



№ 12, 1977

АЗƏРБАЙҶАН
Г А Д Ы Н Ы



М. СЕИДЗАДОННИН 70 ИЛЛИМИ



УШАГЛАРЫН ЖАДДАШЫНДА...

Шаир өмүрү аяларга, иллөрлө өлчүлмүр. Олумла өлүм арасындакы заман шаир талейинин бир перчасыдыр. Шаирин өси өмүрү исе һөмише онун өсөрлөрү иле төг'ин едилер. Охучуларын гөлбине жол талап һәр һансы бир сөһөткәр үчүн заман сөрһөдди жокдур.

Мөн орта мектебде дөрс дөдижим иллөр өрзинде ачыг-ајдын көрүшөм ки, ушаглар бир күн де олсун шөрсиз долана билмирлөр. Јахшы шө'р исе онларын јаддашында һөмишөкө галыр. Үрөклөрине јатан, зөвлөрүни тутан шаирин ады диллөринден, китаблары өллөрүндөн дүшүмүр. Мөнчө ушагларын дилине дүшмөк шаир үчүн өн бөјүк хошбөхтликдир.

Бөлө шаирлөрдөн бири балеларын сөвимлиси Мөһди Сейдзадедир.

Илк «Ана дияи» китабларында Мөһди Сейдзадедин шө'рлөрүни охумуш ушаглар артыг нөне, баба олулар. һөми һөмишөјашар шө'рлери инди де онларын һөвөлөри синјифде лөвһө гаршысында, окјабрәдә сырларына гөшуланде, пионер дөстөлөрине гөбул олунда, шөниликлөрдө, байрамларда һөвөслө, ушаг һөјөчаны иле өзбөр дејирлөр.

Мөһди Сейдзадедин «Баһар һөғмөси», «Јолдашлыг көмөји», «Јахшы јолдаш», «Балача дүлкө», «Гөча бөһна» вө онларча башга шө'рини ушаглар тез өзбөрлөјир, асан јадда сахлајырлар.

һөр шөјден өввөл исе шаир ушаглара Вөтөни, доғма торпагы, онун көзөл төбиетини, зөнкин сөрвөтлөрүни сөвдирө билир.

Бүтүн ушаглар јумору чох сөвирлөр. Чүнки күлүш ушаглара һөмыдан чох јарашыр. Мөһди Сейдзадедин «Күлмөлидир», «Ағачларын шикајети», «Өзүндөн разы» вө с. төрбијөви өһөмијјети олан шө'рлөрүни һәр һансы бир ушаг охунда күлүр вө... бир анлыг фикрө дөлыр. Бир анлыг «фикрө дөлан» ушаг бир аددым јахшылыга доғру кедир.

Бу мө'һөви аددымы аңчә дөриндөн мүшәһиде апаран валидөјиләр вө мүеллимлөр дујурлар. Ушаглар Мөһди Сейдзадедин сөзлөрине јазылмыш ширин-ширин мәһнылар охујурлар.

Ушагларын јаддашында јашөјөңлөр унутулмүр.

Минајө СУЛТАНОВА,
190 һөһрөди мөктебин мүеллини.



ГЫШ КЕЧӨСИНДЕ

Гыш көлибдир, ағ өртүө
Бурунубдур байыр-бача,
Ногул сөпир башымыза
Шахта баба гар жагыгча.
Гар басмышдыр дүзөңлөри,
Дөрөлөри, дик дағлары,
Мөңзиллөрдө соба јаныр,
Исандир отағлары.
Бығлы пишик өз јеринде
«Јахшы јолдаш», «Балача дүлкө»,
Одур, јөне гары нөне
Һөвөсине һағыл дејир.
Нөһөсинин гучағында
Өјлөшөрөк дејир Елман:
— Нөчө олду јөкө дивөдөн
Күчлү чыхды кичик

Чыртдан?
Нөһө дејир:— Агрын алым,

Күч билликде, ағылдадыр.
Еле билмө, гөһөнк балам,
Гөһрөманлыг һағылдадыр.
Чождур бизим өлкөмизде
Адлы-санлы гөһрөманлар.
Хал онларын шөрөфинде
Јаратмыш көзөл дастанлар.
Көрпө гузум, иллөр көчөр
Бөјүрөрсөн бир күн сөн дө,
Һүнөринлө гөһрөманлыг
Көстөрөрсөн бу вөтөндө...

Еле бу вахт пөһчөрөдөн
Јөвөш-јөвөш бојланыр ај.
Елман јумур көзлөрүни,
Нөһө она дејир ләјлә:

ГЫШ БАБА

Кечди дөһиз, ашды дағ,
Мөһди бизө бир гонағ,
Сачлары гардан думағ.
Сөлөдик: алгыш, баба!
Шахта баба, гыш баба!

Чөлдө чыхыб гар днө,
Јөлкө гонағдыр бизө.
Нөһө дејиб үз-үзө,
Сөлөдик: алгыш, баба!
Шахта баба, гыш баба!

Бурда вөрөб өл-өлө
Ојнајрыг бах бөлө,
Сөс јөјлыг һөр өлө:
Ај сөнө алгыш, баба!
Шахта баба, гыш баба!



Рөссам И. Мөһмөдов.

Көрпөлөрин

гидаландырылмасы

Көрпөнин нормал инкишафы үчүн өн өсөс шөртлөрдөн бири гидаланман ин дүзкүн апарылмасыдыр. Гидаланма дүзкүн төшилик едилөндө, көрпө аз хөстөлөнир. Белө ушаг мүөјөн сөбөйлөр үзүндөн хөстөлө мө'руз галайда да, гөјри-дүзкүн гидаланан ушаглара инсөбтөн тез вө асан сагалыр. Инкишаф вө аргым өн чох көрпө организмино мөксүсдур. Төкчө ону көстөрмөк кифајөтдир ки, ушаг бир јашына гөдөр ананд олдуғу чөксини 3 дөфөдөн дө чох артырар. Белө сүрөттин артым инсан өмүрүнүн даһа һөч бир јашында төкрар олукмүр.

Вунуила белө анатомик-физиолоји хуусун јөтлөрүнө көрө, көрпө организмино гиданын мөһисинилмөси хөјли мөјдуд олур. Бу үгүнсүзүлүғу арадан галдырмағ үчүн көрпө сөн дөрөчө асан һөзө олунан гидалар вөрилир. Белө гиданын өн биринчиси ана сүдүдүр. Бу сүдүн төркинөндө көрпө организми үчүн лазым олан бүтүн гидалар вөрдүр. Ушаг ананд олайдан 2—3 һөфтө соңра ана сүдү өз даими төркинино ксөб едир. Зулаыны, јагыш, сулу карбонларын, витаминлорин, ферментлорин лазымы нсөбөти ана сүдүнүн көрпө организмино дө асан һөзө олунмасы үчүн оптимал шөратт јаратдыр.

Елми төдигатлар вө мүшәһиделөр көстөјир ки, ана сүдүнү һөч бир сүд илө өзөс өтмөк мүмкүн дејилдир. Көрпөни гидаландырмағ үчүн һазырламыш һөр һансы бир сун'и гарышты төркинөчө нө гөдөр јахшы олурса ол. Сун'и гида гарыштылары ана сүдү өвөсинө вөрилөндө ушағын сагалмлыгына һөр һансы бир мөһфи тө'сир көстөрмөһин олмүр. һәм дө ушаг көрпө олдуғда белө тө'сир өзүнү даһа чох вө габагыр шөкилдө бурузө вөјир. Мүшәһиделөр көстөјир ки, һөлө һамилөлик дөврүндө өз күчлөди һөјтө төркини, јөһб-чөмөјинлик дүзкүн төшилик өтмиш анларын өкдө јөһат төркини, јөһб-чөмөјинлик дүзкүн төшилик өтмиш анларын һөч олмасы сөрүјөти өө көрпөлоринин һөч олмасы 4—5 ај араиндө төбин јолла гидаландырмағ имканына малик олурлар.

3. Эмиздирмөдөн өвөл ушағын дүзкүн гидаланманан өсөс шөртлөриндөн бири илк һөфтөлөрдөн уша-

гы мүөјөн рејим асасында јөдиртмөдөн ибарөтдир. Ушага нө вахт көлди — ағлајанда, нараһат олайда дөш вөрилмөси дүзкүн дејил. Белө һалларда ана кифајөт гөдөр истираһөт едө билмир вө ја сүдүн дошда јылгылмасы ушағын мө'дө-багырсагында һөзө прососинин аһөндирлөһини позур. Бу сөбөдөн ананын сүдү азадыр, ушаг исе ағлаған олур. Онда өсөбиллик төзөһурларинин мөјдана чөкмөсү үчүн зөмин јараныр. Биринчи вө өн вачиб мөслөһөт ушағын мүөјөн саатларда эмиздирилмөсидир. Јөни доғулмуш сағлам ушаг 18—20 күнүнө гөдөр 3 саатдан бир, чөми 7 дөфө, 4 ајына гөдөр үч саат јарымдан бир — 6 дөфө, бундан соңра 4 саатдан бир — 5 дөфө эмиздирилер. Эмиздирмө саатлары ананын ишиндө, һөјат төрандөн асылы оларағ мүхтөлиф ола билер. Аңчә чалышмағ лазымдыр ки бу саатлар даими олсун вө ананын көчө истираһөти үчүн өн азы 6 саат вахт галсын. Ушаг јухудан бир гөдөр көч олайдыг ону 15—20 дөһиғө кеч вө ја тез јөдирдирмөк олар. Белө һаллар адетөн рејимин позулмасына сөбөб олмүр. Әксинә, ширин-ширин јатмыш сағлам ушагы там дөһиғ вахтта јөдирдирмөк хәтиринө ајылтмағ вө ја ону ачыгы дөзөмөјө мөчбур өтмөк дө јашы һәл дејил. Јөһичө доғулмуш вө ја һәл дејил, хөстө олан ушаглары исе ејни вахтта јөдирдирмөк вачибдир. Ушағын дүзкүн гидаландырмасынын даһа бир нөчө вачиб шөртлөри вәр:

1. Экөр ананын дөшүндө сүд кифајөт гөдөрдирсө, ушага һөр дөфө аңчә бир дөш вөрилир. Көрпө өмөндөн сонра дөшө суд галарса, ону сағлам лазымдыр. Әкс һалда ананын сүдү азады билер.

2. Адетөн јахшы өмөн ушагы үчүн 15—20 дөһиғө вахт кифајөт едир. Ушағын дошдө 25 дөһиғөдө артыг сахланылмасы мөслөһөт көрүлмүр. «Төһбөлик» көстөрөн ушагы өсө дош өмө-өмө јатмаға гөјмағ исе, ушаг мүркүлөјирсө, ону аһыра гөдөр эммөјө вөдәр өтмөк лазымдыр.

3. Эмиздирмөдөн өвөл ушағын бурун дөһиклөри төмкөлөнмөлидир.

Бурун тутулмуш ушаг дөшү көтүрө билмир. Ананын ушагы отураг вәзијөтдө эмиздирмөс мөслөһөтдир. Ушағын дөшдөн нө миғдарда сүд өмөһисини мүөјөн өтмөк үчүн ону эмиздирмөдөн өвөл вө сонра хуусун төрөздө чөһмөк лазымдыр. Ана сүдүнүн ушага кифајөт өтмөһисини өн өсөс көстөрчисини онун һалынын јахшы олмасы вө чөһикө нормал инкишаф өтмөһисидир. Исти ајларда ушага отағ һарарөтиндө олан гажнамыш сү, көмширин чәј вөрилмөс мөслөһөтдир. Бир ај-ај јарымдан сонра ушага төдирчәлө јарым чәј гашыгыннан башлајараг күндө 2 дөфө мөјвө ширин вөрилмөлидир. 4—5 ајдан сонра ширини миғдарыны артырмағ олар.

5—6 ајындан башлајараг нормал инкишаф өдөн ушага аңчә ана сүдү кифајөт өтмүр. Бундан сонра ушаг аңчә дөш сүдү иле јөдирдирлөрсө, онун организмино мүхтөлиф маддөлөр чөтүшмә, нормал инкишаф поһти үчүн өн азы 6 саат вахт галсын. Ушаг јухудан бир гөдөр көч олайдыг ону 15—20 дөһиғө кеч вө ја тез јөдирдирмөк олар. Белө һаллар адетөн рејимин позулмасына сөбөб олмүр. Әксинә, ширин-ширин јатмыш сағлам ушагы там дөһиғ вахтта јөдирдирмөк хәтиринө ајылтмағ вө ја ону ачыгы дөзөмөјө мөчбур өтмөк дө јашы һәл дејил. Јөһичө доғулмуш вө ја һәл дејил, хөстө олан ушаглары исе ејни вахтта јөдирдирмөк вачибдир. Ушағын дүзкүн гидаландырмасынын даһа бир нөчө вачиб шөртлөри вәр:

1. Экөр ананын дөшүндө сүд кифајөт гөдөрдирсө, ушага һөр дөфө аңчә бир дөш вөрилир. Көрпө өмөндөн сонра дөшө суд галарса, ону сағлам лазымдыр. Әкс һалда ананын сүдү азады билер.

2. Адетөн јахшы өмөн ушагы үчүн 15—20 дөһиғө вахт кифајөт едир. Ушағын дошдө 25 дөһиғөдө артыг сахланылмасы мөслөһөт көрүлмүр. «Төһбөлик» көстөрөн ушагы өсө дош өмө-өмө јатмаға гөјмағ исе, ушаг мүркүлөјирсө, ону аһыра гөдөр эммөјө вөдәр өтмөк лазымдыр.

3. Эмиздирмөдөн өвөл ушағын бурун дөһиклөри төмкөлөнмөлидир.



Г. ТАҒИЈЕВА,

И. К. Круцевич адина Азербайжан Елми-Төдигат Ана вө Ушаглары Мүһәфизө Институтуна өмөкдәши.