









Билимга чанқоқ ёшлар — келажаги порлоқ юртимизнинг муносиб ворислари

### Спорт янгиликлари

**Мамлакат XIX миллий чемпионати профессионал футбол лигаси жамоалари ўртасида уюштирилган 15-тур беллашувларидан сўнг турнир жадвалида биринчи ва иккинчи ўринларни эгаллаб турган «Бунёдкор» ва «Пахтакор» командалари муҳим очколарни қўлга киритди.**

### ҒАЛАБА — ЯНА ЕТАКЧИЛАР ҚЎЛИДА

Муборакда «Машъал» жамоаси меҳмони бўлган амалдаги чемпион «Бунёдкор» командаси сермазмун ўйин намойиш этиб, 90 дақиқа мобайнида мезбонлар дарвозасини икки марта ишғол этди ва ўз дарвозаси дахлсизлигини сақлаб қолди.

Дарвозага голларни Копадзе, Ристич киритишди. «Пахтакор» марказий стадионида беллашувнинг марказий учрашуви бўлиб ўтди. Унда мамлакатимизнинг етакчи жамоалари «Пахтакор» ва «Насаф» ўзаро куч синашди. Иккинчи даврада таркибини маҳоратли футболчилар ҳисобига анча кучайтирган «Насаф»нинг «Пахтакор»га муносиб қаршилиқ қилиши мутахассислару мухлислар томонидан тахмин қилинаётган эди. Аммо ҳамшаҳарларимиз маҳорат бобида қаршиликлардан устун эканлигини яққол исботлади. Геворган ва Аҳмедовлар томонидан киритилган иккита гол «Пахтакор»га муҳим ғалабани тақдим этди. Учрашув 2:0 ҳисобида якунланди. Қолган баҳсларда қуйидаги натижалар қайд этилди: «Шўртан» — «Нефтчи» — 2:0, «Металлург» — «Локомотив» — 1:0, «Хоразм» — «Қизилқум» — 3:1, «Олмалик» — «Динамо» — 3:1, «Андижон» — «Навбахор» — 5:1.

Мамлакат XIX миллий чемпионатининг 16-тур учрашувлари 14 август куни бўлиб ўтади.

### ЎЗАРО ТАЖРИБА АЛМАШИШДИ

Курраи заминнинг 203 та мамлакатиде таэквондо ассоциациялари фаолият юритаётганидан мухлислар хабардор албатта. Ушбу спорт тури мамлакатимизда ҳам жадаллик билан ривожланиб бормоқда.

Буни мамлакатимиз таэквондо усталарининг халқаро турнирларда қўлга киритаётган муваффақиятлари ҳам яққол исботлаб турибди. Таэквондо оламида ном қозонган мутахассис Ли Хо Мураббийлигидаги Корея Республикаси терма жамоаси аъзолари ушбу соҳада ўзaro ҳамкорлик қилиш, тажриба алмашиш мақсадида пойтахтимизга ташриф буюрди. Ўзбекистон Таэквондо ассоциацияси ташаббуси билан уюштирилган ушбу тадбирда Ўзбекистонликлар корейлик спортчилар томонидан намойиш этилган кўрғазмали чиқишларнинг гувоҳи бўлди. Меҳмонлар ҳам мамлакатимиз спортчиларининг кўрғазмали на-

мойишини кузатиб, юртимиз вакиллари маҳоратига юқори баҳо берди. Тадбирда бундай ҳамкорликни мунтазам давом эттириш фойдадан холи бўлмаслиги таъкидлаб ўтилди.

### ТЕННИСЧИЛАРИМИЗ ШОҲСУПА ТЎРИДА

**АҚШнинг Вашингтон шаҳрида теннис бўйича «Legg Mason Tennis Classic» халқаро турнири уюштирилди.**

Унда юртимиз шарафини ҳимоя қилаётган мамлакатимизнинг биринчи рақамли ракетка устаси Денис Истомин дастлабки учрашувда ғалаба қозониб, кейинги босқичда қатнашиш ҳуқуқини қўлга киритди. Аргентиналик теннисчи Леонардо Майёр билан Истомин ўртасида уч сет давом этган беллашувда 6:4, 5:7, 7:6 ҳисоблари қайд этилди. Биринчи ва учинчи сетда зафар кучган Денис ғолиблик учун курашини давом эттирди.

Шунингдек, Қозоғистонда теннис бўйича ташкил этилган халқаро турнирнинг жуфтлик баҳсларида қирғизистонлик Ксения Павлова билан бирга ҳаракат қилган ҳамюртимиз Альбина Хабибулина барча учрашувларда ғалаба

қозонди ва мусобақа ғолиблигини қўлга киритди. Финалда англиялик Эмили Уэбли-Смит ва украиналик Юлия Бегемзморни икки сет натижасига қўра 6:4, 6:4 ҳисобида енга олган Альбина Хабибулина-Ксения Павловаларга турнирнинг олтин медаллари топширилди.

Россияда «Фьючерс» туркумига кирувчи халқаро турнирда мамлакатимиз шарафини ҳимоя қилаётган ҳамюртимиз Мурод Иноятгов ҳам яққалик, ҳам жуфтлик баҳсларини муваффақиятли бошлади.

Яққаликда Мурод Иноятгов россиялик Михаил Ельгинни икки сетда 6:3, 7:6 ҳисобида мағлуб этган бўлса, жуфтлик беллашувларида россиялик Виталий Решетников билан бирга ҳаракат қилган Мурод Иноятгов рақибларидан устун келди ва кейинги босқичга йўлланма олди.

Шунингдек, ушбу турнирнинг жуфтлик йўналишида россиялик Михаил Фуфигин ҳамкорлигида кўрсатган ажойиб ўйини учун ҳамюртимиз Важа Узоқов мутахассислару мухлислар эътирофига сазовор бўлди.

Қирғизистонда теннис бўйича ўсмирлар ва кизлар ўртасида ташкил этилган халқаро турнирда қатнашаётган ҳамюртларимиз Виктория Кармелова, Арина Фолс, Абдуворис Саидмуҳамедов, Аҳмад Жамол Муҳаммад ва Алан Гаджиевлар дастлабки беллашувларда ғалаба қозониб, кейинги босқичда қатнашиш ҳуқуқини қўлга киритишди.

Ақбар ЙЎЛДОШЕВ

### Қатрала

### ДИЛ ЯРАСИ

Латтадек бўшашиб, бе-хушроқ бўлиб ётган одамдан сўрашди: — Очигини айтинг. Нима қилди? Билсак, тезроқ дардингизга малҳам топа- миз.

— Заҳар-р-л-ландим, — дейди зўрға нафас оларкан ташкил этади.

Кимдир экинга сочилган кимёвий доридан заҳарлангандир деса, кимдир чаён чаққандир, заҳари ёмон, деб қаттиқ топишга югуради. Кимдир шифо- корга.

— Овора бўлманглар. Ҳар қандай дори-дармон яхши соғайишим учун бе- кор, — деди бировз фурсат ўтгач ўзига келган бе- мор. — Тилнинг заҳарига учраб йикилдим. Танамни кўтариб, юриб кетарман...

Лекин дилим яраси битармикан?

### ЯХШИЛИК

Ота ва бола суҳбати одоб ҳақида эди.

— Бировга қилган яхши- лигинини унутганинг аф- зал, дейишингизнинг бои- си нима? — сўради ўғли.

— Унутсанг, яхшилигини ни миннат қилишга кўнглин- га жой қолмайди. Яхши- линг ювилиб кетмай, мудом савоблигича қолади, болам.

— Бошқаларнинг сенга қилган яхшилигини эса унутма, дейишингизнинг бои- си-чи?

— Меҳринг доимо то- в- ланиб, сен ҳам унга ях- шилик қилишга интилав- расан. Бошинг яхшилик- дан чиқмайди, — деди ота мамнунлик билан.

Ғани АБДУЛЛАЕВ

**Баъзи таомларни улуғ мутафаккирлар ихтиро қилишгани тарихдан маълум. Баъзилари улуғларнинг номига қўйилган. Чунончи, «наполеон» торти, «бефстроган» таоми шулар жумласидан.**

### Биласизми?

### МУЗҚАЙМОҚ ТАРИХИ

Музқаймоқни ёзнинг жа- зирама кунларида соя-сал- қин оромгоҳларда иштаха билан истеъмол қилганда, танамиз рохатланади.

Музқаймоқни мазза қилиб еймизу, аммо унинг ихтиро- чиси кимлигини, очиги, бил- маймиз. Дарвоқе, музқаймоқ ва кофени сицилиялик ким- ёгар Франческо Кортелла 1672 йил Парижда кашф эт- ган. Кейинчалик патент со- ҳиби бўлиб, машхурлар рўйхатида киритилган.

«Париж» қаҳвахонаси- нинг доимий хўрандалари

буюк маърифатпарвар олим Дени Дидро ва фи- зик олим Мари Франсуа Вальтер ўтмиш тарихи са- ҳифаларида қайд этилган таом маълумдир.

Шуни айтиш керакки, сут маҳсулотларидан тайёрлан- ган музқаймоқ таркибини биолог олимлар текширган- га, унда инсон саломатли- гини мустаҳкамловчи энг за- рур А, В, Д, Р, Е витамин- ларидан ташқари, мағний, темир, калий, натрий ва мия фаолиятини яхшиловчи фос- форнинг мавжудлиги аниқ-

ланган. Музқаймоқ таркиби- да 200 га яқин мураккаб би- рикмалар ҳам борлиги ши- фобахшлигидан далолатдир.

Шуни айтиш керакки, тех- нологлар томонидан музқай- моқнинг 30 дан зиёд турла- ри тайёрланадиган бўлиб, ҳар бири ўзига хос калория- га эга. Чунончи, 100 грамм «Пломбир»нинг куввати 300-340 калорияга тенг, қаймоқ- ли, сутли, мевали музқай- моқларнинг куввати ўрта ҳисобда - 200-290 калория- ни ташкил этади.

Томоқ, бурун, қулоқ ка- салликлари шифокорла- рининг фикрига қара- ганда, музқаймоқни вақ- ти-вақти билан истеъмол қилиш томоқни чиниқти- рар экан.

Демак, музқаймоқ кони фойда неъмат бўлиб, катта- лар ҳам тановул қилиб бор- са, шубҳасиз, соғлом бўли- шади.

Турсунхўжа АЗЛАРХОНОВ тайёрлади



Бош муҳаррир  
Ақмал АКРОМОВ  
Манзилимиз: 100029,  
Тошкент шаҳри,  
Матбуотчилар кўчаси, 32

ТЕЛЕФОНЛАР:  
Эълонлар: 233-28-95,  
236-57-65. факс: (371) 232-11-39.  
Душанба, сешанба, чоршанба, пайшанба  
ва жума кунлари чиқади.  
Навр кўрсаткичи — 563  
ISSN 2010-9229

Газета Тошкент шаҳар  
Матбуот ва ахборот  
бошқармасида 02-1-рақам  
билан рўйхатга олинган.

Ҳажми — 2 босма табоқ,  
офсет усулида босилади.  
2765 нусхада босилади.  
Қоғоз биринчи А-2

Нашри етказиб бериш масалалари бўйича турар жойлардаги почта бўлимига ёки «Тошкент почтамати»га — 233-74-05 телефонига мурожаат қилишингиз мумкин.

Газета «Тошкент оқшомини»нинг компьютер марказида тартиб ва саҳифаланиди.  
«Шарқ» нашрийт-матбаа акциядорлик компанияси босмаханаси. Корхона манзили: Буюк Турон кўчаси, 41-уй.