования внутренних войск и руководства МВД. На службе капитана Васильева очень ценили как грамотного специалиста по физической подготовке. Постоянно работая над собой, того же он требовал от подчиненных. И в результате, они всегда получали призовые места в разных спортивных мероприятиях, проводимых в системе МВД, и межведомственных соревнований.

В тот день Равиль прибыл на место службы немного раньше обычного. Но как только он прошел через КПС, подали сигнал тревоги на срочные сборы. Это не удивило: в мире происходят вылазки международных террористов. Капитан Васильев был готов к любому повороту событий. Была дана команда срочно выехать в город Янгиабат под Анgréном. Группа террористов, прошедших обучение в лагерьях по подготовке боевиков в Афганистане и Чечне, перешла границу и просочилась на территорию Узбекистана. Произошло боевое столкновение, погибли сотрудники местного ГОВД.

Руководство МВД во главе с генерал-полковником Закиржомом Алматовым приняло решение провести войсковую операцию по ликвидации террористов. Оперативно были опелены горные районы, где могли находиться бандиты. Всякая полицейская операция отвергалась. Боевиков было около пятнадцати человек. Часть бандитов спрятались в дачных поселках возле города Янгиабада, некоторые ушли в горы. Было принято решение провести зачистку дачного поселка «Родничок». В первый день министр МВД провел совещание с личным составом и предупредил присутствующих, чтобы они берегли людей. В березовой роще спецназовцы уничтожили 8 укрывавшихся в лесу боевиков. У них было изъято оружие — автоматы и пистолеты, гранаты. Задача по ликвидации остальных боевиков была очень трудной. Не было известно их месторасположение, и местность была пересеченной. Другая часть боевиков затаилась, что говорило о тщательной подготовке террористов, которых обучали зарубежные эмиссары. Для этого и нужно было провести зачистку домов дачного поселка. Первый день результатов не дал. Во второй день, 23 ноября 1999 года, начали прорываться расположенные ниже дачные до-

мики. Один за другим обходили их наши бойцы, проверяя каждый угол и куст поселка. На его окраине стоял двухэтажный домик, как оказалось, в нем затаились бандиты. После обнаружения террористы открыли шквальный огонь, не жалея патронов и гранат. Завязалась ожесточенная перестрелка. Пришлось прибегнуть к помощи крупнокалиберного пулемета на БТР, который накрыл огневые точки боевиков. Укрепившись под защитой железобетона в бассейне, они начали прицельный огонь. Спецназовцы были видны им как на ладони. Капитан Равиль Васильев и его отделение оказались у переднего края. Надо было отвлечь внимание боевиков, чтобы бойцы высочили из зоны поражения противника. Капитан Васильев молниеносно принял решение и, чтобы спасти подчиненных, стал прикрывать их отход в безопасное место. Это удалось, бойцы отошли за стену дома. Но сам командир не смог уйти от пуль бандитов, упал от автоматной очереди. Наверное, в последние минуты перед его взором прошли любимые лица матери, отца, супруги и дочери, друзей, сослуживцев. Он понимал, что погибает за светлое будущее дочери, защищая ее от посягательства средневекового мракобесия.

Капитан Равиль Васильев поступил как настоящий командир и офицер. Ценой жизни сохранил жизнь своих подчиненных, и благодаря его героизму они разгромили боевиков. Светлая память о Равиле Васильеве будет жить в сердцах его родных, сослуживцев и друзей.

Правительство высоко оценило подвиг офицера МВД. Он был посмертно награжден медалью «Жасорат», его именем названа улица в городе Чирчике, где он жил. В 2018 году в чирчикской общеобразовательной школе № 15, где он учился и работал учителем физкультуры, в канун Дня памяти и почестей был установлен бюст героя.

Прошли годы, многие сослуживцы капитана Васильева ушли на заслуженный отдых. Но ежегодно 23 ноября и 9 мая они собираются вместе, чтобы вспомнить героя, который навечно остался молодым капитаном. Его подвиг навсегда сохранится в памяти узбекского народа. А его дело достойно продолжат дочь — лейтенант Рината Васильева, которая после окончания Академии МВД служит в одном из подразделений УВД Ташкентской области.

Гайрат МИРЗАЖОНОВ,
заместитель начальника кафедры,
полковник.
Дилмурод ИРГАШЕВ,
старший преподаватель,
подполковник.

Военно-технический институт Национальной гвардии Республики Узбекистан.

Подвиг односельчан не забыт

В этом году прогрессивное человечество торжественно отметило 75-летие Великой Победы над фашизмом во Второй мировой войне. В истории человечества она считается самой жестокой и кровопролитной. Но и сегодня никто не забыл об ужасах и лишениях тех военных лет.

Даже в самые отдаленные уголки нашей страны, где не были слышны взрывы бомб и снарядов, война принесла горе и страдания. Только из нашего кишлака Чувуллак, в то время это было хозяйство Кызыл юлдуз Чиракчинского района, на фронт ушли более 150 человек, и половина из них не вернулась домой. Они сложили свои головы под Москвой, Ленинградом, Сталинградом, в Белоруссии. Нам не забыть односельчан Яркула Аликулова, Кабыла Камбарову, Эргаша Кулбулова, Эшанкула Аликулова и многих других, которые не пожалели свои жизни ради свободы Родины.

Большинство участников войны ушли из жизни уже в мирное время.

Из-за ранений, полученных в военные годы, наши ветераны Килич Хатамов, Хуррам Хонназаров, Бабадуст Аликулов, Акмирза Нормуминов, Джуман Хонназаров и последний участник войны из нашего кишлака Кульдаш Дустмурад не дожили до значимой юбилейной даты.

— Современное поколение благодарно героям за проявленное ими мужество в годы Второй мировой войны, мы свято чтим их память в сердцах. Каждый из воевавших внес большой вклад в приближение Победы над общим врагом, — говорит председатель схода граждан

махалли Чувуллак Отабек Батыров. — Вечная слава героям!

Славный путь бойца

Есть такие даты в истории человечества, которые остаются в памяти народа и становятся бессмертными.

Свидетелем и участником Второй мировой войны был житель села Сувылк Чиракчинского района Садат Базаров. Он родился в 1924 году в семье бухгалтера. В 1942 году, когда ему исполнилось 18 лет, он был призван в армию. Пройдя военную подготовку, участвовал в освобождении города Сталинграда, затем — Курска, Орла, а также города Шауляй в Литве. За проявленный в боях героизм получил благодарность от Верховного главнокомандующего, награжден орденом Отечественной войны I степени, медалями «За оборону Сталинграда», «За отвагу», «За боевые заслуги». Трижды был ранен.

В 1946 году, вернувшись домой, после войны решил стать учителем. В послевоенное время в стране остро не хватало педагогов. Окончив Самаркандский государственный университет, начал работать учителем в школе имени Фурката. Потом почти четверть века руководил коллективом школы. Он внес большой вклад в дело воспитания молодого поколения. Многолетний труд Садата Базарова был отмечен почетными грамотами, ценными подарками.

Человек с большим сердцем, он был добрым и умелым наставником молодежи. Его ученики, которые выбрали профессию педагога, по праву считают его своим наставником. Тула Примов, Эргаш Турдиев, Раим Садатов и другие благодарны ему, указавшему им верный путь в выборе профессии.

Сегодня Садата Базарова нет среди нас, но память о нем живет в сердцах членов его семьи, односельчан и сотни учеников.

Бегмат БАБАРАХМАТОВ,
ветеран труда.
Кашкадарьинская область.

СЛУЖБА ДОБРОЙ ВОЛИ

Стремление помочь — чудесное человеческое качество. Поэтому так прочно в нашу жизнь вошло слово «волонтер». Возникло оно для обозначения лиц, добровольно поступающих на военную службу, затем их стали называть добровольцами, выполняющими социально значимую работу.

Добрая воля... Она необходима, когда приходит беда, когда человек нуждается в помощи, когда кажется, что выхода уже нет... Часовые доброй воли не засели по домам во время карантина, а противопоставили вирусу сплоченность и заботу о конкретных людях.

Наша беседа о волонтерстве в период пандемии — с Фирузом Саидазимовым, главным менеджером организации 1197 volunteers, студентом 4-го курса Ташкентского государственного стоматологического института

— Решение помогать людям возникает в определенных условиях, и оно не может быть необдуманым. Как вы оказались в рядах волонтеров?

— Можно сказать, готовился исподволь, наблюдая за старшей сестрой и участвуя в тех мероприятиях, в которых была задействована она. Определился еще в школьные годы: буду помогать людям по мере своих сил.

— Трудно придумать более благородное занятие для студента медицинского вуза. Образно выражаясь, «практическая деонтология» вне учебы. Оказание помощи часто сопряжено с болью принимающей стороны, и важно не усугубить ее, быть максимально тактичным и приветливым. Даже тогда, когда вас провоцируют на резкость.

— Столкнувшись с этим, принимая звонки в call-центре. Оказались без вины виноватыми за то, что очень трудно дозвониться. У побывателя возникает представление о «безразличном сборщике», игнорирующем потребности граждан. Не все понимают: проблема возникает из-за огромного количества звонков: в среднем до 200 тысяч в день. Кто-то робко обрисовывал драматическую ситуацию с продуктами, когда не на что пополнить запасы. Кто-то пытался разобраться, почему в его пакете продуктовый набор отличается от набора знакомого. Кто-то штурмовал телефонную линию, чтобы уточнить, когда именно подвезут продукты... Приходилось сдерживаться, хотя трудно было не ответить резко на заказы сигарет, алкоголя... — того, что не входит в перечень предметов жизненной необходимости и, кстати, снижает иммунитет. Согласитесь, некорректно требовать экзотические фрукты, когда нуждающиеся не могут позволить себе скромную стандартную потребительскую корзину.

— Настрой такой важной организации, безусловно, зависит и от уверенности каждого в себе: «Со мной ничего не случится! Я не могу заболеть!»

— Честно говоря, в первые дни было немного страшно. Но... Вспомните Ибн Сино, входившего в дома с чумными больными. Страх — главный враг иммунитета. Мы прошли тренинги, инструктажи, имеем профессиональное понятие о санитарных мероприятиях, знаем механизм проникновения вируса в организм. Средства защиты надежны. Поняли, что вероятность заражения ничтожно мала, если делать все по правилам. Страх исчез сам собой. Знал, что обязан беречь не только свое здоровье, — ощущал ответственность за близких, с которыми контактировал. Это придавало сил. Пришлось ломать и некоторые традиции: возвращаясь домой, а

обнять родных не имеешь права.

Добрый посыл действует лучше всяких противовирусных препаратов. Семья поддерживает: «Иди, сынок! Ты людям нужен». Напомнил и узбекскую мудрость: «Когда родной земле грозит опасность, мужчина не может оставаться в стороне». И ведь никому родные не запретили работать в центре, не стали пугать возможным инфицированием. Наоборот, провожали с благословением. Кстати, такие благословения и самые теплые слова благодарности получали и по телефону.

— Социальная активность не должна мешать профессиональной подготовке. На студентах-медиках — особая ответственность. Что если, скажем, в связи с коронавирусом образуется брешь в знаниях. Допустим, отвечаешь сейчас, вы можете сослаться на загруженность и усталость и этим объяснить свои недоработки. Вам, осознавая остроту момента, пойдет навстречу. Однако у пробелов в профессиональной подготовке есть особенность: проявляться в критических ситуациях.

— Конечно, руководство нас всячески поддерживает, но суперпоблажек волонтерам не делают. Да, мы можем несколько позже представить задание, но не выполнить его не имеем права. Даже вались с ног после напряженного трудового дня, беремся за уроки. Медицина — сфера, требующая непрерывности и системности в усвоении материала, своевременного его закрепления. Система modul не ждет.

— Отряд волонтеров — это не только медики...

— Представители разных профессий, которых объединили 50 напряженных дней в call-центре. Психологи, учителя школ, преподаватели вузов, студенты, актеры... И всех нас сравняла жизнь. Защитные костюмы и маски «закрыли» статусы, социальное положение. Мы все волонтеры, перед которыми — общая цель. Единообразно 40 операторов.

Некоторые интересуются: «Вы работали вместе с Севарой Назархан. Какая она? Наверное, особенная». Какая? Скромная, энергичная, выполняющая ту же работу, что и другие. Без намека на звездность. Поступки таких известных волонтеров иллюстрируют истину: «Каких бы высот ты ни достиг в карьере, помогая людям, стань с ними рядом, посмотри на проблему их глазами».

— Горячая линия, соединяющая тех, кто нуждается в помощи и может помочь. У каждого «аллю» свои интонации. Наверное, научились по тембру прогнозировать предстоящий разговор. Тысячи просьб. Есть ли среди них такие, которые особенно запомнились.

— Позвонил мужчина, «застывший» в Кибрайском районе. Ташкентец выехал за город, а тут закрыли границы. Исполнявший интернациональный долг в Республике Афганистан воин восьмидесятих остался отрезанным от дома. Кончились деньги, не ел три дня. Единственная надежда — дозвониться по номеру 1197.

Получив специальное разрешение, поехал к нему сам. Говорят, врачи умеют абстрагироваться. У меня не получилось. Смотрел на своего адресата и не мог сдержать слез. Добрые слова ветерана перемешались молитвами. Стоило стать волонтером, чтоб хотя бы увидеть, как выглядит искренняя благодарность. Чрезвычайные ситуации обостряют чувства, учат ценить то, что у нас есть, и не гнаться за ложными ценностями. Можешь помочь — помогай! Когда не зря прожит день, яснее цель следующего.

— Беда не приходит одна. Во время карантина произошла трагедия в Сардобе. Пострадавшим помогала вся страна. Без вашей команды не обошлось.

— Утром нас встретил председатель Союза молодежи города Ташкента Абдулазиз Назиров: «Ребята, поедem помочь Сардобе!» Оперативно получили разрешения у родителей выехать в Сырдарьинскую область. Задействовали волонтеров из резерва. Поевезли продукты и вещи на склад в Гулистане. Потом на территории ресторана «Навруз» (символическое совпадение) проходил сбор вещей для отправки в пострадавший от затопления район. Сортировали, грузили. С эвакуированными мы встречались лишь однажды. Их разместили в лицее, создав приемлемые условия. Обратил внимание на лица: отсутствовало выражение безысходности, уныния. Наоборот, уверенность, что без помощи никого не оставят. Наш народ не теряет своей приветливости и сердечности, несмотря на любые испытания. Непроизвольно анализировал и поведение ребят: никто не пожаловался на усталость, не искал причину остаться в Ташкенте. На первый план вышло «надо!».

— Единый координационный центр 1197 завершил работу. Завершилась и горячая пора у волонтеров...

— Однако деятельность продолжается. Поставив цель поднять волонтерство на более высокий уровень, организация 1197 volunteers запустила проект «Склад добра». Любой человек может сфотографировать вещь, которую планирует отдать на благотворительность, отправить фото нам, мы выставим его в своем канале. Эти вещи отдаем в соответствии с заявками нуждающихся или используем в процессе благотворительных акций. К слову, проект не единственный.

— До определенного времени со словом «волонтер» не было ярких ассоциаций. А ведь это, по сути, герои сегодняшнего дня, бескорыстно, без позерства делающие свое дело, готовые всегда прийти на помощь. Какие уроки преподавал вам коронавирус?

— Понял, что, не дожидаясь квалификации челюстно-лицевого хирурга, могу быть полезным своей стране. Увидел, сколько добрых людей вокруг, обрел новых друзей. Это мощная практика общения, когда на задний план отходит амбиции и собственное «я». Поменялось и отношение к близким, окружающим. Просто стал добрее и сдержаннее.

— Пройдя через ряд испытаний, сможете выбрать спокойную жизнь, откажется от волонтерства?

— Жить только для себя уже не смогу. Тот, кто однажды ощутил счастье быть полезным другим, будет умножать это счастье. С детства родители внушали, что людям надо помогать, а родительский наказ — дело святое. И двигать человеком должно желание быть сегодня лучше, чем вчера, а завтра — лучше, чем сегодня.

Беседовала

Людмила ПОЛОНСКАЯ.

Время с поправкой «САМО-»

Кто, как не психолог, должен не только сохранять самообладание и здравый смысл в любой ситуации, но и находить в них плюсы. Использовать испытания для личностного развития и творчества и учить этому других.

Неудивительно, что студенты 3-го курса Ташкентского государственного педагогического университета имени Низами дружно откликнулись на призыв куратора Нодри Камлиевой побороть силы в конкурсе на самую животрепещущую тему — показать свое восприятие карантина.

Данила Козлюк, анализируя новостные телепрограммы и информацию интернета, убедился: акцент должен быть сделан на экологию, бережном отношении к миру. Мысль, что природа наказала человечество за бездумное, потребительское к ней отношение стала творческим рычагом для будущего психолога. С введением карантина и уменьшением влияния человека на окружающую среду все почувствовали (безотчетливо к возрасту), как стало легче дышать, стали чище улицы. Значит, рациональный выход есть, и вред от людей можно минимизировать. Крохотный, но такой могучий

вирус «предложил» царю природы взглянуть на себя со стороны.

— Когда Нодира Гайратовна объявила о конкурсе, решил скреативить: написать не стихи, а песню, — вспоминает автор. — Ведь она воспринимается по-иному. Тем более если доступный текст представляется в молодежном стиле. Ознакомившись с работой, куратор посоветовала снять клип. Подключил родителей к съемкам. Им пришлось примерить роли режиссеров и операторов. Вместе справились. Так хобби трансформировалось в социально значимое мероприятие.

«Ведь ты та самая песчинка, которая может сделать много неспешно» — это обращение трека, как и призы начать с себя и защищать природу вместе с ней, услышали более двух тысяч человек. Добрые отзывы иллюстрируют позицию молодежи, которой далеко не все равно, какой будет жизнь грядущих поколений.

Камила Шерматова раньше никогда не сочиняла стихов, однако и ее захлестнула общая творческая волна. Захотелось высказаться о вирусе, «надевшем корону», подчеркнуть важность единения людей, благодарность врачам. Несмотря на некоторые ритмические огрехи, произведение в исполнении автора дошло до слушателя. И еще девушка, как «будущий знаток человеческих душ», почувствовала то главное, что принесла пандемия. Любви к родителям, близким не бывает много — они нуждаются в большей заботе и внимании. Поэтому дочь строго контролировала, чтобы взрослые принимали лекарства по схеме, на подъем занималась домашними делами. Довольна, что оказалась полезной для мамы-учителя в техническом отношении.

— Взаимообучение идет. Меня вооружают знаниями по теории стихосложения, яставляю оценки маминим ученикам по результатам домашних заданий. Если могу сделать это быстро, почему не сэкономить время для общения в семье. Помогаю с распечаткой заданий.

У Мохиры Тулкиной среди пейзажей, портретов и натюрмортов появился

«портрет» коронавируса и плакат «Мы благодарны за ваш подвиг», адресованный медработникам. И представить невозможно, что девушка, подружившаяся с карандашами и красками, может задать вопрос, как заполнить время, сидя дома. Такие люди без дела не сидят — они творят.

Разный подход, но общее убеждение: онлайн-обучение, современные zoom-конференции экономят время обучающихся, учат по-новому распределять силы с упором на самообразование. Кто знает, может, затрачивая часы на дорогу до вуза и обратно, не захотели бы сочинять, рисовать, снимать клипы?... И такая важная деталь, которую с удовлетворением подметила Камила: «Многие экран компьютеров сделал увереннее, раскованнее. В процессе удаленных занятий стали высказываться даже самые несмелые. Вряд ли кто-то до сих пор не понял, насколько успех усвоения материала зависит от студента».

О сайте же университета высказались в унисон: в кратчайшие сроки сориентировал студентов, не дал расслабиться и завязнуть в неусвоенном материале. Дистанционное обучение — процесс предельно двусторонней ответственности. На факультете педагогики и психологии этого объяснять не приходится.

Людмила АЛЕКСИЧ.

Концепция «Здоровая мать — здоровый ребенок» получила всеобщее признание, в том числе и за рубежом. В результате ее последовательной реализации за последние годы значительно снизились показатели материнской и детской смертности, что позволило нашей стране полностью достигнуть соответствующих Целей развития тысячелетия ООН.

Путь к оздоровлению и физическому развитию

Плавание представляет собой и одно из важнейших средств физического воспитания, благодаря чему оно входит в содержание программ учреждений дошкольного, общего среднего, среднего специального и высшего образования. Вместе с тем плавание с первых дней жизни ребенка положительно влияет на укрепление его здоровья, повышая устойчивость к различным заболеваниям.

Однако не все родители новорожденных детей знают о том, что с первых дней жизни ребенка можно заниматься плаванием, а не только ограничиваться простыми подмываниями или купанием. К настоящему времени имеется ряд публикаций, методических пособий о занятиях плаванием и по обучению грудных детей свободному держанию на воде. К сожалению, не все родители знакомы с этими источниками. Поэтому многие из них откладывают занятия по обучению грудных детей плаванию на время, когда они будут оторваны от материнской груди.

В связи с этим возникает научно обоснованная проблема: если в первый год жизни ребенка не приобрести к регулярным занятиям плаванием, то в последующем (до 6-7-летнего возраста) обучение будет весьма непродуктивным и в основном практически невозможным. Существует нехватка методик и средств обучения плаванию детей грудного возраста, недостаточно разработана методология.

Плавание является уникальным видом физической активности. Специфические особенности его воздействия на детский организм связаны с активными движениями в водной среде. При этом организм человека подвергается двойному воздействию: с одной стороны — физических упражнений, с другой — уникальных свойств водной среды, в которой выполняются эти упражнения. Нельзя забывать, что вода имеет особое значение для человеческого организма, который на 80 % из нее и состоит (а клетки мозга — на 90%), все жизненно важные процессы протекают в водной среде организма, а первые 9 месяцев развития человеческого организма происходит в водной среде.

Забота о физическом развитии ребенка является почти столь же важной для его гармоничного развития, как рациональный режим, регулярное и полноценное питание, достаточный сон и частое пребывание на свежем воздухе.

Раннее физическое развитие — это целый комплекс упражнений, методов и действий, направленных на физическое развитие малыша в первые месяцы его жизни. Несомненно, раннее плавание в этом плане очень полезно.

Лучше всего начинать обучение плаванию с 2-3-недельного возраста, но не позднее 3 месяцев, потому что каждый ребенок рождается с определенными врожденными рефлексами, которые после 3 месяцев угасают. Это плавательные врожденные рефлексы, благодаря которым ребенок способен обучаться плаванию. И это должны понимать родители.

Купание, плавание, игры и развлечения на воде — один из самых полезных видов физических упражнений, они способствуют оздоровлению детей, укрепляют их нервную систему. Поэтому чем раньше приучить ребенка к воде, научить его плавать, тем полнее скажется положительное воздействие плавания на развитие всего детского организма.

Движения, входящие в различные виды деятельности, оказывают положительное влияние на организм ребенка, если

Плавание — это маленькая жизнь и даже больше

соблюдается правильная осанка, а также дозировка физической нагрузки. Плавание можно эффективно использовать для предупреждения и даже лечения довольно распространенных среди современных детей и подростков нарушений осанки и сутулости. Так, при плавании брасом происходит выпрямление позвоночника. А у подростков, плавающих вольным стилем, обычно отмечают высокие темпы роста.

Показания и противопоказания к занятиям плаванием детей грудного возраста

Само плавание является замечательным стимулом к активному развитию малыша, воздействует практически на все органы и системы детского организма. Это универсальное средство закаливания, физического развития, воспитания. Правильное физическое воспитание ребенка немаловажно без закаливания его организма. Самые эффективные средства закаливания — воздух,

принадками, патология сердца с наличием сердечно-сосудистой недостаточности, прогрессирующая почечно-печеночная недостаточность, инфекционные заболевания.

Грудничковое плавание для малышей очень важно. Плавая, ребенок развивает дыхательную систему, улучшает кровообращение, обмен веществ, снижает излишний тонус мышц, укрепляет нервную систему. Раннее плавание, плавание новорожденных способствует их быстрому физическому и психомоторному развитию, а закаливание ребенка за счет регулирования температуры воды является отличной профилактикой заболеваний.

Малышам очень нравится плавать. Поэтому занятия приносят массу положительных эмоций и детям, и родителям. При этом следует неукоснительно соблюдать технику безопасности и общие рекомендации: проводить занятия не ранее, чем через час после еды, и исключить их непосредственно перед ночным сном. Ребенок может перевозбудиться, что отразится на его сне. При выполнении упраж-

нения голосом, интонацией, дать ему понять, что радуетесь всем его верным действиям. Не огорчайтесь, если в начале обучения ребенок будет просто «кататься» на ваших руках. Терпеливо подавайте команды, скорректируйте скорость движения в зависимости от интенсивности движений ребенка, дав ему таким образом понять, что она зависит от его действий.

Конечно, вам будет легче, если тренировки будут проходить с опытным тренером, который правильно составит график выполнения программы обучения, где шаг за шагом малыш будет постигать азы плавания. Тренер поможет найти свой, удобный для вас способ перехода из положения на спине в положение под мышками до выполнения упражнений в воде.

Перед тем как закончить занятия в ванной, выполните закаливающее упражнение. Для этого откройте кран с холодной водой и окутайте ребенка в струю по плечикам: три раза со стороны груди, три раза со спины. Оботрите и обсушите ребенка, как обычно это делаете после купания в ванночке, с соблюдением всех гигиенических процедур.

Продолжительность первого этапа обучения — четыре недели. С каждой последующей неделей увеличивается нагрузка. Между плаванием на спине и на животе выполняйте стояние и хождение. На протяжении всего первого этапа перед упражнениями в воде выполняйте разминку и имитацию движений.

В своей профессиональной практике приходилось сталкиваться с некоторыми проблемами и отвечать на волнующие родителей вопросы: как научить малыша нырять или приспособиться к нырянию, что делать, если ребенок всегда плачет. Были случаи, когда малыш уже привык к обливанию сверху, но когда вода попадала на личико, он закрывал глаза и задерживал дыхание. Как перейти от обливания сверху к погружению? Очень хороший способ помочь ребенку, который пугается, — купание вместе с мамой.

Обязательно говорите с ребенком: какой он молодец, как хорошо у него получается и т.п. На слово «ныряй» рефлекс должен быть очень четкий, постоянно поддерживайте его. Моя дочь сначала пугалась, но затем постепенно привыкла. Потом ей не нужна была команда, т.к. она понимала, что в воде надо задерживать дыхание и закрывать глаза.

Еще один момент — не вынимайте ребенка из воды сразу после того, как он испугался, нужно успокоить его в воде. Иначе закрепится связь «вода-испуг», и разрушить ее потом будет очень сложно. Также причиной неприятных ощущений могут быть и различные добавки в воде, раздражающие слизистую оболочку глаз или носоглотки. Главное, ныряние — это не самоцель, и если вашему ребенку совсем не хочется нырять, то заставлять это делать не стоит.

Дети-труднички, регулярно занимающиеся плаванием, заметно опережают своих сверстников в физическом развитии и состоянии здоровья. Они намного активнее, подвижнее и в тоже время уравновешеннее. При этом следует отметить, что плавание действительно является эффективным средством закаливания, повышения устойчивости к простудным заболеваниям и воздействию низких температур. К тому же, происходящие изменения в крови повышают защитные свойства ее иммунной системы, увеличивая сопротивляемость инфекционным и простудным заболеваниям.

Екатерина МОРОЗОВА,
учитель
общеобразовательной школы № 246
Юнусабадского района.

Город Ташкент.



солнце, вода. Наиболее действенным является закаливание водой. Его легко дифференцировать по силе и продолжительности благодаря различным способам применения воды необходимой температуры — при обливании, обливания, купании. Особенно эффективны купание, плавание, так как они сочетают в себе воздействие на организм ребенка воды, воздуха, солнечных лучей и сопровождаются движением.

Для достижения полезного эффекта закаливания и укрепления организма необходимо соблюдать несколько правил: занятия должны проводиться регулярно, иначе достигнутый эффект закаливания будет снижаться; недопустим большой перепад температур, так как есть большая вероятность простудиться; необходимо увеличивать продолжительность занятий в зависимости от приобретенных навыков.

Плавание рекомендовано для помощи в лечении состояния напряжения мышц (гипертонуса), мышечной вялости (гипотонуса), заболеваний суставов (дисплазии, артрозов), врожденных костно-мышечных дефектов, кривошеи, детского церебрального паралича, детей с низким весом при рождении (менее 2,5 кг), рожденных после кесарева сечения.

Однако есть случаи, при которых занятия плаванием детям грудного возраста не рекомендуются. Противопоказания к грудничковому плаванию определяет врач индивидуально для каждого малыша.

Следует воздержаться от водных процедур, если у ребенка имеются острые воспалительные процессы с повышенной температурой, кожные заболевания с выделениями, раны, гнойные процессы, психические заболевания с судорожными

навыками. В каждом конкретном случае критерием эффективности применяемых методов является соответствие их задачам обучения и специфике учебного материала, возрасту и подготовленности обучающегося, условиям занятий.

Перед тем как приступать к упражнениям в воде, необходимо выполнить имитацию основных движений. Эти упражнения выполняются там, где проводилась разминка. Основная их цель — создание у ребенка прямых ассоциаций между командами и движениями или действиями, которые с ними связаны.

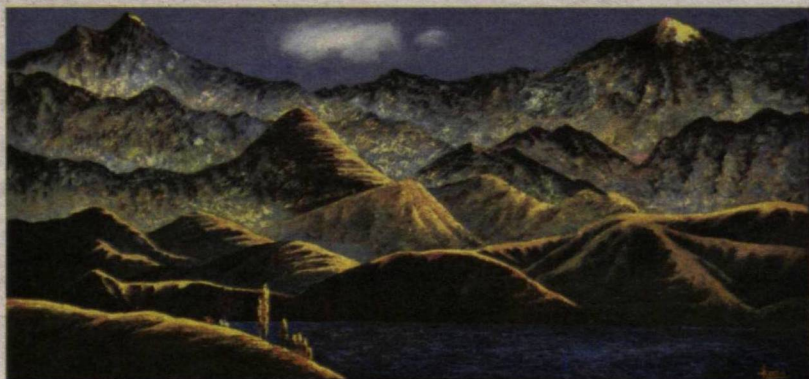
Методы обучения плаванию включают способы и приемы работы, применение которых обеспечивает быстрое и качественное решение поставленной задачи — освоение навыков плавания.

Успех обучения определяется комплексным применением системы трех групп методов: словесных, наглядных, практических. В каждом конкретном случае критерием эффективности применяемых методов является соответствие их задачам обучения и специфике учебного материала, возрасту и подготовленности обучающегося, условиям занятий.

Первые годы жизни ребенка являются самыми благоприятными для формирования его личности и развития мозга, поэтому оценка состояния здоровья детей и своевременно выявленные нарушения в развитии в этом возрасте, вовремя оказанная помощь способствуют значительному или полному их преодолению.

Исходя из своего профессионального опыта отмечу, что в первые дни у ребенка не все получается. Но надо проявить терпение и поощрять все его удачные начина-

Художник — о художнике



Можно ли говорить о художнике, не изучив его творчество? Можно ли глубоко понять художника, не заглянув в его душу?!



Хикмат Рашидович Джалилов — художник, влюбленный в родной край, благодатную землю Узбекистана. Он черпает вдохновение во всем — в людях, детях, природе, литературе, истории, музыке, самой жизни. Он любит жизнь, и жизнь любит его. Уроженец Ташкента, проживший здесь 60 лет, как человек с чувственной душой он проникся историческим наследием узбекской земли, обычаями и традициями ее народа, его щедростью и мудростью.

Пытливый дух этого художника, бесконечно ищущего и стремящегося совершенствоваться, вбирает в себя все лучшее, что он встречает на своем избранном пути. Он искренен в своей отражательной способности передавать владеющие им чувства и настроения на холсте.

Его произведения теплы, ностальгичны, эмоциональны и в то же время сдержанны и фундаментальны. В своем творчестве Хикмат Джалилов объеди-

няет несколько направлений живописи. Здесь можно отметить и традиции русской классики, унаследованной художниками в 20 веке, и восточные традиции, где используется декоративно-плоскостное решение.

Художник не останавливается на достигнутом, бесконечно экспериментирует, что дает ему свободу полагаться на внутреннее чутье, диалектику души, разума и чувства. Это единое созвучие воспроизводит нечто внутри, некий импульс — идею. И начинается процесс создания нового полотна.

Независимо от того, к какому жанру обращается художник, он тщательно организует плоскостное пространство, избирательно подходит к цветовому решению, тональности, не теряя при этом психологически-атмосферного состояния.



В работу он влюблен. Художник творит и мыслит художественными образами в течение всего времени. Творчество — это его жизнь, и жизнь его — это творчество.

Хикмат Рашидович — тонкий психолог. Его высокий профессионализм, с которым он подходит к написанию портретов, высоко оценивают зрители. Он изучает внутреннюю сущность портретируемого, его характер, настроение, детали, которые подчеркивали бы смысловую нагрузку всего произведения. И каждая деталь выписывается тщательно и любовно, все подчинено друг другу, сохраняя цельность.

Его мироощущение многомерно. Он как бы сливается с миром, рассыпаясь на мириады частичек, чтобы вновь соединиться, вобрав в себя единство и цельность мира. Эта цельность восприятия отражается в целостности его картин.

Видение художника бесконечно трансформируется, его реалистическое восприятие перетекает в условно-декоративное или в поэтическое состояние им-

прессионистического восприятия, или в символически-абстрактное. Это его мир.

Любовь к жизни и оптимизм Хикмата Рашидовича естественным образом отражены в его картинах. Он согревает зрителя своей любовью, добром, той красотой, которая живет внутри него самого. И он готов излучать этот свет в своих творениях, дабы утвердить великую гармонию образов, в которой отражается мир человеческий и Вселенная, где искусство становится предметом познания и осмысления.

Любовь ТИОРА,
член Творческого объединения художников Академии художеств Узбекистана, член Международного союза дизайнеров.



	<p>Главный редактор Хусан НИШОНОВ.</p> <p>Заказ V-4178. Тираж 4184. Объем — 3 п.л. Способ печати — офсетный. Формат А-3. Цена договорная. Газета зарегистрирована в Узбекском агентстве по печати и информации 22 декабря 2006 года. Регистрационный номер 0068. Газета выходит по пятницам. Подписные индексы: 216, 217.</p>	<p>Перепечатка из «Учителя Узбекистана» допускается только с разрешения редакции.</p>	<p>Наш адрес: 100083, Ташкент, ул. Матбуотчилар, 32.</p>
<p>УЧРЕДИТЕЛИ Министерство народного образования, Министерство высшего и среднего специального образования, Республиканский совет профсоюза работников образования, науки и культуры Узбекистана.</p>	<p>Телефоны редакции: (71)233-04-21 (факс), (71) 233-52-45, (71) 233-56-16, (71) 233-58-54.</p> 	<p>Редакция рукописи не рецензирует и не возвращает.</p>	<p>Дежурные редакторы Наталья МОРОЗОВА, Ольга СУРГУТАНОВА. Верстальщик-дизайнер Александр ГРАНКИН.</p>