



www.farabishakirti.kz
@farabishakirti.kz
@farabishakirti.kz

Ushqyr oıla! Bikkе samǵa! Álemdi sharla!

Farabı

№11
қараша
2023

shákirti

ЗЕРЕК ЖАСӨСПІРІМДЕРГЕ АРНАЛҒАН РЕСПУБЛИКАЛЫҚ БАСЫЛЫМ

Алматы қаласының
символдарының бірі –
«Қазақстан» қонақ үйі



Құрметті ата-ана!

Ұл-қызыңыздың шығармашылықпен айналысатыны сөзсіз. Алайда жазған мақаласын, шығарған өлеңі мен жетістігін, салған суреттерін жариялайтын журнал бар, «Farabi shakirti» - деп аталады.

Журналға келесі 2024 жылға жазылу басталды.

Индекс 76081

Қала бойынша:	Ауыл/село:
1 ай – 526,90.	1 ай – 531,20.
6 айға – 3161,80.	6 айға – 3187,20.
12 айға – 6322,80.	12 айға – 6374,40.

Журналдың электрондық нұсқасына да жазылуға болады.

Индекс 26081

Қала бойынша:	6 ай – 3079,80.	12 ай – 6159,60.
Ауыл/село:	3105,60,	6211,20.

Балаңызға қай нұсқаны жазып берсеңіз де тиімді.

 [farabishakirti.kz](https://www.facebook.com/farabishakirti.kz);

 [farabishakirti.kz](https://www.instagram.com/farabishakirti.kz) әлеуметтік парақшаларымызды ақтарып, қараңыз!

[farabishakirti.kz](https://www.farabishakirti.kz) әлеуметтік желісінде де бармыз. Тел: **87017309312**



Farabi shakirti

№11 (51) қараша, 2023 жыл

Журнал 2019 жылдың наурыз айынан бастап, айына 1 рет шығады

Шығарушы және меншік иесі
«MODERN MEDIA ALMATY» ЖШС

Директор-Бас редактор: **Жанастан КУЧУКОВА**

Тілшілер: **Жұлдыз ӘБІЛ,**

Тамила ИБРАГИМОВА

Безендіруші-дизайнер: **Раушан БАҚЫТЖАН**

Редакцияның мекенжайы: **040600**

Алматы облысы, Ұзынағаш, Тәуелсіздік, 81

87017309312

E-mail: farabi_shakirti@mail.ru

ТАРАЛЫМЫ – 228 ДАНА

Зерек жасөспірімдерге
арналған
Республикалық басылым

Журнал Қазақстан Республикасы Ақпарат және коммуникациялар министрлігінде 28.01.2019 жылы тіркеліп, №17481-Ж куәлігі берілді.

Сайт Қазақстан Республикасы Ақпарат және Қоғамдық даму министрлігінде 17.02.2021 жылы тіркеліп №KZ43VPY00032526 куәлігі берілді.

Жарнама мен хабарландырулар жарнама берушінің қалаған тілінде жарияланады.

Журнал материалдарын көшіріп басу үшін міндетті түрде редакцияның рұқсаты керек.

Журнал бетінде жарияланған оқырмандарымыздың көзқарасы мен олардың шығармаларының нақтылығы үшін редакция жауап бермейді.

Журналдың электрондық нұсқасы "Farabi shakirti" редакциясында қапталды



Мемлекет басшысы Үштөбедегі орта мектепті аралап көрді

Мемлекет басшысы Үштөбе қаласында биыл ашылған 30 орындық жатақханасы бар Гуманитарлық колледжге барды.



Мұнда болашақ педагогтерге «Мектепке дейінгі тәрбие және оқыту», «Бастауыш білім беру педагогикасы және әдістемесі» мамандықтары бойынша білім беріледі.

Оқу орнында 17 заманауи аудитория, мәжіліс және спорт залдары, медициналық кабинет, асхана мен буфет бар. Колледж инклюзивті орта талаптарына сай жабдықталған, яғни ерекше қажеттіліктері бар адамдар үшін пандус пен арнайы лифт қойылған.

Сонымен қатар Мемлекет басшысы Үштөбедегі орта мектепті аралап көрді.

Білім ошағы 1963 жылы салынған. 1996 жылы мектепке Кемел Тоқаевтың есімі берілген.

Президентке қаламгер Кемел Тоқаевтың шағын кабинет-мұражайы таныстырылды. Мұнда жазушының шығармалары, тұтынған жеке заттары қойылған.

akorda.kz



Әбділдә Тәжібаев

ҚАЗАҚСТАН

Қазақстан өлкесінің кеңдігін
Өлшеп жатпай өзгелерше мен бүгін,
Оңай ғана ұғындырып байқайын,
Болмашы бір белгілерін айтайын.
Қысты күні бөлмеңізде пеш қызып,
Көрінгенде сол қызудан кеш қызық.
Жанған отқа сүйсіне зер салыңыз.
Қазақстан көмірі деп таныңыз.
Туралғанда ақ мамықтай бөлкелер,
Түспей ме еске астық еккен өлкелер,
Соның бірі Қазақстан - таныңыз,
Соның наны жеген осы наныңыз.
Дастарқаннан нарттай қызыл алманың
Қол созғанда таңдап бірін алғалы
«Қазақстан!» дей көріңіз, бауырым,
Өсіруші алманың ең тәуірін.
Сары аязда - сақылдаған ақпанда -
Адам тұсын, ағаш дір-дір қаққанда,
Ұмытпаңыз Қазақстан сыйларын
Жеткен сізге жылұымен пиманың.
Жапқан сайын әрбір үйдің тебесін,
Қаққан сайын әр есіктің шегесін,
Құрметтеңіз Қазақстан жерінің,
Өзендерше өрши аққан темірін.
Көк теңіздей толқын ата көпірген
Домбыра үні жетсе сізге эфирден,
Қабылдаңыз Қазақстан күйлерін
Қуантушы бақытты Отан үйлерін!

1957

Ұлықбек Есдәулетов

Қазақстан

Арыстандай айбаттым,
Жолбарыстай қайраттым,
Аспандаған байрақтым,
Қанша жұлдыз жайнаттың,

Қанша бұлбұл сайраттың,
Қазақстан, ардақтым!
Тұлпарыңның шабысын,
Домбыраңның қағысын,
Күңіреңтен тау ішін,
Дарияның ағысын
«Сүйем!» десем - бәрі шын,
Қазақстан - намысым!
Әрбір тасы - киелім,
Әр уығы - жүйелім,
Ән кернеген жүрегін,
Күй кернеген тиегін,
Сары алтыннан сүйегін,
Қазақстан - жыр елім!
Шаңырағың - шырағым
Топырағың - тұмарым,
Ғаламда жоқ сыңарың,
Ғажайыбым, жұмағым,
Басы таза бұлағым,
Басылмайтын құмарым,
Қазақстан - қыраным!
Айың тусын оңыңнан,
Күнің тусын солыңнан,
Жұлдыз жансын жолыңнан,
Басыңа бақ орнасын,
Қыдыр болсын жолдасың,
Құдай сені қолдасын,
Қазақстан - көз жасым!..

Абдрахман Асылбек

Қазақстан — кеше, бүгін, ертең (Бала көзімен)

Қазақстанның кешегісін көрмедім,
Өйткені, мен онда өмірге келмедім.
Оқыдым ғой тарихтан да аздаған,
Аталардың білем айтып бергенін:
Бір кездері еркін заман болыпты,
Бозторғайлар қой үстіне қоныпты.

Содан кейін ойран салып орыстар,
Қазақтардың қанын судай сорыпты.
Тартып алып малы менен байлығын,
Тірідей-ақ атып тастап қайбірін,
Аштықпенен қырса жарты қазақты,
Болмас сірә бұдан өткен қайғы-мұң.
Ал, бүгін ше?
Қуанышты барша жан,
Қол жеткіздік еркіндікке аңсаған.
Қазақстан елі болып атандық,
Сол үшін де мақтанамын, ән салам.
Бабалардың рухынан күш алам,
Зымыранмен кеңістікке құша алам.
Тілім, жерім, мұсылмандық иманым —
Әрқашанда аман болсын үш анам.
Ал, ертең ше?
Ерекше ғой ертеңім,
Ертеңім — бір таңғажайып ертегім.
Елім үшін туған жоқпын мен тегін,
Өсе берер, өсе берер өркенім.

Айдана Абдрахманова

Сұлтан Қалиев

Қазақстаным

Сәулетті әр қаласы
Шырағындай өмірдің
Кең-байтақ даласы
Құшағындай елімнің.
Түп-тұнық аспаны —
Байлықтың бастауы,
Замана дастаны —
Қазақстаным менің.
Жасындай айбыны
Ұл-қыздарды түлеткен,
Халқымыздың ай, күні
Жұлдыздарды түлеткен.
Түп-тұнық аспаны —
Байлықтың бастауы,
Замана дастаны —
Қазақстаным менің?



Канатова Аружан Ермухаммедқызы

Менің Отаным – Қазақстан

Отаным менің - Қазақстан,
Ыстық қой сенің топырағың,
Орманьң, көлің, бау-бағың,
Қастерлеген қазағым.

Найзаның ұшымен қорғаған,
Халқым менің мықты ғой.
Ата-бабам әрқашан,
Салт - дәстүрін сақтаған.

Әрбір қазақ батыры,
Желбіреткен көк туын.
Кең байтақ жерге қазағым,
Егін егіп, мал жайған.

Күзде піскен егінді,
Жинап алып ас қылған.
Аман болсын ел-жұртым,
Тыныш болсын Отаным.

Eraly Gani

Қазақстан

Еш жауға бермес жерімді,
Сақтаймыз өзен-көлімді.
Туылған жерім отаным,
Шексізғой сүйем елімді.

Әрқашан алға тілегім,
Қалайтындай жүрегім.
Отаным үздік ылғида,
Туылған кезден білемін.

Топырағын басасын,
Паналап таумен тасасын.
Дүние жүзі білетін,
Туылған елім жасасын.

Аралап таумен жотаның,
Басқа елдерде жоқ шатағым.
Елімді шексіз сүйемін,
Қазақстан менің отаным.

Алмас Ахметбекұлы

Көк тудың желбірегені

Көк тудың желбірегені -
Қазақтың асқақ беделі.
Махаббат, қайрат екеулеп,
Шымырлатқаны денені.

Көк тудың желбірегені -
Жаныма қуат береді.
Таласқа түссе жан мен ту
Жан емес,
Маған керегі-
Көк тудың желбірегені.

Көк тудың желбірегені-
Елдіктің асқақ өлеңі,
Әр жаққа тартпай, қазағым,
Бір сөзге жинал дегені.

Көк тудың желбірегені -
Бақыттың елжірегені,
Қиырда қалған қазақтың
Азат отанға жете алмай
Көзінің мөлдірегені.

Inauatpazylbek

Жаңа ел, жаңа бағыт бастамамыз

Қасиетіңнен айналдым ұлы далам,
Сенде өткен өз әже, ұлы бабам,
Сен деп отан жазамын арнап өлең,
Жүрегімнен сәбилік туындаған.

Қазақстан отаным асыл ұлы,
Өр мінезді қызы мен батыр ұлы,
Тарихың бар ұлы отан шежірелі,
Сені жырлап тұратын ғасыр үні.

Талапты бір тайыңмын тарыдайын,
Бәйге шапсам сайаңа дамылдайын,
Тауың, суың, орманың бәріде алтын,
Жерің жанат ұлы отан алып айдын.

Шегараны айқындап қойған делгі
Бабалардың батырлық төл еңбегі
Ақорданың алтындап шаңырағын
Ірге тасын кең қойдық керегелі

Елтаңбам бар елболдық егеменді,
Төртеу түгел құбылам теңелгені
Қасым Жомарт ағамыз басшы болған,
Ұлы отаным дамиды көгереді.

Жаңа ел жаңа бағыт бастамамыз,
Көктуды желбіретіп аспанға біз,
Қазақпыз дарқан көңіл, жаны таза,
Бар елмен құшақ жайып дос боламыз.

Дереккөзі: Bilimall.kz



Шың төресін үйретіп, аңға шыққан

Құсбегі Айшолпан Нұрғайыпқызымен farabishakirti.kz сайтының жас тілшісінің онлайн сұқбаты.

— Айшолпан, сізді бүркітші қыз деп әлем таныды десек, артық айтқандық емес. Сол қыз қазір қайда екен?

— Мен Моңғолия мемлекеті, Байөлке аумағынан боламын. Қарапайым ауылдың қызымын. Отбасымда әкем және анам, балалар 4 ағайындымыз. Қазіргі таңда мен Алматы қала-



сындағы Сүлеймен Демирел атындағы (SDU) университетінің 4-курс студентімін. Филология факультетінде оқимын. Мамандығым - қазақ тілі және әдебиет пәнінің мұғалімі.

— Бүркітшілік пен аңшылық – ұлттық мәдениетіміз бен тарихымыздағы саятшылық өнері. Бүркіт баптап, аң алуға жайлы айтып өтсеңіз.

— Бүркітшілік өнері ата-бабамнан келе жатқан мұра. Атам, әкем, ағаларым бүркіт баптаумен айналысады. Мен кішкентайымнан бүркітпен бірге өстім. Сондықтан бүркітті баулыдым, қызығушылығым кішкентай кезімнен басталды. 13 жасымда Израиль фотографының арқасында әлемге «Бүркітші қыз» деген атпен танылдым. Содан бері көптеген фильмдерге түстім. Бірақ, осындай биік дәрежеге жетемін деу мүлде ойыма келмеді.

— Өмірлік ұстанымыңыз, ата салт-дәстүріміздің жалғастыруға ниет еткен



ЖАС ТІЛШІЛЕРГЕ КУӘЛІК ТАПСЫРЫЛДЫ

«Farabi shakirti» журналының электрондық нұсқасы мен farabishakirti.kz желілік басылым - сайтының оқырмандары арасында шығармашылыққа бейім, әділдіктің ақ туы – журналист болуды армандаған шәкірттеріміз көп. Сол жастардың барлығы дерлік қалаған мамандығы бойынша әл-Фараби атындағы ҚазҰУ, «Тұран» университеті журналистика факультетінің студенттері атанды.

Биылғы оқу жылы басталғаннан көптеген оқушылар шығармашылықпен айналысуға ниет білдіргенімен, жазу жұмысына айтарлықтай басымдылық бере алмай келеді. Әрине, мақала жазу, іздену, тақырып таңдау – оқушыларға оңай соқпайтыны рас. Деседе, жүзден жүйрік шығып, редакциядан тапсырма алып, табанды жазуға ден қойып келе жатқан оқырмандарымыздың бар екеніне қуанамыз.

Ұлттық мерекеміз 25 - қазан күні қарсаңында, Алматы облысы, Шамалған ауылы, «Үшқоңыр» орта мектеп-гимназиясының оқушысы - Айша РАХИМБЕРДИЕВА, Павлодар облысы, Баянауыл ауданы, Е. Бекмаханов мектебінің оқушысы Ақбөпе МОЛДАШЕВА, Алматы қаласы, №169 - мектептің 11 «А» сынып оқушысы Дана МЕЛІС farabishakirti.kz желілік басылым-сайтының Жас тілшісі атанды.

Суретте: «Үшқоңыр» орта мектеп-гимназиясының директоры – Аубакирова Нағима Досболқызы, жас тілші Айша, сынып жетекшісі - Халенова Сымбат Касенханқызы.

МАМАНДЫҚҚА НЫҚ ҚАДАМ!

Алматыдан жолданған Жас тілші куәлігі баянауылдық тілшіміз Ақбөпеге жетті. II-тоқсанның алғашқы күні А.Молдашева үшін ерекше есте қалатын болды. Павлодар облысы, Баянауыл ауданы, Е. Бекмаханов мектебі оқу ісінің меңгерушісі Мурсалова Айнагүл Ілдебайқызы жас тілшіге игі тілектерін айтып, оқушылардың жалпы жиналысында куәлікті табыстады.

Ақбөпе оқитын 11-сыныптың жетекшісі Ақылбекова Арайлым Шакманқызы

Суретте: Ақбөпе мен Айнагүл Ілдебайқызы





қатар жүретін болғандықтан осы құс арқылы әлемнің 31 мемлекетіне сапар шегіп, құрметке бөлендім. Өте көп мүмкіндіктерге жол ашылды. Соның ішінде өте керемет гранттарға ие болдым.

— Алдағы уақытта құсбегілік дамыту ойыңызда бар ма?

— Иә. Бүркітшілік жолымды одан әрі кәсіби түрде дамытуды мақсат етіп отырмын. Соның бірі – бұйырса,



іні-сіңлілеріңізге айтар кеңесіңіз қандай?

— Әр адамның, баланың да алдына қойған мақсаты, өмірдегі ұстанымы болады. Менің ұстанамым: Дана Абай ағамыз қалдырған «Ақырын жүріп, анық бас, Еңбегің кетпес далаға. Ұстаздық қылған жалықпас, Үйретуден балаға» - деген ғибраты. Өзінді құрметте, өзгелерді құрметте және өз жасаған әр іс-әрекетіңе жауап бере біл! Өмірдің әр сәтінен сабақ ал! Өзгелерге айтар кеңесім әрқашан даму жолында болу қажет. Қазіргі заманда тіл білудің пайдасы өте зор. Сонымен қатар арман-мақсаттарыңа жету үшін қолдан келген әрекетті жасау керек. Алдымызға мақсат қойсақ, соңына дейін жете білейік! Ұлтымызды, туған тіліміз бен дінімізді құрметтейік. Ең бастысы еліміз тыныш, жұртымыз аман болсын!

— Құрбымыз бүркітші қыздың көпшілік біле бермейтін қандай жетістіктері бар?

— Мен туралы «Бүркітші қыз» (The eagle Hunters) атты деректі фильм түсірілді. Аталған фильм Оскар сыйлығына үміткер, әлем бойынша үздік 15 фильмнің қатарына енді. Ал, Австралия әншісі Сия Ферлер «Angel by the Wings» атты әніне клип шығарды. Сонымен қатар мен туралы фильмдер ғана шығып қоймай, «Бүркітші қыз» атты кітабым жарыққа шықты. Осыдан 1 жыл бұрын Астана қаласында кітабымның тұсаукесерін жасадым. Қазіргі кітап таңда қазақ тілі, моңғол тілі, орыс тілі, жапон тілдеріне аударылып жатыр.

— Бүркітшілік өнерінің сізге көп пайдасы ба-рын жетістіктеріңіз арқылы білдік. Әлі де ұмытып кетіп, айтылмай қалған тұстары бар ма?

— А! Иә)). Қасиетті қыран құсты рәмізде бейнеленген. Бүркіт - жыртқыш құс. Оны – мұзбалақ, ақиық, қараша деп атайды. «Құс патшасы - бүркіт» - дейді.

Киелі құс болғандықтан үнемі бағы мен қуанышы

саятшылық мектебін ашу. Әлемге «Бүркітші қыз - Айшолпан» ретінде танылды. Алдағы уақытта «Білімді қыз - Айшолпан» екенімді дәлелдесем деген ниетімді де айта кетейін. Деседе, көбінесе арман - мақсаттарымызды көпшілікпен бөлісіп, жария етпеймін. Әйтсе де, арманның ұшқындары өзгеге ой саларына кәміл сенімдімін!

— Айшолпан, сұхбатыңызға рақмет! Алдағы уақытта армандарыңыз орындалып, мақсаттарыңызға жетуге тілектеспін!



**МОЛДАШЕВА Ақбөпе,
Е. Бекмаханов
мектебінің оқушысы
Павлодар облысы,
Баянауыл ауданы,
Ұзынбұлақ ауылы**



Республикалық балалар оқулары байқауының жеңімпазы анықталды

2023 жылғы 1-2 қараша күндері Астана қаласында Республикалық балалар оқулары байқауының қорытынды шарасы өтті.

Шараның мақсаты - балалардың кітап оқуға деген құштарлығын арттыру, қазақ және шетел әдебиетін терең зерделеуге шақыру, сондай-ақ оқушылардың жылдам оқу, логикалық және сыни ойлау қабілеттерін дамыту.

Республикалық кезеңге еліміздің барлық аймағынан іріктелген 63 оқушы қатысты. Олар шара барысында 60 сұрақтан тұратын тест тапсырмасын орындап, эссе жазып, сыни ойлау және ойын дұрыс жеткізу шеберлігін көрсетті. Ал байқаудың аудандық кезеңіне 8-10 сыныптың 10 024 оқушысы қатысса, облыстық кезеңде 767 оқушы бақ сынаған болатын.

Айта кетейік, шара барысында Қазақстандық қоғамдық даму институты әзірлеген балаларға арналған Тапум мобильді қосымшасы таныстырылды. Сондай-ақ қатысушылар Назарбаев Университетіне және ҚР Ұлттық музейіне экскурсия жасады, медиа және ақпараттық сауаттылық туралы дәріске қатысты.

Бүгінгі жеңімпаздарды марапаттау рәсіміне ҚР Мәдениет және ақпарат министрлігі Азаматтық қоғам істері комитетінің төрағасы Мадияр Қожахмет, жазушы Қуаныш Жиенбай, публицист, жазушы Шархан Қазығұл, Назарбаев Университеті кітапханасының директоры Джеральд Кавана және Қазақстандық қоғамдық даму институтының Басқарма төрағасы Нұрбек Матжани қатысты.

Қазылар алқасының шешіміне сәйкес, бірінші орынды 8-сынып бойынша Ақтөбе қаласы №1 мектеп-гимназиясының оқушысы Абылай Ержанов, 9-сынып бойынша Орал қаласындағы физика-математика бағытындағы Назарбаев Зияткерлік мектебінің оқушысы Айша Бағдат, 10-сынып бойынша Түркістан қаласы Ш.Қанайұлы атындағы №2 жалпы орта мектебінің оқушысы Арайлым Ширимбекова иеленді. Сондай-ақ ІІ, ІІІ орын жеңімпаздары мен байқауға белсенді қатысқан оқушыларға да арнайы дипломдар мен сыйлықтар табысталды.

Еске салайық, балалар оқулары байқауы биыл дәстүрлі түрде 3-рет ұйымдастырылды. Қорытынды шараны ҚР Мәдениет және ақпарат министрлігінің қолдауымен Қазақстандық қоғамдық даму институты және Назарбаев Университеті бірлесіп өткізді.

Автор: E-history.k

ТҮРКІСТАН:

Арыстық оқушы әлемнің үздік 21 Университетінен шақырту алды

Қазақстан Республикасының Президенті Қасым-Жомарт Тоқаев еліміздің алдында тұрған басты міндеттің бірі – салауатты, саналы, білімді, ақыл-парасаты мол және ғылыми-мәдени өрісі кең ұрпақ тәрбиелеу басты реформаларының бірі екендігін ерекше атап өтті.

Арыс қаласының 11 сынып оқушысы Шапағат Сейілханға әлемге әйгілі 21 жоғарғы оқу орны өз гранттарын ұсынған. Олардың қатарында Case Western University, Chicago State University, Clark University, Colarado State University, California State University секілді оқу орындары бар. Ал Шапағаттың таңдауы Чикаго университетіне түскен. Себебі, аталған оқу орны әлемдік рейтингте жоғары бағаланады.



Әлемдік жоғарғы оқу орындарының назарын аударуға Шапағаттың жазған түйіндемесі себеп болған. Онда ол өзінің өмірі мен талабы туралы ерекше жазба қалдырған. Әлемнің 28 университетіне жазған хаттарынан 21 жауап келген. Баршасы жас түлекті оқуға шақырған.

«Тамыз айының соңында IELTS тестін тапсырып 6,5 балл жинадым. Содан «Common app» бағдарламасы арқылы әлемдік жоғары оқу орындарына хат жаздым. Арада 3-4 ай өткенде оқуға шақыртулар келе бастады. Қатты қуандым. Әке-шешем де, ұстаздарым да дән риза. Шет елде білім алуға ата-анам қарсы емес. Дегенмен, әлі нақты келісімін бермеді. Енді қаңтар айында гранттың толық нәтижесі шығады. Сол кезде қай университетте оқитыным белгілі болады» — дейді арыстық оқушы.

Жас түлектің таңдап отырған мамандығы халықаралық қатынастар саласымен тікелей байланысты. Ол шетелде жүріп, дипломатиялық іскерлік саласында қызмет еткісі келеді.

Didarbek.kz





«Жасанды интеллект фантастика емес, өмірдің ақиқатына айналды»

Қасым-Жомарт Тоқаев,

Қазақстан Республикасының Президенті:

«Жасанды интеллект бұдан былай ғылыми фантастика емес, өмірдің ақиқатына айналды. Жаңа дәуірдің басталғанына куә болып отырмыз. Кезінде электр жарығы мен интернетті ойлап табу тіршілігімізді қалай түбегейлі өзгертсе, жасанды интеллектті технологиясының ықпалы да дәл сондай орасан зор. Ол адамзаттың тұрмыс салтын мүлдем басқа арнаға бұрып, жұмыс процестерін автоматтандырады және ауқымды экономикалық құндылық қалыптастыра алады. Кейбір сарапшылардың бағалауынша, жасанды интеллектінің жаһандық экономикаға қосатын елеулі үлесі – дүниежүзілік ЖІӨ-нің төрттен бір бөлігіне пара-пар. Аталған технологияның кең қолданысқа ие болуы Қазақстанның қарқынды дамуында маңызды рөл атқара алады».

Мемлекет басшысы Қасым-Жомарт Тоқаев Digital Bridge форумында сөйлеген сөзінен.

Мемлекет басшысы дәстүрлі Digital Bridge халықаралық технологиялық форумы аясында ұйымдастырылған роботты техника, Social Tech, Creative Economy, AI, FinTech, Industry 4.0, GovTech тақырыптық көрме аймақтарын, сондай-ақ Kaspi.kz, Қаржы нарығын реттеу және дамыту агентігі, Astana Hub, Freedom Bank, MyCar және тағы да басқа ұйымдардың көрме стендтерін аралап көрді. Роботты техника аймағында Мемлекет басшысы көптеген жарыстарда жеңімпаз атанған роботты техникадан Қазақстан құрамының мүшелерімен әңгімелесті және Ustem Foundation, Alem School, MakerSpace жобаларымен танысты.

Жасанды интеллект біртіндеп барлық салаларда қолданыла бастағанын көрсетеді. Салаларды цифрландыруды нығайтып, оның мүмкіндіктерін пайдаланудың тиімді екенін айқындауда. Жасанды интеллект Чемпиондар лигасының жеңімпазын анықтағанын Бұқаралық ақпараттар құралдары жазуда. Өзіміз білетіндей, ұялы байланыс операторлары, ірі компаниялардың бірыңғай Call орта-

лықтары, Республикалық деңгейді ауруханалар мен оқу орындарының байланыс ақпараттарында телефон қоңырауына жауапты жасанды интеллект қыздар жауап береді. Жақында, Түркістан телеарнасында «жасанды интеллект» бағдарлама жүргізе бастады. Күншуақ Табиғатқызы әзірге ауа райын жүргізіп келеді.

«Ұлттық ақпараттық технологиялар» АҚ жасанды интеллект негізінде кеңес беріп, мемлекеттік қызмет түрлерін көрсететін «AiGov» чат-боты жобасы да Мемлекет басшысына таныстырылды. Азаматтардың әлеуметтік әл-ауқатының деңгейін анықтауға және оларға проактивті мемлекеттік қолдау көрсетуге мүмкіндік беретін «Отбасының цифрлық картасы» іске қосылды. Мұнай мен газ саласында, логистика, ауыл шаруашылығы мен білім саласында IT индустриясының кәсіби мамандарын дайындауға көп көңіл бөлінуде.

Оның мүмкіншіліктерін қазірдің өзінде күнделікті өмірімізге пайдаланып келеміз. Айталық, ұялы телефондағы карталар, автобустың жол жүру бағытын, қайда келе жатқанын білесіз. Алматы көшелерінде іздеген ғимаратыңызды адаспай табу үшін арнайы картаны қоссаңыз келе жатқан жолыңыз туралы барлық нұсқаулықты айтып отырады. Тіпті, жолыңыздың ашықтығын, кептелісіне дейін айтып отырады. Жасанды интеллект әрбір саланың және әрбір адамның болашағына әсер ететін негізгі күш болып табылатынын әр саладағы нақты дәлелдер арқылы айта аламыз.



КУСАИНОВА Айдана Мұхитқызы,
«Туран» Университетінің 3-курс студенті.
Алматы

Дереккөзі: Akorda.kz;
Wikipedia; Qazaqtimes.com

Жақында Египеттің Шарм-эль-Шейх қаласында шахматтан 8, 10 және 12 жас аралығындағы ойыншылар арасында әлем чемпионаты өтті. Жас шахматшылар үшін ең беделді жарыста елімізден Данис Қуандықұлы әлем чемпионы атанды.



Жас шахматшы Данис Қуандықұлы әлем чемпионы атанды



Жансая Әбдімәлік шахмат академиясының арнайы тобына қатысқан Данис Қуандықұлы "10 жасқа дейінгі" жас санатында өнер көрсетті. 11 турдың қорытындысы бойынша Данис 9 ұпай жинап, бірде-бір ойында жеңілмеген. Атап айтқанда, ол 7 рет жеңіске жетіп, 4 рет тең түскен. Қорытынды кестеде Данис АҚШ, Ресей және Қытайдан келген мықты шахматшылардан басым тұрды.

Данис Қуандықұлының жетістігі – еліміз үшін тарихи оқиға. Себебі бұған дейін ұлдар әлем чемпионатында шахматтан алтын алмаған.

Осылайша, 10 жасар зияткер спорт шеберіне үміткер атанып, өз жас санатында Алматы мен Қазақстанның чемпионы болды.

"Қазақмыс Корпорациясы" ЖШС – Алматы шахмат федерациясының демеушілерінің бірі. Енді компания басшылығы Ұлытау өңірі мен Балқаш қаласында шахмат академияларын ашуды жоспарлап отыр. Компания Данис Қуандықұлын лайықты жеңісімен құттықтады.

Данис, оның ата-анасы және жаттықтырушысы Кашашвили Александр Павловичті әлем чемпионатының алтын медалімен құттықтаймыз!

Данис Қазақстандық шахмат тарихына мәңгілікке енді.

Дереккөзі: Stan.kz; chessacademy.kz



АЛМАТЫНЫҢ ҚАРАПАЙЫМ АДАМЫ

Нағашыбек
ҚАПАЛБЕКҰЛЫ, жазушы

Есіміз екеу, өңіміз төртеу, көңіліміз ойран болды. Төртке келген немерем айдың күні аманында жоғалып кетті. Көрші келіншек өзінің үш баласымен бірге менің немеремді де алып шыққан. Орталық стадион жанындағы жартылай жерге сіндіре салынған супермаркетті аралатып жүргенде менің немерем бала емес пе, айналсоқтап қалып қойған. Келіншек бір қараса немерем жоқ, үш баласын жетектеп ары-бері жүгіреді, қарамаған жері қалмайды. Немерем үшті-күйлі жоқ! Дереву қалта телефонымен қоңырау шалып, маған хабарлады. Мен әке-шешесін аяғынан тік тұрғыздым. Машинама міне салып, сол төңіректі шыр айналдым, супермаркетті араладық. Полицияға хабарладық. Жоғалғанына үш сағаттан асты, еш хабар жоқ.

Келінім бода-бода жылап жүр, балам немеремді алып кетуіне рұқсат бергені үшін оған діңкілдеп ұрса береді.



2.

Көше бойлап, тротуар аялдамаларды қарап, үйге келдік. Бәрімізді үрей билеген. Қыстың күні бұлыңғырланып, үскірігін үрлеп, батып барады. Есік қоңырауы дың-дың ете қалғанда, бәріміз тапырақтай жүгірдік. Немеремді жетектеп ұзын бойлы мосқал адам кіріп келді. – Сіздердің балаларыңыз ба? – деді. Бәріміз улап-шулап, төрт жасар құлынымызды бас салдық. Көзімізден жас ыршып шығып кетті, аймалап-толғанып, сүйіп жатырмыз. Шешіндіріп жатқанда ғана әкелген кісіні еске алдық.

— Бұл кісі кім? – дедік жапатармағай.

— Таксист.

Жолда адасып жүргенде қасына жақын тоқтап сұрапты. Бала шынын айтыпты. «Адресі білмеймін, үйдің жанында «Дана» деген магазин бар» - депті. Таксист машинасына отырғызып алып, кішкентайымыздың көрсетуі бойынша үйге әкеп кіргізіп кеткен екен ғой. Бәріміз далаға жүргенімізбен, сол таксисті таба алмадық.

Кейін орталық стадион жанына немеремді қолымнан жетектеп талай барып, таксистерден сұрау салдық. Ешкім білмейді. Аты-жөні кім, машина нөмері қандай? Жұмбақ. Адамгершілік пен мейірімі шуақ шашып тұратын Алматының ақ адал қарапайым азаматтары-ай!..

Ғажап қайырымды істеріңе қайран қаламын!

Атақты дінтанушы бұл кісіні жақсы білемін. Ынтымақ ауылындағы алма бағының ішіне эп-пақ киіз үй тігіпті, қасында тамақ істейтін қараша үйі тағы бар. Мамыр айының тамылжыған әдемі



шағы. Алма ағашы гүлдерін жарып, бүкіл бақты ақ, қызғылт түрлі гүлдер әлемі құлпыртып, жайнатып жіберген керімсал шақ.

Халифа Алтай орамал тартқан бәйбішесі және Европаша жеңіл киінген ересек екі баласымен келді. Ұлдары біреуі Швецарияда, екіншісі Германияда тұрады екен. Бәрі қазақшаға судай. Сол жылы үлпілдек қызғалдақтар қырқа-қырқаларға қаптай шығып, парсы кілеміндей жайнап тұр.

3.

Халифа ақсақал табиғатқа тебірене, сүйсіне қарап, бақ ішін аралады. Аста төк дастархан, қымыз, шұбат сапырулы.

Біздің елдің талантты әнші қыз-жігіттері бүкіл тау алабын тебіrentіп асқақтатып ән-жырын шырқады. Несін айтасыз, ғажап отырыс болды. Халифа ақсақал аспай-саспай талай ғибратты әңгімелер айтты. Кейін оның бәрін жазып жатқан мемуарыма қосармын. Бата алып, қой сойдық. Тәстік, шоққа көмген көкбауыр, кәуап, қазанжаппа, көмбенан жасап көрсетіп, дәм татқыздық. Өте көңілді әсерленген Халифа Алтай өзімен бірге алып жүрген қара қобдишасын ашып:

— Мына Құранды өзім аударып, шығартқан едім. – Сендерге ұсынамын, – деп Тілектес екеуімізге бір-бірден сыйлады. Қасиетіңнен айналайын Құранды маңдайымызға тигізіп, сүйіп, төсімізге бастық.

— Ал, сен жазушы екенсің, саған осы еңбегімді

түгел жазып шыққан қаламсабымды сыйлаймын, – деп қара қаламсабын маған берді. Көңілім қанаттанып, шабыттанып кеттім.

— Аға, шақырғанымды қабыл алып келгеніңізге мың да бір рахмет. Сізге бір жылқы сыйладым. Қалаған уақытыңда алып кетіңіз, – деп Тілектес ол кісінің арқасына шапан жауып, бөрік киігізді.

— Қарағым, оның не? Осы сый-сияпатыңа бек разымын, – деп қашқақтап еді, Тілектес айтқанына қайтпады. Халифа ақсақал төгілтп батасын берді.

Қонақтар дұғай-дұғай қоштасып, машиналарына мініп кетіп қалды.

— Аға, мен бір дәу жылқыны байлап, семіртп қоямын. Қысқа қарай соғымға сойып апарып берейік, – деді Тілектес.

Қара күзде Тілектес маған:

— Аға, Халифа ақсақалға айтыңызшы. Жылқыны қашан сойып апарып берейік, – деп өтініш айтты. Халифа қажы телефонды өзі көтерді.

– Қарағым, ол жылқыны мен сексенге келгенде, тойыма алайын, – дегені бар емес пе?

Үндей алмадым. Бұл кісі қазір жетпіс төртте, әлі бақандай алты жыл күтеміз бе сонда? Көп ұзамай Тілектес ауданнан бірден облыстық соттың төрағасы қызметіне өсіп кетті. Не керек, Халифа қажы алты жыл бойы алмады, алты жыл бойы Тілектес сол кісіге арнап қысқа қарай соғым дайындады.

Бұл кезде Тілектес Шымкент облыстық, одан Алматы қалалық сотының төрағасы болып ауысып өсіп келді.

4.

Жасы келіп қалған қария бір күні қисая кетсе мойнымызға қарыз болмасын деп жылда алғашқы қар түскенде телефон шаламын. Ол кісі бипаз, салмақты үнімен сексенге келгенде мерейтойына алатынын айтады.

Ақыры, Халифа Алтай атамыз сексенге толып, табан қазысын жасап, жылқыны сойып апарып бердік. Бақ қонған, қыдыр шалған Халифа атамның берген Құраны төрімде, ал қаламсабы жазу үстелімінің үстінде ең құнды дүнием болып сақтаулы тұр. Киелі де, қасиетті ұлы адамның ақ батасын алғанымыз қандай жақсы болған!

Бата – өрге сүйрейді, қарғыс – көрге сүйрейді.

Өрнекті тақия киген ғұлама дінтанушы, құранды қазақша аударған абыз Халифа Алтай қажы қайталанбас ұлы тұлға ғой!

Осындай аспайтын, саспайтын ғажап жанның имандылық пен мейіріміне шомылып, шуақтанғанымға шүкіршілік жасаймын.



ТӘУЕЛСІЗДІКТЕН БОЛАШАҚҚА: ТҮРКИЯ ҒАСЫРЫ

Осыдан 100 жыл бұрын, біздің 900 жылдық тарихымызды Анадолы жерінде жерлегісі келетіндерге қарсы, біздің халқымыз Чанаккале немесе Кутюль-Амаре сияқты ұзақ шайқастардан кейін соңғы күштерін салып, ұлттық күресті жеңіспен аяқтады.

Түркия Республикасы, Анадолыдағы тәуелсіздік рухында құрылған үшінші ұлы мемлекетіміз, тәуелсіздік үшін күресімізді, көптеген кезеңдерді қамтитын, жеңіске жетелеген бірлік пен ынтымақтастық рухының ұлы туындысы.



Түркия Республикасының құрылуының жариялануымен білімнен экономикаға жан-жақты жаңғыру кезеңі басталды. Түркияны әлемде мақтан еткен көптеген табыстарымыздың іргетасы осы кезеңде қаланды. Түрік ұлты мен түрік мемлекетінің ауыл шаруашылығы, өнеркәсіп, білім, денсаулық, көлік, демократиялық құқықтар мен бостандықтар, сондай-ақ біздің ұлтымыздың өмір сүру деңгейін көтеретін көптеген салалар түрік ұлты мен Түрік мемлекеті аяғынан нық тұра алатындай етіп нығайды.

Халқымыз талай қиындықтар мен көптеген

кедергілерді еңсеру арқылы Республикамызды 100 жылдық мерейтойына айтарлықтай жетістіктермен жетті.

Соңғы 20 жылда Республиканың көп ғасырлық тарихын жете білу және Құрметті Президентіміз Режеп Тайып Ердоғанның берік ұстанымы негізінде төккен тер мен жұмсалған күш-жігерді лайықты өтеу үшін жаңа ғасырдың есігі айқара ашылды. Түркияның тәуелсіздігі мен жарқын болашағының жолында халқымыздың, еліміздің діттеген мақсатына, ұлтымыздың армандарына жетуі және ұлы да қуатты Түркияны құру үшін әр салада көптеген революциялық істер, қызметтер мен инвестициялар жүзеге асырылды.

Бұл тұрғыда, ең алдымен, ұлттық ерік-жігер нығайып, демократия орнады. Біздің сүйікті халқымыз туған жерінде қауіпсіз өмір сүруге мүмкіндік алды, ал біздің адамдар бейбіт өмір сүруге және болашаққа үмітпен қарай алатын





болды. Сонымен қатар, бүкіл ел бойынша инфрақұрылымдағы инвестициялардың арқасында өндіріс пен жұмыспен қамтуда жетістіктерге қол жеткізді, сәйкесінше экономика өсіп, еліміз жан-жақты нығайды. Өндірістің кеңеюінің нәтижесінде өнеркәсіптен бастап ауыл шаруашылығына дейінгі барлық салаларда жұмыс орындары қолжетімді бола түсті.

Өндірісті кеңейту арқылы өнеркәсіптен ауыл шаруашылығына дейінгі барлық салаларда жұмыспен қамтуға қол жеткізуге жағдай жасалды. «Мемлекет өмір сүретіндей халық өмір сүрсін» дегенді ұғынып, әлеуметтік қолдаулар көбейіп, мұқтаж азаматтарымыздың барлығын құшақ жая қарсы алды. Екінші жағынан, Президенттік басқару жүйесін енгізу арқылы мемлекеттік механизмде екі ғасырлық ізденістерге жауап беретін үлкен реформа жүзеге асырылды. Белсенді қауіпсіздік саясаты мен іскерлік және гуманитарлық сыртқы саясат тәсілін қабылдау арқылы мемлекетіміздің қуаты, туымыздың мерейі мен ұлтымыздың беделі артты.

Еліміздің денсаулық сақтаудан - білімге, технологиядан - қорғаныс өнеркәсібіне, сыртқы

саясаттан - мәдениет пен өнерге дейінгі көптеген салалардағы табыстарын жеделдеткен бұл бастамалар әрине оңайлықпен жүзеге асқан жоқ. Жаһандық менеджмент пен экономикалық жүйені түбегейлі сілкіндірген індеттер мен соғыстар кезінде біз елімізді оның күшті инфрақұрылымында үлкен серпіліске дайындау үшін аянбай күрестік. Шекарамызға шабуыл жасаған және түрік ұлтының өмірі мен мүлкінің қауіпсіздігіне төнген көптеген қауіптермен күрестік. Жаһандық дағдарыстардан басқа, біз мүмкіндік ретінде кездескен қос стандарттар мен эмбарголарды бұру арқылы әр салада күшімізді нығайттық. Осы кедергілердің барлығын жеңе отырып, біз демократия мен даму төңкерістерін бірінен соң бірі жүзеге асырдық.

Республикамыздың бірінші ғасырындағы олқылықтарды жойып, екінші ғасырға дайындықты аяқтайтын бұл серпілістер білімнен денсаулыққа, қауіпсіздіктен әділетке, энергетикадан көлікке, ауыл шаруашылығынан спортқа дейін, барлық салада өз жемісін бере бастағаны сөзсіз. Өсіп, дамып, күшейіп, байып жатқан Түркия – халқымыздың болашағына үмітпен қа-

райтын елге, шет елдерде өзін басқа мемлекеттің соңынан еретін емес, соңынан ерте білетін мемлекет ретінде танытты.

Әлем тарихи өзгерістерді бастан кешіріп, жаңа әрі өмірлік маңызды міндеттермен жүздесіп отырған жағдайда біз үшін бұл мерейтой – мемлекетіміздің 2-ғасырының басын белгілейтін күнтізбелік өзгеріс қана емес, одан да жоғары мәнге ие. Осы тұрғыда Республикамызды саяси, экономикалық, әлеуметтік және дипломатиялық салаларда ұлт ретінде армандаған деңгейге жеткізетін серпіліс Түркия ғасыры деп аталды. Бұл серпіліс – біздің еліміздің және өркениетіміздің барлық жетістіктеріне сүйеніп, жаңа ұрпаққа қалдыратын ең үлкен мұрамыз.

сөйлеп, шешім қабылдауға деген ерік-жігерін нығайта түсеміз. Саяси және экономикалық күш-қуатымызды арттыра отырып, біз әлемдегі ең ірі экономикалар арасында биікке көтерілуді жалғастырамыз. Еліміздің қолдауымен біз туған жердің әр бұрышында тыныштықты нығайтып, дамуға деген жігерімізді арттырамыз. Біз әрбір азаматымыздың құқықтары мен бостандықтарын және оларға лайықты әл-ауқатқа ие болуын қамтамасыз етеміз.

Біз республикамыздың екінші ғасырын "Өтемақы емес, прогресс дәуіріне" айналдыруға бел будық. Осы орайда біздің Президентіміз Режеп Тайып Эрдоган мырзаның басшылығымен біз өз елімізді барлық салада Түркияның Жүз жылдық көзқарасы бар жаңа деңгейіне көтеруге күш саламыз және ата-бабаларымыз сеніп тапсырған осы сүйікті Отанымыздың мәңгілікке өмір сүруін қамтамасыз ету жолындағы істерден ешқашан бас тартпаймыз.

Түркия ретінде біздің бірінші ғасырымызды барлық қиыншылықтары мен жетістіктерімен артта қалдыра отырып, біз шейіттер мен ардагерлерді, әсіресе Азаттық соғысының бас қолбасшысы, республикамыздың негізін қалаушы Гази Мұстафа Кемалды және біз бүгінде еркін өмір сүретін осы Отанымызды сыйға тартқан барлық батырларымызды құрметпен және ризашылықпен еске аламыз.

Біздің халқымызды Республика күнімен құттықтаймын!

**Профессор доктор
Фахреттин АЛТУН**

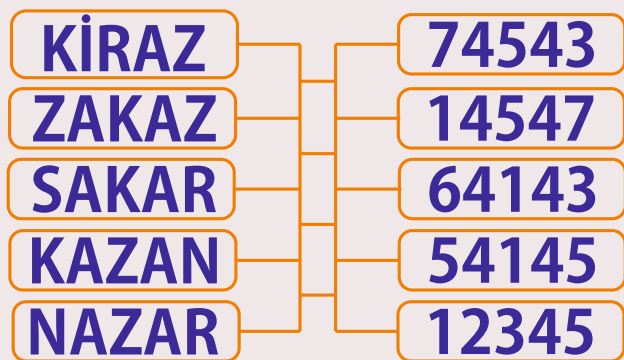
**Түркия Республикасының
коммуникациялар басқармасының
басшысы.**

**Дереккөз: El.kz
Автор: E-history.kz**

«Түркия ғасыры» бағдарламасымен Республикамыздың 100 жылдығына халқымызбен бірге үлкен үмітпен, бұдан да зор мақсаттармен қадам басып отырмыз. Осы орайда, ең алдымен, біз еліміздің үлкен құрбандықтармен және күш-жігермен қол жеткізген табыстарын қорғаймыз. Сондай-ақ, біз еліміздің әлемдік деңгейде сөз



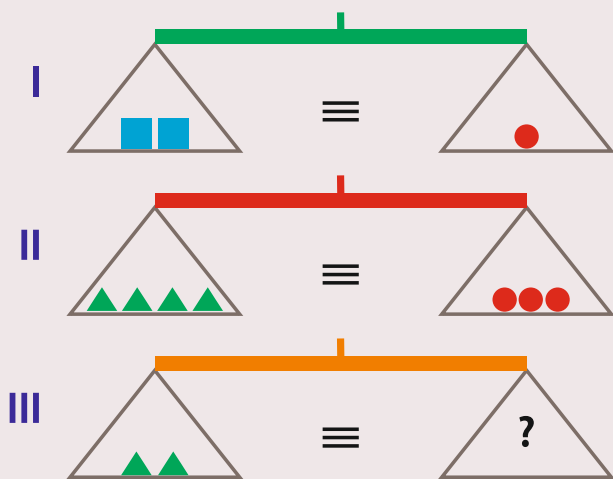
1. Әріптер сандармен өрнектелген. Сол өрнек бойынша SAZAN сөзіне сәйкес келетінін санды белгілеңіз.



SAZAN=?

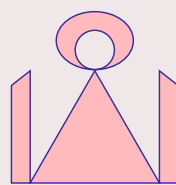
- A) 54548
 B) 45448
 C) 64547
 D) 74548
 E) 14548

2. Алғашқы екі таразының екі иіні бір-бірімен тең. Үшінші таразының да иіні бір бірімен тең болуы үшін сұрақ белгісінің орнына жауаптардың қайсысын қоямыз?



- A) B) C)
 D) E)

3. Төмендегі фигураның симметриясын табыңыз.



- A) B) C)
 D) E)

4. Төмендегі қосу амалында $U \cdot V$ мәні неге тең?

$$\begin{array}{r}
 U \quad V \\
 U \quad V \\
 + \quad U \quad V \\
 \hline
 T \quad V \quad 8
 \end{array}$$

- A) 30
 B) 11
 C) 5
 D) 6
 E) 8

5. Сұрақ белгісінің орнына сәйкес келетін санды табыңыз.

243 ■ → 27
 366 ■ → 42
 643 ○ → 49
 427 ○ → 31
 (998 ■)○ → ?

- A) 18
 B) 81
 C) 8
 D) 80
 E) 9

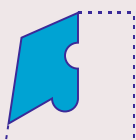
6. Артық фигураны табыңыз.

- A) B) C)
 D) E)

7. Бір қатарда тұрған оқушылардан басынан бастап санағанда Ақжол он бесінші, соңынан санағанда Айдын он сегізінші болып тұр. Айдын Ақжолдың алдында және араларында төрт оқушы бар болса, онда барлығы қатарда неше оқушы тұрғанын табыңыз.

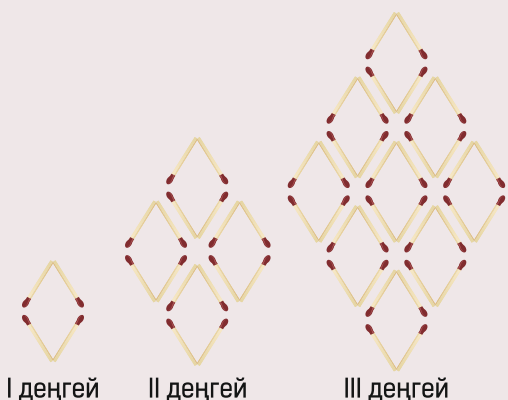
- A) 33
- B) 31
- C) 29
- D) 27
- E) 25

8. Суреттегі бос орынды толықтырыңыз.



- A)
- B)
- C)
- D)
- E)

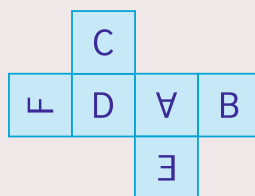
9. Бір біріне тең болатын және 3 деңгейден тұратын сіріңкелерден жасалған көрнекілік берілген.



Қолында 440 сіріңкесі бар Айгүл, осы көрнекілікті тағыда неше деңгейге дейін жасай алады?

- A) 3
- B) 4
- C) 5
- D) 6
- E) 2

10. Төмендегі фигурадан жауаптардағы кубтардың қайсысын құрастыра алмаймыз?



- A)
- B)
- C)
- D)
- E)

11.



- A)
- B)
- C)
- D)
- E)

Дайындаған: АБУТАЛИЕВ Диас

*Логикалық сұрақтар қайталанып берілуде.

*Логикалық сұрақтардың дұрыс жауаптары журналдың келесі электрондық нұсқасында жарияланады.

Логика сұрақтарының журналдың №10 (50) 2023 жылғы электрондық нұсқасында жарияланды.

Е; 2) С; 3) С; 4) D; 5) А; 6) D; 7) С; 8) С; 9) E; 10) B; 11) A; 12) D



ӘЛЕМ БОЙЫНША ЕҢ ҮЛКЕН КІТАПХАНАЛАР

Қазақстанның ежелгі Отырар қаласында әлемдегі ең үлкен кітапхана орналасқан. Отырар шамамен V ғасырда белгілі бола бастаған қала. Тарихи жазбалар авторларының айтуынша, ежелден бері Отырардағы кітапхананың даңқы жер жарған екен. Ғалымдардың пайымынша кітапхана қорында бабылдықтардың қыштан күйдірілген тас кітаптарынан бастап, түркі, парсы, қытай, грек, еуропалық тілдеріндегі кітаптар болуы әбден мүмкін. Ал ғұндардың өздері өз тілінде жазбалар қалдырып, географиялық карта сызған деседі. Бұл кітапханада ежелгі сына жазумен жазылған туындылар мен папирус орама қағаздарынан бастап, ортағасырлық Еуропа, Араб және Қытайдың көрнекті ғалымдарының шығармаларына дейін жинақталыпты. Ғасырлар тоғысында кітаптар қоры әлемнің әр түкпірінен мыңдаған әдебиеттермен толыға берді. XII ғасырдың аяғында Отырар кітапханасы атақты Александрия кітапханасынан кейінгі ең ірі кітапханаға айналды дейді көне шежірешілер. Бұхар тарихшысы Рузбейханның мәлімдеуіне қарағанда Отырардың қолжазба кітаптары Сығанаққа дейін таратылған.

Отырар кітапханасы орта ғасырлық дәуірде әлемдік өркениеттің дамуына теңдессіз үлес қосқан кешенді білім ордасы болғаны белгілі. Ертеректе Фараб аталған бұл аймақтан күллі дүние жүзіне мәшһүр, әлемдік ғылымға сүбелі үлес қосқан оқымыстылар көп шыққан. Отырар жаһандық өркениетке ықпалды болған дарындар мен талапты 22 Әл-Фарабидің

отаны болған. Солардың арасынан туған қаласының атын жер-көкке шығарып, Отанының абыройын асқақтатқан, Аристотельдің шәкірті, Авиценаның ұстазы, элиндік ғалымдардың еңбектерін қыпшақ тіліне тәржімалаған аудармашы Әбу - Насыр Мұхаммед бен Мұхаммед Тархан әл-Фараби Отырар кітапханасында білім нәрінен сусындап өскен.

Конгресс кітапханасы – Америка Құрама Штаттарының ұлттық кітапханасы және Құрама Штаттардың Конгресінің негізгі зерттеу филиалы болып табылады. Кітапхана Вашингтон қаласында үш бірдей ғимаратта орналасқан. Кітаптарының саны жөнінен де, алып жатқан аумағы жағынан да әлемдегі ең үлкен кітапхана саналады. Білесіз бе, мұндағы қызметкерлердің саны – 3000 адамнан асады екен.

Кітапханада 437 түрлі тілде жазылған 32 миллионнан аса кітап пен құнды ақпараттар, 61 миллиондай қолжазба, Солтүстік Америкада сирек кездесетін кітаптар жинағы, 1 миллионнан астам мемлекеттік баспа, үш ғасырдан бері жиналып келе жатқан 1 миллионға жуық әлемдік газет, заңдық құжаттардың әлемдегі ең үлкен жинағы, фильмдер, 4,8 миллион карта, ноталар, 13,7 миллионнан астам сурет бар.

Британдық кітапхана – Ұлыбританияның ұлттық кітапханасы болып табылады. Кітапхана Лондонда орналасқан және әлемнің ең үлкен кітапханалары қатарында. Онда әлемнің ең танымал тілдеріндегі 150 миллионнан астам құнды ақпарат, кітаптар, газеттер,



видеоақпараттар, әуенді жазбалар, карталар, суреттер жинақталған. Оған қоса 25 миллионға жуық сирек кездесетін қолжазба мен кітаптардың жинақтары бар. Аталған қолжазбалар б.з.д. 300 жылдардан хабар береді. Көлемі жөнінен әлемде АҚШ-тағы кітапханадан кейінгі екінші орында тұр.

Сонымен қатар Google қолданушылары кітапхана ақпараттарын қарай алады және оларға керекті мәліметтерді көшіруге мүмкіндік берілген.

Александрия кітапханасы. Атағы жер жарған бұл кітапхана – көненің көзі әрі антикалық мифтердің ғылыми және мәдени орталығы саналады. Б. з. б. 3 ғасырдың бас кезінде Александрияда көрнекті ғалымдардың қатысуымен Птоломей әулетінің алғашқы екі патшасы негізін қалаған. Алғашқы кездері Египетте кітапханалар ғибадатханаларда салынған және оларға абыздар қаруылдайтын болған. Ол кездері кітаптардың пішіні орам тәрізді болған және папирустардан жасалынған деседі. Өз заманында Александрия кітапханасы ең алып кітапхана саналып, онда 750 000 шиыршық жинақталған екен.

Ресей Ғылым Академиясының Кітапханасы I Петрдің бұйрығымен 1714 жылы тұрғызылған. Кітапхананы ұйымдастырудағы басты мақсат – еуропалық білімге құштар, барлық сауатты адамдарды кітаптармен қамтамасыз ету болды. Кітапхана қоры - көптілді және әмбебап. Бастапқы кезде кітапханада 2 мыңға жуық кітап болған көрінеді. 1783 жылы II Екатеринаның бұйрығынан кейін кітапханаға Рейсейде жарық көрген барлық баспалар әкеліне бастады. Бүгінде Ресей Ғылым Академиясының кітапханасы - бүкілресейлік мемлекеттік әмбебап кітапхана ретінде жұртшылыққа белгілі әрі әлемнің ең үлкен ғылыми кітапханаларының қатарынан орын алады.

Дереккөзі: «Уикипедия»;
«в контакте»; «Траасқру»;
«Avia-Mir.ru»; «Туревигатор»



**Тоқаев Қасым-Жомарт Кемелұлы,
Қазақстан Республикасының
Президенті:**

«Біз кезінде елге қызмет етудің озық үлгісін көрсеткен Алаш қайраткерлерінен тағлым аламыз. Олар өткен ғасырдың басында тәуелсіздік идеяларын халық арасында дәріптеуге зор еңбек сіңіріп, азаттық жолында құрбан болды... Тәуелсіздік мерейтой аясында осындай біртуар тұлғаларды еске алып, олардың мұрасын жастарымызға және бүкіл әлемге паш етуіміз керек... Алаш арыстарының асыл мұрасын игеру жалғаса беруге тиіс.»

**Қасым-Жомарт Тоқаевтың
«Тәуелсіздік бәрінен қымбат»
атты мақаласынан.**



Сейдәзім Қадырбай - заңгер, құқық саласының білгірі

«Qyr balasy» қоғамдық қорының негізін салушы, алаштанушы Елдос Тоқтарбайдың зерттеу жұмысы туралы пікірлері.

«Сейдәзім Қадырбай – Алаш идеясының төңірегінде қызметтік, әскери, ғылыми, құқықтық, заңгерлік, журналистік, басқа да салаларда мемлекеттің жазалау саясатына ұшырап, қудалау мен қуғын-сүргін көрген тұлғаның бірі де бірегейі болды. Өкінішке қарай, «Саяси қуғын-сүргін құрбандарын толық ақтау жөніндегі мемлекеттік комиссия туралы» Президентінің 2020 жылғы 24 қарашадағы №456 Жарлығында қуғын-сүргін құрбандарын, оның ішінде 1920-1950 жылдары қазақ халқының ұлттық бостандығы, Қазақстанның тәуелсіздігі мен аумақтық тұтастығы үшін советтік кезеңде саяси қуғын-сүргін құрбаны болған «қаһарман» күрескерлерді (яғни қаһармандар) толық саяси ақтау көзделген. Сейдәзім Қадырбайұлының ардақты есімі

1966 жылы ақталса да, қоғамда оның қандай тұлға екені, қызметі мен шығармашылық мұрасы толық насихатталмай келді. Тек соңғы 5-6 жылдың айналасында ғана Сейдәзім Қадырбайдың Алаш қайраткері, заңгер-ғалым, публицист, ұлттық әскерімізді құрушылардың бірі ретінде айтыла бастады. Бүгінгі конференция сондай шаралардың бірі. Сонымен қатар өзінің туған өлкесі Қостанай өңірінде алғаш рет ұйымдастырылып отыр».

«Осыдан кейін С.Қадырбайдың тұлғасын тану, зерттеу мен зерделеу мәселесін қолға алдық. 2019 жылы алғаш рет атақты заңгердің шығармашылық мұрасы жинақталып, мемлекеттік бағдарлама аясында 2021 жылы жарық көрді. Әлихан Бөкейхан Алаш ғылыми зерттеу институты және Сейдәзім Қадырбайдай Алаш арысының ұрпақтарының ұйымдастыруымен тағдырының соңғы кезеңдері өткен Воронеж қаласына тарихи-танымдық экспе-

диция ұйымдастырып, архивтік тың мәліметтер негізінде деректі фильм түсіріліп шықты. Сондай-ақ «Міржақып. Оян, қазақ!» көркем фильмінде (режиссері – М.Есжан) Сейдәзім бас кейіпкер Міржақып Дулатұлының айнымас, қандыкөйлек досы ретінде сипатталып, көрерменнің ықыласына бөленді.

Сейдәзім Қадырбай да өз білімін, мансабын, күш-қуатын сарқа жұмсап, тең емес жағдайға қарамастан, большевик-сталиндік билікке қарсы ымырасыз күрес жүргізген тұлға».

«Сейдәзім – заңгер, құқық саласының білгірі. Қазақтың саяси-құқықтық ойлау ілімінің қалыптасуына, дамуына үлес қосқан, қазақ тілін заң тіліне айналдырған тұлға.



заңы» (1927), «Ақылы істерді жүргізу заңы» (1930), «Ақы заңы» (1926), «Неке, үй-іші және қамқорлық туралы заң» (1930) кітаптарын жазып, шығарды. Кейбірін орыс ғылымынан аударып, қазақша сөйлетті».

Сейдәзім Қадырбай 1929 жылы «Халық жауы» деген айып тағылып, Воронежге жер аударылады. 1938 жылғы 11 қазанда Сейдәзім Қадырбай ату жазасына кесілді. Үкім 17 қазанда сағат 14.00-де орындалған. Денесі Воронежтегі қуғын-сүргін құрбандарының зиратына жерленеді.

Сейдәзім негізін салған құқық тілінде ұлттық рух, мінез барын түсініп, жас ұрпақтың, болашақ заңгер мамандардың қажетіне жарасын деп әрі төл тарихымен танысуға шөлікеген оқырманның рухани қажетін өтесін деген ниетпен біртуар азаматтың шығармалар жинағын кейінгі жылдары жаңадан табылған мұраларымен толықтырып, өңдеп, қайтадан басып шығардық. Қазақ мемлекетінің қазығын қаққан Сейдәзім Құлмағамбетұлы Қадырбайдың тұғырына орнатқан рухани ескерткішіміз осы кітап. Сүйегі жырақта қалған ердің ендігі де сөзі ұлтымен жасап, жаңара берсін! Оғланның рухына Фатиха!

ADEBIPORTAL.KZ

Сурет: «Қазақстан тарихы» порталы



Құқықтық-саяси құжаттар мен нормаларды жүйелеген, бүгінгі біз білетін көптеген термин мен ұғымды қазақшалаған заң ісімен теориялық-тәжірибелік тұрғыда қатар айналысқан маман. 1922–1929 жылдар аралығында Қазақ АКСР Юстиция Халық Комиссариатының заң шығару және сот ісін бақылау бөлімінде меңгеруші қызметін атқарған. Совет үкіметі орнағаннан кейін Наркомюстта (Бүгінгі Әділет министрлігі) жауапты қызмет атқарған азамат әр жылдары «Нотариат туралы заң, ереже, нұсқаулар» (1928), «Жер



Қазақстан Ханчжоу-2022 IV Азия Пара ойындарын аяқтады

Байрақты бәсекеде 131 атлетіміз спорттың 14 түрінен қатысып, 8 «алтын», 12 «күміс» және 21 «қола» медальмен командалық есепте 11 орынға тұрақтады, деп хабарлайды Sarbaz.kz.

Жарыста спортышларымыз, 3 Азия және 4 Азия Пара ойындарының рекордын орнатты.

Жүлделер келесі спорт түрлерінен бұйырды:

Пара каноеде Бибарыс Спатай KL2 және VL3 санатында қос күмісті қанжығасына байласа, Жалғас Тайкенов KL3 санатында күміс жүлдегер атанды. Ал Жаныл Балтабаева KL3 санаты Максим Богатырев KL1 санаттары бойынша қола жүлдеге болды.

Пара пауэрлифтингте Давид Дегтярев Азия пара ойындарында алғашқы алтын медальді жеңіп алды. 54 кг салмақ дәрежесінде өнер көрсеткен ол 186 кг бағындырып, Азия және Азия пара ойындарының рекордын жаңартты. Ал 41 келіде Тұрсынай Қабыл мен 73 келіде Раушан Қойшыбаева күміс медаль жеңіп алды. 45 келіде Гүлім Құрманбаева мен 88 келіге дейінгі салмақ дәрежесінде өнер көрсеткен Рахметжан Хамаев қола жүлдені қанжығасына байлады.

Пара дзюдо күресінде жерлестеріміз Ақмарал Науатбек (45 кг/ J2), Ергали Шамей (73 кг/ J1) және Олжас Оразалыұлы (73 кг/ J2) алтын медальді жеңіп алды. Күміс жүлдеге Асылан Нұрдаулетов (73 кг/ J1), Жанбота Аманжол (-90 кг/ J2), Зарина Райфова (70 кг/ J2) және Ерлан Өтепов (+90 кг/ J2) ие болды. Ал Бауыржан Арстанбек (-90 кг/ J1), Даяна Федосова (52 кг/ J2), Динара Куджулова (70 кг/ J1), Ғалымжан Смағұлұлы (-90 кг/ J2), Ерлан Конкиев (+90 кг/ J2), Талғат Ажғалиев (+90 кг/ J2) және Ануар Сариев (60 кг/ J2) қола жүлдені еншіледі. Ұлттық құрама дзюдо күресінен командалық есепте екінші орынға жайғасты.

Пара жеңіл атлетикада қазақстандық Дастан Мұқашбеков ядро итеруден алтын медаль иегері атанды. Ол -15,74 м нәтижесімен Азия және Азия пара ойындарының рекордын

жаңартты. Сондай-ақ, осы санатта қазақстандық Иван Зелезняк 12,39 м нәтижесімен қола медаль жеңіп алды, ал екінші орын БАӘ спортшысына бұйырды.

Пара жүзден Нұрдаулет Жұмағали екі алтын жеңіп алды (100 м брасс және 200 м комплекстік стиль). Оған қоса 200 м комплекстік жүзуде Азия пара ойындарының рекордын жаңартты. Диас Кенжебек 100 м қашықтықты 1:05:42-де жүзіп өтіп, Азия және Азия пара ойындарының рекордын орнатып, ел қоржынына 7-ші алтын медальді қосты. Ал Нұрәлі Советқанов 100 метр брасса, Роман Потапов 100 метр шалқалап жүзуде және 4x50 м аралас комплекстік эстафетада өнер көрсеткен Зульфия Габидуллина, Сиязбек Далиев, Наталья Звягинцева және Айсұлтан Құлқасов қола медаль жеңіп алды.

Пара таеквондода Нышан Өмірәлі (80 кг) мен Камиля Досмалова (57 кг) күміс жүлдегер атанса, Мариям Салимгереева (65 кг), Нұрлан Донбаев (80 кг) пен Алишер Гариполлаев (+80 кг) қола жүлдегер атанды.

Шахматтан ерлер командасы қола медаль жеңіп алды. Жұптық команда сапында Алимжан Аяпов пен Серік Солтанов өнер көрсетті.

Пара велоспортта Сейтжан Кенжеғұл мен оның пилоты Антон Лаврентьев қола жүлдегер атанды. Сондай-ақ, жеке-лей уақыт есебіндегі бәсекеде Сейтжан ел қоржынына тағы қола медаль салды.

Волейболды отырып ойнауда ұлттық құрама спортшылары күміс жүлдеге ие болды. Спортшыларымыз жартылай финалда алаң қожайындары Қытай елінің командасын 3:2 есебімен жеңіп, финалдық кездесуде әлемнің және Азияның бірнеше дүркін чемпионы Иран мемлекетіне 3:0 есебімен есе жіберді.

Еске сала кетсек, өткен 2018 жығы Индонезия өткен Азия Пара ойындарында Қазақстан құрамасы 33 медальмен (5 алтын, 15 күміс, 13 қола) 13 орынға табан тіреген болатын.

IV Азия Пара ойындары 22-28 қазан аралығында қытайдың Ханчжоу қаласында өтті. Жарысқа 43 мемлекеттен 4000-ға жуық спортшы қатысты.



Farabi *shákirti*

ЗЕРЕК ЖАСӨСПІМДЕРГЕ АРНАЛҒАН РЕСПУБЛИКАЛЫҚ БАСЫЛЫМ

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ДОБРОТЫ

Очень доброй традицией для многих стран стало ежегодное празднование 13 ноября Всемирного дня Доброты (World Kindness Day), датой для которого был выбран день открытия в 1998 году в Токио 1-й конференции Всемирного движения доброты (World Kindness Movement). В этом мероприятии участвовали представители Австралии, Канады, Японии, Таиланда, Сингапура, Великобритании и США (позднее к Движению присоединились и другие страны).

Сама организация «Всемирное движение доброты» была создана в Японии годом ранее, в 1997-м, и собрала «под свои знамёна» единомышленников движения доброты из разных стран – волонтеров и добровольцев, которые из года в год неустанно действуют по всему миру и своими делами вдохновляют людей на совершение добрых поступков. Сегодня присоединиться к ним могут все желающие совершить добрый, искренний, благородный поступок. Тем более, что основное общение участников Движения происходит посредством интернета, где на своих ресурсах они рассказывают об идеях благих дел и способах их воплощения.

У Движения есть свой официальный документ – «Декларация доброты», которая гласит: «Мы признаем фундаментальную важность простой человеческой доброты, как основного условия доставляющей удовлетворение и осмысленной жизни, и этим документом провозглашаем создание Всемирного движения доброты. Мы будем стремиться объединиться через организации в каждой стране и с помощью создания всемирной сети, и создать более добрый и более полный сочувствия мир».

Не секрет, что в современном высокотехнологичном и скоростном мире всё чаще человеческие чувства и моральные качества отходят на второй план, и доброты среди людей стало меньше – этот факт, к сожалению, очевиден. Поэтому сегодняшний праздник – ещё один повод вспомнить о таком качестве и категории человеческих отношений как Доброта и объединить существующие в различных странах движения за доброту, чтобы помочь людям осознать, что делать добро – совсем несложно, а результат у добрых дел и поступков колоссальный.

Ещё одна цель Всемирного дня Доброты, по словам его

учредителей, – способствовать объединению разных наций, несмотря на языковые и культурные различия. Ведь только на основе искренне добрых дел и поступков можно достичь единства и взаимопонимания, сохранив при этом самобытность и уникальность.

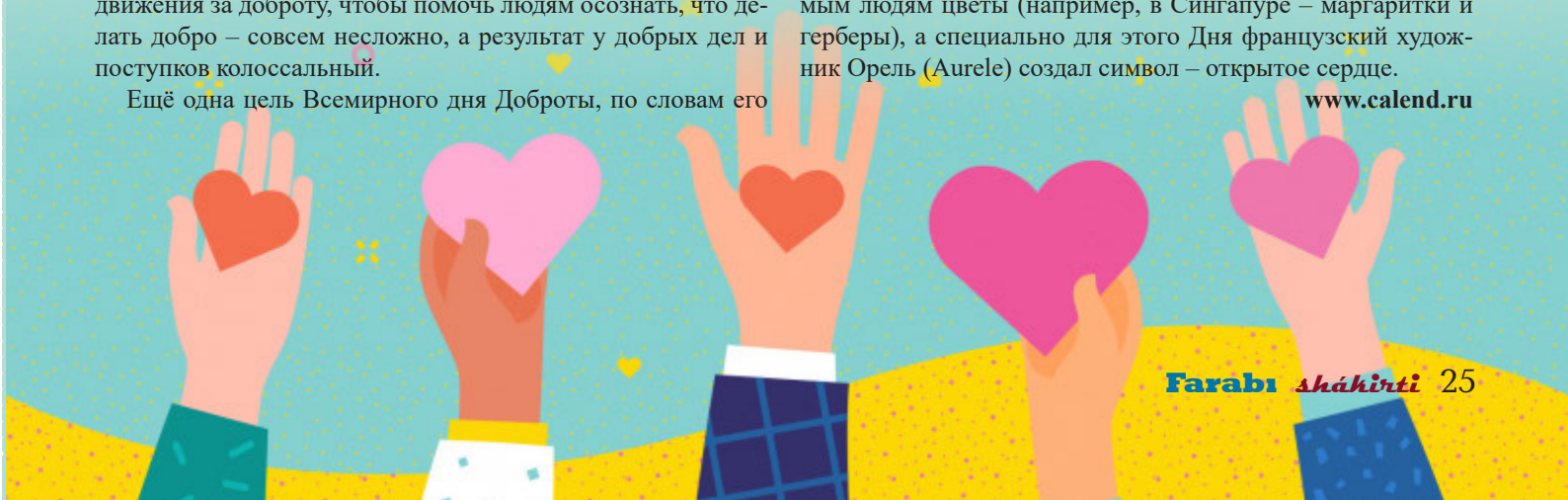
Творить добрые дела – невероятно просто, добро не измеряется деньгами, порой – не требует много времени и сил, главное – начать. Даже просто добрая улыбка незнакомому человеку – уже способна творить чудеса, в том числе и для самого человека, кто это Добро делает. Ведь помимо того, что добрые дела повышают всем настроение, они ещё и как нельзя лучше влияют на самочувствие, повышают жизненный тонус.

Согласно исследованию психологов и врачей из разных стран, люди, которые ежедневно совершают добрые дела, лучше чувствуют себя и физически, ощущают свою жизнь более гармоничной, обладают лучшим иммунитетом, а значит – они меньше болеют и дольше живут. Всё это даже подтверждено практическими исследованиями – когда человек делает что-то хорошее другим людям, у него повышается уровень лимфоцитов, и расширяются сосуды, это ведет к правильной работе сердца; мозг вырабатывает большое количество эндорфинов (известных как «гормоны удовольствия»), которые обладают успокаивающим эффектом, нейтрализуют воздействие стресса, облегчают депрессию. Наконец, отзывчивость сопровождается душевным подъемом, граничащим с эйфорией, что объясняется выработкой гормона серотонина, регулирующего наше настроение.

Причем, как призывают организаторы праздника, важно быть добрым бескорыстно не только в этот День, но и ежедневно, и безгранично. Ведь, если ожидать благодарность (в любом её проявлении) за свою доброту, то это уже не настоящая Доброта.

Кстати, у самого праздника за время его существования появились и свои традиции. Так, в День Доброты, помимо добрых улыбок и дел, принято дарить знакомым и незнакомым людям цветы (например, в Сингапуре – маргаритки и герберы), а специально для этого Дня французский художник Орель (Aurele) создал символ – открытое сердце.

www.calend.ru



Эмоциональное выгорание — состояние умственного, физического или эмоционального истощения и тревожности, возникающее на фоне сильного стресса. Выгорание обычно связано с неизменной рутинной и постоянным перенапряжением, которые в конце концов выливаются в полное игнорирование своих обычных дел, неприятие и нежелание действовать. Выгорание — это своеобразный ответ на внешние жизненные факторы, защитная реакция организма, которая выражается в форме полного или частичного исключения эмоций.



КАК ПЕРЕСТАТЬ ТРЕВОЖИТЬСЯ ИЗ-ЗА БЕСКОНЕЧНОЙ УЧЁБЫ

Признаки эмоционального выгорания

- Постоянная усталость
- Плохой сон
- Частая простуда
- Трудности с концентрацией на занятиях
- Снижение продуктивности
- Тревожность



Причины выгорания

Большая учебная нагрузка

Эта проблема чаще возникает в средних и старших классах школы, когда к обычной учёбе прибавляются дополнительные занятия, олимпиады, подготовка экзаменам в вуз. Чрезмерная ежедневная нагрузка без расслабления и отдыха приводит к истощению организма.



Нереалистичные сроки и жёсткие дедлайны

Необходимость заниматься и усваивать большие объёмы информации в сжатые сроки порождает состояние постоянного напряжения, которое выматывает не меньше самих занятий и увеличивает риск выгорания. Такое же негативное влияние оказывает постоянный страх не успеть, не подготовиться, не сдать вовремя.



Неумение организовать своё время

Ощущение, что вы ничего не успеваете и не справляетесь, может возникать не из-за реальной нехватки времени, а из-за неумения эффективно выстроить учебный процесс. Сложности возникают при большом количестве задач или из-за наличия отвлекающих факторов. Например, интернета, компьютерных игр, соцсетей, звонков и визитов друзей.



Постоянная необходимость осваивать новое

Необходимость ежедневно получать новые знания в большом объёме ускоряет истощение психики. Мозгу нужно много энергии на создание новых нейронных связей, поэтому обучение новому требует в разы больше сил, чем использование уже освоенных навыков.



Отсутствие мотивации

Одна из самых частых причин эмоционального выгорания — снижение или потеря мотивации, отсутствие конкретных целей или разочарование в выбранных. Мотивация страдает, если приходится постоянно делать то, что не хочется, потому что так сказали учителя и родители или потому что «так положено». Если мы что-то делаем с интересом и увлечением, то расходует меньше энергии, чем когда интереса нет. Отсюда и выгорание.



Избыток вынужденных социальных контактов

Детям постоянно приходится общаться не только с близкими по духу людьми, но и со всеми, кто окружает их в школе, на дополнительных занятиях, секциях и курсах, — это требует дополнительных затрат ресурса. Кстати, перегружать может не только офлайн-, но и онлайн-общение в соцсетях, чтение новостей или других «быстрых текстов».

↑

Отсутствие поддержки

Риск выгорания повышается, если к учебной нагрузке прибавляются ссоры и отсутствие взаимопонимания с друзьями или родителями, конфликты с одноклассниками или учителями.

Как преодолеть

Если вы заметили у себя некоторые признаки и подозреваете, что они могут быть связаны с выгоранием, действуйте на опережение. Если выгорание уже произошло, для восстановления понадобится время и комплекс мер, включающий посещение врача или психолога. Приведённые ниже советы подойдут для профилактики эмоционального выгорания и его преодоления.

↑

Изменения

Смена привычных ритуалов и уход от рутины помогают встряхнуться, отвлечься и даёт новые силы. Можно сделать перестановку в комнате, изменить порядок утренних дел или расписание занятий, например, начать ходить в другую группу на курсах или в секции.

↑

Снижение нагрузки

Старайтесь максимально разгрузить себя. Составьте список необходимых дел и занятий и ещё раз пересмотрите его, подумайте, какие дела можно исключить или делегировать кому-то другому, о какой помощи и кого вы можете попросить.

↑

Контроль над эмоциями

Есть много приёмов и техник, помогающих справиться с напряжением и тревожностью: дыхательные упражнения, медитация. Для регулировки своего состояния подойдут и простейшие психологические техники, например, фрирайтинг — спонтанное изложение в письменном виде на бумаге своих сиюминутных чувств. Хорошо подходят для расслабления занятия рукоделием или творчеством: вязание, вышивание, рисование, оригами.

↑

Новые впечатления

Очень важно даже в самые напряжённые дни находить время не только для учёбы, но и для любимых занятий. Наполняя себя позитивными эмоциями, вы приобретаете новые силы для выполнения необходимых действий.

Забота о себе

Для профилактики и преодоления выгорания очень важно позаботиться о физическом здоровье и самочувствии. Здесь помогут правильное питание, регулярные прогулки на свежем воздухе, спорт, режим дня. Старайтесь, чтобы перекусы, снеки и фастфуд не превратились в вашу основную еду, вовремя ложитесь спать каждый день, принимайте витамины по назначению врача.

↑

Налаживание отношений

Поддержка близких людей очень важна при профилактике выгорания, поэтому не пренебрегайте возможностью наладить контакт с родителями, не отгораживайтесь от них и не форсируйте конфликтные ситуации, особенно в те периоды, когда учебная нагрузка особенно высока. Проводите свободное время с семьёй, общайтесь и делитесь своими переживаниями или впечатлениями.

ЧТО ЗАПОМНИТЬ:

1. Выгорание — состояние умственного, физического и эмоционального истощения, вызванное чрезмерной нагрузкой и стрессами.

2. Признаки выгорания: усталость, плохой сон, частые простуды, проблемы с памятью, вниманием и концентрацией, тревожность, лень и хроническое нежелание что-либо делать по учёбе.

3. Причины выгорания у школьников связаны в основном с большой учебной нагрузкой, нехваткой времени или снижением мотивации.

4. Профилактика эмоционального выгорания состоит в разнообразии ежедневных дел и заботе о своём здоровье и самочувствии. Простыми шагами к этому могут стать смена расписания занятий, ежедневные прогулки и время для хобби, здоровое питание. Если вы уже чувствуете первые признаки выгорания, то для его преодоления стоит по возможности снизить нагрузки, попытаться найти пространство и время для новых эмоций и позитивных впечатлений.

Материал media.foxford.ru

Следите за своей осанкой в течение дня: во время просмотра телевизора, мытья посуды, прогулок. Скорее всего, первое время вам будет удаваться удерживать правильное положение тела не более 15–20 минут. Однако при регулярных тренировках тело воспримет усилия и контролировать себя уже не придется — спина будет прямой легко и естественно.

Прямая осанка

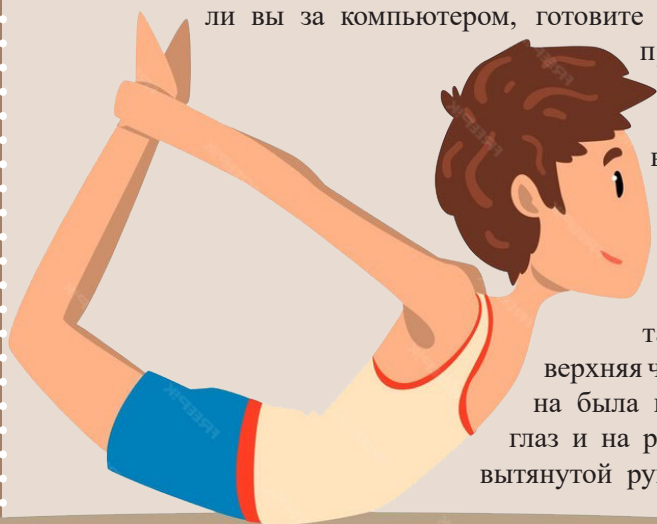
Оставайтесь активными: используйте любой повод, чтобы начать больше двигаться. В формировании красивой осанки могут помочь любые физические упражнения. Особенно полезны занятия йогой, пилатес, танцы, плавание. Также рекомендуется делать упражнения, направленные на укрепление корпуса — мышц спины, живота и таза.

Следите за массой тела. Избыточный вес может ослабить мышцы живота, вызвать проблемы с тазом и позвоночником, а также спровоцировать боли в пояснице. Все это негативно сказывается на осанке.

Отдавайте предпочтение удобной обуви на низком каблуке. Во-первых, у любительниц высоких каблуков увеличивается нагрузка на мышцы, и ноги быстрее устают. Во-вторых, при ношении такой обуви нарушается опорная функция, а главное — отклоняется тазовая ось и деформируется осанка.

Убедитесь, что рабочие поверхности находятся на удобной для вас высоте. Неважно, сидите ли вы за компьютером, готовите ужин или принимаете пищу.

Если вы работаете за компьютером — сядьте так, чтобы верхняя часть экрана была на уровне глаз и на расстоянии вытянутой руки. Локти



должны лежать на столе. Так шея останется в нейтральном положении и будет меньше уставать.

Не забывайте делать перерывы в работе. Это нужно не только для снижения статического напряжения мышц шейно-плечевой области и спины, но и для повышения концентрации внимания. Латвийские ученые нашли идеальное соотношение интервалов труда и отдыха: для вы-

сокой производительности требуется 52 минуты сконцентрированной работы и 17-минутный перерыв. Используйте это время с пользой для здоровья. Например, выпейте стакан воды, вздремните, помедитируйте или выполните зрительную гимнастику.

Упражнение №1. «Кошачьи потягивания»

Встаньте на четвереньки. Ваши ладони должны находиться строго под плечами, а локти оставаться прямыми на протяжении всего упражнения. На вдохе расслабьте живот, поднимите взгляд вверх и аккуратно прогните позвоночник. Представьте, будто пытаетесь дотянуться копчиком до затылка. На выдохе наклоните подбородок к груди, напрягите пресс и максимально округлите спину. Со стороны эти движения напоминают кошачьи потягивания после сна. Выполните 6–10 повторений.

Упражнение №2.

Попеременное вытягивание рук и ног

Стоя в той же позиции, вытяните одновременно правую руку и левую ногу. Старайтесь поднять их как можно выше. Старайтесь не опираться на правое бедро для сохранения равновесия. Вместо этого задействуйте брюшные мышцы — втяните живот и напрягите пресс. Задержитесь в этой позиции на 10–20 секунд, затем вернитесь в исходное положение. Прделайте то же самое с левой рукой и правой ногой. Повторите упражнение 10 раз на каждую сторону.

Упражнение №3. Глубокий выпад вперед

Встаньте на колени и сделайте глубокий выпад вперед правой ногой. Переднее колено должно быть согнуто под прямым углом. Дышите расслабленно и спокойно. Теперь поднимите руки над головой и сцепите их в замок. Следите, чтобы спина при этом оставалась ровной, а плечи находились строго над бедрами. Тяните руки вверх до тех пор, пока не почувствуете напряжение в плечевых мышцах. Задержитесь в этом положении, мысленно сосчитав до десяти, после чего вернитесь на колени и повторите упражнение с выпадом на правую ногу. Выполните упражнение 5–10 раз на каждую сторону.

Продолжение в следующем номере.

К ЧАЮ!

Давайте приготовим два вида печенья, чтобы можно было выбрать то, которое придется по вкусу больше. Для приготовления не требуется много времени, а в конце мы получаем два разных варианта. Насладитесь свежим вкусом и ароматом с любимым чаем. Еще такие печенья могут стать отличным десертом на празднике.

Кукис шоколадной крошкой по-американски

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Сахар – 250 г, мука – 250 г, масло сливочное – 125 г, шоколад – 100 г, Яйца – 1 шт, сода 0.5 ч.л., соль.

КАК ГОТОВИМ:

С помощью миксера взбаваем яйцо, сахар и масло. Соединяем муку с содой и солью, высыпав в яичную смесь. Вымешиваем тесто. Измельчаем шоколад на кусочки, кладем в тесто, снова размешиваем. Влажными руками формируем шарики, приплющиваем их при помощи вилки. Выкладываем печенье на застеленный пергаментом противень и выпекаем печенье с шоколадом 10-15 минут при температуре 200°C.



Хрустящие «ушки» из слоеного теста

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Слоеное тесто – 500 гр, сахар – 100 гр, сливочное масло – 50 гр, корица, сахарная пудра – по вкусу.

КАК ГОТОВИМ:

Тесто размораживаем по инструкции на упаковке. Раскатываем в пласт толщиной 5 мм, посыпаем корицей и сахаром. С помощью скалки вжимаем корицу и сахар в тесто. Заворачиваем тесто с обеих сторон трубочкой к центру. Нарезаем кусочками толщиной 1 см. Противень застилаем пергаментной бумагой, смазываем сливочным маслом. Выкладываем кусочки теста. Духовку разогреваем до температуры 190 °С. Ставим печенье выпекаться в течение 15–18 минут до золотистого цвета. Когда выпечка остынет, посыпаем сахарной пудрой.



HOW TO STUDY EFFECTIVELY

While there is no ‘one-size-fits-all’ approach when it comes to studying effectively, there are methods you can use to improve your recall and long-term memory.

Remember: everyone has different learning techniques. What works for other students may not work for you.

Just keep trying until you discover the best way to study.

If you are a VU student, we will help you achieve your full potential by developing your confidence, academic ability, and study skills. With our support, you will gain essential skills for university. Discover how to access our Learning Hubs in-person and online.

Here are our top tips to help you study effectively.

1. GET ORGANISED

Taking the time to get organised will set you up well and help you achieve your learning goals.

Top study tips:

Invest in a diary, and use it to keep track of current assignment deadlines.

Bring all the material and devices you need to class, so you can participate. You may find it helpful to pack your bag the night before, so you're ready to go first thing in the morning.

2. DON'T SKIP CLASS!

Skipping class can be detrimental to your learning and achieving your study goals. It leaves gaping holes in your notes – and in your subject knowledge.

VU's Block Model is designed to give you more time to devote to work, your social life and other commitments.

Rather than juggling four subjects at once, you'll concentrate on one unit (subject) over a four-week 'block' period. You'll attend three-hour workshop-style classes, three times a week. The rest of your time can be used to study, work, see friends – whatever is most important to you.

Remember to practise active listening by focusing on what your teachers are saying in class and taking notes as needed.

3. TAKE NOTES

To keep your brain engaged during class, take notes, which you can refer to later, as you refine your study techniques.

Notes can help store information in your long-term memory, right there in class. These notes will be important for reviewing when you're completing assessments and assignments.

You might find it handy to condense your notes after class, so they're clear and easy to read. Underline or highlight key points. If anything doesn't make sense, you can seek clarification from your teacher.

You can also create visual aids like flow charts and mind

maps to help simplify information. For some students, these visual aids help them remember complex information and study more effectively.

If you do miss a class, ask a study buddy or classmate if you can refer to their notes. This will ensure there are no holes in your own notetaking.

4. TALK TO YOUR TEACHER & ASK QUESTIONS

Your teacher is, in a way, a resource who is there to be used!

The VU Block Model allows you to focus on one subject at a time. Learning in a work-shop style class, you get the opportunity to know your teacher.

You can take advantage of this interactive learning environment by asking questions during or after class, where



you can get fast feedback.

Teachers can further clarify any topics you find confusing. You may even be able to get a little direction on assignments before submitting.

Your teacher will no doubt be impressed with your initiative and happy to help.

5. SPACE OUT YOUR STUDYING

One of the most effective ways of studying is to space out your learning sessions.

If you break up your study load over several days, you'll retain information far more readily than if you crammed in one long session.

This can help deeply ingrain information, allowing you to retain it for the long term.

You'll find you achieve much better results for it.

<https://www.vu.edu.au/>

Why do volcanoes form and erupt?

All volcanoes form through the basic process of magma working its way up through the earth's mantle and crust. As the magma works its way through to the surface, it eventually breaches and starts to harden.

This hardening of magma over and over causes the formation of a taller or wider volcano.

The source of this magma comes from deep within the earth. It's so hot near the earth's core that rocks melt and become a thick flowing substance, what we know as magma. As the rocks melt into magma, their density actually changes to become lighter than the solid rocks around them.

This causes the magma underground to rise like bubbles in the water. This magma rises under the earth's harder rock layers, collecting in magma chambers. When the rock strata under the crust of the earth are weaker in certain areas, the magma can heat through these different pathways creating lava tubes and fissures, often all the way up to the surface.



Mauna Loa - Hawaii

Mauna Loa is the biggest volcano on Earth, a title it held for a long time, briefly lost in 2013, but now has back again. In 2013, scientists announced that they believed the Tamu Massif underwater volcano was the world's largest, but now they don't even think it's a volcano, according to National Geographic. Mauna Loa is thought to have been erupting more or less continuously for 700,000 years now. Due to its frequent lava flows, it poses a great risk to surrounding communities.

Eyjafjallajökull - Iceland

Apart from having the most unpronounceable name on this list, Eyjafjallajökull erupted as recently as 2010. While the eruption itself was relatively small, the ash plume from the eruption caused a global air traffic crisis, causing many flights to be diverted or canceled. Due to this relatively recent activity, it's arguably one of the most famous volcanoes today. This particular volcano has an ice cap covering its caldera, a notably different trait compared to the other volcanic mountains on this list.

Mount Vesuvius - Italy

Nearly all active volcanoes around the world can be dangerous if you're located near them during an eruption, but in many cases, our focus on one volcano, in particular, tends to be due to its geographic vicinity to a population center. Mount Vesuvius is located just 5.5 miles (9 km) from the city of Naples, Italy. This closeness means that this is the most densely populated region with an active

volcano anywhere in the world.

The catastrophic eruption in 79 AD buried the cities of Pompeii and Herculaneum under ash and lava. Vesuvius is the only volcano on the European mainland to have erupted within the last hundred years. Today, it is regarded as one of the most dangerous volcanoes in the world, because of its proximity to Naples and its tendency towards violent, explosive eruptions.

Mount Nyiragongo - Congo

Mount Nyiragongo has one of the largest lava lakes of modern times inside its main crater. Located in the Virunga National Park in the Democratic Republic of the Congo, it's responsible for roughly 40 percent of historical eruptions in Africa. Since 1882, the volcano has erupted at least 32 times and its lava lake consistently shows fluctuation in levels, indicating underground magma activity.

On 10 January 1977, the crater walls fractured, and the entire lava lake emptied in less than an hour, flowing down the sides of the volcano at speeds of up to 37 mph (60 kph), overwhelming villages on the upper slopes, and killing at least 70 people.

Lava lakes reformed in the crater following eruptions in 1982–1984, and the volcano erupted again in January 2002, when lava reached the outskirts of the provincial capital of Goma. A continued outpouring of gases has killed people since then and a rise in the lava lake in 2020 has led researchers to suggest that the volcano may erupt again by 2024.

interestingengineering.com

Күз

Ақ қайың төкті суға жапырағын,
Шымырлап беті күліп жатыр ағын.
Мынау дүние сабырлы түрге еніпті,
Күз жайлап жерімнің кең атырабын.
Бұлт жүзді айдын көлде алашабыр,
Жалт ете қап толқынға тараса нұр.
Алтын жапырақ қайыңнан құлап жатыр,
Өрнек сап су бетіне тамаша бір.
Дегені ме кетпесін өкпек өтіп,
Күстар да қалыпты ғой шетке кетіп.
Ажарын сұлу жаздың тайсалдырып,
Томсартыпты гүлдерді өкпелетіп.
Даланың сарғыш тартып атырабы,
Күз тырнағын гүлдерге батырады.
Өмірдің өзі-дағы далаға ұқсас:
Көктем күліп, күз ойлы жатыр эне.

Марфуға АЙТҚОЖИНА