№88 (2720) 19 МАГ

БАСТАМА

ЕҢ ТИІМДІ ТӘСІЛ

Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университетінде салауатты өмір салтын насихаттау мақсатында «Мықты денсаулық және сымбатты дене» атгы жоба жүзеге асырылуда. Осы жобаға орай дене шынықтыру және спорт кафедрасы, «Парасат» кәсіподақ комитеті мен спорт клубы бірігіп, профессорлың-оқытушы құрам мен қызметкерлер арасында түрлі спартакиада үйымдастырады. Мұның өзі университетте спортпен айналысатын оқытушылар, студенттер, жұмысшылар санын үш есе арттыруға мүмкіндік берді.

Оқытушылар құрамы мен барша қауымның бірлескен спортты-сауқтыру іс-шараларға қатысуы олардың рухани күйіне, психикалық жағдайына он, эсер етеді және ұжымды біріктіреді.

Білім ордасының оқытушылары Алматы қаласы әкімшілігі үйымдастыратын велошеруте де белсене қатысып келеді.

Дене шынықтыру кафедрасыньщ басқарушысы, профессор Анатолий Иванович Арещенко, Жоғары экономика және бизнес мектебінің профессоры Ержан Байғожаұлы Жатқанбаев көптеген жылдар бойы үлкен теннispен айналысып келеді. Осы секілді жекелеген мысалдар ұжымды спортпен шұғылдануға қызықтырып отыр.

Ғалия МАДИЕВА,
доцент,
Гүлдана АЯПБЕРГЕНҚЫЗЫ,
оқытушы

ОЙСАПАР

ӘЛСІЗДІКТІҢ ӘЛЕГІ

Жолдасбек ДУАНАБАЙ

ШШШШШШШШШШШШШКШШШШШШШШШШШЯШШЁЯШІШШШШШШШШШЯЯВШШШШПІЯ

Шүкір, сонау 90-жылдармен салыстырғанда, қазақ қоғамы есін жиды. Ел ептеп, есеппен ішетін болған. Дегенмен дүрліктіретін, дүниені бүдціретін окиғалар азаймай түр. Оның дені арақпен байланысты. Адам елтіру, отбасы шыркының бұзылуы, ұрлык-карлық, жұрттың мазасын алатын жайсыз жағдайлар ұшырасып қалады. Сонда деймізау, арактын азабын, өлімге соктыратынын сокталдай азаматтар неге сезінбейді? Бәрінен де арақтың тоймен бірге ойды да бұзғанын қалай жасырамыз. Қазір ішіп алғандар тойда шешініп немесе стриптиз көрсетіп, немесе мыкын биін билеген бикештердің беліне жармасып, білгенін істейтін болды.

Жақында британдық ғалымдар маскүнемдік адам өмірін 7,6 жылға қыскартатынын дәледдепті. 12 жылдык, зерттеу жұмысының қорытындысы осы.

Маскүнемдікке шалдыққан 23 мыңнан астам адам туралы мәліметті зерттеп, олардың көрсеткіштерін арақ ішпейтін сонша адаммен салыстырған. Нәтижесінде, ащы суға әуес емес адамдар ұзағырак өмір сүретіні белгілі болған. Сондай-ақ маскунемдік адамның психикалық жағдайына және денсаулығына кері эсер тигізетінін ескертеді. Осы секіллі жүзлеген мысалды ойға алғанда, өз ортамыздың каншалықты

ИНТЕГРАЦИЯ

БОЛІ

Жұмабек ЖАНДІЛДИЬ

Сонымен, мамырдың б; лығы Қырғызстанның *Е)* экономикалық одаққа мүш< айқындалды. Бүл іргелес *ж* бауыр көршімізбен ауыл е қоралас болады дегенді бід екі ел арасында кедендік 6 кеттері алынып тасталуға т Еуразиялық экономикаль қандай бес мемлекетті бірі лықаралық ірі құрылымғ шықты. Бүл құрылымның 1! ға жуық тұтынушы түрғыні үлкен базар.

Одақ мүшесі үшеу ғана ған кездің езінде, әсіресе, с< та, Ресей рублі шексіз күі үмтылған шақта осынау үі сындада «түсініспестік» орі Ал одақ үлкейіп, мүшелерді ке жеткенде бүл «түсініспеі молая түсері сөзсіз. Ең алд

МАРАПАТ

АРДІ

Ақтөбелік соғыс, тыл және ардагерлеріне мемлекеиі наградалар табыс етілді. **С** Архимед Мұхамбетов қан і бейбітшілік, ел үшін от кеші ардагерлерді, соғыс алаңі ахуалды жанымен түсініп, жастайынын еңбекке арал еңбек ардагерлерін, Ауған қысқа мерзімдік соғысқа қатысушыларды, әскери-пі бағытта іс тындырып жүрге» қоғамдық бірлестік жетекш жиып, құрмет көрсетті.

Архимед Мұхамбетов ак жайып, ардагерлерді қабылдадь — Отан соғысына Ақтөбе өв

870202 II 250024

РЕСПУБЛИКАЛЫҚ
ҚОҒАМДЫҚ-САЯСИ
ГАЗЕТ

№88 (2720)

19 мамыр, 2015

1 **СЕЙСЕНБІ**

www.aikyn.kz

ИҚЫН

e-mail: *info@aikyn.kz*

[8ikyn_nurmedia@mail. ru

O www.facebook.com/aikyn.kz

www.fwitter.com/aikyn_gazeti

FKIMET CAFATЫ

ОИДЫ ОНҒА, САНАНЫ САНҒА БӨЛГЕН ОҚУЛЫҚ

ОКУПЫКТАРДЫҢ САПАСЫ Ylinu nm