

3-стр.

За активизацию  
женского движения

4-5-стр.

О перспективах развития  
школьного образования

6-стр.

В путешествие  
по «Золотому кольцу»

8-стр.

Наше здоровье

ВТОРНИК



# Вечерний Ташкент

Газета выходит  
с 1 июля  
1966 года

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГОРОДСКАЯ ГАЗЕТА

№ 143 (10.196)

27 ИЮЛЯ 2004 ГОДА

**СТОЛИЦА:**  
день за днем

## ОДНИМ абзацем

□ В Ташкентском институте ирригации и мелиорации прошел научный семинар с участием ученых-практиков, на котором обсуждались вопросы внедрения передовых технологий для развития сельского хозяйства республики.

□ Кафедра ультразвуковой диагностики Института повышения квалификации врачей оснащена новым современным высокотехнологичным оборудованием для проведения операций по удалению эхинококка.

□ **ВЧЕРА** в Юнусабдском, Сабир-Рахимовском и Мирзо-Улугбекском районах столицы были проведены отчетно-выборные конференции комитетов женщин.

□ «От сильного государства — к сильному гражданскому обществу» — такова тема семинара, прошедшего в акционерном обществе «Автоусть», расположенном в Чиланзарском районе. Его организаторами выступили представители районного центра «Духовность и просветительство».

□ В Ташкентском государственном институте культуры имени А. Кадыри для абитуриентов был проведен первый творческий экзамен.

□ В махалле «Истиклол», расположенной в Акмал-Икрамовском районе, открылся новый спортивный комплекс для детей.

□ «Мир планете Земля» — акция под таким названием прошла в Сергелийском районе. В ней принимали участие ребята 10-16 лет, продемонстрировавшие свои художественные возможности.

По сообщениям  
пресс-службы  
городского хокимията  
и наших  
корреспондентов.

## Айтматову Чингизу Торекуловичу

Уважаемый Чингиз Торекулович!

В Узбекистане с удовлетворением и радостью восприняли известие об успешно проведенном лечении и улучшении Вашего здоровья.

Вы снискали заслуженный авторитет и огромное уважение во многих странах мира, в том числе в Узбекистане. Я всегда с удовольствием вспоминаю о наших беседах и надеюсь, что впереди нас ожидает немало приятных возможностей продолжить взаимные встречи.

От имени многочисленных почитателей Вашего многогранного таланта в Узбекистане и от себя лично искренне желаю Вам, уважаемый Чингиз Торекулович, скорейшего и полного выздоровления и возвращения к творческой и общественно-политической деятельности.

С глубоким уважением и пожеланиями долгих и активных лет жизни,

**Ислам КАРИМОВ**

Президент Республики Узбекистан.

## В Олий Мажлисе Республики Узбекистан

Состоялось заседание депутатской рабочей группы по подготовке и проведению пятнадцатой сессии Олий Мажлиса Республики Узбекистан второго созыва. Вел заседание руководитель рабочей группы — заместитель Председателя Олий Мажлиса **Б. Бутров**.

Открывая первое заседание, руководитель рабочей группы отметил важность очередной парламентской сессии, на которой будут рассмотрены вопросы об исполнении Государственного бюджета Республики Узбекистан за первое полугодие 2004 года и о прогнозе основных макроэкономических показателей и параметрах Госбюджета на 2005 год, законопроекты, направленные на углубление экономических реформ, демократических преобразований в обществе и другие вопросы. Отмечена необходимость проведения сессии на высоком политическом, организационном уровне, создания благоприятных условий для плодотворной работы депутатов.

Успешное проведение сессии во многом зависит от того, как подготовятся к ней комитеты и комиссии парламента, депутатские фракции политических партий, блоки от представительных органов власти и инициативных групп избирателей. На заседании также было отмечено, что главной задачей депутатской рабочей группы сегодня является сво-

временная и качественная подготовка всех проектов документов, вносимых на рассмотрение сессии. При этом подчеркивалась важность своевременного решения ряда других вопросов, связанных с предстоящей сессией законодательного органа страны.

В целях организации эффективной деятельности депутатской рабочей группы в ее составе образованы три подгруппы. Основными задачами одной из них, которой руководит председатель Комитета по законодательству и судебно-правовым вопросам **Н. Исмаилов**, является подготовка и организация заблаговременного направления сессионных материалов депутатам, обобщение предложений и замечаний по проектам документов.

Подгруппа, возглавляемая председателем Комитета по печати и информации **У. Хашимовым**, будет решать вопросы аккредитации журналистов, организовывать регулярное освещение хода подготовки и проведения парламентской сессии в средствах массовой информации, в том числе участия в законотвор-

ческой работе фракций политических партий, блоков депутатов от представительных органов власти и инициативных групп избирателей. На эту подгруппу также возложено обеспечение четкой работы электронной системы голосования «Рада-Мажлис» и синхронного перевода в зале заседаний.

Третья подгруппа, возглавляемая председателем Комитета по вопросам реформирования экономики и предпринимательству **М. Умаралиевым**, направит свои усилия на обеспечение необходимых условий депутатам для их плодотворной работы во время сессии.

Члены депутатской рабочей группы обстоятельно обсудили план предстоящей работы и высказали свои предложения по различным вопросам подготовки и проведения сессии. Принято решение, что руководители подгрупп будут регулярно отчитываться о проделанной работе, обмениваться мнениями по всем вопросам и оказывать друг другу необходимую практическую помощь.

УзА.

## ИНФОРМБЮРО

Вчера, сегодня, завтра

### В стране

● В Республике Каракалпакстан за полугодие нынешнего года сократилось число акционерных обществ с государственной долей в уставных фондах. Приватизированы 24 государственных предприятия.

● В этом году СП «УздЭУавто» намерено начать выпуск автомобилей «Матиз» с автоматической трансмиссией и более усиленным двигателем. Всего в этом году планируется произвести 70 тысяч автомобилей, а в 2005 году — уже 110 тысяч.

● СП «Сурхантекс», что в Джаркурганском районе, наращивает объемы переработки хлопка. Здесь с начала года уже выпущено более 250 тонн готовой продукции — пряжи. Часть ее экспортирована в Латвию, Эстонию, Турцию.

● В АО «Рохат» после реконструкции объем выпуска продукции увеличился в 1,5 раза. В этом году предприятие произведет прохладительных напитков более 22 млн. бутылок.

● Около 5200 дел рассмотрено хозяйственными судами по защите дехканских и фермерских хозяйств. В их пользу взыскано около 13 млрд. сумов.

● «Махалла — главная опора в борьбе против терроризма и экстремизма» — такова была тема научно-практического семинара, состоявшегося в Ташкенте.

### В мире

● Российские рубли претерпят значительные изменения. Печатаются они будут целиком на бумаге из хлопка. Предусмотрены различные средства защиты, в частности, муаровый эффект: бумага под разными углами зрения распадается на цветные узоры и один цвет плавно переходит в другой. На купюрах появится и так называемая ныряющая нить, покрытая слоем полимера.

● Генеральный секретарь ООН Кофи Аннан заявил, что члены Совета Безопасности, скорее всего, поддержат проект резолюции, грозящей Судану санкциями в связи с конфликтной ситуацией в Дарфуре, результатом которой стали 30 тысяч убитых и почти миллион беженцев.

● Спустя три года споров и обсуждений парламент Франции принял билль о биологической этике, запрещающий репродуктивное и терапевтическое клонирование.

● Один из известнейших актеров XX века **Марлон Брандо** скончался не так давно в возрасте 80 лет в совершенной бедности. Став банкротом, он жил на господские в небольшом бунгало с одной кроватью. Обладатель двух «Оскаров» за долгие годы заработал 11 млн. долларов и прятал от кредиторов свои кинонаграды.

## В хокимияте города Ташкента

### Важны инициатива и ответственность

**ВЧЕРА** состоялось расширенное заседание актива столицы, посвященное итогам социально-экономического развития города Ташкента в первом полугодии 2004 года и задачам на предстоящий период. Вел его первый заместитель хокима города **А. Тухтаев**.

Выступивший по основному вопросу повестки дня заместитель хокима города **Ш. Абдукадыров** основной упор сделал на анализ хода рыночных реформ в разрезе всех структур городского хозяйства.

В течение первого полугодия в городе была достигнута макроэкономическая и финансовая стабильность, продолжены структурные преобразования, наблюдалась экономическая активность хозяйствующих субъектов. Все это позволило добиться наибольшего роста эконо-

мических показателей, развития социальной сферы. В отчетном периоде на 4,4 процента возрос по сравнению с прошлым периодом объем территориального валового продукта. Обеспечен рост розничного товарооборота на 10,1 процента, платных услуг — на 3,3 процента.

В государственную казну поступило 251,2 млрд. сумов, что на 1,6 процента выше прогнозируемых показателей. В местный бюджет привлечено дополнительно средств в размере 5,3 млрд.

сумов. Внешнеторговый оборот возрос на 30,9 процента, в том числе объем экспорта — на 35 процентов. За 6 месяцев объем привлеченных инвестиций составил 69,9 млн. долларов США, что в 2,2 раза выше показателей прошлого года.

Общая макроэкономическая стабильность позволила решать основные социальные задачи. За счет различных источников финансирования введено в строй 132,2 тыс. кв. метров жилья, проложено 2,6 км водопроводных и 4,5 км газовых сетей. В рамках программы по Году доброты и милосердия за счет бюджетных и спонсорских средств оказана материальная поддержка малообеспеченным, малоимущим семьям, инвалидам, воспитанникам домов милосердия на 3,2 млрд. сумов.

(Продолжение на 2-й стр.)

## В хокимияте города Ташкента

## Важны инициатива и ответственность

Вместе с тем в развитии ряда сфер экономики допущены серьезные недостатки. Безынициативность отдельных хозяйствующих руководителей, отсутствие новых подходов к решению производственных проблем стали не только причинами ухудшения финансово-экономического положения соответствующих предприятий, но и отразились отрицательно на бюджетных поступлениях. В частности, по таким основным статьям, как налог на прибыль, налог по объектам торговли и общепита, единый налог, прогнозные показатели не выполнены. По сравнению с началом года возросли недоимки предприятий и организаций, они составили 41,2 млрд. сумов, в том числе 18,8 млрд. сумов — «рабочие», которые имеют принципиальное значение в формировании городской казны. За отчетный период возросла просроченная кредиторская задолженность предприятия «Таштеплоцентральный», АО «Маишйикиме», «Узлитнефтегаз», других.

На заседании резкой критике была подвергнута деятельность налоговых служб, отдельных районных хокимиятов за отсутствие должного контроля в вопросах снижения уровня внебанковского оборота денежных средств, правильного использования контрольно-кассовых аппаратов в сфере торговли.

На активе также было критически проанализировано положение в ведущей отрасли экономики — промышленности, где продолжается хроническое невыполнение зада-

ний по производству отдельных видов промышленной продукции и ТНП. Так, значительно снижено производство промтоваров в АО «Нерудник», «Агрегатный завод», «Юлдуз», СП «Лок-колор синтез», «Шакаринвест». По итогам шести месяцев текущего года 84 предприятия вышли с убытками в 34,3 млрд. сумов, в том числе АО «Тошкентсут», СП «УзБАТ», «Растр», «Корфармсанат», «Тошкент тии фактори», «Хобас ТАПО». Основная часть убыточных хозяйствующих субъектов сосредоточена в Мирабадском, Юнусабадском, Шайхантаурском, Мирзо-Улугбекском и Хамзинском районах.

Анализ показывает, что в первом полугодии активизировались темпы разгосударствления и приватизации предприятий. Вместе с тем не выполнены предусмотренные соответствующей программой задания по вовлечению иностранных инвесторов в приватизационный процесс, продаже низкорентабельных и убыточных предприятий с последующими инвестиционными обязательствами, реализации государственной доли акций потенциальным инвесторам. Медленно идет приватизация научно-исследовательских институтов строительного направления.

Значительные недостатки и проблемы выявлены в выполнении государственной программы по локализации производства, направленной на насыщение внутреннего рынка экспортноориентированной, импортозамещающей продукци-

ей. На заседании актива отмечалось, что в прошлом году удалось выпустить всего лишь 205 наименований новых видов потребительских товаров, тогда как рынки столицы заполнены в основном импортными товарами, не в полной мере отвечающими высоким требованиям потребителей. Безусловно, есть причины, в том числе объективные, препятствующие продвижению важной государственной программы по локализации вперед. Однако до сих пор не ощущается инициативы снизу, то есть непосредственно от самих предприятий. Речь идет о включенных в программу локализации субъектах, которые вовсе не приступали к ее выполнению из-за отсутствия заказов, сырьевых материалов, оборотных средств. И, несмотря на это, последние до сих пор числятся в данном проекте.

Неудовлетворительно реализуется программа по жилищно-коммунальному реформированию. Стоит отметить, что на недавнем заседании Кабинета Министров республики по итогам первого полугодия этот вопрос рассматривался в числе основных и состояние столичного коммунального хозяйства было подвергнуто резкой критике. Вниманию актива были представлены видеосюжеты, снятые специальной рабочей группой Кабинета Министров республики в ряде районов города. На активе были даны конкретные задания соответствующим структурам данной сферы по выполнению программы капитального ремонта домов, установки прибо-

ров ресурсосбережения, подготовки города к осенне-зимнему периоду.

На активе подчеркивалась необходимость устранения всех недостатков в кратчайшие сроки. При этом акцент сделан на повышение ответственности руководителей всех уровней. Обращая внимание на предстоящее крупное общественно-политическое мероприятие в жизни страны — парламентские выборы, заместитель хокима города Ш. Абдукадыров напомнил активу слова Президента о том, что на каждого, кто считает себя руководителем, лидером, ложится большая ответственность.

На активе столицы были также рассмотрены вопросы, связанные с реализацией программы по Году доброты и милосердия, Государственной общенациональной программы по развитию школьного образования, выполнением Указа и соответствующего постановления правительства по поддержке деятельности комитетов женщин.

В прениях по рассмотренным вопросам выступили генеральный директор Ташкентского управления Госкомимущества А. Каримов, генеральный директор Ташкентского территориального коммунально-эксплуатационного объединения Г. Норматов, управляющий ПО «Таштеплоэнерго» Т. Анваров, начальник управления «Ташгаз» К. Фармонов, другие.

С учетом высказанных замечаний и предложений по всем вопросам повестки дня актива были приняты соответствующие решения.

В работе актива столицы принял участие заместитель премьер-министра республики Абдулла Арипов.

Ильмира ЗАЙНУТДИНОВА.

**В формировании гражданского общества, укреплении правопорядка важное значение имеет махалля. Мир, спокойствие граждан — одно из необходимых условий успешного социально-экономического развития страны, обеспечения благосостояния народа.**

## Терроризм не пройдет

Об этом говорилось на научно-практической конференции на тему «Махалля» основная опора в борьбе против терроризма и экстремизма». Она была организована благотворительным фондом «Махалля» совместно с Министерством внутренних дел и Генеральной прокуратурой. В конференции приняли участие махаллинские аксакалы из Республики Каракалпакстан, областей и города Ташкента, работники правоохранительных органов, представители общественных организаций.

Выступившие с докладами председатель Совета аксакалов Узбекистана и благотворительного фонда «Махалля» А. Гадайбаев, заместитель министра внутренних дел Х. Закиров, заместитель начальника управления Генеральной прокуратуры М. Эгамбердыев и другие говорили о широком внедрении новых, действенных методов воспитания национальной гордости, доброты и милосердия.

В деле сохранения и дальнейшего укрепления мира и спокойствия в нашей стране большая заслуга принадлежит и членам общественной структуры «Стражи махалли». Они ведут работу в опорных пунктах милиции в тесном сотрудничестве с другими службами органов внутренних дел, аксакалами и активистами махаллей. Это дает хорошие результаты.

На конференции подчеркивалось, что дальнейшее совершенствование работы по ограждению молодежи от влияния экстремистских течений, искоренению таких пороков, как наркомания и алкоголизм, воспитанию молодого поколения на примере национальных ценностей — одна из актуальных задач сегодняшнего дня.

Бехзод НОРБАЕВ,  
корр. УзА.

## Визит генерала США

Прибывший в нашу страну Главнокомандующий центрального командования вооруженных сил США генерал Джон Абизайд посетил Министерство обороны Республики Узбекистан.

В ходе переговоров с руководителем Министерства обороны страны Кадыром Гулямовым обсуждались вопросы дальнейшего укрепления военно-технического сотрудничества между Узбекистаном и США, обеспечения мира и стабильности в Центральноазиатском регионе, обстановка в Афганистане. Отмечалась общность взглядов сторон.

Гость обменялся также мнениями по вопросам узбекско-американских отношений, региональной безопасности с министром иностранных дел Республики Узбекистан Садыком Сафаевым.

УзА.

## В Верховном суде Республики Узбекистан

В Верховном суде Республики Узбекистан начался судебный процесс над пятнадцатью лицами, обвиняемыми в участии в террористических актах, совершенных 29-30 марта и 1 апреля этого года в городе Ташкенте и Бухарской области. Председательствует на судебном процессе заместитель председателя Верховного суда Республики Узбекистан Б. Джамалов.

Подсудимые Ф. Юсупов, Ф. Казакбаев, Х. Ишматов, Е. Асланов, Н. Курбаналиев, Р. Юсупов, М. Мирзакулов, К. Туйчиев, К. Сохоталиев, Е. Умаров, К. Каюмова, Ж. Нигманов, У. Хамраев, И. Ташпулатова, А. Зулпикаров обвиняются органами предварительного следствия в совершении убийства при отягчающих обстоятельствах, в терроризме, религиозном экстремизме, захвате оружия и боеприпасов разбойным путем, изготовлении взрывчатых веществ, их ношении и хранении, контрабанде и в ряде других тяжких преступлений.

После разъяснения председателемствующим прав и обязанностей сторон Государственный обвинитель, старший советник юстиции М. Салихов зачитал обвиняемым обвинительное заключение.

В открытом судебном заседании принимают участие более 30 представителей местных и зарубежных средств массовой информации, международных правозащитных организаций.

УзА.

НА СНИМКАХ: из зала суда.

Фото Д. ЮСУПОВА.  
(УзА.)



## Победители международных Олимпиад

В нашей стране созданы все необходимые условия для получения учащимися хороших знаний. Поддержка одаренной молодежи способствует их успешному участию в престижных международных олимпиадах по различным предметам.

Шестеро из числа учащихся средних общеобразовательных школ, академических лицеев и профессиональных колледжей, ставшие победителями ряда конкурсов в нашей стране, благодаря своей одаренности и творческим способностям, стремлению к глубокому изучению избранной науки, были удостоены права на участие в 45-й Международной олимпиаде юных математиков, которая проводилась в столице Греции — Афинах.

В Олимпиаде приняли участие пятьсот школьников из 85 стран мира.

Обладатели бронзовых медалей Международной олимпиады, которыми стали Зафар Жумаев, Джалол Курбанов, Бехзод Тиллаев, будут приняты в высшие учебные заведения страны на льготных условиях.

На состоявшейся в Москве Международной олимпиаде по русскому языку и литературе соревновались более двухсот нерусскоязычных учащихся из 36 стран. Среди них были и шесть наших соотечественников.

В гуманитарном направлении золотой медалью и дипломом первой степени награждены ученик республиканской специальной гимназии Дильшод Ильхомов и ученица школы № 2 города Навои Феруза Шукрбекова.

Наш соотечественник ученик школы № 118 Шерзод Ахмедов стал обладателем бронзовой медали и диплома третьей степени.

Б.ХИДИРОВА,  
корр. УзА.

## Разобраться поможет экспертиза

Семинары для представителей судебных органов, МВД и прокуратуры каждую неделю проходят в Республиканском центре судебной экспертизы.

Всего в центре осуществляется более 60 видов экспертиз: автотехническая, строительная, экономическая, ДНК, почерковедческая, баллистическая и т. д. Регулярно эксперты в той или иной области знакомят коллег с возможностями экспертизы, с тем, какие новые технологии они сегодня используют в своей работе.

Оборудование, на котором приходится работать, за последние два года было существенно модернизировано, — говорит Бахтиер Эрнафасов, заведующий отделом автотехнической экспертизы. — Также радует то, что повышается квалификация наших работников.

В каждом деле существуют свои тонкости, и важно, чтобы люди, обращающиеся по долгу службы в центр судебной экспертизы, понимали эти тонкости, были знакомы со спецификой работы экспертов.

Юлия ГУСЕВА.

## Отчетно-выборная конференция комитета женщин прошла на днях и в Бектемирском районе столицы.

Население в районе составляет 29700 человек, из них 18860 — женщины. Семей же всего 10520. Рассказывая о проделанной за период с 2002 по 2004 гг. работе, действующий председатель Кундуз Сайдалиева подчеркнула, что основное внимание уделялось вопросам защиты материнства и детства, решению социальных проблем женщин, духовно-нравственному просвещению. При этом большое значение придавалось обращениям — как письменным, так и устным — граждан в районный комитет женщин или женсоветы на местах. Старались



## За активизацию женского движения

не упустить ни одного обращения, не оставить без внимания ни одной просьбы.

— За истекший период мы достигли определенных результатов, — говорила Кундуз Наримановна. — К примеру, нам удалось предотвратить разводы в 18 семьях.

Однако председатель критически оценила нынешнее состояние дел по защите прав женщин, повышению их общественно-политической и социальной активности. В их вопросах имеются недостатки, которые необходимо устранять. Также, как выяснилось, в районе «хромает» работа по патронажу семей.

Своими отзывами и предложениями поделились директор школы № 289 М. Ахмедова, сотрудник районного отдела здравоохранения Ш. Алиева и другие. Они затронули такую проблему, как рост в районе женской преступности. Все выступавшие высказались за необходимость активизации женского движения в решении имеющихся проблем — занятости женщин, охраны материнства и детства, развития семейного спорта и т. д. Деятельность комитета женщин Бектемирского района на конференции оценили как удовлетворительную. Большинство голосов Кундуз Сайдалиева была переизбрана на новый срок.

Председатель городского комитета женщин Ф. Абдурахимова высказала ряд предложений вновь избираемому составу районного комитета по улучшению работы.

### На днях состоялась отчетно-выборная конференция комитета женщин Мирабадского района.

В ней участвовали около 200 делегатов женских организаций района, представители общественности и средств массовой информации. Девизом конференции явилось высказывание Президента Республики Узбекистан Ислама Каримова «Величие женщины — величие семьи, Родины, жизни».

Представители женсоветов махаллей, государственных организаций, частных фирм, банков, учебных заведений, органов здравоохранения Мирабадского района с воодушевлением рассказывали о проделанной за отчетный период (2002-2004 годы) работе, о дальнейших планах, делились опытом, вносили предложения.

Не обходили молчанием и недостатки в работе, и трудности. Больше всего замечаний было по поводу безынициативности некоторых членов женсоветов, в результате которой у молодежи появляется апатия к жизни, стремление к

экспрессивным выходкам.

Выходом из сложившейся ситуации видится усиление совместной работы женских и общественных организаций, спланировавших группы и коллективы людей по профессиональным интересам, по увлечениям спортом и искусством, а также создание небольших предприятий, фирм, кружков, секций с привлечением опытных руководителей, преподавателей.

Говорилось также о помощи частных компаний, активе махалли и палаты товаропроизводителей и предпринимателей в трудоустройстве женщин, о методах и средствах расширения их профессиональных возможностей, повышении уровня грамотности. В работе конференции принял участие хоким района Азиз Тураев.

На конференции председателем женского комитета на следующий срок вновь избрана Мухаббат Захидова. Также общим открытым голосованием были избраны члены рабочей группы женского комитета Мирабадского района, делегаты на городскую отчетно-выборную конференцию.

В конференциях Бектемирского и Мирабадского района принял участие хоким города Ташкента Р. Шоабдурахманов.

Соб. инф.

НА СНИМКАХ: отчетно-выборная конференция в Мирабадском районе.

Фото Т. НИГМАТУЛЛИНА.

## Лучший педагогический опыт — в практику Ее уроки — Всегда творчество

«Жизнь прожить — не поле перейти...» — гласит народная поговорка, подчеркивая тем самым, сколь трудно с пользой для себя и общества потратить отпущенные судьбой годы. Очень часто в погоне за сиюминутной выгодой, проходящими увлечениями человек не осознает, на что он размывает самое ценное свое достояние. Но наступают минуты озарения, когда подводится итог каждому отрезку биографии. И чем раньше человек научится подобному анализу, тем лучше.

Вначале требует от учеников, чтобы они прослушали текст, нашли незнакомые слова, воспроизвели их с помощью вопросно-ответных упражнений. Развитие навыков аудирования осуществляется также на материале узбекских песен. Ученикам дается на прослушивание текст песен с некоторыми пропущенными словами. Задание — заполнить пропуски. Естественно, задание это не из легких, а помогут здесь внимательность, языковое «чутье» и, конечно, знание языка. Как видите, в процессе обучения учитель не ограждает своих подопечных от сложностей. Вероятно, считает: «тяжело в ученье — легко в бою». В данном случае «бой» — это общение.

При подготовке и проведении игровых уроков по отдельным темам опять же используются разные активные формы

методист городского института повышения квалификации и переподготовки учителей Тамара Усманова отметила: «Учительница успешно справляется с задачей — учить детей практическому языку. В классе — высокая активность ребят, хотя тема урока не из легких — промышленность. Тем более что узбекский язык относится к тем предметам, которые нельзя освоить за один урок. Обучение языку — это система, целенаправленный, творческий труд. Не случайно и то, что ребята из ее класса занимают призовые места на различного уровня смотрах. Она умеет так заинтересовать детей, так выложиться, что у них появляется желание совершенствовать свои знания и сотрудничать с учителем».

В чем источник силы влияния учительского слова? Это отношение самого педагога к изуча-

емому предмету, к теме уроков и глубокое знание материала, и не только определенного рамок программы, личностное отношение к нему, проявляющееся буквально во всем — в голосе, взгляде, паузе, в живой реакции на восприятие. А работает учитель над собой постоянно. Феруза Шавкатовна обладает ценным даром — умением терпеливо искать причины и давать верную оценку любой сложной ситуации, находить безошибочный путь разрешения конфликта, преодоления противоречия. Вот что говорит она о своих уроках: «Меня всегда мучил вопрос: как повар или кондитер дегустирует свою работу, насколько они самокритичны, объективны? Оценивать свой урок тоже непросто. Обычно сужу по детям. Как оценили они? Если им понравилось, они удовлетворены — значит, главную цель, которую поставила, достигла. А цель у меня одна — привить любовь к узбекскому языку, заинтересовать, заставить думать, мыслить, отстаивать свою точку зрения».

Учащиеся магнетически внимают каждому ее слову, жесту. Она покоряет, «берет в плен», если хотите, потому что помогает ученику войти в новый мир.

Ферузе Шавкатовне удается расширить круг волнующих человека проблем, воспитать личностную причастность ко всему, что происходит вокруг нас.

Главная проблема сегодня — проблема веры, идей, идеала, святынь. Поэтому у нее на уроке и возникают диалоги, споры, дискуссии, в процессе которых уточняется и обогащается первоначальное восприятие языка художественного произведения. Требовательность, неутомимость и целеустремленность, постоянный творческий поиск Ферузы Шавкатовны не остались незамеченными. Вот уже пять лет она совмещает работу в школе с должностью заведующего методкабинетом района Шайхантаурского района, делая все для того, чтобы передовой опыт лучших учителей становился достоянием и их менее опытных коллег.

С. МУСАХОДЖАЕВ.

С первых дней независимости в нашей стране под руководством Президента Ислама Каримова проводится четко спланированная и перспективная политика в данном направлении. Об этом свидетельствует и успешное выполнение Национальной программы по подготовке кадров. Этот уникальный программный документ, привлекая внимание и получивший признание во всем мире, связал в единое целое процесс непрерывного образования и воспитания молодого поколения.

По инициативе руководителя нашего государства разработана и внедряется в жизнь Государственная общенациональная Программа развития школьного образования на 2004-2009 годы. В чем ее суть?

Каково значение Распоряжения Президента о мерах по подготовке данной программы от 19 февраля 2004 года, Указа «О Государственной общенациональной Программе развития школьного образования на 2004-2009 годы» от 21 мая, постановлений Кабинета Министров от 2, 9 и 15 июля во исполнение данного Указа?

Об этом — беседа с министром народного образования Республики Узбекистан Турабом ДЖУРАЕВЫМ.

— Благодаря независимости претворяются в жизнь многие благородные мысли и цели, — сказал Т.Джураев. — В наше замечательное время, когда осуществляются вековые мечты и чаяния предков, народ пользуется всеми благами независимости, Президент страны проявляет постоянную заботу о вопросах реформирования и развития системы образования, в том числе школьного.

По инициативе и под руководством Президента страны за минувший период приняты важные законы, указы и распоряжения, правительственные постановления, разработаны специальные образовательные программы. Реализация этих документов обеспечивает последовательность и эффективность реформ в данной сфере.

Широкомасштабная работа, осуществляемая на основе Национальной программы по подготовке кадров, новшества, внедряемые в систему образования, получили признание не только населения нашей страны, но и зарубежных экспертов. За минувший период проделана огромная работа в рамках Национальной программы по подготовке кадров. Ярким тому подтверждением является уже один только факт появления в системе непрерывного образования совершенно нового звена — академических лицеев и профессиональных колледжей.

Вместе с тем в Национальной программе предусмотрена особая роль каждого звена образовательной системы. Следовательно, полная ее реализация, выполнение поставленных в ней задач во многом зависят от состояния и уровня развития этих звеньев, от их взаимодействия. В этом смысле школьное образование — составная часть непрерывного образования — не соответствовало предъявляемым требованиям.

Следует подчеркнуть, что в результате реформ, проводимых в последние годы в системе, эти задачи в целом нашли свое решение. В частности, установлена взаимосвязь между разными звеньями образовательной системы.

В новом программном документе — Государственной общенациональной Программе развития школьного образования на 2004-2009 годы — в качестве важнейшего условия успешного выполнения Национальной программы по под-

готовке кадров определена цель — решение проблем, связанных с преодолением отставания школьного образования, укреплением материально-технической базы школ и формированием единой системы непрерывного образования.

— Расскажите, пожалуйста, подробнее об основных факторах и процессах, послуживших поводом для создания Государственной общенациональной Программы развития школьного образования.

— Стремление к образованию — одно из достоинств нашего народа. Воспитание детей знающими, волевыми, добросовестными людьми, внедрение в их сознание идеи национальной независимости, отражение их от влияния чуждых и вредных идей, воспитание в духе национальных и общечеловеческих ценностей — одна из основных наших задач. Роль и значение школ в этой работе огромны. Сегодня особого внимания требуют вопросы повышения материально-технических возможностей школы, обеспечения их современными зданиями, учебным и лабораторным оборудованием, компьютерами и литературой, стимулирования труда учителей и наставников.

Критически проанализировав положение дел в сфере образования на заседании Кабинета Министров, посвященном итогам 2003 года, руководитель нашей страны выдвинул идею подготовки специальной перспективной программы в данном направлении. Как подчеркнул Президент, не нужно забывать о том, что наши дети, закончившие школу, должны завтра прийти в вузы, лицеи и колледжи с обширными и глубокими знаниями и хорошей подготовкой.

19 февраля 2004 года вышло Распоряжение Президента о мерах по подготовке Программы развития школьного образования. За короткий срок были изучены все школы на основании современных требований по направлениям, предусмотренным в этом документе. В частности, составили поименный список школьных зданий, находящихся в аварийном состоянии, подлежащих капитальному и текущему ремонту, недостроенных объектов.

Выявлено проектное наличие учебных мест, во сколько смен ведется учебный процесс, проверено состояние коммуникаций и теплосети в школах, учебных классов, уровень обеспеченности их необходимой мебелью. Подготовлены заключения о наличии кабинетов по предметам, об оснащении их наглядными пособиями, учебно-лабораторным оборудованием, компьютерной техникой.

Рассмотрены состав учителей по предметам, степень их образования и категории, состояние библиотек, их обеспеченность учебниками, общественно-политической и художественной литературой. Проанализированы состояние открытых спортивных площадок и закрытых спортивных залов в школах, вопросы благоустройства территорий.

На состоявшемся 11 мая этого года в резиденции Оксарой заседании был сделан анализ первых результатов работы Специальной комиссии в этом направлении. Президент акцентировал внимание на чрезвычайно ответственных с точки зрения интересов нации, общества и государства задачах, которые предстоит решить на пути развития школьного образования с дальним прицелом, на необходимости всесторонней, тщательной, четкой и планомерной организации всей работы.

Указ Президента Республики Узбекистан «О Государственной общенацио-

нальной Программе развития школьного образования на 2004-2009 годы» от 21 мая 2004 года и постановление Кабинета Министров «О мерах реализации Государственной общенациональной Программы развития школьного образования на 2004-2009 годы» от 9 июля нынешнего года имеют важное значение именно потому, что они четко сформулировали эти цели и задачи.

— Какая работа предусмотрена на пятилетний срок в соответствии с Программой?

— Вся предстоящая работа по Государственной общенациональной Программе — неотъемлемое и логическое продолжение выполнения Национальной программы по подготовке кадров. Основные принципы и целевые задачи Программы предусматривают в первую очередь кардинальное улучшение системы школьного образования, создание учебно-материальной базы и образовательных стандартов, отвечающих самым

высоким современным требованиям, обеспечение равных условий для обучения детей на основе поэтапного устранения различий в материальной базе и оснащении школ, всестороннее поощрение труда учителей.

Постановлением Кабинета Министров от 9 июля нынешнего года одобрены меры по реализации Программы. В нем, в частности, определены мероприятия по кардинальному обновлению и реконструкции зданий и инженерно-коммуникационной инфраструктуры, оснащению школ современным учебным, учебно-лабораторным оборудованием и учебниками, совершенствованию образовательных стандартов и учебных программ, обеспечению школ квалифицированными педагогическими кадрами, укреплению спортивной базы, развитию спорта в общеобразовательных школах. Установлены также сроки выполнения этих задач и организации-исполнители.

В соответствии с данным постановлением утверждены основные параметры нового строительства взамен сносимых, капитальной реконструкции, капитального и текущего ремонта общеобразовательных школ в 2004-2009 годах за счет бюджетных средств, адресный список строительства, капитального и текущего ремонта, параметры строительства и реконструкции спортивных сооружений в школах.

В настоящее время подготовлены альбомы, карты каждого района. В течение пяти лет будут построены, капитально реконструированы, отремонтированы 8476 старых школ из имеющихся 9727. В частности, текущий ремонт пройдет в 2069 школах, капитальный — в 3769, капитальная реконструкция — в 2313 школах. Вновь отстроит 325 школ.

Уместно напомнить, что под строительством новых школ понимается не только возведение новых зданий, но и полное их оснащение необходимым учебным оборудованием, компьютерной техникой. Заслуживает внимания и то обстоятельство, что образовательные учреждения будут построены или отремонтированы в течение 12-18 месяцев, исходя из местных условий.

К 2009 году капитальной реконструкции подвергнутся 2 313 школ на 780 391 ученическое место. При этом предусмотрено строительство в необходимых случаях спортивных залов, столовых и дополнительных помещений. Такие школы будут полностью обеспечены новым учебным оборудованием и компьютерной техникой.

На 40-70 процентов изменится внутренний и внешний облик школьных зданий после капитального ремонта. Он включает работы по обеспечению в течение четырех месяцев питьевой водой и природным газом, проводке системы отопления, ремонту кровли.

Текущий ремонт проводится один раз в три года в школах, построенных за десять последних лет.

— Предусмотрено ли участие в этом благородном деле наших соотечественников и спонсорских организаций, зарубежных друзей?

— Конечно. На состоявшемся в резиденции Оксарой заседании Президент

## Развитие школьного образования — общенациональная задача

Одним из важных и необходимых условий достижения таких благородных целей, как строительство демократического правового государства и формирование гражданского общества, обеспечение развития страны и благополучия народа, интеграция в мировое сообщество, является кардинальное реформирование сферы образования в соответствии с национальными ценностями и международными стандартами. Ибо для каждой нации, нацеленной на достижение высоких рубежей, развитие образования считается жизненно важным вопросом.

денции Оксарой заседании Президент подробно остановился на этих вопросах. Он отметил, что необходимо всячески поощрять участие спонсоров в реализации Государственной общенациональной программы.

По инициативе Президента Ислама Каримова для этих целей создан внебюджетный Фонд школьного образования. Желание внести свою лепту граждане и организации могут это сделать в форме денег и товаров, работ и услуг. Через Фонд они имеют возможность оказать помощь любому образовательному учреждению по собственному усмотрению. Скажем, кто-то хочет построить дополнительное учебное здание для школы. Эта работа будет осуществлена через Фонд по типовому проекту и в установленном порядке.

В Указе Президента предусмотрено исключение из налогооблагаемой базы при исчислении налога на доходы (прибыль) средств хозяйствующих субъектов, направляемых на целевой основе в виде спонсорских средств для финансирования Программы развития школьного образования на 2004-2009 годы. Это является еще одним свидетельством государственной поддержки благородной цели.

— А не помешают строительные и ремонтные работы учебному процессу?

— Уместный вопрос. Строительство новых школ, их ремонт, переоборудование требуют определенного времени. Между тем остановить учебный процесс в школах не представляется возможным. Для решения этой проблемы нашим министерством разработаны карты административных границ каждого района, где четко определены расположение каждой школы, сроки и объем проводимых работ.

Например, в Иштыханском районе Самаркандской области имеется 92 общеобразовательные средние школы, в 62 из них предусмотрено проведение различных строительно-ремонтных работ. То есть в 2004-2009 годах в районе

будут построены 2 школы, проведена капитальная реконструкция 22 школ, капитальный ремонт 30 и текущий ремонт 70 школ. Так, в этом году в школе № 3 на 450 ученических мест кишлака Джамбул закончится капитальная реконструкция. Здание построено в 1938 году из сырового кирпича. Предусмотрено строительство дополнительного здания для восьми классов и спортзала.

Понятно, за время трехмесячных школьных каникул выполнить весь объем работ нельзя. Поэтому школьники кишлака продолжат учебу в школах, расположенных по соседству, — кишлаках Катаган и Халкабад.

Эта временная мера, как нам думается, обеспечит непрерывность обучения учащихся в период проведения строительно-ремонтных работ.

— Резкое увеличение числа школьников, хотя и временное, не скажется на качестве обучения?

— Конечно. На состоявшемся в резиденции Оксарой заседании Президент подробно остановился на этих вопросах. Он отметил, что необходимо всячески поощрять участие спонсоров в реализации Государственной общенациональной программы.

По инициативе Президента Ислама Каримова для этих целей создан внебюджетный Фонд школьного образования. Желание внести свою лепту граждане и организации могут это сделать в форме денег и товаров, работ и услуг. Через Фонд они имеют возможность оказать помощь любому образовательному учреждению по собственному усмотрению. Скажем, кто-то хочет построить дополнительное учебное здание для школы. Эта работа будет осуществлена через Фонд по типовому проекту и в установленном порядке.

В Указе Президента предусмотрено исключение из налогооблагаемой базы при исчислении налога на доходы (прибыль) средств хозяйствующих субъектов, направляемых на целевой основе в виде спонсорских средств для финансирования Программы развития школьного образования на 2004-2009 годы. Это является еще одним свидетельством государственной поддержки благородной цели.

В соответствии с данным постановлением утверждены основные параметры нового строительства взамен сносимых, капитальной реконструкции, капитального и текущего ремонта общеобразовательных школ в 2004-2009 годах за счет бюджетных средств, адресный список строительства, капитального и текущего ремонта, параметры строительства и реконструкции спортивных сооружений в школах.

В настоящее время подготовлены альбомы, карты каждого района. В течение пяти лет будут построены, капитально реконструированы, отремонтированы 8476 старых школ из имеющихся 9727. В частности, текущий ремонт пройдет в 2069 школах, капитальный — в 3769, капитальная реконструкция — в 2313 школах. Вновь отстроит 325 школ.

Уместно напомнить, что под строительством новых школ понимается не только возведение новых зданий, но и полное их оснащение необходимым учебным оборудованием, компьютерной техникой. Заслуживает внимания и то обстоятельство, что образовательные учреждения будут построены или отремонтированы в течение 12-18 месяцев, исходя из местных условий.

К 2009 году капитальной реконструкции подвергнутся 2 313 школ на 780 391 ученическое место. При этом предусмотрено строительство в необходимых случаях спортивных залов, столовых и дополнительных помещений. Такие школы будут полностью обеспечены новым учебным оборудованием и компьютерной техникой.

дотворению некачественного выполнения строительно-ремонтных работ и «спешной» сдачи объектов?

— Безусловно. Создана Государственная комиссия по приему объектов вновь построенных и капитально реконструированных общеобразовательных школ. В ее состав включены руководители министерств народного образования, экономики, здравоохранения, Госархитектстроя и других организаций.

Согласно постановлению Кабинета Министров от 9 июля текущего года, приемка объектов нового строительства и капитальной реконструкции общеобразовательных школ осуществляется Государственной комиссией в строгом соответствии с утвержденными стандартами качества и типовыми проектами.

При наличии отклонений от стандартов и типовых проектов, выявленных по заключению органов, уполномоченных осуществлять архитектурно-строительный надзор, из стоимости строительства

исключаются расходы на работы в размере стоимости некачественно выполненной строительно-монтажных и ремонтных работ или устранения недостатков за счет средств виновной стороны. Думаем, что эта мера послужит обеспечению качества строительно-ремонтных работ.

Кроме того, к службам единого заказчика при Совете Министров Республики Каракалпакстан, хокимиятах областей и г.Ташкента прикреплены представители Госархитектстроя. На них возложена ответственность за обеспечение соответствия проводимых работ утвержденным типовым проектам, строительным нормам и правилам.

— Как будет организовано обеспечение учащихся учебниками?

— Министерством создана Экспертная группа по проведению экспертизы общеобразовательных стандартов, учебных планов и программ, а также учебно-методических материалов. В ее состав включены ведущие ученые нашей страны, опытные практикующие учителя.

Члены группы в настоящее время проводят всесторонние исследования, направленные на совершенствование учебных стандартов и учебных программ, применяемых в ныне действующей системе общего среднего образования. На группу возложена задача по пересмотру минимальных требований, предъявляемых к знаниям, навыкам и умениям учащихся всех классов, на основе государственных образовательных стандартов по учебным предметам начального и общего среднего образования.

Убеждены, что подобные факторы имеют важное значение в обеспечении качества образования. Однако все мы хорошо понимаем, что только этой проблемой не исчерпывается. В настоящее время анализируются требования к квалификационным категориям. Пересматриваются учебные нагрузки, определенные в государственных образовательных стандартах, учебных планах и программах. Мы проводим последовательную работу по приведению их в соответствие с санитарно-гигиеническими нормами и возможностями освоения знаний учащимися.

— Что будет принимать вновь построенные или отремонтированные школы? Предпринимаются ли меры по пре-

чрезвычайно актуальным является вопрос изданий и доставки на места в 2005-2009 годах учебников и учебных пособий, которые будут созданы на основе требований усовершенствованных государственных стандартов. Всего предусмотрено издание 62 миллионов 228 тысяч экземпляров новых учебников и учебных пособий. Естественно, этот процесс будет осуществляться поэтапно.

— Качество образования во многом зависит от квалификации, знаний и опыта учителя...

— Верно. Профессия учителя — очень ответственная и трудная, требует кропотливого труда, терпения и воли. Недостаточно лишь дружелюбного отношения преподавателя к ребенку, представители этой профессии ответственны за отражение детей от влияния различных чуждых нашей идеологии течений, вовлечение их в общественно-полезный труд, воспитание нашей молодежи в духе любви и верности Родине.

Практически невозможно отделить образование от воспитания и наоборот. Эти понятия тесно взаимосвязаны...

Для обучения молодого поколения, воспитания развитой личности учителя должны обладать современными знаниями, быть состоявшимися личностями и иметь определенный статус. Они обязаны иметь представление о современных образовательных технологиях, в свободное время совершенствовать свои знания.

В этой связи предпринимаются меры по созданию эффективной системы обеспечения сельских школ квалифицированными педагогическими кадрами, подготовке, переподготовке и повышению квалификации учителей.

В частности, наше министерство совместно с Азиатским банком развития проводит работу по налаживанию системы дистанционного обучения педагогов на местах. В соответствии с данным проектом в 2005-2009 годах намечаются переподготовка и повышение квалификации более 413 тысяч человек.

В Республике Каракалпакстан, областях, городах и районах организовываются территориальные координационные центры и филиалы Центрального института переподготовки и повышения квалификации педагогов имени Абдуллы Авлони. Кроме того, откроются образовательные ресурсные центры при 70 школах, расположенных в областных и районных центрах. В текущем году будут действовать 35 таких центров.

— Какое внимание в Государственной общенациональной Программе уделяется вопросам стимулирования и социальной защиты учителей и наставников?

— Прежде чем говорить о стимулировании труда учителей, хотел бы акцентировать внимание на некоторых аспектах данного вопроса. Данная тема находится в поле зрения не первый день. Глава нашего государства еще до приобретения независимости нашей республики наряду с такими важными вопросами, как восстановление праздника Навруз, повышение размера пособий многодетным матерям и другим, первоочередное внимание уделял повышению заработной платы учителям школ.

То, что 1 октября объявлено Днем учителей и наставников, который ежегодно широко отмечается в качестве всенародного праздника, свидетельствует о большом уважении к представителям этой профессии.

Самое важное то, что в годы независимости проводится последовательная, адресная работа по повышению значения и авторитета профессии учителя, стиму-

лирование труда педагогов и улучшение их материальных условий.

Думаю, что подтверждением этой мысли служит неоднократное повышение заработной платы работников системы народного образования. И такая работа последовательно продолжается. Об этом свидетельствует то, что в ряду основных целевых задач Государственной общенациональной Программы развития школьного образования особое место занимает вопрос всестороннего стимулирования труда учителей.

В соответствии с Указом Президента Республики Узбекистан от 1 июля 2004 года «О повышении с 1 августа 2004 года размеров заработной платы, пенсий, стипендий и социальных пособий» в 1,3 раза увеличена и заработная плата учителей.

Постановлением Кабинета Министров от 2 июля этого года «О дополнительных мерах по стимулированию труда учителей общеобразовательных школ» еще более усилило материальное стимулирование труда учителей начальных классов.

Можно также наблюдать серьезные позитивные изменения в заработной плате учителей, имеющих квалификационные категории, а также учителей и наставников лицеев и гимназий, специализированных учебно-воспитательных учреждений.

В Государственной общенациональной Программе развития школьного образования важное значение придается системе оплаты труда и пересмотру тарифных ставок для учителей. Согласно Указу Президента страны от 21 мая этого года и постановлению Кабинета Министров от 15 июля в поле зрения работников системы образования находится работа по переводу системы оплаты труда учителей на единую тарифную сетку.

Своевременной стала разработка Временного положения о порядке установления надбавок учителям общеобразовательных учреждений и методикам методкабинетов, а также утверждение его постановлением правительства.

Данные документы, являющиеся руководством к действию, имеют важное значение и в связи с тем, что предусматривают создание эффективного механизма поощрения талантливых, преданных своей профессии, внесших конкретный вклад в учебный и воспитательный процесс учителей. Вель достойное стимулирование труда учителя послужит повышению эффективности и качества образования.

Не случайно новую программу, направленную на развитие системы образования, глава государства назвал «Государственная общенациональная программа». Развитие школьного образования — широкомасштабная задача всей нации, народа. В этом деле требуется активное участие государственных и общественных организаций, спонсоров, родителей и учителей, широкой общественности.

Таким образом, в успешном осуществлении реформ школьного образования велика роль каждого гражданина нашей страны, народа, который во главе с Президентом Исламом Каримовым идет по пути построения великого будущего. Каждый из нас должен глубоко осознавать это. Долгом и честью каждого гражданина Узбекистана является внесение достойного вклада в благородное дело.

Беседовал корреспондент  
Уза Гулом МИРЗО.

## Путешествие — в награду за отличную учебу

70 старшеклассников из всех областей Узбекистана стали пассажирами самолета, вылетевшего в минувшее воскресенье из Ташкента в Москву. Большую часть из них ждет двухнедельное путешествие по «Золотому кольцу» России, а остальные смогут в это же время познакомиться с достопримечательностями Москвы и Санкт-Петербурга.

Увлекательная поездка в дни летних каникул — награда победителям республиканских конкурсов «Знаешь ли ты Россию?» и «Мир русского слова», проведенных посольством Российской Федерации в нашей стране, Россарабцентр и Русским культурным центром в сотрудничестве с узбекскими образовательными структурами. В группу юных путешественников вошли также победители олимпиад среди школьников и отличники учебы. Финансирование поездки полностью взяла на себя российская сторона.

С начала июля это уже третья группа школьников из Узбекистана, выехавшая на отдых в Россию. Две предыдущие отправившиеся в подмосковные оздоровительные лагеря. В первую вошли 16 старшеклассников из школ с узбекским языком обучения. В международном лагере «Московия» они смогут совместить активный отдых с учебой по таким предметам, как русский язык и литература. А вторая группа из шестидесяти 11-13-летних мальчиков и девочек проведет часть летних каникул в международном лагере «Огонек». Надо отметить, что в ее состав были включены и воспитанники домов милосердия. Юные посланцы Узбекистана увезли с собой много красочных брошюр, книг и сувениров. Это даст им возможность познакомиться со сверстниками из других государств с историей, культурой своей Родины, сегодняшним днем Узбекистана.

Летний отдых для детей организован при поддержке правительства России совместно с Комитетом женщин Узбекистана и фондами «Соглом авлод учун» и «Сен елгиз эмасан» в рамках расширения сотрудничества между нашими странами. Стимулом для дальнейшего развития взаимовыгодных связей Узбекистана и России стали постоянные встречи глав двух государств. Новые их перспективы открыл подписанный в июне нынешнего года в Ташкенте Договор о стратегическом партнерстве, в котором учтена также необходимость углубления сотрудничества в социально-гуманитарной сфере. Еще одним конкретным примером его реализации станет отправка в начале августа 80 преподавателей из школ, колледжей, лицеев и вузов на повышение квалификации в Омск.

В дальнейшем планируется расширение подобного сотрудничества в области организации летнего отдыха детей и повышения квалификации педагогических кадров на основе обмена.

У.А.

## По залам музея

# ДЛЯ ПОБЕДЫ И УДАЧИ

Мастер коснулся рукой тонкого клинка — и сталь запела. «Настоящая песня победы», — подумал мастер. — Клинок, достойный самого хана. Теперь ему нужна хорошая рукоять». Для рукояти и ножен мастер взял чистое серебро — чтобы отгоняло от владельца клинка неудачу и опасности, сохраняло в чистоте его помыслы и придавало силы руке. И украсил это чистое серебро бирюзой — символом победы. А после клинок был преподнесен хану Хивы и стал одним из украшений ханской сокровищницы.

В Государственном музее истории Узбекистана хранятся замечательные образцы старинного оружия из коллекции хивинских ханов. Среди них — ножи, шпаги, шашки, боевые топоры, изготовленные как среднеазиатскими, так и европейскими оружейниками. Эти экспонаты представляют огромный интерес для всех, кто увлекается историей родного края, не говоря уже об их художественной, эстетической ценности.

Вот несколько ножей — их стальные клинки украшены чеканным и золоченым орнаментом. Круглые и трехгранные рукоятки сделаны из пластин слоновой кости, прикрепленных с помощью гвоздиков к железному клинку, а сами пластины украшены вставками из цветных камней и бирюзы. А вот нож, рукоятка которого выточена из светло-зеленого нефрита. Другая — из темно-вишневого агата, третья — роговая, черного цвета. Богато отделаны ножи — серебряные, позолоченные, с выпуклым растительным-цветочным орнаментом, с обрубками, украшенными бирюзой, перламутром, цветным

стеклом. В отделке рукоятей и ножен среднеазиатские мастера нередко использовали серебряную и позолоченную проволоку, ажурную резьбу.

Уникальным экспонатом является стилет Имануллахана. Эта разновидность кинжала родом из Италии. Своим происхождением и названием стилет обязан заостренной металлической палочке для письма — стилю. Отсюда — очень тонкий и острый клинок. Стиллет был широко распространен в XV-XVII веках, и не только в Италии, но и в других странах, о чем хорошо осведомлены любители приключенческой литературы. Появление оружия такого типа в Хиве говорит об оживленных международных связях. Плоская рукоятка стилета сделана из белой кости, а ножи, в которых он хранился, — деревянные, обтянуты лиловым бархатом и украшены позолотой. Кстати, здесь тоже присутствует неизменная и столь любимая в Хиве бирюза.

Интересна также шпага-посох. Клинок у нее стальной, прямой и гладкий. Ножи из серебра сплошь покрыты выпуклым растительным орнамен-

том, серебряная же рукоятка также богато украшена.

Есть в коллекции и более десяти парадных шашек. Их клинки изготовлены из дамасской и далматинской стали. Рукоятки — из слоновой кости. Ножи — серебряные; кожаные с серебряной оправой; малинового бархата, также отделанные серебром. Особенно поражают роскошью отделки портупей — из светло-фиолетового, красного, малинового, бордового и темно-зеленого бархата с серебряными, позолоченными ажурными бляшками, количество которых колеблется от двух до шести десятков. Четыре части портупеи прикреплены к центральной пряжке, украшенной сердоликом и бирюзой. Каждый из четырех ремней имеет ажурную позолоченную застежку. Некоторые портупеи украшены кисточками, серебряными цепочками и бубенчиками.

Традиционным среднеазиатским видом оружия являются боевые топоры «ой-болта». Их лезвия из железа и дамасской стали покрыты разным позолоченным орнаментом. Один



топорик у основания лезвия украшен изображением головы какого-то животного, возможно, волка. Образ волка или собаки является традиционным, хотя и нечастым, персонажем торевки саков Средней Азии.

Как видно, в среднеазиатском оружейном искусстве широко используются серебро, бирюза, сердолик.

Считалось, что серебро сохраняет чистоту, обезвреживает яды, отгоняет злых духов.

Сердолик, по поверью, приносил счастье, давал здоровье, охранял от опасности.

Бирюза — один из любимых камней Востока. Абу Райхан Беруни приводит одно из объяснений действия этого камня: бирюза способствует победе. Не случайно поэтому рукоятки и ножи сабель, ножей, кинжалов так часто украшали вставками из бирюзы.

Л. ЛЕВТЕЕВА.

**НА СНИМКЕ:** образцы оружия хивинских ханов, хранящиеся в Музее истории Узбекистана.

## Наш календарь

# В его работах — правда жизни

С творчеством Ильи Ефимовича Репина связаны высшие достижения реализма второй половины XIX века. Произведения Репина находили самый широкий общественный отклик и будили мысль. Его творческая деятельность была исключительно разнообразной. Крупные полотна на сложные современные и исторические темы перемешались с целой галереей портретов. Множество рисунков и живописных этюдов говорят о постоянном пытливым изучении природы. Блестящее мастерство рисунка и композиции, свежесть колорита удачно соединились у Репина с живым и страстным темпераментом. В этом году отмечается 160-летие со дня рождения великого художника.

Репин с самых ранних лет работал в иконописной артели, рисовал и писал портреты и, главное, внимательно наблюдал жизнь. В 1863 году он поехал учиться в Петербург. После окончания Академии художеств молодой Репин весь поглощен желанием посвятить свое творчество народу, его нелегкой доле. В 1873 году появились его «Бурлаки на Волге» — одно из самых популярных произведений русской живописи.

Во времяграничной поездки во Францию Репин увлеченно изучал работы старых мастеров и современное ему западноевропейское искусство. Артистично написал полотно «Парижское кафе», где изображена жизнь парижских бульваров. В Париже задумана и нарисована картина «Садко» на необычный для русской реалистической живописи сюжет былины.

Возвратившись в Россию, Репин в поездках по стране делает многочисленные зарисовки.

В 1880-е годы творчество Репина достигает наивысшего расцвета. В это время он смело отдается темам, посвященным освободительному движению в России.

В те же годы огромной силы достигает талант Репина как исторического живописца. Особенно убедительно это показывает ставшая поистине знаменитой картина «Иван Грозный и сын его Иван». Историческая картина обрела политический смысл, волновала, вызывала глубокие ассоциации.

Бодрым, богатой силой веет от другого исторического репинского полотна — «Запорожцы». Легендарное письмо запорожцев султану стало поводом для воплощения идеи свободолюбия. Именно к этому прежде всего стремился художник.

Крупный вклад в русское и мировое искусство внес Репин-портретист. Он создал многочисленные образы своих современников, например, «Мужичок из робких» и ряд других.

Много сделал Репин и как профессор Академии художеств, передавая ученикам профессиональное мастерство, страстное отношение к жизни и искусству.

Подлинный гражданский пафос, демократизм, выражающийся не только в глубоком понимании и изображении народной жизни, но в ясности и доступности самого образительного языка, высочайшее реалистическое мастерство, правда характеров, интерес к животрепещущим вопросам современности — залог непреходящей ценности искусства Репина.

Д. НИКОЛАЕВ.

## Это интересно

В наше время телевидение глубоко проникло в жизнь каждой семьи и стало неотъемлемой частью ее существования. Сегодня стало нормой, когда вечерами миллионы зрителей собираются у «голубых экранов». И кажется, что так было всегда.

# Шаг от мечты к реальности

Основателем электронного телевидения был талантливый русский ученый Б. Л. Розинг. Он первым выдвинул идею использования электронных лучей для развертки изображения. Таким образом стал возможен переход от механических систем к электронным. В этом году Борису Львовичу Розингу исполнилось 135 лет. Он родился в 1869 году в Петербурге.



От отца Б. Л. Розинг получил первые уроки по математике и механике. Обучаясь в Петербургской гимназии, у него проявились склонности к точным наукам, которые привели его на физико-математический факультет Петербургского университета.

В 1891 году Б. Л. Розинг успешно окончил университет, и как молодой, способный исследователь оставлен при нем. Здесь он занимался научными исследованиями и экспериментами в области дальновидения. В результате долгих поисков и экспериментов 9 мая 1911 года Б. Л. Розингу удалось осуществить прием на электронно-лучевую трубку простейших изображений в виде параллельных линий. Спустя некоторое время он публично продемонстрировал прием неподвижного изображения по проводам. Передатчик в его телевизионной системе был ме-

ханический. Это была первая в мире телевизионная передача, первый шаг на пути практического применения электронного телевидения. Свое изобретение Б. Л. Розинг запатентовал в России, Англии и Германии.

Идеи и работы Б. Л. Розинга вызвали большой интерес у ученых и изобретателей. Они оказались плодотворными для многих учеников и последователей. Его постоянным вниманием пользовались и получали практическую помощь ташкентские изобретатели Б. П. Грабовский и И. Ф. Белянский. Самому Розингу так и не удалось создать электронное передающее устройство, но он указал путь, по которому должны идти его последователи.

26 июля 1928 года на испытательной станции Среднеазиатского округа связи в Ташкенте в присутствии авторитетной комиссии взволнованным 27-летний изобретатель «Телефота» — прототипа современной телевизионной аппаратуры Борис Павлович Грабовский и его помощник лаборант Иван Филиппович Белянский, которому тогда исполнилось 21 год, собрались для испытания своего изобретения. Ровно в 12 часов дня по ташкентскому времени были включены передатчик и приемник. Члены комиссии и Грабовский находились возле приемника. В двадцати шагах от них у передатчика стоял Белянский. Через мгновение совершилось чудо! На маленьком экране приемника можно было ясно видеть Белянского, снимающего и одевавшего фуражку.

В конструкции «Телефота» молодые изобретатели, заменив механическую систему на электронную, сделали важный шаг в науке после своего учителя Розинга и доказали на опыте правильность и бесспорность теории, заложенной в основу «электронного телескопии», разработанной Б. Л. Розингом. Труды Б. Л. Розинга в области телевидения были крупным вкладом ученого в отечественную науку.

**Николай Динько,** директор Музея истории электронного телевидения имени Б. П. Грабовского. Фото из фондов музея.

## Скалолазание

### Быстрое покорение скалы

В открытом розыгрыше Кубка Центральной Азии по скалолазанию, проходившем в городе Алматы (Казахстан), помимо хозяев, участвовали и восемьдесят спортсменов из Узбекистана, Кыргызстана и России.

Наш соотечественник Виктор Ткачев в состязаниях по скоростному восхождению и многоборью обыграл всех своих соперников и занял первое место.

Кроме того, Руслан Утямишев был удостоен одной серебряной и одной бронзовой медалей. Виктор Тен также принес команде бронзовую медаль.

Второй этап соревнований пройдет в сентябре текущего года в нашей стране.

Захир ТАШХОДЖАЕВ,  
корр. УзА.

## Спартакиада

### для взрослых

### На площадке — женщины

На спортивных площадках детского оздоровительного лагеря «Мехржон» прошла пятая женская Спартакиада Центрального комитета профсоюза работников легкой, мебельной промышленности и коммунально-бытового обслуживания.

В соревнованиях по 6 видам спорта принимали участие представители практически всех регионов республики, за исключением Республики Каракалпакстан и Джизакской области.

В итоге в состязаниях по легкой атлетике первое место заняла дружина Намангана, вторыми были представительницы Самарканда, а на третью ступень пьедестала почета поднялись спортсменки Бухары. Среди участников турнира по настольному теннису победила команда из Бухары, а второе и третье места соответственно заняли представительницы Ферганы и Ташкента. В турнире по шахматам и шашкам места распределились соответственно: Бухара-Фергана, Ташкент-Бухара, Самарканд-Самарканд.

Также в программу соревнований вошли и не совсем обычные дисциплины. В состязаниях среди семей, представлявших свои регионы, первое место заняли жители Намангана, второе — Ташкента и на третью ступень вззошли представительницы Ташкентской области. И, наконец, самой сильной и ловкой в перетягивании каната оказалась команда Сырдарьинской области, за ними последовали навоийцы, а замкнули тройку призеров представительницы Сурхандарьинской области.

Все победители и призеры спартакиады получили почетные грамоты и ценные призы от организаторов.

М. ЯКШИГУЛОВА.

## Футбол

### ПЕРВЫЙ РУБЕЖ ПОЗАДИ

На 13-м чемпионате Азии по футболу близятся к концу групповые турниры. Во втором туре сборная Узбекистана преподнесла всей республике великолепный подарок, досрочно выйдя в четвертьфинал соревнований. Как и в предыдущем матче с Ираком, судьбу поединка против Саудовской Аравии решил один гол, на сей раз забитый на 12-й минуте Александром Гейнрихом.

дая атака завершалась ударом по воротам. Наши же ребята, напротив, вышли на второй тайм почему-то с потухшими глазами, по-видимому, решив остановиться на достигнутом. Через некоторое время тандем наставников Равшан Хайдаров — Юрген Гедде, стремясь внести «живинку» в командную игру своих подопечных, заменили подуставших Анвара Салиева из «Пахтакора», Мирджалола Касимова из владикавказской «Алании» и Александра Гейнриха, выпустив на поле тройку полных сил молодых футболистов — Ильяса Зейтуллаева из итальянского «Ювентуса», Марата Бикмаева из самарских «Крыльев Советов» и пахтакоровца Исмаила Инамова. Поначалу это

трио пыталось заразить партнеров своей активностью, но, не получив у них должной поддержки, постепенно растворилось в инертной массе. Применительно ко второй половине встречи можно вспомнить футбольную поговорку «Игра забывается — результат остается». А он, этот результат, 1:0 в нашу пользу, повторился, позволив нам войти в восьмерку лучших команд турнира, где уже по системе плей-офф нашим соперником, по всей вероятности, будет сборная Бахрейна, которая в группе «А» обыграла дружину Индонезии со счетом 3:1. У победителей отличились Хусейн Али, Аала Хубаил и Талал Юсуф. В составе побежденных поздравле-

ния с успехом принимал Элей Айбой.

В 1/4 финала также пробились Китай, с большим трудом одолевший Катар — 1:0 (единственный гол за 13 минут до финального свистка забил 13-й номер — вот и не будь после такого совпадения суеверным — Цю Юн-лонг), и Япония, обыгравшая Таиланд с перевесом 4:1. Причем по ходу матча представители Страны восходящего солнца уступали — 0:1 (Сути Суксонгит), но вскоре Шанцука Накамура выровнял положение. А во второй 45-минутке два точных удара Юджи Наказавы и один — Такаши Фукуниши все поставили на свои места.

Результаты остальных встреч таковы:

Группа «В»: Корея — Индонезия — 0:0, Кувейт — Эмираты — 3:1, Иордания — Кувейт — 2:0, Эмираты — Корея — 0:2.

Группа «С»: Туркменистан — Ирак — 2:3.

Группа «Д»: Япония — Оман — 1:0, Иран — Таиланд — 3:0, Оман — Иран — 2:2.

Ю. ЛИТВИНОВ.

## Детский спорт: путь к совершенству

### БУДУЩИЕ ЧЕМПИОНЫ

На Центральной спортивной арене Ташкента стадионе «Пахтакор» завершился городской этап традиционного турнира по футболу «Будущее футбола». В нем принимали участие спортсмены 13-14 лет.

В финальном матче встретились команды махалли имени Хофиза Кухакий Сабир-Рахимовского района и «Гулистан» Чиланзарского района. В ходе упорной борьбы победу одержали сабиррахимовцы со счетом 3:1.

Во встрече за третье место сильнее своих соперников были юные футболисты махалли «Билимдон» Мирабадского района, оставившие на 4-й позиции спортсменов из махалли «10 лет независимости» Хамзинского района.

Победители футбольного первенства были награждены переходящим кубком. Также все участники соревнований получили памятные призы и ценные подарки.

М. ЩЕРБАКОВА.

НА СНИМКАХ: во время соревнований.

Фото Ш. ЗУЛЬФИКАРОВА.



## РЕКЛАМА И ОБЪЯВЛЕНИЯ

### ПРОДАЖА

1118 К. \* ОРГАНИЗАЦИЯ РЕАЛИЗУЕТ ЭЛЕКТРОЛАМПЫ ПО 160 СУМ. ОПЛАТА ПО ПЕРЕЧИСЛЕНИЮ Т. 173-13-55, 173-62-76.

Совместное узбекско-американское предприятие «KONTAKT» Мирабадского района

### ЛИКВИДИРУЕТСЯ.

Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня опубликования объявления по адресу: ул. Нукус, 89.

## «Вечерний Ташкент»

РАЗМЕСТИТ ВАШУ РЕКЛАМУ, РЕКЛАМНЫЕ ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ И ОБЪЯВЛЕНИЯ ПО ЧАСТНОМУ БИЗНЕСУ, А ТАКЖЕ НЕКРОЛОГИ, ПОЗДРАВЛЕНИЯ С ДНЕМ РОЖДЕНИЯ, СВАДЬБОЙ И ЮБИЛЕЕМ, БРАЧНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ И Т.Д.

### ПРИЕМ ОБЪЯВЛЕНИЙ ЕЖЕДНЕВНО

(кроме субботы и воскресенья) с 9.00 до 17.30.

Телефон для справок: 133-28-95.

## ЗАРАБОТАЙ!

Господа предприниматели и руководители предприятий!

Мы ищем: умных, талантливых, полных энергии и энтузиазма, кому не хватает только лишь знаний и поддержки, время — объединить энергию и опыт, ведь это самый короткий путь к совершенству!



ТАШКЕНТСКОЕ ГОРОДСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ

Ташкентский городской «КАМОЛОТ» предлагает предпринимателям принять активное участие в социальной акции и предоставить лояльно вакансии студентам и учащимся. Всю необходимую информацию вы можете получить в call-центре «КАМОЛОТ» по телефонам:

137-72-20, 137-72-21

или на веб-сайтах:

www.tashkentkamolot.uz

www.2oxygen.com

www.kvn.uz

Всем предпринимателям-участникам акции будут предоставлены льготы (дополнительные скидки) для размещения рекламы во всех изданиях ИД «ТАСВИР».

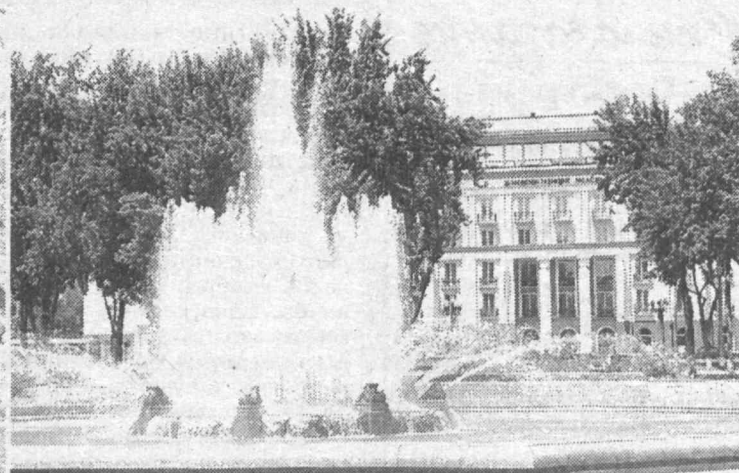
## Отвсюду обо всем Самому юному олимпийцу 14 лет

Китайская делегация на Олимпиаде в Афинах будет насчитывать 407 человек. Это самая большая делегация Поднебесной, которая когда-либо участвовала в Олимпийских играх. Китайские спортсмены будут состязаться в 26 видах спорта и намерены войти в тройку лидеров по количеству завоеванных медалей. По мнению Ли Фужуна, заместителя руководителя олимпийской делегации КНР, «сделать это будет нелегко, поскольку основными лидерами на афинской Олимпиаде станут спортсмены России и США». «Мы серьезно рассчитываем на успешные выступления женщин, которых в команде насчитывается около 270 человек», — заявил Ли Фужун. Помимо борьбы за медали, афинская Олимпиада рассматривается как «серьезная обкатка молодых китайских спортсменов к предстоящим в 2008 году Играм в Пекине». Средний возраст команды КНР — 23 года. Самому старшему из спортсменов — лучнику Ван Ифу — 43 года. Для него это будет уже шестая Олимпиада. Самый юный олимпиец — пловец Чжан Тяньи, которой исполнилось 14 лет. На Олимпиаде-2000 в Сиднее спортсмены из КНР получили 28 золотых, 16 серебряных и 15 бронзовых медалей.

Российская команда станет одной из самых многочисленных на предстоящих Олимпийских играх. Конкуренцию составят сборная США, в составе которой в Афины приедет более 500 спортсменов, а также Германия, которая привезет около 480 атлетов.

## Рекордные пробки на дорогах Европы

Только за один день их общая протяженность составила 431 километр. Здесь давно стала банальной шутка о том, что эта страна после национального праздника 14 июля — Дня взятия Бастилии — «закрывается на каникулы». Летом во второй половине июля и в августе учреждения и предприятия работают в сокращенном составе, а некоторые даже закрываются на две-три недели. На это время отменяются какие-либо переговоры и сделки. От середины июля до первых чисел сентября существует несколько «пиковых» дней, когда происходит массовый отъезд или возврат отпускников. Это — дни особого внимания для дорожной полиции и настоящего кошмара для путешественников, проводящих долгие часы в автомобильных пробках под палящим солнцем. После трагических событий в США в сентябре 2001 года французы стали больше отдыхать у себя на родине. Также «любовь к отечеству» связана с ухудшением экономической ситуации. Кроме того, сотни тысяч автомобилей в Германии и Хорватии на дорогах породили рекордные пробки. Жители этих стран предпочитают добираться до морских курортов на машинах — и делают это почти одновременно. В Хорватии заторы не так масштабны, но водители столкнулись с другой проблемой: в этой горной стране много туннелей, движение в которых также парализовано. Десятки человек уже обратились в больницы с отравлением выхлопными газами.



Приметные места столицы.  
Фото О.ШИРШОВОЙ и Б.САДЫКОВА.

## Наше здоровье

### Пейте молоко небольшими глотками

Летом первыми источниками повышенной опасности становятся молочные продукты. Один стакан испорченного молока может вызвать острые боли в желудке, повышение температуры, диарею. Чтобы один из самых уникальных и полезнейших продуктов не оборачивался бедой, тщательно кипятите его и храните в холодильнике.

Надо также уметь правильно пить молоко. Если его выпить залпом, оно не будет полностью перевариваться в желудке и затруднит пищеварение, особенно у взрослых, не привыкших к молоку людей. Правильнее его пить небольшими глотками. Вам жарко и хочется пить? Попробуйте утолить жажду молочными коктейлями. В жаркие дни мы сильно потеем и теряем много минеральных солей, а молоко восполняет их запас,

тем самым способствуя удержанию влаги в организме и уменьшая жажду. Более того, молочные коктейли питательны и с легкостью заменят вам обед.

### Волокна грубые, но полезные!

Хотя в тонком кишечнике грубые волокна почти не усваиваются, нормальное пищеварение без них невозможно. Они нормализуют деятельность полезной кишечной микрофлоры, способствуют (особенно вместе с пектином, содержащимся в овощах и фруктах) выведению холестерина. Регулярно включайте в рацион бобовые, отруби, овощи, фрукты, ягоды. Это основные поставщики грубых волокон и клетчатки.

### Ноль калорий — максимум пользы

Летом, устраивая себе

раз в неделю «зеленые дни», можно улучшить состояние, цвет кожи, и даже похудеть. Первым помощником в этом деле станет сельдерей. Не все знают, что его сок улучшает процесс переваривания пищи и считается идеальным средством для похудения.

Чтобы мечта о стройной фигуре стала реальностью, в течение 2-3 недель съедайте в день не менее 200 г этой чудесной травы или выпивайте 2 столовые ложки сельдерея. Правда, при этом исключите из рациона белый хлеб и спиртные напитки.

### «Скорая помощь» с грядки

При головной боли, неприятных ощущениях в желудке, не торопитесь глотать таблетки. Заварите чай с лечебными травами, например, со зверобоем. Не стоит пренебрегать и всем известной мятой. Она может справиться с первы-

ми приступами боли, снимет напряжение мышц и восстановит утраченные силы.

Помощь слабым, ломким волосам окажет отвар из листьев крапивы и лопуха. Возьмите по 50 г листьев, мелко нарежьте, залейте 200 мл молока и сварите на медленном огне до мягкости. Отвар немного остудите, процедите, добавьте 10 мл лимонного сока и перемешайте. Эту смесь нанесите на волосы, подержите 20-30 минут, затем смойте теплой водой. После процедуры нужно вымыть голову яичным желтком.

Чтобы волосы приобрели блеск и пышность, ополаскивайте их каждый раз после мытья отваром петрушки. Чтобы приготовить его, возьмите 2 столовые ложки измельченной травы, залейте 200 мл кипятка, дайте настояться в течение 30 минут и разведите отвар в 1,5 л воды.

Подготовила  
Н. НИЗАМОВА.

### Если отекают ноги

К вечеру ноги сильно устают, а иногда появляются и отеки. От чего они возникают? Нередко их причинами бывают неудобная обувь, чрезмерные физические нагрузки, ушибы, необходимость много ходить или стоять. Кроме того, иногда мы долго сидим в низких и в глубоких креслах, на слишком высоком стуле, когда ноги не опираются на пол, а висят в воздухе, с перекинутыми одна на другую ногами. Во всех этих случаях нарушается циркуляция крови и лимфы, получается венозный и лимфатический застой. После отдыха, особенно ночного, такие отеки обычно исчезают. Но до утра, как говорится, надо еще дожить. Из-за отеков и усталых ног вечер просто пропадает. Зачем же терпеть такие неприятности? Ведь существует немало способов быстро и безболезненно восстановить тонус сосудов и нормализовать кровообращение.

Отекшие и уставшие ноги можно протирать кусочком льда. Особенно хорошо, если лед приготовлен из настоя листьев шалфея и травы тысячелистника, взятых в равном соотношении (1 ст. л. смеси залить стаканом кипятка, остудить и процедить).

Народная медицина рекомендует такой рецепт: взбейте яичный желток с 1 ст. л.

яблочного уксуса и активно помассируйте ноги, втирая эту смесь.

При отечности в старину применяли березовые листья. Сшейте мешочки из хлопчатобумажной ткани по размеру ноги до колена. Насыпьте в них березовые листья и вставьте ноги в мешочки с таким расчетом, чтобы слой листьев примерно в палец толщиной облегал ногу со всех сторон. Наденьте такие мешочки на ночь. Несильные отеки обычно спадают уже после одной-двух процедур.

Помогают справиться с болью в усталых ногах и отеками ванны с настоем из листьев рябины, календулы, полыни, взятых в равных количествах и залитых кипятком из расчета 1 ст. л. смеси на стакан. Настоять в течение 10 минут, процедить и добавить в тазик с теплой водой.

Чтобы избежать отеков, рекомендуется съедать по 100-150 г кураги ежедневно.

Полезно пить по половине стакана в день свежего сока из мякоти тыквы обыкновенной, чай из семечек тыквы. При отеках рекомендуется употреблять вареную или печеную мякоть тыквы в качестве мочегонного средства.

10 г измельченных плодов шиповника залить стаканом кипящей воды, кипятить на слабом огне 10 минут, процедить, принимать по 1-3 стакана два раза в день.

Две чайные ложки измельченной травы петрушки залить в термосе 0,5 л кипятка на ночь, процедить, принимать по полстакана

4-5 раз в день.

Предотвратить отеки поможет простое упражнение — в течение дня периодически подниматься на пятки и резко опускаться их обратно. Это упражнение улучшает кровообращение в ногах.

### Советы — на каждый день

Не носите тяжелые сумки и обувь на высоком каблуке.

Контролируйте количество употребляемой жидкости.

При долгой и постоянной нагрузке ногам следует давать отдых. Время от времени массируйте или просто поглаживайте ноги. Все движения при этом должны начинаться от стоп.

Каждый вечер после работы и прекращения всех домашних дел старайтесь лечь, поднять ноги и опереться ими на стену. В таком положении следует оставаться 10 минут, после этого ноги энергично растереть продольными движениями — от стоп и лодыжек к колену.

По возможности старайтесь как можно чаще выполнять одно простое упражнение: перебирайте пальцами мелкие предметы. Например, сидя у телевизора, переключайте с одного места на другое маленькие шарики или палочки.

Подготовила  
З. АГЗАМХОДЖАЕВА.



Учредитель —  
хокимият  
г. Ташкента

Главный редактор  
Акмаль АКРАМОВ

Адрес редакции:  
700000,  
г. Ташкент, ГСП,  
ул. Матбуотчилар, 32.

Газета зарегистрирована  
в Управлении печати и  
информации г. Ташкента.  
Регистрационный № 02-2

Газета выходит пять раз  
в неделю, кроме субботы  
и воскресенья.

### ТЕЛЕФОНЫ:

отдел писем — 133-29-70;  
отдел рекламы  
и объявлений —  
133-28-95; 132-11-38.  
Факс: 133-21-56.

По вопросам доставки обращаться  
в почтовые отделения по месту  
жительства или в отдел эксплуатации  
ГСП «Ташкент почтамити»,  
по телефону 133-74-05.

Ответственность за достоверность сведений  
в рекламе и объявлениях несет рекламодатель.

Типография акционерной  
компании «Шарк».  
Адрес предприятия:  
ул. Буюк Турон, 41.

Номер набран и сверстан  
в компьютерном центре  
«Вечерний Ташкент».