

# ХЫЯЛ

ТАТАРСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ АКТАНЫШ РАЙОНЫ  
“ЧАЛМАНАРАТ ТӨП ГОМУМИ БЕЛЕМ БИРУ МӘКТӘБЕ”НЕҢ АЙЛЫК ГАЗЕТАСЫ



## АВЫЛЫМ КЫШЫ

Их, авылым кышы кебек  
Тагын бер кыш бар микән!  
Шыгыр-шыгыр кардан  
атлым,  
Сукмаклары тар икән.  
Шул тар сукмак, шул  
кар-сукмак  
Күңелемә бик якын.  
Кар көртләре арасында,  
Сукмакта синең ялкын.

### Кышкы гүзәллек

Кыш – ел фасылының иң салкыны. Алтын көз үтүгә, таягына таянып, ап-ак сакалын жирдән сөйрәп, кунакка кыш килә дә жир өстенә күбәләк-күбәләк карлар яудыра. Кар бөртекләре, жемелдәшеп, бер-берсе белән уйнап, жиргә коелалар. Шулай итеп, ул үзенең келәмен жәя.

Кыш ул битләргә өшетердәй зәмһәрир салкыннарға, күз күремен киметердәй бураннарға да бай. Көннән-көн соңрак чыккан кояш салкынча елмая. Кыш үзенең аклыгы, сафлыгы белән матур.

Чын кышны бары тик урманда гына тоярга мөмкин. Ә кырлар, яз житкәнче, ап-ак юрганга төренеп, тыныч кына тирән йокыга талганнар. Салкын көннәрдә агачлар ап-ак бәскә төренә. Бөтен дөньяда матурлык, аклык, сихри тынлык хөкем серә.

Кышкы табигать искиткеч матур, ул агач буйларынан узып киткәндә, үзенең әкияттәгедәй хис итәсең. Андагы гүзәллекне сүзләр белән генә әйтеп бетерерлек түгел.

Сирин Имамов  
8 нче класс укучысы

**Сəламəтлек турында мəkальләр**

1. Байлык - бер айлык, саулык-гомерлек.
2. Саф нава - тəнгə дəва.
4. Саулыкны сатып алып булмый.
5. Арулыгым - байлыгым, тазалыгым – саулыгым.
6. Дəньяда иң кечкенə бəхет - байлык, иң зур бəхет - саулык.
7. Матурлык - сəламəтлек билгесе.
8. Сəламəт булуның бер юлы - хэрəkəт итү.
9. Гыйлемнэн яхшы дус юк, чирдэн яман дошман юк.
10. Саулык - зур байлык.

**Кеше сəламəтлеге нəрсəгə бəйлə?**

Тикшеренүләр күрсəткəнчə, сəламəтлек дэрəжəсен 100% дип алсак, аның 20% ы – нəселдэнлек билгелəренə, 20% ы – яшəу шартларына, 10% ы – сəламəтлек саклау системасы эшчэнлегенə, ə 50% ы хэр кешенə үзенə, аның яшəу рəвешенə бəйлə.

**Грипп кына димəгез!**

Грипп – куркыныч авыру. Ул вирус аша йога. Вирусларны ныклап хэлсезлек тоелмаган, авыруны жиңелчə үткəреп йөргэн авырулар тарата. Грипп белэн авыручы əйлэнə-тирəдəгелəрне сөйлəшкəндə, йөткəргəндə, төчкəргəндə навага төкерек, төчкəрек тамчылары белэн вирус таратып зарарлый. Грипп авыруын йоктырмас өчен, иң беренче чиратта, иммун системагызны ныгыту кирək. Витаминнар күбрək ашагыз. Шулай ук салкында юка киенеп йөрүдэн, туңудан сакланыгыз. Салкын тидермəгез. Авыру янына битлек киеп керегез.

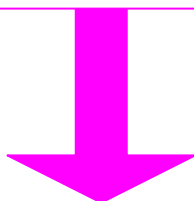
Авырып китүчегə күп итеп сыеклык эчертергə, ютəллəгəндə һәм төчкəргəндə авыз-борыныгызны бер тапкыр кулланучы кульяулыклар белэн каплагыз, аннары аларны юк итегез. Онытмагыз: инфекцияне кисəтү өчен, табыныгыз бал, карлыган вареньесы, сарымсак, суган, лимон, жилək-жимеш, тозлы кəбестə кебек ризыкларга бай булырга тиеш.

1. 10 лимон кабыгы белэн вак кыргыч аша чыгарып, шуңа төелгэн 10 баш сарымсак кушып бутарга. Кайнатып суытылган 3 литр жылымса су салып, суыткычка куярга. Иртэн ач карынга һәм йокы алдыннан берэр кашык кабарга.
2. Күбрək сыеклык эчегез.





### Укытучыларыбыз белән әңгәмә



#### - Балачагыгызга әйләнеп кайтыр идегезме? Ни өчен?

- Әйе, чөнки минем балачагым октябрыт, пионер, комсомол чорлары белән бәйле. Ул матур вакыт иде.

- Юк. Авыр чагым булды.

- Әйе, бик теләп. Иң рәхәт, күңелле чак!

- Әйе. Бер кайгысыз, мәшәкатъсез чак булган. Проблемасыз вакыт ул.

#### - Мәктәп елларыгызны сагынасызмы?

- Сагынам. Иске мәктәптә укуымны, яңасына күчкән чакларымны сагынам. Үзөбез утырткан агачларга сокланып үтәм.

- Бергәләп эшли, бәйрәмнәргә ярыша-ярыша эзерләнә, буш вакытларны файдалы итеп уздыра идек.

- Бик сагынам. Аеруча классташларымны.

- Әйе. Классташлар, укытучыларымны күрәсем килә.

- Чана, чаңгы шуулар, футбол уйнау, хәрәкәтле уеннар башкару, әдәби китаплар укуымны сагынам.

#### - 10 елдан соңгы укучыларны ничегрәк күз алдына китерәсез?

- Әллә ни үзгәрешләр булыр дип уйламыйм.

- Бик яхшы укучылар булырлар, бик тә әдәпле, заман таләпләренә туры килерлек, югалып калмый торган, проблемадан чыгу юлын таба торган итеп.

- Электрон дәреслекләрдән генә укырлар.

- Яңадан укып тормаслар. Төрле яктан үсешкә ирешкән, мөстәкыйль эшләүче, белемгә омтылучы.

- Компьютерда гына утырырлар. Уку да бетәр.

#### - Безнең мәктәп укучыларына нинди киңәшләр бирер идегез?

- Тәрбияле булсыннар, олыны – олы, кечене – кече итсеннәр, әйләнә-тирәдәге кешеләргә, якыннарына игътибарлы булсыннар иде.

- Укырга, укырга, укырга!

-Укуга да, эшкә дә җаваплы карасыннар, әдәплелек кагыйдәләрен үтәсеннәр иде.

- Тырышып укырга, укытучы кушканны төгәл итеп, үзем өчен кирәк дип укырга.

- Җаваплы булырга, күбрәк укырга, белер өчен омтылырга,

- Акыллы булсыннар, кешене кеше итеп белсеннәр иде.

- Беркемне дә кыерсытмасыннар, үзләрен өстен куймасыннар, тыйнак һәм битараф булмасыннар иде.

#### - Беренче дәресегезне уздырганда нинди хисләр кичердегез?




- Дулкынлану. Укыта алырмынмы, мине аңларлармы? - дип уйладым.

- Курку хисе.

- Курку, шул ук вакытта рәхәтлек тә.

- Мәктәп елларына әйләнеп кайттым.



 <p>“Сорау – җавап”</p>	<p><b>Укучыларыбыз белән әңгәмә</b></p> 	 <p>“Сорау – җавап”</p>
<p><b>- Укытучы булсагыз, укымаган укучыларга нәрсә әйтер идегез?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Укуыгыз үзегез өчен кирәк, имтихан бирәсегез бар.</li> <li>- Тырышып укугыз.</li> <li>- “2”ле куям дияр идем.</li> <li>- Сәбәбен сорар идем.</li> <li>- Борчылма, иртәгә өйрәнәп килерсең.</li> <li>- Фәннең әһәмиятен аңлатыр һәм укырга теләген күтәрер идем.</li> <li>- Кисәтү ясап, дәрәс эзерләүгә җаваплырак карарга кушар идем.</li> <li>- Киләчәктә укучыга кирәкмәгән фәнне белер идем һәм таләп итмәс идем.</li> <li>- Бүген “2”ле, иртәгә төзәтерсең.</li> <li>- Ялкау булма.</li> </ul> <p><b>- Киләчәгегне ничек итеп күз алдына китерәсез?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1-2 ел без эшләп, акча жыю, чит илгә барып кайту.</li> <li>- Бик матур һәм бәхетле.</li> <li>- Яхшы эштә эшлим.</li> <li>- Бик яхшы итеп.</li> <li>- Белмим.</li> <li>- Бай булам.</li> </ul>	<p><b>- 5 елдан үзегне нинди итеп күз алдына китерәсең?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Армиягә китәбез.</li> <li>- Укып чыгып, эшкә урнашу.</li> <li>- 10 нчы класста, белемле укучы итеп.</li> <li>- Мин 14 см.га үскәнмен, Актанышта укыйм.</li> <li>- Казанда укыйм.</li> <li>- КФУ студенты итеп.</li> <li>- Үзем теләгән һөнәрне үزلәштерә башлыйм.</li> <li>- Бар яктан да матур кеше булам..</li> <li>- Зур, көчле, белемле итеп.</li> <li>- 8 нче класста булам һәм ударник булам.</li> <li>- Бай кеше булам, кыйммәтле машина һәм өй алам.</li> </ul> <p><b>- ТДИ (ОГЭ) бетеп, имтиханны мәктәпләрдә бирү башланса, нинди хис кичерер идегез?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Җилкәдән тау төшкән кебек булып иде.</li> <li>- Бик сөенер, шатланыр идек.</li> <li>- Рәхәтлек кичерер идек.</li> <li>- Борчылып идем</li> <li>- Миңа барыбер.</li> <li>- Иреклек хисе тояр идем.</li> <li>- Җайлырак, әйбәт, шәп булып иде.</li> </ul>	

**Сәләтле балалар өчен “Чыршы бәйрәме”**

7 нче январь көнне уздырылган район башлыгы Э.Н.Фәттаховның “Чыршы бәйрәме”ндә И.Н.Локманов, Ф.Д.Гәрәев, И.В.Имамов катнашты. Аларны уңышлары белән котлыйбыз..Сәләтле укучыларыбызның саны тагын да артсын иде.

Ш.Ш.Булатов.  
9 нчы класс укучысы.

