

Ona yurti - oltin beshig

O'ZBEKISTON
RESPUBLIKASI
MILLIY KITCH PALATASI

TONG yulduzi

O'zbekiston Respublikasi bolalari va o'smirlari gazetasi

2007-yil
26 - fevral -
4 - mart
N:9 (66602)

Gazeta 1929-yil 1-avgustdan chiqarilgan

BAHOR BILAN YASHAYVERASIZ!

O'rikning bodrab gullayotgani, kurtaklar borliqqa chechak taqib, olamni yashartirayotgani ko'ngilga beixiyor bahor nafasini olib kirganday bo'ladi. Shunday pallalarda borliqni ko'klam tongi bilan qutlagim keladi. Bu - Zulfiyaxonim tug'ilgan tong! Bu bahor ham yana dilbar shoiramni, garchi diydorlashish nasib etmagan bo'lsa-da, harorati ash'orlariga ko'chgan iliq ruxsolarini sog'indim.

Hayoti davomida o'zi
ta'kidlaganidek, ikki

umrni yashadi u. Ikki qalb tug'yonini
kuylashga kuch topa bildi. Bu bilan o'zbek
ayolining chin sadoqatini namoyon etdi.
Vafo tilsimiga aylandi.

Erib ketmagandim sevgingdan,
Bo'lmaslik-chun baxtingdan judo.
Birga qolish uchun sen bilan
Kuyaman-u, bo'lmayman ado.
Zulfiyaxonim!

Siz dilbar ash'orlaringiz kabi bahorning
bag'riga singib ketgansiz, uning vujudida
yashayapsiz. Toki bahor bor ekan, siz ham
qalblarimizda yashayverasiz!

Sadoqat DADAYEVA,
Toshkent viloyati, Parkent tumani.

Badia

Yahyo Tog'a

KO'KLAMNING ILK KUNI

Yurakning qorlari aridi,
Qaridi ayoqning safari.
Hov anov tumandan narida,
Saf tortmish bahorning lashkari.

Gulbargi lolaning qalqoni,
Qaldirg'och qanoti qilichdir.
Qo'zilar o'rmonning sultoni
Arslonning sutini ichmir.

Bo'g'otlarda senga o'qalgan,
Qishning xanjarlari sinadi.
Ko'klamini sog'inib tomida,
Bosh ko'tarar qizg'aldoqlaring.

Ko'zdan uyqu qochib bir kuni,
Tovoningga tomirlar botar.
Tavof etib aziz yurtini,
Yam-yashil tonglar otar.

Tanishing, bu galgi «Oltin toj» sohibi
Toshkent shahridagi 249-maktabning 6-
sinf o'quvchisi Dildora IBODUL-
LAYEVA. Ko'rsatuv haqidagi maqolani
5-sahifada o'qiysiz.

UYGA MEHMON KELGANDA...

Nigora buvijonisini juda yaxshi ko'radi. Har safar buvisi ularnikiga mehmon bo'lib kelganida, quchoq ochib kutib oladi. Bugun yana buvijonisi ularnikiga kelarkan. Bu xabardan quvonib ketgan qizaloq oyisiga taom tayyorlashda yordamlashayotgan edi, birdan eshik qo'ng'irog'i chalinib qoldi. Oyisining eshik tomon yo'nalganini ko'rgan Nigora o'z ishini oxiriga yetkazib qo'ymoqchi bo'ldi. Birozdan so'ng u mehmonxonaga kirganida, buvisi bilan oyisi suhbatlashib o'tirishardi. Nabirasini ko'rgan buvi:

—Iya, Nigora qizim, sen uydaming?! Kelganimda ko'rinmaganingga biron yoqqa chiqib ketgan bo'lsa kerak, deb o'ylagandim, -dedi uni bag'riga bosib.

Onasi bo'lsa: - Qizingiz buvijonim keladi deb oshxonada tayyorgarlik ko'rayotgandi, -deya uni oqlagan bo'ldi.

—Ha, yaxshi, yaxshi, -deb qo'ydi buvisi chehrasi yorishib. Ammo ichida nimalarni o'ylaganini o'zigagina ayon.

Kech kirib, Nigora dars stoliga o'tirdi. Barcha vazifalarini tayyorlab bo'lganidan so'ng, buvisi bilan suhbatlashib o'tirdi. Bu galgi suhbat mavzusi sal boshqacharoq kechdi.

- Ona qizim, qiz bola oqila, fahm-farosatli bo'lishi kerakligini o'zing juda yaxshi bilasan. Biz bolajon xalqimiz. Uyga mehmon kelganda, katta-yu kichik xonadon egalari darrov peshvoz chiqib kutib olishadi. Mehmonning qo'lidagi tugunini olib, quchoq ochib ko'rishish esa unga hurmat belgisidir. So'ngra ularni ichkariga taklif qilib, hol-ahvol so'raladi. Shu bois ham xalqimiz orasida «Mehrkonda» degan ibratli so'z bor. Agar bugungiday zarur yumushni bajarayotgan bo'lsang, mehmondan uzr so'rab, so'ng ishlaringni davom ettirgin, ko'pmi, ona qizim.

Nigora qilmishidan biroz uyaldi, lekin ranjimadi. Buvisining gaplaridan o'ziga to'g'ri xulosa chiqarib oldi. «Qari bilganini pari bilmas», deb shunga aytisalar kerak-da!

SAYYORABONU.

DUGONALAR MAKTUBI



o'rinni qo'lga kiritdi.

Bu ahil dugonalar hali yosh bo'lsalar-da, gazetamizning ashaddiy muxlislaridan bo'lib, har bir sonini katta qiziqish bilan o'qib borisharkan.

Dinora she'r yozibdi, Tursunoy esa rasm chizibdi-da, kattagina xatjildga solib, tahririyatimizga yuborishibdi.

Biz esa ularni sizning e'tiboringizga havola qilyapmiz:



MENING ORZUIM

Ismim mening Dinora, O'zim a'lo o'quvchi. Kelajakda orzuim — Bo'lmoq mohir to'quvchi.



BOBOM NASIHATLARI

Hovlimiz katta. Turli mevali daraxtlar o'sadi. Bir tomonda hovuz, bir tomonda supa bor. O'rtada anvoyi gulzor chaman-chaman bo'lib ochilib yotadi.

Erta tongda qushlar chug'uridan uyg'onib ketaman. Hovliga chiqsam, bahri-dilim ochiladi. Bizning hovlimizdek fayzli, tarovatli hovli bo'lmasa kerak, deb o'ylayman. Bobom o'rgatganlaridek erta tongda hovlimga chiqib:

— Assalomu alaykum! —deyman. Bu ajdodlarimiz udumi ekan. Hovlidan vaalaykum assalom, degan tovush eshitilganday bo'ladi.

Har tongda bobom ko'cha eshikni lang

ochib qo'yadilar.

—Bobojon, nega har kuni tongda eshikni ochib qo'yasiz? —deb so'radim bir kuni ulardan.

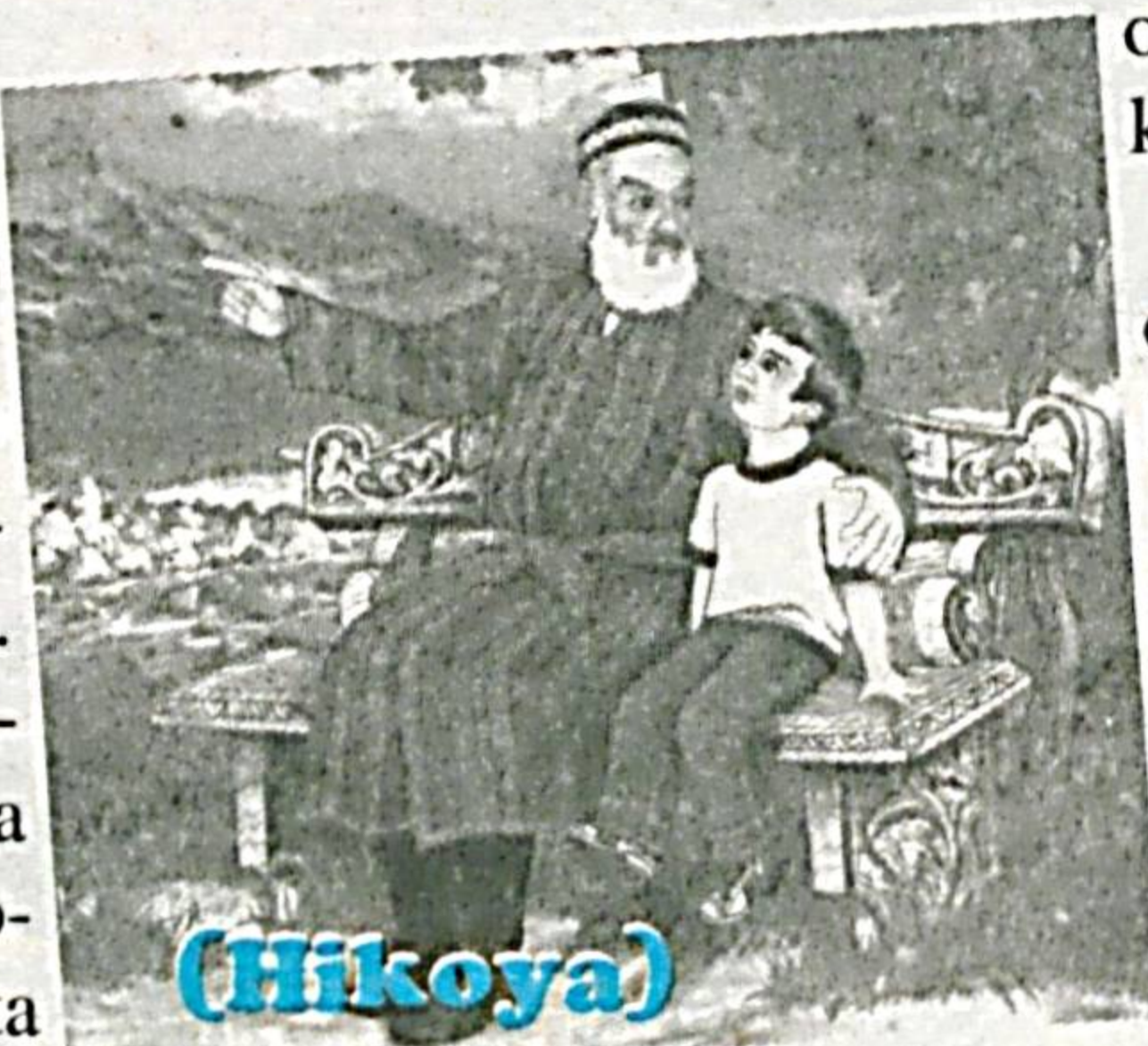
—Bolam, erta tongda eshik ochiq bo'lsa, rizq-nasiba kiradi. Erta turishning xosiyati ko'p, odam sog'lom, ruhan tetik bo'ladi. Mana sen erta turishni odat qilding. Sog'lomsan, o'qishlaring ham a'lo, —deb meni maqtadilar.

Shu-shu bo'ldi-yu, men har kuni erta tongda turib, ko'cha eshigini ochib qo'yadigan bo'ldim.

Erta tursang sof havo,

Kech turganga ne ravo? — degan maqolni ham bobom o'rgatganlar.

Malika RAHMONBEKOVA.



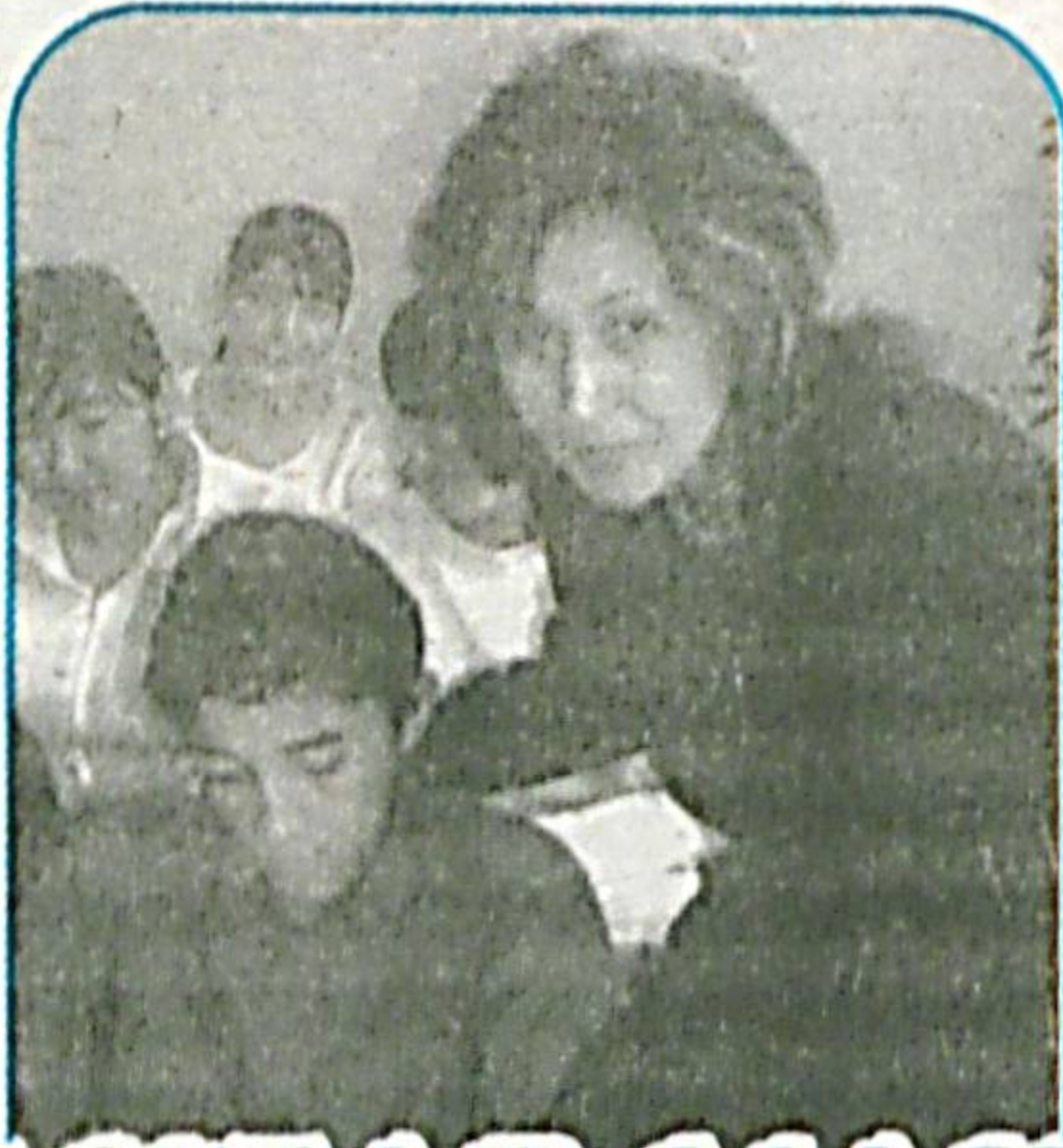
(Hikoya)

—Yoshligimda uyimiz oldida qizlarni to'plab, ularga o'qituvchilik qilardim, o'zimcha dars o'tardim, uyga vazifalar berardim. Ertasi kuni uy vazifalarini so'rardim. Oyim Salima opa Shoyusupova maktabda rus tilidan dars berardilar. Bu kasbga mehr ham o'sha paytlarda uyg'ongan, —deydi Yunusobod tumanidagi 98-maktabning tarix fani o'qituvchisi Go'zal Asqarova. —Maktabda ma'naviy va ma'rifiy ishlar bo'yicha direktor muovini bo'lib ishlash bilan birga, tarix fanidan ham dars beraman, fanimga oid turli tadbirlar uyushtiraman. Dars o'tish uslubim tumanimizdagi 4ta maktabda ommalashtirilgan. Tarix faniga bag'ishlab tuman miqyosida o'tkazilgan «Siz tarixni bilasizmi?» ko'rik-tanlovida ishtirok etgan «Yosh tarixchilar» guruhimiz 1-o'rinni egallagan.

Shuningdek, yaqinda shahar miqyosida o'tkaziladigan «Yil o'qituvchisi» ko'rik-tanlovida qatnashmoqchiman.

Bolalarni fanimga qiziqitirish, xalqimizning boy o'tinishi bilan tanishtirish maqsadida Amir Temur muzeyiga, Zangiota madrasasiga, Qatag'on yillari qurbonlari muzeyiga sayohatlar uyushtirib turaman.

Shu bilan birga 6-sinfga sinf rahbarlik ham qilaman.



«MAKTAB-MAKTAB» O'YNARDIK

—Ba'zan erka, ba'zan jizzaki bo'lib qoladigan bolalar bilan ishlash sizga qiyinlik qilmaydimi?

—Har bir bola bir olam. Ularga o'rtoqlardek muomala qilib, ba'zan hazil-lashib ham turamiz.

—Keyingi paytlarda interfaol usulda darslar o'tish haqida ko'p marta gapirilayapti. Tarix fanida shunday usullardan foydalanganmisiz?

—Darsning o'tilishi, uning qanchalik qiziqarli bo'lishi, o'qituvchining tajribasiga, tasavvuriga bog'liq. Muhimi, bir xillikdan qochish.

—Go'zal opa, maktabda yutuqlarga

erishish oson bo'lmagan bo'lsa kerak? Bunda sizga yordam bergan hamkasblaringiz haqida to'xtalib o'tsangiz...

—Maktabimiz direktori Satryan Alla Sergeyevnadan, ilmiy mudir Elvira Karamyandan, menga ustozlik qilgan o'qituvchilar Roza opa Saidbekova, Mavluda opa Nazarova, Go'zal Bekmuhammedovalardan bir umrga minnatdorman.

Ozoda TURSUNBOYEVA.

Ustoz haqida so'z

IJODKOR O'QITUVCHIM

Tahririyatimizga iymonibgina kirib kelgan qizaloq kimga murojaat qilishni bilmay turganida, yonimga chorladim. U o'zini Maftuna Asadova deb tanishtirdi-da, qo'linga kichik maqola tutqazdi. To'g'rirog'i, uni maqola deb ham bo'lmasdi. Qog'ozda ustoz haqida ma'lumotlar bor edi, xolos.

—Shunday qilib, ustozingizni yaxshi ko'rarsiz-da?

—Ha, mening birinchi ustozim Nargiza opa Dilova 20 yildan beri Buxoro shahridagi 20-maktabda ishlaydilar. Ular har bir darsni juda qiziqarli o'tadilar. 1999-yilda Buxoro shahri, 2000-yilda esa viloyat miqyosida o'tkazilgan ko'rik-tanlovda «Yil o'qituvchisi», 2001-yilda esa «Xalq ta'limi a'lochisi» unvonini oldilar. Oliy toifali o'qituvchimizning darslari viloyat bo'yicha namunali sanalib, seminarlarga qo'yiladi. Yana ustozim she'rlar, hikoyalar yozadilar. Ijod namunalari viloyat gazetalarda chiqqan...

Maftunaning ustoz haqida jo'shib gapirishidan unga bo'lgan mehri poytaxtga yetaklab kelganini anglash qiyin emasdi.

—Ustozimga gul berib tushgan rasmim gazetangizda chiqadimi?

—Albatta chiqadi. Siz Buxoro shahridan Toshkentga ustozingiz haqida maqola chiqarish maqsadida kelasiz-u, biz yo'q dermidik. Lekin endi kelib yurishingiz shart emas. Xat orqali jo'natsangiz ham bo'ladi. Maktubingizni elektron manzilimizga ham jo'natishingiz mumkin.

Sinfidoshlaringizga ham ayting, axir «Tong yulduzi» sizning gazetangiz-ku!

Nargiza SIMBAR qizi.



OZ-OZ O'RGANIB DONO BO'LUR

TULKI VA TOVUQLAR

Tulki eshitdiki, parrandaxonadagi tovuqlarga kasallik tekkanmish. Tulki vaqtni o'tkazmay darhol tabiblardek kiyindi-da, qo'liga tabiblik anjomlariyu dori-darmonlarni olib, parrandaxonaga yo'l oldi. Yetib kelgach, eshik ortidan turib hol so'radi: «Qalay, o'zingizni yaxshi his qilyapsizlarmi?» Ichkaridan javob bo'ldi: «Sen kelguncha yaxshi edi, endi sen ko'zdan nari bo'lsang, yana-da a'lo bo'lur!»

Alqissa, yomon niyatli kishi o'zini yaxshi ko'rsatishga qancha urinmasin, farosat ahli uni osongina tanib oladi.

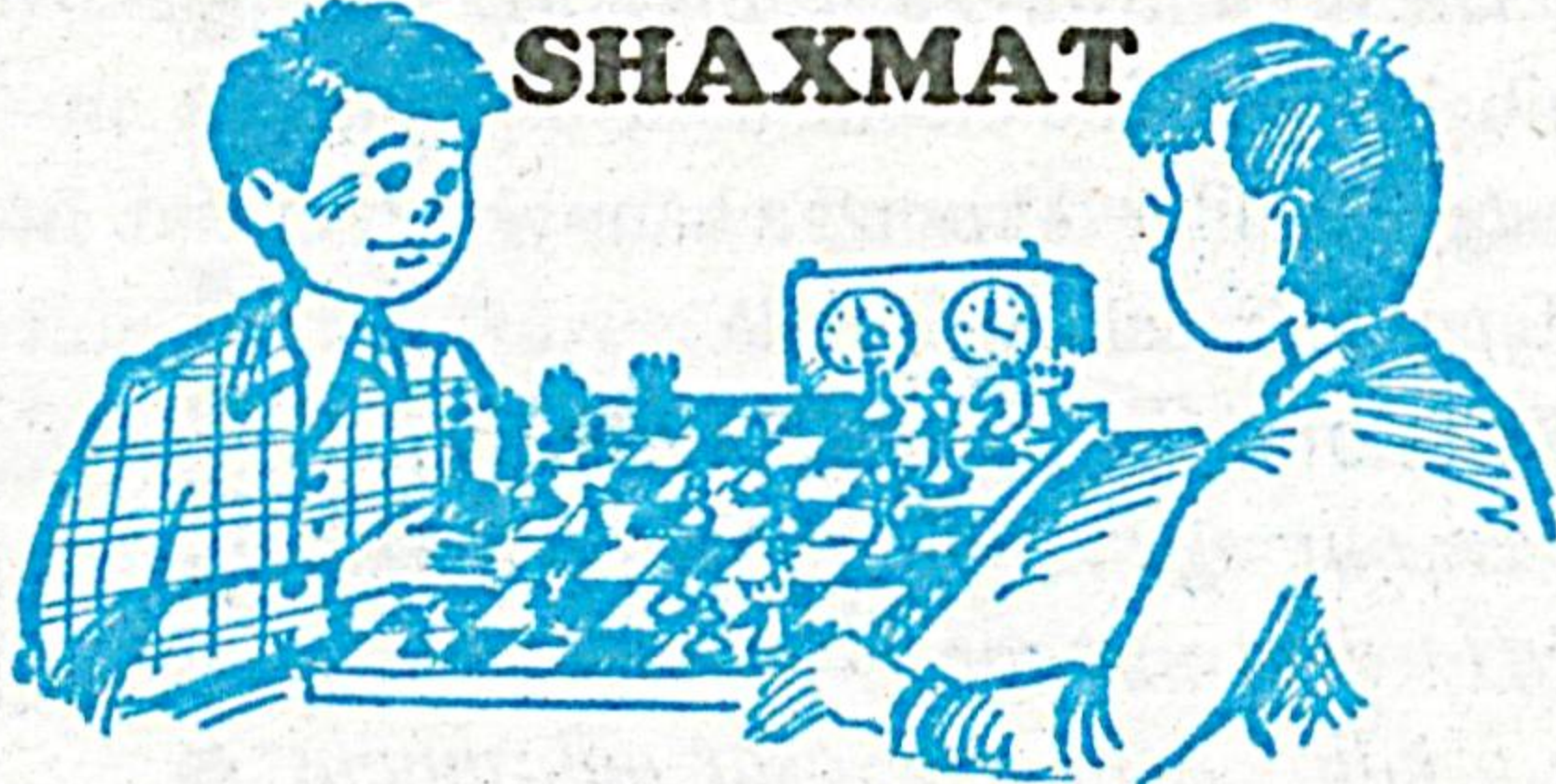
* * *

Havo ochiq bo'lib, quyosh charaqlab turganida momaqaymoq gulsavatchalarining yumilib qolishi, yomg'ir yog'ishidan nishonadir.

Havoning avzoyi buzuq ko'rinsada, lekin momaqaymoqning tillarang gullari o'zlarini namoyish etib turaversa, yog'ingarchilik bo'lmaydi.



AHMAD, RAHMAT VA SHAXMAT



Ahmad bilan Rahmat shaxmat olishdi. O'yin qoidalarini o'rganishdan oldin ular taxtadagi qatorlar va xonalarni sanab chiqishdi. Taxtada sakkizta qator bo'lib, har qatorda sakkiztadan xona (katak) ham bor ekan. Shundan keyin taxtaga oq donalarni terib sanashdi: o'n oltita ekan. So'ngra ikkisi galma-gal birlariga quyidagi savollarni berishdi:

– Qora donalar ham oqiga teng bo'lsa, jami donalar nechta?

– Taxtaga jami donalar terilgach, nechta xona bo'sh qoladi?

– Donalar soniga sakkizni qo'shib, keyin sakkizga bo'linsa, necha chiqadi?

– Xonalar sonidan sakkizni ayirib, so'ng sakkizga bo'linsa-chi?

– Jami donalar barcha xonalardan nechta kam?

– Xonalar soniga yana donalar soni ham qo'shilsa, nechaga yetadi?

Ularning savollariga Siz ham javob bera olasizmi?

Po'lat Mo'min

TOPISHMOQLAR

U sovuqdan yaralgan,
Qahratonda taralgan.
Oynadayin yaltirar,
Issiqdan-chi, qaltirar.
Qarang, ana tarnovda,
Yosh to'kmoqda darrovda.
Uni tag'in demang tuz,
Aslida u sovuq...

(Mu.)

Turlichadir ta'rifi,
Musiqalarning harfi.
Bilsang, ketmas quruqqa,
Ish beradi qo'shiqqa.
Chiziqqa qator qo'nar,
Qaldirg'ochday ko'rinar.
Uchratgansiz gohida,
Daftari alohida.
Ular asli yettita,
Musiqadagi...

(Nota.)

QISHNING SO'NGGI KUNLARI

Endi kunlar isiy boshlab, 4-5 daqiqaga uzayadi. Kichik chilla navbatni burji hokiyning so'nggi oyi - Hutga topshiradi. Qantar og'ib, issiq kunlar boshlangach, kishilarning ko'ngli zavq-shavqqa, quvonchga to'ladi. Gohida bahor nafasi ufurgandek bo'ladi. Boychechaklar unib chiqadi. Issiq o'lkalarga ushib ketgan qushlar ortga qayta boshlaydi. Xullas, tabiatning barcha burchaklarida uyg'onish ko'zga tashlanib, ko'ngillar yayraydi.

Yaqinda Ijtimoiy yo'nalishdagi Respublika gimnaziyasida mashhur shoir Erkin Vohidov bilan uchrashuv bo'ldi. Hafta davomida o'quvchilar uchrashuvni intiq bo'lib kutishdi, hozirlik ko'rildi. Kamina o'sha kunlar arafasida «Navoiy-30» binosining o'ng qanotida «Bukinist» (Nodir kitoblar) do'koniga kirib qolib, sochlariga oq tushgan bir kishiga beixtiyor ko'zim tushdi. U kishi Sergey Yeseninning o'zbek tilidagi kitobchasini varaqlab: «Ajoyib turkum ekan-u, lekin nevaralarimning yoshiga to'g'ri kelmaydi-da», dedi xo'rsinib. «Nevaralaringiz necha yoshda?», deb so'radim. «Kattasi o'n ikkida, o'rtanchasi esa o'n bir yoshda, lekin ikkovi ham

yog'iga osonlikcha qutulmaysiz!

– Ha, tinchlikmi? Chamamda, meni birovga o'xshatdingiz, shekilli? -dedi kulimsirab.

– Ehtimol shundaydir, lekin rostini aytsam, nevaralariga kitob qidirib yurgan odam har qadamda uchrayvermaydi. Shuning uchun «Tong yulduzi» gazetasiga nevaralaringiz haqida hikoya yozmasam uyat bo'ladi, -dedim.

– Iya, sizlar mavzuni... ko'chadan topasizlarmi?!

– Bo'lmasam-chi! Xalqchil maqola yozish uchun mavzuni xalq orasidan



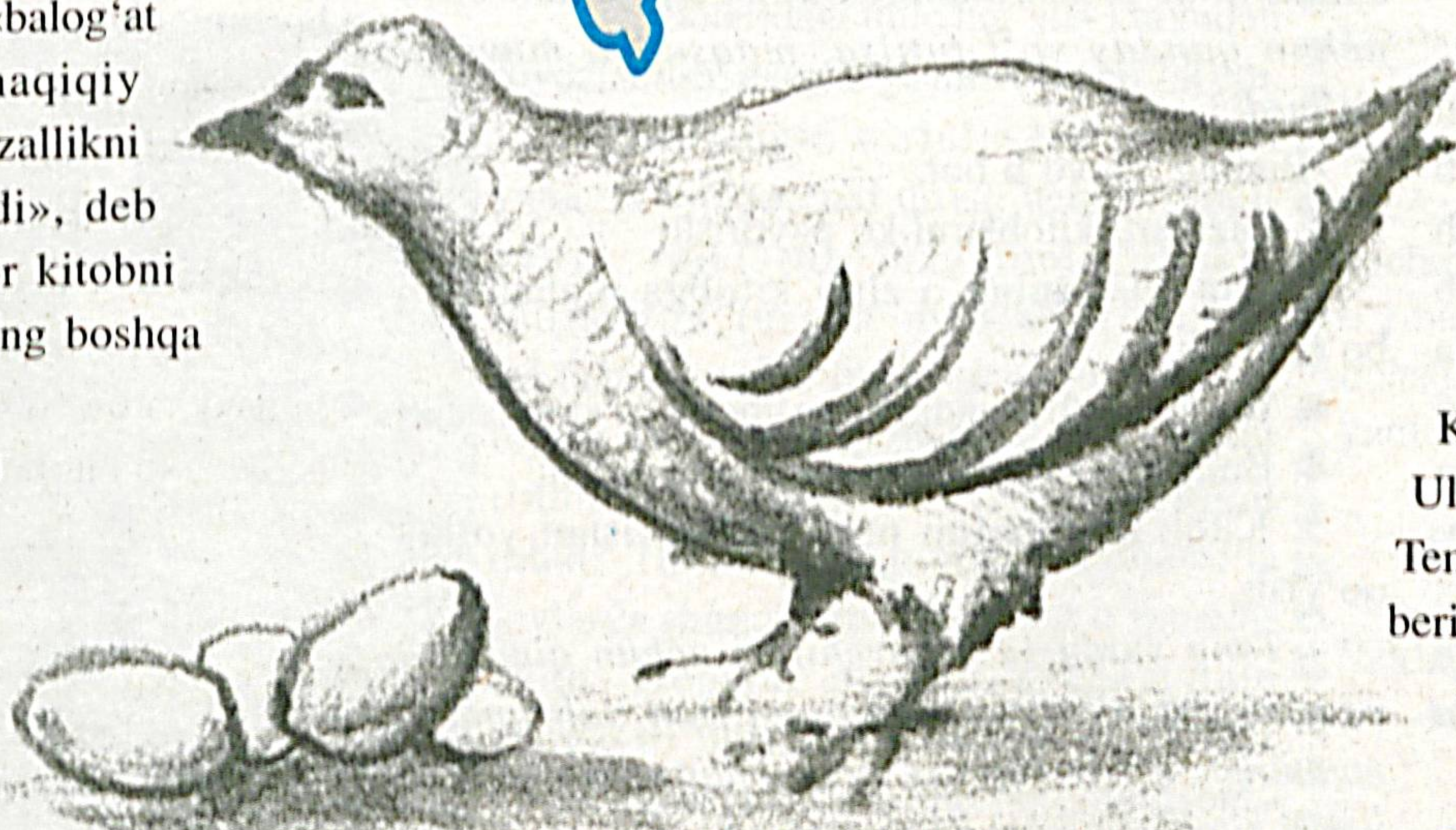
KAKLIKNING TUXUMI QANAQA BO'LADI?

bitta sinfda o'qiydi», dedi.

Sergey Yeseninning she'rlari esa «balog'at bo'sag'asida turgan yoshlarni haqiqiy go'zallikning farqiga boradigan, go'zallikni qadrlaydigan inson etib tarbiyalaydi», deb o'zimcha va'zxonlik qildim. Xaridor kitobni sotib oldi, sotuvchi Erkin Vohidovning boshqa kitoblarini ham topib berdi.

Do'kondan chiqib, nevaralariga kitob qidirib yurgan kishi bilan tanishdik. Uning ismi Inoyatulla Sunnatov bo'lib, u «To'palangsuv-GESqurilish» MCHJda Kasaba uyushmasining raisi vazifasida xizmat qilgan ekan.

– Shoshmang, aka, -dedim, – endi bu



qidirish kerak.

Oxir oqibat, Sunnat aka bir haftadan so'ng meni nevaralari bilan tanishtirishga rozi bo'ldi.

* * *

Ijtimoiy yo'nalishdagi Respublika maxsus gimnaziyasi poytaxtimizda – Jahon iqtisodiyoti va Diplomatiya universiteti binosining qaramaqarshi tomonida joylashgan ekan. Bir kuni darsdan keyin sinfdosh aka-ukalar bilan uchrashdik. Kattasining ismi – Abdulaziz, o'rtanchasi – Asilbek. Ular 5-«B» sinfida o'qiydi. Kichkinasi ham bor – Temur, u ikkinchi sinf o'quvchisi. Hozircha u intervyu berishga yoshlik qiladi.

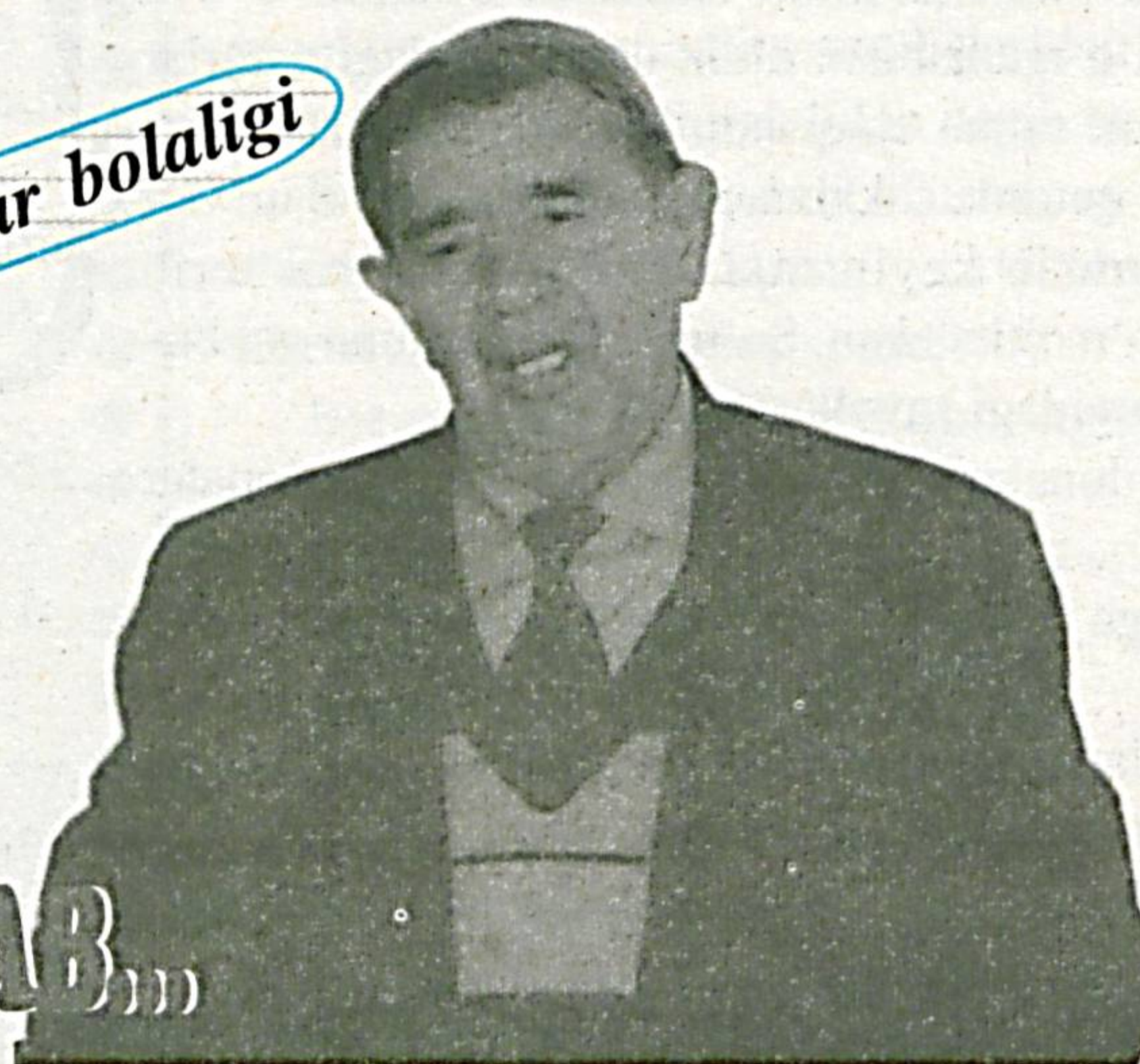
– Azamatlar, o'qishlar yaxshimi? – deb so'radim.

Davomi 4-betda.

Aziz bolajonlar! «Qasoskorning oltin boshi», «Jannati odamlar», «Yillar va yo'llar», «Sariq devni minib», «Besh bolali yigitcha» asarlarining muallifi, O'zbekiston Xalq yozuvchisi Xudoyberdi To'xtaboyevni juda yaxshi taniysiz. Bugun e'tiboringizga sevimli adibimizning bolalik yillari haqidagi suhbatni havola qilmoqdamiz. Solishtirib ko'ring-chi, sizning bolaligingiz ularnikidan qay darajada farqlanar ekan-a? Diqqat bilan o'qisangiz, «Besh bolali yigitcha» asari qahramoni Orifjonning prototipi kim ekanligini ham bilib olasiz.

Mashhurlar bolaligi

ULG'AYDIM MEN O'YNAB, O'YLAB, ENAM ERTAKLARIN TINGLAB...



-Suhbatimizni an'anaviy savoldan boshlamoqchimiz, – deya murojaat qildik Xudoyberdi To'xtaboyevga. – Mashhur insonlarga bolalik xotiralari to'g'risida savol berilsa, ularning aksariyat qismi hayajonlanib gap boshlaydilar. Bolalik yillaringizdagi voqealarni eslash siz uchun maroqlimi?

-Yo'q. Mening bolaligim juda murakkab o'tgan. Otam vafotidan so'ng ko'ngilsizliklardan qutulish maqsadida onamni o'zidan qirq yosh katta, besh farzandli kishiga nikohlab qo'yg'alar.

-Adabiyotga havas ana shunday xotiralar asosida uyg'ongan desangiz, aslo ishonmagan bo'lardim.

-Bir yarim yoshimda enam Robiya bibi va bobom Erkavoy qo'lida qolganman. Qalbidagi adabiyotga havas enamning aytib bergan ertaklaridan uyg'ongan. Ota-onamni qo'rsab g'ingshigan chog'larimda enam meni otin buvinikiga olib borardilar. Enam savodsiz bo'lsalar-da, u yerdagi ayollardan «Qissasi Anbiyo», «Chor darvesh», «Hoja Ahmad Yassaviy» hikmatlarini eshitib katta bo'lganman. Maktab davrim urush yillariga to'g'ri kelgan. O'sha paytda boshimizda birgina tashvish bo'lardi: u ham bo'lsa, ochdan o'lib qolmaslik uchun qorin g'amini yeyish. Och qoringa o'qib bo'lmaganidan so'ng, bir burda qora non dardida kunimiz kech bo'lardi. Hozirdagidek turli badiiy kitoblarni u yoqda tursin, hatto qo'limizda darslik ham bo'lmas edi. Bu orada uch yil bolalar uyida tarbiyalanganman.

- Ustozlaringizdan kimlarni eslaysiz?

- 1947-yilda Mehmonali Tursunov degan domlam Qo'qon Pedagogika bilim yurtiga olib borganlar. Esimda, jamoa xo'jaligi omboridan uch kilogramm bug'doy olib bergandilar. Shuni non qilib yopib o'qishga olib ketganman. U vaqtda hozirdagidek yengil avtomobillar yo'qligi bois 36 kilometr masofani piyoda bosib o'qishga qatnaganman. Yarim yo'lda tufligimni ayab, oyog'imdan yechib olib piyoda ketardim.

- Shuncha qiyinchiliklarni boshingizdan kechirgan damlaringizda biror bir qiziq, yodda qolarli kunlar ham bo'lganmi?

- Bir kuni Urayimxo'ja degan do'stim bilan ketayotib, g'arq pishib yotgan behi daraxtini ko'rib qoldik. Avvaliga men egildim, ustimga do'stim

chiqib, daraxtdan behi uzib qo'ynini to'ldirdi. Keyin esa men uning ustiga chiqib, behilarni uza boshladim. Yelkamga tayoq tushganida uy egasi oldimizga kelib qolganini sezibmiz. Rosa kaltaklanganimdan so'ng do'stimni izlay boshladim. U bo'lsa qo'rqib qochib, nariroqda yig'lab meni kutib turgan ekan. Oldiga yuz-ko'zlarim shishib, bir holatda borsam, u: «Qo'y, xafa bo'lmagin, mendagi behilar ikkimizga ham yetadi», deb meni yupatgani haligacha yodimda.

- «Sariq devni minib» asarini o'qib, sehrli qalpoqchani orzu qilmagan bola bo'lmas kerak. 30dan ortiq tilga tarjima qilingan bu asarning adadi ikki milliondan oshdi. Aytingchi, asar qahramoni

Hoshimjon obrazi o'zingizning yoshligingiz emasmi?

-Hoshimjon obraziga qaytadigan bo'lsak, 1955-yillarni eslamay ilojim yo'q. 1955-yilda Toshkentda Universitetni bitirib, Bag'dod tumanida ikki yil o'qituvchi bo'lib ishladim. Shunda 6-sinfda o'qiyotgan ikki bolani ko'rdim-da, miyamga bir fikr keldi. Biri – Toir Mahmudov, ikkinchisi - Ali G'oziyev. Bu bolalar juda ham sho'x, to'polonchi, ammo a'lochi va qobiliyatli bolalar edi. Ular o'zlaridagi qobiliyatni tushunib yetmay o'qishimga xalaqit qilishardi. Biri qizlarning sochini bir-biriga bog'lab qo'ysa, ikkinchisi sinfga sichqon qo'yib yuborib, hammayoqni «qiy-chuv» qilib yuborishardi. Agar shu bolalar o'zidagi qobiliyatni anglab yetsa, kelajakda yaxshi bir inson bo'lib yetishishi mumkin edi. Ularga, o'qimasang odam bo'lmasan-ku, deya tushuntira olmasdim. Ana shu fikrlarni bola ongiga yetkazib berish maqsadida Toir va Alining fe'l-atvorlarini umumlashtirib, Hoshimjon obrazini yaratdim.

-Nahotki hech bir asaringizda o'z hayotingizni aks ettirmagansiz?

-«Besh bolali yigitcha» asaridagi Orifjon obrazi mening hayotimdan olingan. Orifjon oilada aka bo'lishiga qaramay, ota-ona o'rnini bosadi.

-Biz «Sariq devni minib» asarini qayta-qayta o'qib, ulg'ayganmiz. Afsuski, hozirgi kunda kitob o'qiyotgan emas, kompyuterda o'yin o'ynayotgan bolalarni ko'p uchratamiz. Bu holning oldini olish uchun qanday yo'l tutilsa, maqsadga muvofiq bo'lardi?

-Buning 5ta yo'li bor.

1. Qiziqarli kitoblarni ko'paytirish;
2. Ota-onalarning o'zlari kitobga muhabbatli bo'lishlari;
3. Yaxshi kitob haqidagi targ'ibotni to'xtatmaslik;
4. Bolalar yozuvchilarini rag'batlantirish;
5. Kitob targ'ibotini markazlashtirishni yo'lga qo'yish.

-«Tong yulduzi» o'quvchilari uchun qimmatli vaqtingizni ayamay suhbatigizdan bahramand etganingiz uchun rahmat. Bolajonlar uchun atalgan yangi kitoblaringizni kutib qolamiz.

Davomi. Boshi 3-betda.

-Rahmat, yomon emas, – dedi Abdulaziz.

- «A'lo»chimisiz?

- Ha, «a'lo»chiman.

-Xo'sh azamatlar, o'qishdan tashqari, yana nimalarga qiziqasizlar?

-Men rasm chizaman, – dedi Asilbek. – Devoriy gazeta chiqarsak, rasm chizib beraman.

-Abdulaziz, siz nimalarga qiziqasiz?

-Men she'r yozaman.

- Qani, yangi she'ringizdan o'qib bering-chi!

Abdulaziz sumkasidan ikki varaq qog'oz olib o'qiy boshladi:

Aziz buvijonimga

Shoir bo'lganimda, aziz buvijon,

Sizga atab she'rlar yozardim.

Olim bo'lganimda tubsiz samodan,

«Muxlisa» nomli yulduz topardim.

Olim bo'lishim ammo dargumon,

Shoir ham chiqmas-u nabirangizdan.

Ammo vulqon kabi otilib chiqdi,

Sizga muhabbatim qalbm qa'ridan...

-E-e, balli! – dedim. – Sizningcha, shoir bo'lish uchun nima qilish kerak?

- Ko'p kitob o'qish kerak,– dedi Abdulaziz.

-Buvimning ismi Muxlisa...

-Yaxshi... Men sizga Navoiy bobomiz besh yashar chog'ida yodlab olgan Shayx Attorning «Mantiqut tayr» (Qush tili) kitobini sovg'a qilaman. O'sha kitobning 29-betida «Hikoyat» bor. Lekin, Abdulaziz, faqat ko'p kitob o'qigan odam shoir bo'lib ketaverarmikin?

-Bilmasam.

Chilida Pablo Neruda degan shoir bo'lgan. U Nobel mukofotining sohibi. Nerudani «Lotin Amerikasining vijdoni» deyishardi. O'sha zot «She'riyat va hayot haqida» nomli kitobida: «O'n yashar edim, lekin allaqachon shoir bo'lgan edim. Siz-chi, Abdulaziz kaklikning tuxumini ko'rganmisiz?

- Kaklikning tuxumi qanaqa bo'ladi?

-Kichkina bo'ladi... Toshkentdagi bitta maxsus oshxonada palovning ustiga kaklik tuxumi qo'yib berishadi.

Kulib yubordim.

-Pablo Neruda palovga qo'shib yeyiladigan tuxumni emas, kaklik uyasidan o'zi izlab topib olgan tuxumni nazarda tutgan. Siz kaklik uyasini ko'rganmisiz?

-Yo'q, ko'rmaganman... Yozda Sariosiyoga borsam, ehtimol, izlab ko'rarman.

-Mayli, izlab ko'ring.

Oxirida yonma-yon turib suratga tushdik.

Qiziq suhbat bo'ldi. Angladimki, hozirgi yoshlar boshqacha, bizning dunyoqarashimizdan farq qiladi, ularning dunyoqarashlari kengroq, qamrovdor. Kenglik bilan qamrov yoniga teranlik, chuqurlik qo'shilsa, nur ustiga a'lo nur bo'lardi. Siz nima deysiz?

Qitmir BOLA.



Suhbatdosh: Gulyuz BAHODIR qizi.

Ha, aziz bolajonlar, sizlar sevib tomosha qiladigan ko'rsatuv yaqinda o'zining 10 yilligini nishonlaydi. Efir vaqti bor yo'g'i 30 daqiqani tashkil qiladigan ko'rsatuvni tasmaga tushirish jarayoniga bir kun vaqt ketishini bilasizmi? Men ham bilmasdim. Yaqinda ko'rsatuvning yangi sonini suratga olish jarayonida ishtirok etib, ekran orti mutaxassislarning ishlari qiyinligiga ishonch hosil qildim. Ko'rsatuv davomida bilag'on bolalarning savollarga tutilmay javob berishlari, sahnada o'zlarini erkin tutishlari, mag'lubiyatni hatto kulib qarshi olishlarining barida sir-sinoat bor ekan. Har bir detal, har bir ko'rinish mayda-chuydasigacha mukammal ishlanib, qayta-qayta ishlov berilar ekan. Ishtirokchilarning sahnaga qanday chiqib kelishlari, qayerda va qay holatda turishlari kerakligi rejissyor yordamchilari Zuhra Galiyeva va Arofat Azimovalar yordamida tashkillashtirilsa, ularning nutqlari muharrir Nargiza Zokirova nazoratida ekan. Operator Kamoliddin Yunusovning ham ishga jiddiy yondoshishi e'tiborimni tortdi.

«OLTIN TOJ» 10 YOSHDA



–Ko'rsatuvimizda 8 yoshdan 12 yoshgacha bo'lgan bolalar qatnashadi, –deydi rejissyor Gulnoza Davlanova, – biz bir yilda ikki marta tanlov e'lon qilamiz. Respublika miqyosida juda ko'plab yaxshi insholar keladi. Ularni saralab, ko'rsatuvga taklif qilamiz. Bu yil 10 yilligimizni katta tantana bilan nishonlash niyatimiz bor. Bilasizmi, dastlabki ko'rsatuvlarda ishtirok etgan bolalar hozirda katta-katta korxonalarining yetakchi mutaxassislari bo'lib ishlashyapti. Ish yuzasidan ba'zi bir yerga borsam, meni tanib qolishadi.

–Bugungi ishtirokchilar ham turli viloyatdan kelgan o'quvchilar, – deb suhbatni davom ettirdi boshlovchi Nasiba Sodiqova. – Tanishib, birinchi ishtirokchimiz Buxoro

shahridagi 20-maktabning 7-sinf o'quvchisi Umida Baxtiyorova, ikkinchi ishtirokchi Toshkent viloyati, Bo'ka tumanidagi 51-maktabning 6-sinf o'quvchisi Shahnoza Mustafoqulova, uchinchi raqam ostida esa Toshkent shahrida joylashgan 249-maktabning 6-sinf o'quvchisi Dildora Ibodullayeva, so'nggi ishtirokchi Qashqadaryo viloyati, Chiroqchi tumanidagi 1-maktabning 6-sinf o'quvchisi Gulnoza Abdurahimova. Biz mutaxassislar ko'magida ishtirokchilar uchun 80ta savollarni tayyorlaymiz. Ulardan 20tasini, ya'ni 25 foizini ishtirokchilarga tayyorlanish uchun havola qilamiz. Maktab dasturlaridan olingan savollar murakkab emasligidan a'lochi o'quvchilar tutilmay javob beradi. Imlo, husnixat ham bilag'onlar uchun cho't emas.

–O'zingiz guvohi bo'ldingiz, bo'kalik ishtirokchi Shahnoza 16ta savollarning atigi ikkitasiga javob berdi. Bu albatta yomon natija, –deydi muharrir Nargiza Zokirova. Kub yig'ishda esa Dildora ancha chaqqonligi bilan yutib ketdi. Bu yerda g'irromlik yo'q. Maydonda haqqoniylik g'olib bo'ladi.

–Bilishimcha, sizlar «O'qituvchi» nashriyoti tomonidan 1995-yilda chop etilgan «O'zbek tilining imlo lug'ati» kitobidan foydalanar ekansizlar. «Sharq» nashriyot-matbaa aksiyadorlik kompaniyasi tomonidan 2004-yilda nashr etilgan «O'zbek tilining kirill va lotin alifbolaridagi imlo lug'ati» kitobidan foydalanilsa, maqsadga muvofiq bo'lar edi.

–E'tirozingiz o'rinli. Ko'rsatuvni yana-da mukammal qilish uchun yangi yangi rejalarini tuzganmiz. Lekin oldimizda turgan maqsadni yaxshi uddalayapmiz deya olaman. «Oltin toj»da qatnashish orzusidagi o'quvchilar tinmay o'qishga, izlanishga harakat qiladi. Hatto ko'rsatuvimiz andozasida joylarda shunday musobaqalar o'tkazilar ekan. Demak, davramiz yana ham kengayib bormoqda. Bilag'on bolalar ko'paymoqda. Mana shu bizning asosiy yutug'imiz.

Muharrir PIRMATOVA.

Davomi. Boshi o'tgan sonlarda.

«O'zbek xalq ertaklari» kitobidan

Shahar hokimiyati xursand bo'lib:

–Agar shum Rustamni tutib kelsang, zarga ko'mib tashlayman, – debdi.

–Menga o'zingiz ishongan, yuzida bir tuki yo'q o'n beshta ko'sani topib, har qaysisiga bir oylik ovqat g'amlab bering. Yalangoyoqni ushlab kelganimdan keyin mening maslahatim bilan ish qilsin, – debdi kampir.

Shahar hokimi kampirning aytganini bajo keltiribdi. Kampirning buyrug'i bilan o'n besh ko'sa xotinlar kiyimini kiyibdi, yo'lda bir-biri bilan mushtlashib, yuzi ko'kargan, burni qonagan, boshi yorilgan holda dodlab, archazorga kirib borishibdi. Dod-faryodni eshitgan Rustam bilan o'tinchilar yugurib kelib, hol-ahvol so'rabdilar. Kampir o'zini Rustamning oyog'iga tashlab, boshini toshga urib, kiyimlarini yirtib:

–Dod zolimning dastidan, bizning arzimizni eshituvchi, holimizdan xabar oluvchi, bizga mehr-u shafqat qiluvchi Rustamjon qayerda? Uni bir ko'rib o'lsak, armonimiz yo'q, – deb faryod qilibdi.

QUYOSH YERINING PAHLAVONI

–Xafa bo'lmang, onajonlar.

Rustam – men bo'lam. Nima bo'ldi? – debdi Rustam.

O'n besh «xotin» Rustamning oyog'iga o'zlarini tashlab yig'lay boshlashibdi.

– Ko'zimning nuri Rustamjon, bizni zolimning zulmidan qutqar. Sening zarbingni yeb, alamidan kuygan xonavayron bo'lgur shahar hokimi xalqni to'plab g'azabiga oldi, xotinlarni kaltakladi, erkaklarni zindonga, bolalarimizni qafasga solib oftobning tig'iga qo'ydi. Uylarimizni tortib olib, bizni sahroga haydab yubordi. Biz nima qilamiz? Kimdan yordam olamiz? – debdi kampir.

Rustam yuragi ezilib:

–Yig'lamanglar, hokim bir kun bo'lmasa bir kun jazosini tortadi. Sizlar – onamizsiz, biz – o'g'lingimiz, birga yashaylik, – deb joy ko'rsatib, ovqat beribdi.

Archazorda har kim o'z tirikchiligini qilib, kechqurun o'z joyiga borib yotar ekan. Rustam ham o'zining supachasiga chiqib, uzoq yerga ketgan ayiq bolasini kutib o'tiribdi. Shu vaqt uning oldiga Siddiq yamoqchi kelibdi.

–Arslonim, nimalarni o'ylayapsan? – debdi u.

–Shunday, o'zim.

–Zerikkan ko'rinasan. Ertak aytib beraymi? – deb Siddiq yamoqchi Rustamning yoniga o'tiribdi.

–Jonim bilan eshitaman, – debdi Rustam.

Davomi bor.



Maktabdan kelayotib, o'zidan ham katta sport sumkasini ko'tarib olgan bir bolakayni uchratib qoldim. Yordamlashib yuboraymi desam, yo'q, og'ir emas, deya ko'nmadi. «Men axir sportchiman-ku!» deya qo'shib ham qo'ydi g'ururlanib.

O'zi juda kichkina bo'lsa, sportning qaysi turi bilan shug'ullanarkin-a, degan o'ya beixtiyor bolakayga ergashdim.

Uzoq yurishimizga to'g'ri kelmadi, bolakay tumanimizning 5-dahasida joylashgan sport majmuasiga kirib ketdi. Ikki yil avval qarovsiz, tashlandiq bo'lib yotgan kattagina maydonda sport majmuasi qurilgani haqida eshitgandim. Lekin kelib ko'rmagandim, majmua juda ko'rkam va shinam ekan. Binoga kirib ketayotgan o'g'il-qizlarning ko'pligiga qaraganda, to'garaklari ham talaygina bo'lsa kerak, deya o'ylanib turgandim, yuzlaridan nur yog'ilib turgan bir odam kelib, meni ichkariga boshladi:

-Keling qizim, nimaga iymonib turibsiz, kiravermaysizmi?

Keyin bilsam, bu odam majmua direktori Akbar Anvarovich ekanlar. O'zi tabiatan juda tortinchoq qizman. Akbar akaning samimiyligidanmi, suhbatimiz tezda qovushib, menga quyidagilarni gapirib berdilar:

-Majmuamiz ochilganiga unchalik ko'p vaqt bo'lmasa-da, sportsevar o'g'il-qizlarimiz soni ortgandan ortib boryapti. Ular 12 nafar tajribali murabbiylar qo'l ostida sportning taekvando, gimnastika, milliy kurash, u-shu, Turon kurashi (kurashning bu turi bilan ajdodlarimiz Amir Temur davridan buyon shug'ullanib kelishgan), aykido, boks, kikkoksing, muaytay, futbol kabi o'nlab turlari

bilan muntazam shug'ullanib kelishyapti.

Shogirdlarimiz talaygina yutuqlarni qo'lga kiritishga ham ulgurishdi. Sportning kikkoksing yo'nalishi bo'yicha shug'ullanib kelayotgan

mahallamiz bolalar jamoasi Olmaliq shahrida bo'lib o'tgan Respublika birinchiligining umumjamoa bahslarida faxrli 1-o'rinni egallab, 3ta oltin, 3ta kumush va 1ta bronza medallari bilan qaytishdi.

Majmuamizda nafaqat Respublika, balki Xalqaro turnirlar ham o'tkazib turiladi. O'tgan yilning dekabr oyida o'tkazilgan Xalqaro turnirning umumjamoa bahslarida ham sportchilarimiz faxrli 1-o'rinni egallashga muvassar bo'lishgan.

Sportning taekvando-VTF yo'nalishi hamda karate turi bo'yicha shug'ullanayotgan umidli sportchilarimiz ham Toshkent shahar birinchiligi sport o'yinlarida talaygina oltin, kumush, bronza medallarini qo'lga kiritib, majmuamiz sharafiga himoya qilib kelishyapti.

G'oliblik borasida sportchi qizlarimiz ham bo'sh kelishayotgani yo'q. Kamondan o'q otish turi bo'yicha

shug'ullanib kelayotgan mergan qizlarimizdan uch nafari O'zbekiston Respublikasi terma jamoasi a'zolari safiga qo'shilishgan. Ular 2006-yilda Buxoro va Samarqand shaharlarida o'tkazilgan musobaqalarda 1- va 2-o'rinni egallab, murabbiylari ishonchini oqlashdi. Kamonchi qizlarimizdan A.Usmonova va D. Rasulovalar Osiyo o'yinlariga yo'llanma olishgan bo'lsa, Amaliya Usmonova Osiyo o'yinlarining qatnashchisiga aylangan.

Yurtboshimiz tashabbuslari bilan Respublika Xalq ta'limi vazirligi qoshida tashkil etilgan «Respublika bolalar sportini rivojlantirish jamg'armasi» Toshkent shahar filiali majmuamiz homiysi bo'lganligi bois, hech bir muammo yo'q, bolalarning sport bilan shug'ullanishlari uchun barcha sharoitlar yaratilgan. Bolajonlarimiz kelib shug'ullanishsa, salomatliklarini mustahkamlashsa kifoya.

Akbar akaning gaplarini tinglab, majmuadagi sharoitlar bilan tanishib, sportga bo'lgan ishtiyoqim yana-da ortdi. Sportsevar dugonalarim bilan birga majmuaga a'zo bo'lishni niyat qilib qo'ydim.

Muyassar QURBONOVA,
Toshkent shahar,
Sergeli tumanidagi
301- maktabning 8-sinf o'quvchisi.

DILIMGA TUGIB QO'YDIM



BO'YNI O'STIRISH MUMKIN

Gazetamizning o'tgan sonida «Bo'yni o'stirish mumkinmi?» degan savol yuzasidan mutaxassis bilan suhbatni e'tiboringizga havola etishga va'da bergandik. Bu savolimizga Shayxontohur tumanidagi 14-oilaviy poliklinika endokrinologi Salomat opa Ismoilova quyidagicha javob berdilar:

-O'zingizga ma'lum, keyingi yillarda yod tanqisligi muammosiga katta e'tibor berilmoqda. Chunki yod inson organizmi uchun, jumladan, bo'y o'sishi uchun muhim hisoblanadi. Yod yetishmaganda suyaklar mo'rt bo'lib qoladi, zo'riqib cho'ka boshlaydi va o'sishi qiyinlashadi. Shuning uchun bolalar va o'smirlarga og'ir yuk ko'tarish mumkin emas.

-Bo'yning me'yorda o'sib borishi uchun yana nimalarga e'tibor berish zarur?

-Avvalo, organizmda yod miqdorining me'yorida bo'lishiga e'tibor berish lozim. Buning uchun esa muntazam ravishda yod preparatlarini ichib borish kerak. Kalsiy, fosfor va darmondorilar ham bo'y o'sishida katta ahamiyatga ega. Shu maqsadda go'shtli, sutli mahsulotlar (ayniqsa, tvorog) iste'mol qilish

tavsiya etiladi. Ko'pincha qizil sabzi bo'yni o'stiradi, deyishadi. Bu tabiiy. Chunki uning tarkibida vitamin A mavjud. Umuman, meva va sabzavotlar har tomonlama foydali ekanligini yaxshi bilasiz. Shuningdek, sport bilan muntazam shug'ullanishlari lozim.

- Bolalarda yoshga nisbatan bo'ylari me'yorda qancha bo'lishi kerak?

-Quyidagi jadvalda ularning me'yori ko'rsatilgan:

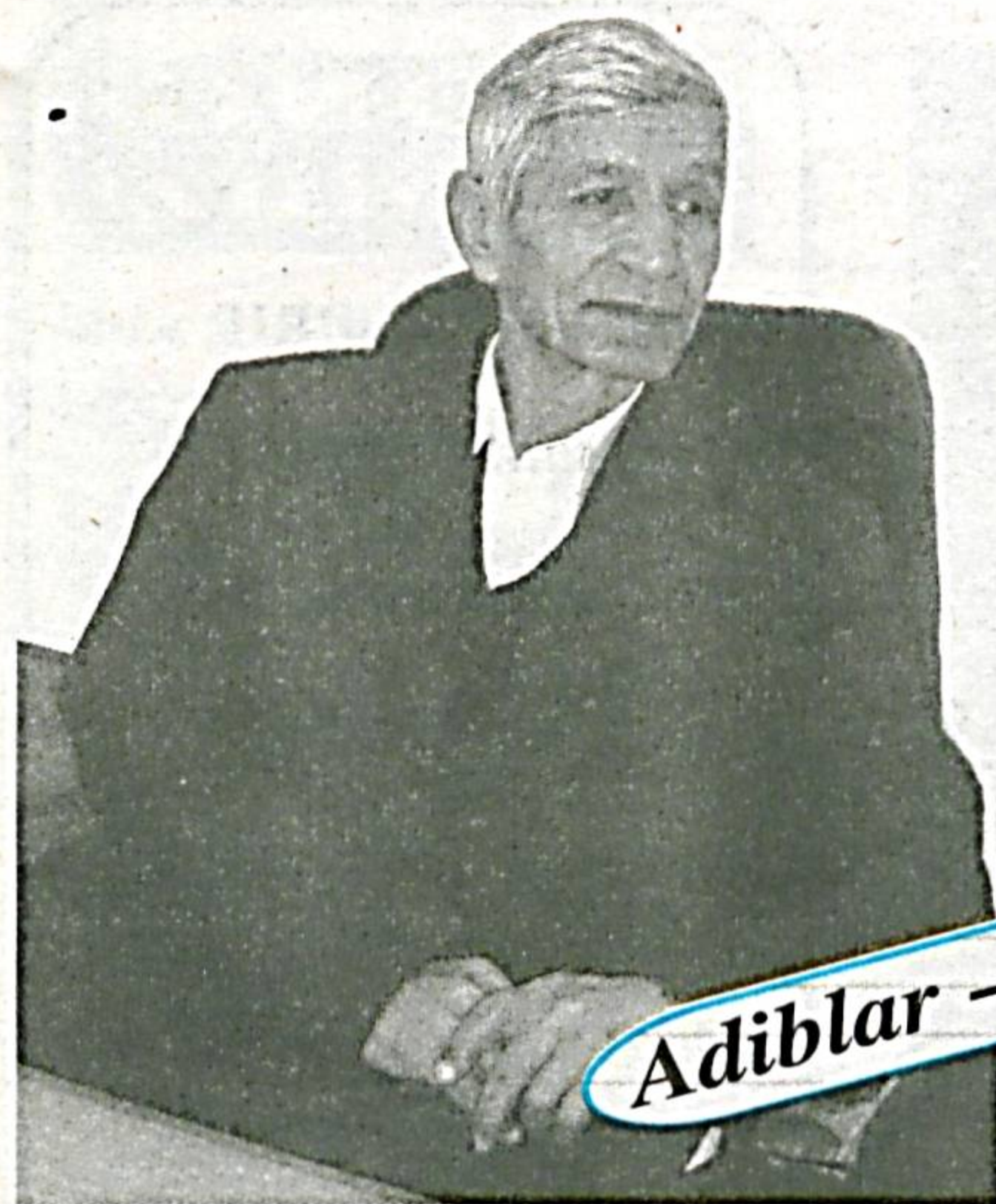
Yoshi	o'g'il bolalar	qizlar
10 yoshli	141 sm	140.5 sm
11 yoshli	143.5 sm	145 sm
12 yoshli	150.5 sm	153 sm
13 yoshli	157 sm	157 sm
14 yoshli	162.5 sm	160.5 sm
15 yoshli	167 sm	162.5 sm

- Ayting-chi, bo'yni qanday o'stirish mumkin?



- Bu savolingizga misollar asosida javob bera qolay: 14 yoshli Sunnat Rahimov ismli bola menga murojaat qilganida bo'yining uzunligi 132 sm. bo'lib, me'yoridan 30 sm. past edi. Davolaganimizdan so'ng 1 yilda bo'yi 26 sm. o'sdi. Buning uchun avvalo bo'y nima uchun o'smayotganligining sababini aniqlash kerak. So'ng to'g'ri muolaja qilinsa, yaxshi natijaga erishsa bo'ladi. Shuni ham aytish kerakki, bolaning yoshi kattalashgani sari bu ish qiyinlashadi. Shuning uchun ota-onalar e'tibor qilib, vaqtida ichki bez kasalliklari shifokoriga murojaat qilishlarini tavsiya qilaman.

Sayyora JO'RAYEVA suhbatlashdi.



Adiblar – bolalarga

Anvar OBIDJON

GULIXONNING GULZORCHASI

Gulixon oynavand ayvonda nonushta qilib bo'lib hovliga chiqdi-yu, to'g'ri gulzorcha tomonga chopqilladi. Bu – o'z-o'zining gulzorчасi. Buvisi erta, bahorda ariqcha yoqasidagi yerning supradekkina joyini ketmonda pishitib berdi. Gulixon gul urug'larini sohib, yog'och sopli mistirnoqda ularni tuproqqa aralashtirdi. Ishni tugatishgach, «Shu chechaklar ochilsa, sen to'rt yoshga to'lasan», degandi buvisi Gulixonga. Mana, o'sha kunlar ham keldi.

Boqqan kishining ko'zi qamashadi – pechakgullar biri ko'kish, biri zangori tovlanib, chinnigullarning ayrimlari qizil va sarg'ish, ko'plari esa laylaklar parchalaridek oppoq bo'lib, yoppa ochilib yotibdi. Uzoqdan qarasang, atlas ro'molchaning o'zginasi.

Gulixon gulzorчасining chiroyidan ko'z

uzolmay, zavqdan yayrab turgan chog'ida «viz-z» etgan tovush eshitildi. Qayoqdandir uchib kelgan asalari surnaychalarni eslatuvchi pechakgullardan biriga sho'ng'idi, kosacha tubiga bosh tiqib, paypaslanishga tushdi. Buni ko'rib, Gulixonning zardasi qaynadi.

– Hey, G'izg'izqori, nima qilyapsan? – deb o'shqirdi u. – Kish!

Og'zi shiralashib ketgan asalari chechak ichidan o'rmalab chiqib: – G'izg'izqori deb meni aytyapsanmi? – deya qizchani so'roqqa tutdi.

– Ha, seni aytyapman, – dedi Gulixon. – Seni to'g'ringda «G'izg'izqori – og'zi to'la dori», degan topishmoq bor. Eshitmaganmisan?

G'izg'izqori «viz-z, viz-z» qilib kulganicha chechakdan sakrab yaproqqa qo'ndi-da, «Qiziq tomosha ekan. Menga yoqdi», deya iljaydi. So'ng uni gulzordan haydamoqchi bo'layotganining sababini surishtirdi.

– Bu gullarni men ekanman! – deb havolandi Gulixon. – Bu yerni hamma «Gulixonning gulzori», deydi. Gullarimga tegma!

G'izg'izqori picha to'mtayib turgach, «E, atta-a-ng, o'zing ekan gullarga o'zing yomonlik tilayapsan-a», deya bosh tebratgan edi, Gulixon: «Voy! Gullarimga nega yomonlik tilarkanman», deb ko'zlarini pirlatdi. G'izg'izqori tushuntirishga tutindi. Aytishga qaraganda, asalari gulga qo'ngan paytda g'unchadagi changlar oyog'iga yopishib qolarkan, keyin boshqa gullarga qo'nib, bu changlarni ularga yuqtirar ekan. Agar asalari gullarning changini biridan-biriga yuqtirib yurmasa, g'unchalar nimjonlashib, ochilmasdanoq to'kilib tusharkan.

G'izg'izqorini bilmasdan xafa qilib qo'yganini anglab yetgan Gulixon ishidan pushaymonlanib turganda, yana bir gala asalari uchib kelishib, biri-biridan go'zal gullarni achom-achom qila boshlashdi.

– Hey, oshnalar! – deya sheriklariga so'z qotdi G'izg'izqori. – Gulixon bilan tanishib qo'yinglar. Bu gullarni shu qiz ekan ekan.

Asalarilar Gulixonga birin-ketin salom berishga kirishdilar:

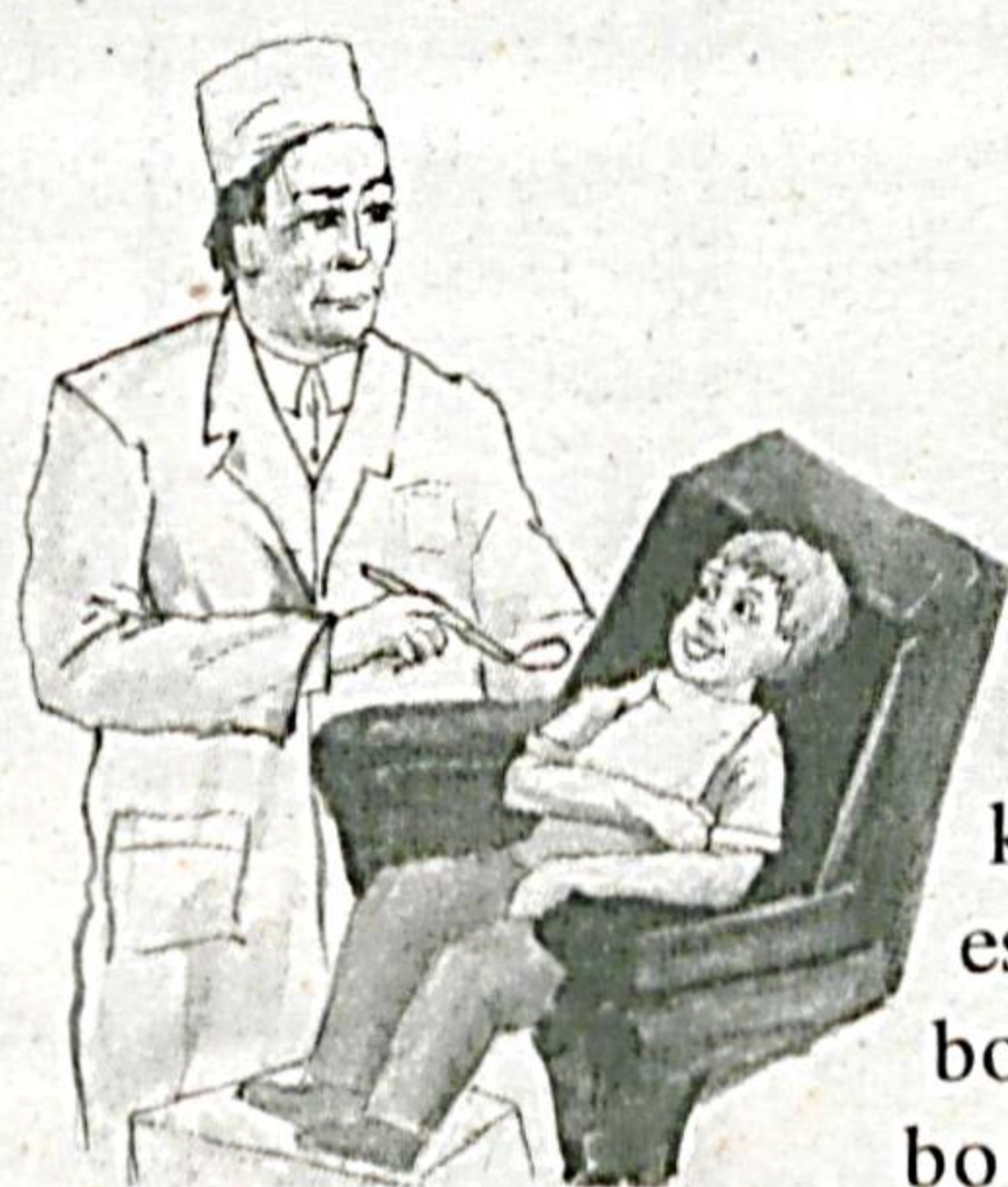
- Salo-o-m, Gulixon!
- Salo-o-m, yaxshi qiz!
- Tanishganimdan niho-o-yatda xursandman, Gulixon!

Oxirida eng mitti asalari qanotchasini ko'ksiga bosib, chuchuklandi:

- Achchalomalaytim...
- Gulzorimga xush kelibsizlar! – deya asalari qizga quvnoqlanib boqdi Gulixon. – Mayli, gullarimga qo'nib, mazza qilib o'ynayveringlar.

(Davomi keyingi sonda).

O'SMIRLAR BEKATI



GO'ZALLIKNI YOSHLIKDAN ASRANG!

Inson tabassumi olamni yashnatadi. Oppoq, marvariddek tishlari uni yana-da ko'rkamlashtiradi. Odamga ham, olamga ham ko'rk bag'ishlaydigan tishlarimizni esa avaylab-asrashimiz, yilda ikki bor tish shifokori huzurida bo'lib turishimiz lozim.

Lekin buning uchun har doim ham fursat topa olmaymiz, o'qish, ish, turli mashg'ulotlar degandek. O'smirlarimiz orasida tishlariga yetarlicha e'tibor bermay, qurtlab, uqalanib ketsa ham to og'rimaguncha yuraveradiganlar ham yo'q emas. Natijada, uzoq yillar xizmat qilishi mumkin bo'lgan tishlarini yo'qotib qo'yishlari tayin.

Tengdoshingiz Madina YO'LDOSHEVAning Respublika Mudofaa Vazirligi Markaziy stomatologiya shifoxonasining tajribali tish shifokori Madina opa Alimbekova bilan qilgan suhbatini ham aynan shu mavzuda bo'ldi:

-Tishlarga e'tiborni dastlab nimadan boshlash kerak?

– Ovqat hazm qilishda tishlarning o'rni beqiyos. Ular sog'lom bo'lishi uchun tez-tez shifokor ko'rigidan o'tib, tekis o'sayotganini muntazam kuzatishimiz, tish yuvadigan misvoklarni esa har uch oyda almashtirib turishimiz lozim.

-Tishlar nimadan ko'proq zararlanadi?

– Shirinliklar ko'p miqdorda iste'mol qilinganda, sovuq va issiqdan zararlanadi. Bu salbiy oqibatlarning oldini olish uchun tishlarni kuniga 2 marta iliq suvda 3 daqiqa davomida yuvish kerak.

-Tishi og'riyotgan bemorga uy sharoitida qanday yordam bersa bo'ladi?

– Unga og'riq qoldiruvchi dori vositalari (tempalgin, pentalgin ...) berish yoki 2 tomchi yod aralashtirilgan tuzli iliq suv tayyorlab berish mumkin.

Bolalarimga, tish shifokoriga hali tishlaringiz kasallanmasdan oldinroq uchrab turing, deya maslahat bergan bo'lardim. Chunki tishlar zararlanishi oshqozon, buyrak kabi ichki a'zolar faoliyatiga ham salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shuningdek, insonning tashqi ko'rinishida ham so'lg'inlik holati kuzatiladi.

-Har qanday kasallikning oldini oladigan ham, sababchi bo'ladigan ham insonning o'zidir. Foydali maslahatlaringiz bilan bizga buni eslatib turganingiz uchun tashakkur.

O'smirlik inson umrining eng nozik, ta'sirchan va o'zgaruvchan pallasi hisoblanadi. Bolalik bilan yoshlik davri orasidagi «O'tish yoshi» deb ham atashadi uni shifokorlarimiz. Yodingizda bo'lsa, avvalgi sahifamizda o'smir o'g'il-qizlarimiz hayotining bu davrida duch kelishlari mumkin bo'lgan turli holatlar haqida fikrlashgandik. Bugungi maslahatlarimiz ham sizga asqotadi, degan umiddamiz.

HAM MAZALI, HAM FOYDALI

Yosh bolalar odatda shirinlikka o'ch bo'lishadi. Lekin bu borada biz o'smirlar ham qolishmaymiz. Ota-onamiz tushlik qilishimiz uchun bergan pulga shirinlik sotib olishimiz ham yangilik emas. Shirinlikning me'yorida ortig'i salomatligimiz uchun zararli ekanligini bilsak-da, o'zimizni tiya olmaymiz.

Bu borada tengdoshlarimga bir maslahat bermoqchiman: Juda-juda shirinlik yeringiz kelsa, qand-u novvotlarga oshiqmay, olma, nok kabi mazali mevalar tanavvul qiling. Ular shirinliklardan ko'ra ancha foydali.

Hilola USMONXO'JAYEVA,
poytaxtdagi 13-maktab o'quvchisi.

DEZODORANTLAR FOYDAMI, ZARAR?..

O'smir yoshidagi qizlarimizni ko'pincha ko'zguning oldida uchratishimiz tabiiy, sochlarini ming bir usulda tarab, turli vositalarni sepib ko'rishadimi-yey...

Bu borada o'g'il bolalar ham qolishmaydilar-u, lekin birovga sezdirmaslikka harakat qilishadi. Ammo bilib-bilmay har xil antiperspirantlardan foydalanishning zararli tomonlari ham bor ekan.



Poytaxtdagi 195-maktabning 9-sinf o'quvchisi O'g'iljon ABDULLAYEVA bu borada sizlarga maslahatlar bermoqchi:

– Oynayi jahon orqali turli dezodorantlarni juda ko'p reklama qilishadi. Ularning xushbo'y, muattar hidi hammamizga yoqadi albatta. Lekin bunday vositalarning inson salomatligiga zarari ham borligi haqida ko'pincha o'ylamaymiz.

Aslida dezodorantlar ter bilan oziqlanib, badbo'y hidlar keltirib chiqaradigan bakteriyalarni o'ldiruvchi vositadir. Lekin inson tanasidagi foydali mikroorganizmlarni ham o'ldirib, allergiyaga sabab bo'lishi yomon-da.

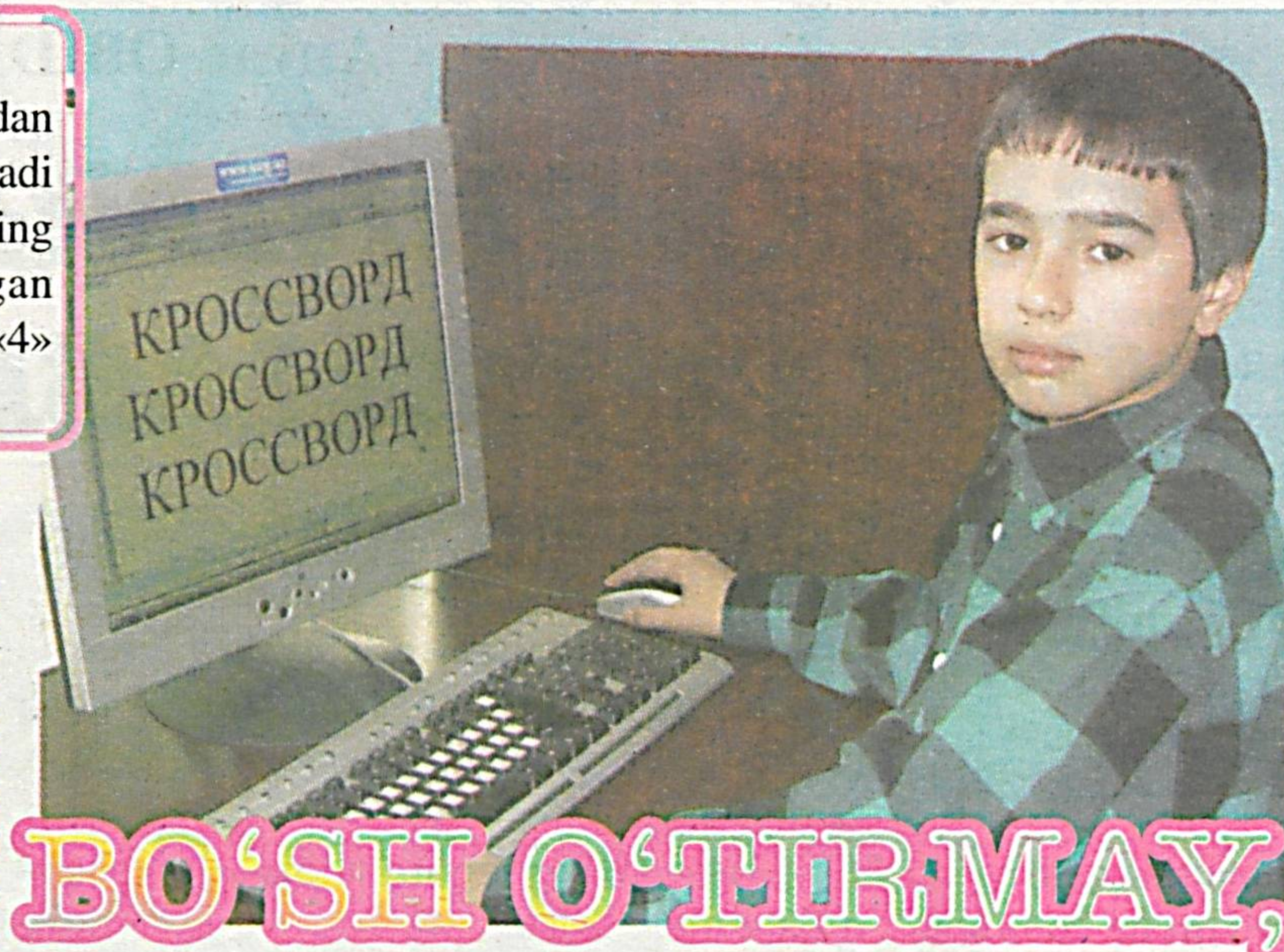
Shuning uchun ularni me'yorida ishlatish lozim.

Suratdagi bolaning ismi Maftunbek.

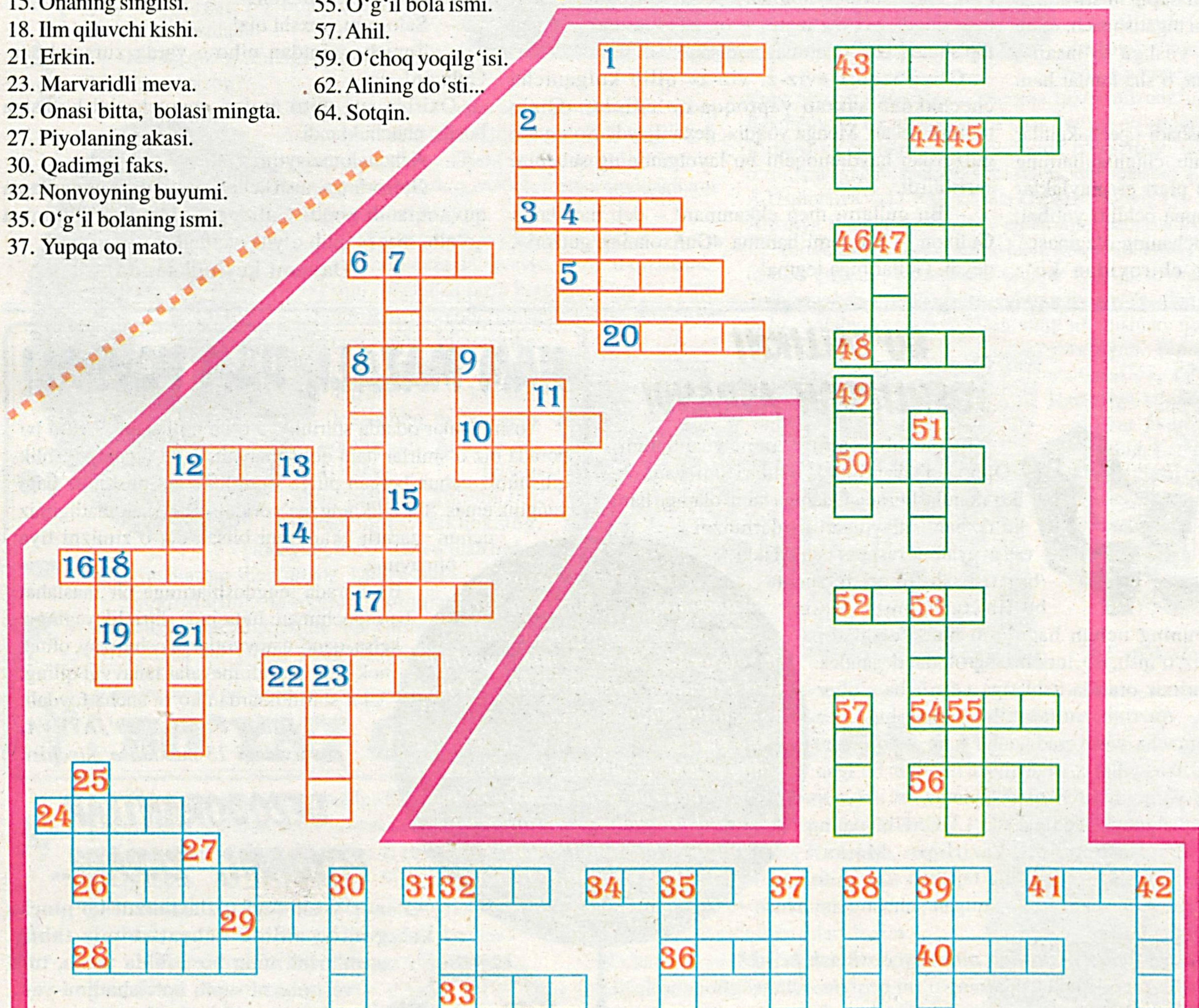
U 12 yoshda. O'qishdan bo'sh vaqtlarida har xil buyumlardan «San'at asari» yasaydi. Ashula aytadi, sport bilan shug'ullanadi va uy sharoitida gul o'stiradi. Ayniqsa, boshqotirma tuzish uning eng katta xobbiysi. Maftunbekning raqamlarga ishlangan boshqotirmalari diqqatimizni o'ziga tortdi. Bugun Maftunbek «4» raqami bilan bog'liq boshqotirmaning Sizga taqdim etayapti.

Savollar**Bo'yiga:**

1. Shirinlik.
2. Shifobaxsh shirinlik.
4. Dunyo.
7. Ko'rsatish.
8. Otaning otasi.
9. Meva turi.
11. O'g'il bola ismi.
12. Chin...
13. Osmon-u falak.
15. Onaning singlisi.
18. Ilm qiluvchi kishi.
21. Erkin.
23. Marvaridli meva.
25. Onasi bitta, bolasi mingta.
27. Piyolaning akasi.
30. Qadimgi faks.
32. Nonvoyning buyumi.
35. O'g'il bolaning ismi.
37. Yupqa oq mato.
38. Ketma-ket yo'lak.
39. Qiz bolaning ismi.
42. ... axloq.
43. Derazaning qo'shnisi.
45. Qosh ozig'i.
47. Uxlatuvchi qo'shiq.
49. Qo'li gul ...
51. Cho'ponlarning uyi.
53. Faryod.
55. O'g'il bola ismi.
57. Ahil.
59. O'choq yoqilg'isi.
62. Alining do'sti...
64. Sotqin.



**BO'SH O'TIRMAY,
BOSH QOTIR!**

**Eniga:**

1. Son.
2. Duradgorlik asbobi.
3. Bahordagi qizil gul.
5. O'rmon hayvoni.
6. Otaning singlisi.
8. Bilimga qo'yiladigan o'lchov birligi.
10. Ish haqi.
12. O'g'il bola ismi.
14. Qiz bola ismi.
16. Mashina rusumi.
17. Bruslining quroli.
19. Ishon.
20. Vaqtni bildiradigan narsa.
22. Poroshok turi.
24. Qiynoq.
26. Onaning onasi.
28. Pok.
29. Tovush.
31. Boltaning ukasi.
33. Dengiz transporti.
34. Sudralib yuruvchi jonzot.
36. Atlas to'qiladigan mahsulot.
38. Ziravor.
40. Erkin Vohidov she'ri.
41. Katta uy.
43. Qishki poyabzal.
44. Bo'lajak xo'roz.
46. Keng maydon.
48. Bolalar muz transporti.
50. Gapiruvchi qush.
52. Aqlli.
54. Birinchi nusxa.
56. Ot ...
58. Kulolchilik buyumi.
60. Jamiyatning bir bo'laki.
61. Isrof.
63. Qalin.
65. Yomon baho.

TONG yulduzi

BOSH MUHARRIR v.b:

To'liq HAYITOV

TAHRIR HAY'ATI:

Turobjon JO'RAYEV,
Dilbar ALIMJONOVA,
Qahramon QURANBOYEV,
Jabbor RAZZOQOV
(«O'zbekiston» NMIU bosh muharrir o'rinbosari),
Dilmurod RAHMATILLAYEV,
Dilshoda DADAJONOVA,
Feruza JALILOVA
(Bosh muharrir o'rinbosari),
Sobirjon SHARIPOV,
Ergashvoy SARIQOV.

Muassislar:

O'zbekiston matbuot va axborot agentligi,

O'zbekiston Respublikasi Xalq ta'limi vazirligi,

«KAMOLOT» Yoshlar ijtimoiy harakati,

«SOG'LOM AVLOD UCHUN» hukumatga qarashli bo'lmagan xalqaro xayriya jamg'armasi.

Gazeta O'zbekiston matbuot va axborot agentligida
0208-raqam bilan
2007-yil 2-fevralda
ro'yxatdan o'tgan.

Noshir:

«O'zbekiston»

nashriyot-matbaa ijodiy uyi.

Gazeta

«O'zbekiston»

nashriyot-matbaa ijodiy uyi kompyuter bo'limida terib sahifalandi va chop etildi. Gazeta haftaning dushanba kuni chiqadi. Hajmi A-3, 2 bosma taboq.

Adadi - 59839

Buyurtma N: J 3366

Dizayner va sahifalovchi:

Fazliddin
SHOYODGOROV

Navbatchi:

Gulyuz
ORIFJONOVA

Rassom:

Nodira MIRZAYEVA

Manzilibiz:

700129,

Toshkent shahri,
Navoiy ko'chasi, 30-uy.
Obuna indeksi: 198.

e-mail:

tong1924@mail.ru

Tel: 144-27-25

144-63-08

Tel./ faks:

(99871) 144-38-10