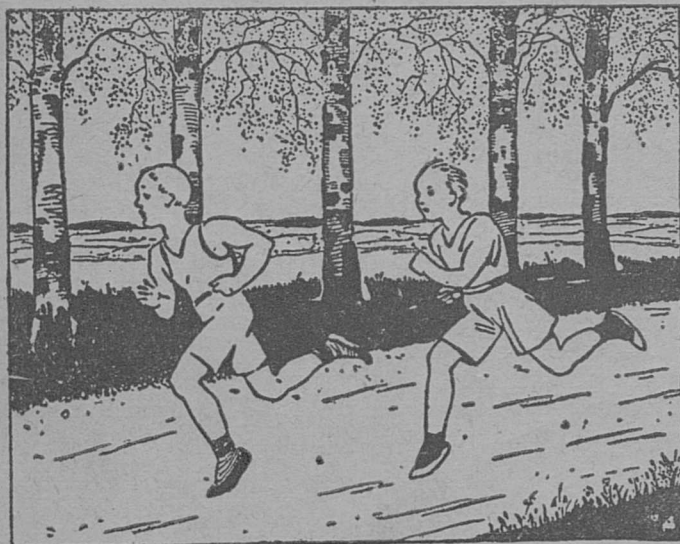


В. Н. ФАЛКНЕР

ЛОАМ МИ ЈОНӨГ, ҖОНВИҖАӨГ-дА!

Коміон роч-вылыө лөгөдіс А. ГИӨРОВА



СССР-СА-ЈӨЗЈАСЛӨН ШӨРСА-НЫГА-ЛЕҖАН-ИН
1927-во Мөсква

No. 17.

Коми-3

3-1915.

Ічӧт-школаын-велӧдчыелӧн ужалан-бібліотека

4024

В. Н. ФАЛЬКНЕР

Г. П. Б.
1927.

ЛОАМ МІ ЈОНӦГ, ҖОНҢІҖАӦГ - д А!

МӦд-ҢІҢА

(БУДЕМ СИЛЬНЫ И ЗДОРОВЫ, Ч. II-Я)

Ічӧт-школајасын-велӧдчыны лезӧма Государственней
Учоней-Сӧвет Научно-Педагогическеј-сектсјаӧн

КОМІӦН РОЧ-ВЫЛЫГ ЛӦГӦДИС А. СИДӦРОВА

СССР-СА-ЈӦЗЈАСЛӦН ШӦРСА-ҢІҢА-ЛЕҖАН-ІН
1927-ВО МӦСКУА

1004



Главлит № 77470
Тираж 5000 экз.
1303

Морт-кучік-зонвіза-жылыс.

Мыйла колө мыссыны.

Сөстөм-кучік молыд, жүгјалө. Чышкыштөј чужөм-нытө вөснөдік һебыд-гумагаһн—гумагаһыд сылөсөсәс. Сіјө сы-вөсна, мыј мјан-кучікыс пыр сөзө кучік-гос. Сіјө госыс візө кучіксө коемөмыс. Төв-жылын да бус-пһын-ужалігөн кучікыс коемө, потласө, мјан-ног-кө—вартчө. Сөщөм-уж-бөрын колө мавтны сіјөс ку-щөмкө гөсөн.

Шоча-мысегөн кучік лудө. Сіјө сы-вөсна, мыј кучікыс-сөзтыс-гос да һөс коемігәс кучіксө гилөдө-ны. Кучік-вылыс-дыр-мыскытөм-пөс да гөс отсалөны чукөрмыны кучік-вылө буслы да быд-пөлөс уна вөсө-дана-гагјаслы. Кучіктө кіетө, лөмөсөсө да јешщө-на мукөд-пөлөс-кучік-вөсөмјас овлөны. Гыжнајасыс да лудөм-кіетөдыс кучікыд зөв дыр оз бурд.

Сы-вөсна, һнө, со-күщөм-сөстөма колө візны ас-сыд јәјтө. Быдөн төдөны, күщөм-лөсыд да долыд овлө мысөсөм-бөрын. дөрөм-гачө сіз-жө чукөрмөны ку-чікыс-торјалөм торјас—гос да кил да на-дһнө-сөбдөм бус. дөрөм-гач өдәсөны. Сы-вөсна улысә-дөрөм-гач-тө колө вежны быд-вежонын. Вылысә-платтөтө щө-кыда-жө пөславны, төлөдны, буссө сөс пыркөдны. Ас-гөгөр-пелкөдны колө велөдчыны ічөтысәһ. дур-ка да һәјта-олігөн он ло зонвіза, мичә. Зонвізалу-ныд да мичәлуныд һәјтыдкөд да дуркыдкөд дәжө оз лөсавны.

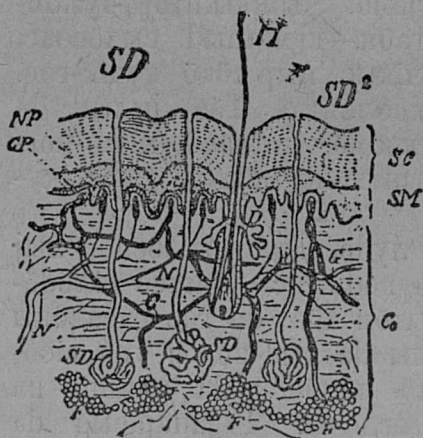
Щөкыда-ө те мысәһан ассыд тушатө?

Оз-ө кыс те-дһныс пөс-дук?

Көни те пыркөдан, весалан асыд кышантө?
 Мыј-вөсна оз поҗ пыркөдны да весавны кышантө
 олан-керкаын?

Кызі колө дөҗөритны журейтө да чук-гыжастө.

Med-јона сөртө госыд жур-кучикыс. Сы-вөсна пос-
 ны-челады-кө журсө шоча кутан мыскыны, жур-ку-
 чик-госыс жур-вылас космө, кеңалө. Јона-дурк-јөзлөн
 журсө - дыр - мыскытөмыс журыс лөмбөсө, журейс кле-

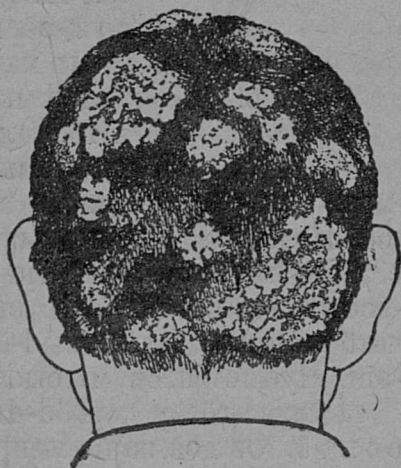


Med-воҗҗа сер.
 Жур-кучик, кызта-ногыс.

јитчө сетчө, оз поҗ сы-
 ныштны. Бура - мыскыны
 јуртө көзид-вайн он вер-
 мы, оз мын сјјө. Колө
 мыскыны шонид - вайн,
 мајтөгөн, медым став-һај-
 тыс да госыс сес мынас.
 Ödjö-госөсан-јурей колө
 мыскыны быд-вежонын
 өтчид, һөжјөнжык-госө-
 сан—поҗө кык-вежонын
 өтчид. Жур-кучиктө колө
 јона-дөҗөритны: сени-өд
 јурей - вужјасыс (1-җҗа
 сер., Н-шыпасөн пасјөма).
 Һајтын овмөдчөны аслыс-
 пөлөс шакјас, виемөдөны
 јурейтө.

Ем парша - һыма вием. Парша-шакјас вужөны
 челады понјассан да каңјассан. Парша - шак ор-
 јөдлө јурей-вужјас. Јурей пондас усны, верман җик-
 јурейтөг колны (2-d-сер.). Ем нөшта мөд-пөлөс-виед-
 дан-шак—шырыс лшшай (3-d-сер.). Сјјө јурейтө
 орјөдлө. Чеглалө најөс өтгыреа гөгылјасөн, бытгө
 шырө. Лшшай—зев-вужана-вием. Сы-вөсна, каҗалас-
 ны-кө сјјөс школаын кущөмкө велөдчыелыс, велөдө-
 мыс дугдылөны, школасө тупкылөны. Мыжыс тани—
 һајта,-дурка-олөм.

Јуртö мыскыны колö видчысöмөн. Јур - мыскигөн ми весалам јур - кучикнымсө сы-вылö-пуксöм-кулöм-кучик-јöртöдјасые (клеточки) да најтые, бусые. Коклабöраным мијан ем-жö сещöм кулöм-кучик-пластыс. Сöмын сени сижö зев кыз, позö вундавны, нöтi оз дојмы. Јурын кулöм-кучик-пластыс зев-вöснi. Сы-улын олöны ловја-кучик-јöртöдјас. Сы-вöсна јуртö - мыскигөн оз ков јур-кучиктö гыжжөн парсавны, а мыскыны кокнидика — чуң-помјаснад нiртöмөн. Сынан-нöбигөн колö бөрјыны щöщыд-пиңа-сынан: јос-пиңа-сынанөн верман дојдны јур-кучиктö. Зев-пöе-вайн јуртö мыскавны абу бур, верман сотны ловја кучиксö.



2-d сер. Паршаа-јур. 3-d сер. Шыран-лишаја-јур.

Ем јешщö јур-кучик-висöм, кор јурыд јона кил-лöсөсö. Секи јурыд да паскöмыд жежыдöсө, быттö пычөн кiскалöма. Сижö висöмые позö бурдöдчыны, сöмын јуртö щöкыда колö мыскыны серно - дегтар-неј мажөн, доктор индалöм-сертi. Колö јона-виңны јуртö тојöсөсöмые. Пывсан-бöрын колö сынавны јуреитö щöкыд - сынанөн. Унаые јурыд серовöссылö.

Серовыс сiјö тој-колкјас (4-d-сер.). Мынтöдчыны наыс зев сёкыд: колö щöкыда щöкыд-сынанöн сынасны. Еновтчыны-кö пондан сынасöмыс—тојöсөан.

Тојјасöс бырöдöны һерп-выјöн да саба-дiлла-һима лекарствоһн.



4-d сер.
Серов.

Колö видчыны јона-јур-гартöмыс. Шапгаһн, шлапаһн да чышјанöн оз ков јуртö топыда-жмитöмөн кöртавны, тупкыны. Јур-кучик-јöртöдјас-öд, мукöд тупа-јöртöдјас-моз-жö, долалöны. Оз ков, инö, торкны налы долавны. Быд-ловјаловлы-моз јур-кучиклы колöны југыд да сынöд. Сы-вöсна шоныд-дырјi да абу-кö буса колö овны куш-јурöн.

Чуһ-гыжјастö сöстöма-жö колö виңны. Најт-уж-бöрын пырыетöм-пыр китö колö мыскыны мајтöгөн, щöткаһн, медым гыж-јас-костад һајтыс оз кол. Гыж да јуреi-сертi тöдмалöны мортöс: пелка алы дурка сiјö олö. Гыжтö колö шырны гöгрöстöмөн-

-моз, чуһ-пом-сертi. Оз ков вундыны сiјöс зик-јаж-бердтиыс лiбö колны вывти куға (5-d сер.). Чуһ-гыж виңö чуһпомтö дојмöмыс да мыј-еурö-бостигөн мыжöд-ныд-дi сылы олö, виңö чатöртчöмыс. Чуһпомыд-öд мијан—мöд-сiн. Чуһпомјасөн ми быдтор видлалам.

Гыжјас-гöгöр мукöд-дырјi чуһ-кучик бонзö. Оз ков најöс һещкыны, куртчавны, медым оз лоны сени дојјас. дојö-öд вермасны вескавны висöдан-гагјас, пежавны висö-јажö. Војдöр гаг-вескалан-инти вежöдас, сесса висны, јонтыны пондас. Гыжна-тујјас да дојјас колö мавтны јодөн. Сiјö кыскö дој-кучиксö, оз лез висöдан-гаг-јадлы пырны возö, пежавны висö, јажö.



5-d сер.
Лучки-шы-рöм-гыж.

Велöдчысјас-пыщыд школаад бöрјöј кымынкö мортöс тöждысны зонвиңалун-понда. Најö пондасны шуыны зонвиңалун-понда-тöждысыс-котырөн. Пондасны

кыждны, медым школайд пыр вөлі пелкөдөма, чышкөма-мыскөма; велөдчыежасые сөстөмөе, сөстөм-паекөмаөе.

Щөктөј сижө-котырлы докторкөд-щөщ видлавны велөдчыежасые жүреисө, туша-кучиксө, гыжжасө. Сижө-котырлы щук колө кықкө лөсөдны, медым велөдчыежас велөдчасны віңны аенысө да школасө пыр пелка, сөстөма. Ас-уж-живеыс зөңвізалун-понда-төждыеыс-котыр быд-төлысө собраңнө-вылын пондас велөдчыежасы доклад вөчны.

Кущөм-вайн колө мыссыны.

„Ме көзид-вайн мысса!“—„А ме шоныдөн—мед от кынмы“.—„Сы-вөсна і пыр кынман, шонид - вайн мыссан-да“.—„Кыз-сиз? Шонид-ваые?“—„да. Шонид-вайн-мысөм-бөрын кучикид зев-өдјө-ыргалө. Көзид-вайн-кө мыссан да сы-бөрын дон-гөрдөз кыз-чорид либө гөна-кузчыщјанөн чышкысан, секи, бара, мајбыр, он кынмы—шоналан. Вірыд өдјө-өдјө мөдас ветлыны сөнјасөдыс, быггө гимнастика-вылын. Шонид-вайн-мыссылы ывлаын пыр көзид. Мөдарө, көзид-вайн-мысөгөн сөмын војдөрсө көзид, сөсса зев-өдјө-шоналан, дон-гөрд-кучика лоан. Шонид-вайн-мыссые быд төв-пөлыштөмыс полө, пыр гартчө, шоныда - пастасө. Сы-вөсна сылөн насмука оз бырав“.—„Көзид-ванад-мысөгөн-өд либө вывсыд һајтыс оз-жө бырав, пыр һајт-сурја-кодөн лөө овны“.—„Ее пов, һајтөн огө олө. Быд-вежонын өтчид пывсанын пөс-вайн мысса, мајтөгөн, боңјөн. Сыыс-кынці быд-лун коскөз көзид-вайн мысса“.

Тази венөсны кык-јорт.

Кодыс, ескө, тіјан-ногөн прав? Мыјла?

Саризын да јујасын купајтчөм-јылыс.

„О-о-о, кущөма ме кынми, түрді зикөз!“—„Көні-нө сөщөмасө кынмин?“—„Ваын, естөн јуын купајтчи-да“.

— „Дыр, көнкө, купајтчин, сiјө i кынмин. Доктор шуө, дыр-пө купајтчыны оз поџ. Ачыл-өд, көнкө, ка-
завлин, пыран ваад да војдөр көзид, сесса шоналан,
күчикид гөрдөдас. Сөки-i колө петны ваыс, оз ков вид-
чысны мөдыс-көзалөм, лөзөдөм. Лөзөдтөџ-купајтчөмыс
бур-пысди сөмын лок лөб.

Купајтчөм - возвылад бур кујлыштны пастөгыд
шонди-возын. Купајтчөм-бөрын мөдарө, пырыстөм-пыр
колө пастасны. Зев-омөл купајтчигөн шонтысны шонди-
возын, сесса бара ваө четчыштны. Оз ков сiзи вөчны,
а челадлөн сөщөм-мода ем“.

— „Мыј-нө те, өчитор оз поџ-да, мөдтор оз поџ
долан, а ачыл он вiстав, мыјла оз поџ. Вај лушцө
сiјөс вiстав, мыјла оз поџ“.— „Вiстала. Та-јылыс ме
докторлыс со-кыџи гөгөрвөи. Быд-ужалөм-бөрын уџа-
лыс-органјас муџоны, колө најөс шөјтчөдны. Сiзи-жө
вiр-сөнјас. Көзид-ваыс күчик-пышса-вiр-сөнјас војдөр
топалыштөны, векналөны. Вiрыс на-пышкыс шыбыт-
чө гырк - пышкө. Недыр-мысчи најө бөр паскалөны,
тырөны вiрөн: вiрыс сөтчө гырк-пышкыс лөктө. Сөки
мортыд шоналө, колө дугдыны купајтчөмыс. Дыржык-
кежлө-кө колгчан ваө, вiр-сөнјасыд вылыс векналасны,
те кынмыны кутан, дыр он шонав: вiр-сөнјасыд муџө-
мысла нөжжөнжык - нин ужалөны. Дыр - купајтчөмыс
верман вiсмыны. Нөшта, уналы некушөма оз поџ ку-
пајтчыны, медеа-нин саризын. Поџө-оз да дырө поџө
купајтчыны теныд, сы-јылыс колө јуавны докторлыс“.

Купајтчылин-ө те јуын, дыр-ө олин ваас, кынмин-ен
дыр-купајтчигад?

Кыџи колө пастасны.

Мiјан республикаын гортын олөны конкы-паскөмөн,
ывла-вылө-петигөн јона гартчөны. Загранаҗаын чик
мөд-ногөн пастасөны: гортын-олан да ывла-вылын-
ветлан-паскөмјасын ыџыд-кост абу. Мiјан улыс-а-дө-
рөм-гачтө унжыкыс новлөны дөраыс да бумажнејөс,
сенi—кыөмөс (чувкi-кепысөс-моз кыөма машинаөн либө

жемөн). Кыём - паскөмын сунисјас-костыс ғырысжык: сунисјассө абу топөддөма мөда-мөд-бердас. Сеңдөм-костөс-дөраыд паскөм-вылад буржык: сижө, губка-моз, тушаыс пөс-васө өдјө ас-пјас бостө, өдјөжык лөзө ортсө—космө. Оз вөс спортсменјас кокнја пастасны: најө новлөны кыём-дөрөм-гач. Либө нөшта дөрөмныс начпоснө-сінма-гывјыс бығө вурөма. Котраліганыс да ворсіганыс спортсменјас јона пөсалөны. Шојтчігас сөсө, ыркалігас, тащөм-паскөмнас најө оз каңавны туша-куңта пөс-визувтөм: паскөмыс пөсө ас-пјас бостө. Төв-пөлкнөтөмыс налы абу көңыд: паскөмыс өдјө космө. Бумажнеј-дөрөмөн котравны абу бур: пөсалан да дыр оз космы, верман кынмыны. Пөсалөм-бөрын кынмөмыд зөв-лөк: мортыд зөв-кокнја вермө вөсмыны. Шоча-кыём-дөрөм-гач-новлысөлы нөмтор повны повод-да-вежеөмыс.

Ічөтысаң колө асө велөдны кокнја пастасны. Кокјасө колө вөңны шоныда: новлыны пыр бур қоң-көмкот. Пөсалөны-кө кокјасыд, көңыд-дырјі колө новлыны вурун-чувкө: вуруныс пөсө ас-пјас кыскас, кокјасыд омөлжыка кынмасны. Чужөмтө да голатө оз ков јона гартны-тупкыны, колө асө быдтыны јон, қоң-вөңа-мортөн. Векнө да зөлыд - паскөм-новлөм абу-жө бур: вөлаыс вөрны нө лолавны он вермы, вөрыд лүчкө-ветлөдлыны оз вермы-нө. Емөсө јөз, шуөны, векнө-паскөмнас-пө шоныджык. Сижө абу сөңі, асө-ылөдлөм сөмын лөө. Паскыд, шөв-паскөм буржык. Секө паскөма-тушаа-костын лөө тушаөн-шонтөм сынөд. Оз-өд паскөмыд мөјанөс шонты, мө паскөмсө шонтам. Паскөмыс сөмын вөңө мөјанөс көңалөмыс.

Мыјыс вурөма тенад дөрөм-гачыд? Куңдөм-шөрттыс кыөма тенад чувкөыд, носкөыд? Ем-абу тенад дөрөм-гач жөмөн-кыём-дөраыс? Бост өтыжда сөтөчтор да жөмөн-кыём-дөратор, либө вөж-вурун-кепыс-тор. Лөз најөс стөканјасө ва-пөө, сөмын мед вөыс кыкнан-стөканас өтмында вөлі. Вөң кыкнан-торсө өтдыра. Вөыс кыскөм-бөрын төдмав, код-торјыс унжык-ва ас-пјас бостөма. Кодыс, інө, өдјөнжык вөсө бостө?

Кынмалом-жылыс.

Школаын доктор жуалө: „Төлөдлад-ө ассыныд керканытө?“

— „Төвнас? Кынмам-өд. Мыжда-көзүд пырас форточкажастө востан-да“.— „Көзүд-понда жүзүд оз виемыны“, шүис сы-вылө доктор: виемөдөны најөс виеөдан-гагјас. Сөмын оз быд-морт өтмоза виемы, оз быдөнөс өтмоза виеөд. Коди ічөтысаң асө велөдө бур-сынөдын овны, көзүд-ваөн мыссыны, оз гартчы, оз төбөс—сјјөс виеөмыдлы сөкыд лоө вермыны: морт јон, оз сөтчы. Мө-дарө, коди ічөтысаң пыр гартчө-төбөс, полө көзүдые да сөстөм-сынөдые—сјјө оз і бурдлы, пыр зыңгө—виеө: вірыс сылөн омөла-ужалө, өдва визлалө. Сөщөмтө, дерт, виеөдан-гагјасыд кокнја пөрөдасны. Міјанлы колө велөдны аснүмөс пырыс-веллан-төв-вылын овны (на сквоңнаке), медым кынмөмјасыс өгө күтө повны, медым насмука оз күт вөдитны. Коди гортын пыр шонныд-пакөмөн олө да өшиңјассө щем-пөдсөн візө, сјјө пыр норасө: бара-һын менам кынмысөма. Кынмөмыс виемө, коди регыдөн кынмө. А регыдөн кынмө сјјө, коди ічөтысаңыс абу зілөма лоны јонөн, зөңвіза-мортөн. Абу кужөма асө быдтыны.

Кынмыс абу те?

Быдлун-ө те мысөан, көзүд-ваөн алі шонныдөн?

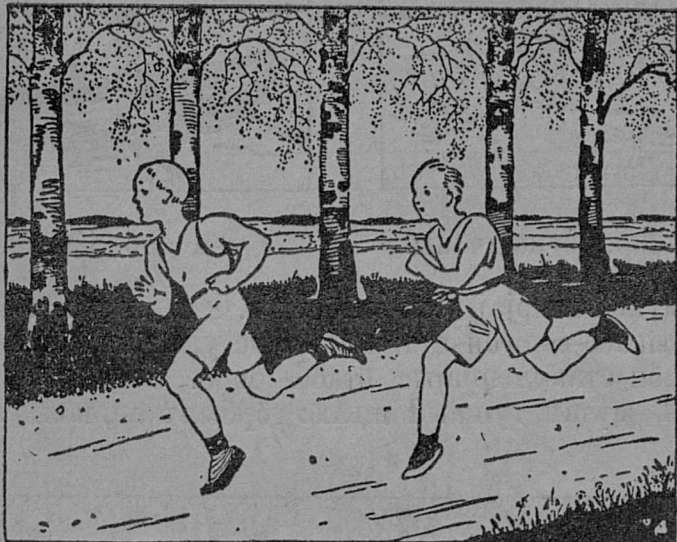
Мысөсы көзүд-ваөн, чышкыс косөз. Чышкысгад кыз-кузчышјанөн һірт јайтө гөрдөз. Секи лунтыр теныд лоө шонныд. Вөчлы-жө сјјі, төдмав збылыс абу. Буржык јешцө лоө, јуалан-кө, кыці мысөсыны, докторлыс.

II. Фізкультура.

Гимнастика да спорт абу ышманторјас: најө зөңвізалун күтөны.

Карса-челадјас сиктса-челадыс омөлөсжык. Сиктса-челадыд ічөтысаңыс бат-мамыслы отсасөны мујас-вылын-да, візјас-вылын-да, кыскасөгөн-да. Најө сөстөм-сынөда-інын-ужалігөн сөмын јонмөны. Карса-челадыд,

ескө, абу-жө җик-ставныс ۆткөд-омөлөс-да, емөс на-
-пын і жөнјас.



6-d сөр. Котралөны.

Ваңа да Көста панласөны котралөмөн. Ваңа кык-
-во-һин физкультура кружокын. Көста абу, сїјө котрав-
-ны оз радејт; һига-сајынжык пукалө—лыдәсыө. Ваңа
регыдөн Көстаөс панјис. Көсталөн долыс кутис тырны,
котөртны һөжмөдис, сесса җикөз сувтис. Ваңа дыр-на
сы-бөрын котөртис. Кор сувтис, бытө һемтор, муҗөмыс
омөла і төдчө. Сїјө сы-вөсна, мыј Ваңа котравныс
велалөма-һин да Көста-дорыс ещажык-вын сы-вылө
пугтис. Көс-өд - куцөм-уҗ-вылын: велалөмыд-кө, ку-
-жан-кө сїјөс вөчны, ещажык-вын сы-вылө мунас. Сїз-
-жө і тани: Ваңа котралө Көстаыс өдјөжык, мичажыка,
пелкжыка. Пескералыелөн кїјасыс жөнөс, пескыс өдјө
да мичаа потласө. Писар өдјө гїжө. Вурөыс өдјө вур-
-ө. Сїзі, өти-уҗ-вылын-олыелөн, оз став шырјайыс
(мускулыс) өтмоса жонмы: сїјө-уҗ-вөчигөн-вөрыс-шыр-



7-d сөр. Купајтчыны.



8-d сөр. Сынёны.

јајјас мукөд-шырјајжасыс јонёсжык. Физкультурныкјаслөн
гимнастикасё-вөчигөн став-шырјајыс ужалё-вөрё, сы-вёс-
на налён став-шырјајыс өткөд-јонёе. Өтi-пөлөс-ужыс
дбзман, музан, тушавыд щыкё: гөрбылтчан, пөлiнтчан,



9-d сөр. Мачасёны.

кыткө кызжык, кыткө вөснiджык лө. Спорт став-суставсө уждө, вескөдалө чукылтчөм-иңас. Јајыд зумыдмө, јонмө. Ми көсјам лоны уклад-код-јон-јајаө, мед вөлим қонвіқаө, мчаө, вескыдө. Нөв-моз ми кутам ју вужны. Лебачјас-моз лебчам котөртигөн. Морөслыјасным мјан лөны вылынө, паскыдө. Пыдысаң пондам лолавны сөстөм-сынөдөн. Алеј-гөрд-вир пөс-визувнас мыскас мјанлыг пыцкөснымөс.

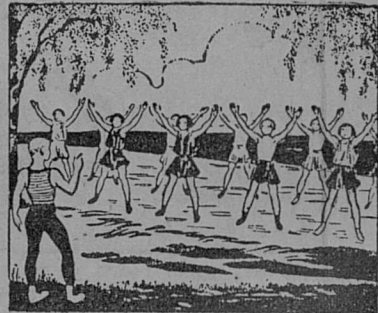


10-d сөр. Коңкиөн ісәләны.

Тіјан школаын велөдөны-оз гімнастика да спорт? Кымыныг вөжонын? Кымын-минутөн? Јонмисны ез те-над шырјажјасыд гімнастикаөн да спортөн велөдчыны заводитөм-бөрын? Качалан-он ассыд-јонмөмтө? Гімна-тика да спорт-кө тіјан-школаын абу, қонвіқалун-пон-да-төждысыг-котыр-пыр кыпөдөј сы-јылыг сөрңи, ко-рөј, мед лөсөдасны. Сөрңитөј сы-јылыг школаса-док-торыдкөд.

Шоныд-пас-пыдыди—фізкультура.

Пес-кералігөн лібб котралігөн мі јона пбсалам. Шонтө мјанбс асланым оргаңизмным. Сы-вбсна шоныд мјанлы весіг кбзыдјнын-ужалігөн. Пач-ломтысігөн ломтысанторјыс сотчјгас бтлаасб сынбдса - кіслородкбд, артмб углекіслота. Сіз-жб мјан оргаңизмын. Мјан-пыцкын бытбб пыр пач ломтысб, сбмын бітбг-а. Сотчысјасыс—сбјан-јуан. Набб бтлаасбны вјрбн-вајбм сынбдса-кіслородкбд. Сесса бтлаасбмыс-артмбм - углекіслотасб вом-пыр ббр ортсб леббны. Ужалігөн мјан-пыцкын сбјан-јуан јонжыка сотчб, лолалам мј шбкыдажык, пыдысаңжык; ббстам пыцкб унжык-кіслород, лебам унжык углекіслота. Паровоз-ломтысігөн шоныдыс паровозсб шонтб дај мбд-тор-вылб мунб—кыскб ббрсангыс став-вагонсб. Мјан-пыцкын сізі-жб: бти-јукбн-шоныд-сбјан-сотчбмыс мунб аснымбс-шонтбм-вылб, мукбдыс—оргаңизмлы ужавны.



11-d сер. Лампабн іслалбны. 12-d сер. Гімнастїка.

Мјан-гбгбрса-сынбд-кб кбзыджык мјан - тушаыс, тушаным шотчјгас нбжјбнїкбн ыркалб, ас-температураас воб. Ужалігбн-сбдбм-шоныдыс вужб сынбдб. Чу-кбртбм бти-лунса-туша-шоныдбн цбзб пузбдны кык-ведра-ва.

Сы-вөсна, кор мијанлы көзид, колө либө ужавны, либө гимнастика вөчны. Пасыд шоныдтө оз сет. Сижө сөмын дае-шоныдсө виэө, мед оз разав сижө көзид-сынөддө. Сиз-кө, јона-пастасөм-гартчөм-дорые көзид-дыр-ји шоныд корены буржык гимнастикаөн.

Кынмыс-абу те? Кынмигөн коркө видлин-ен ужавны либө гимнастика вөчны? Видлы, сесса вистав, шоныджык лоі алы ез теныд.

III. Лимфатическеј *) сисгема-зоньвиза- -јылыс.

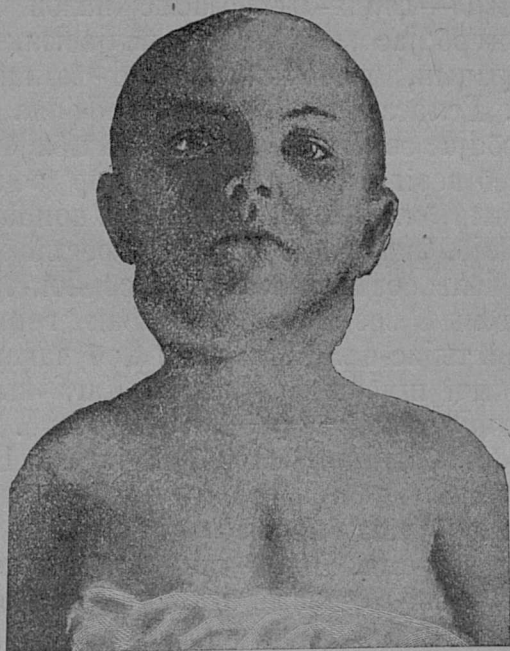
Зөлөтука-јылыс.

Быдөн, ме чайта, адзылинныд пыктөм,-кыз-голаа челадөс. Сижө — горш - һерөдјасыс налөн пыктөмаөс. Сещөм-жө һерөдјас емөс јешщө пакјасын, гырда да кыһаув-гураны, кынөмын, сынөд-ветлан-тујјасын (бронкыин). Голаса-һерөд-пыктөм мед-јона сінмө шы-бытчө. Һерөдјас оз другөн ыждыны, а һөжјөнүкөн. Вој-дөр ыждөмсө весег он казав. Сесса, кор адзасны кагалыс горш-пыктөм, төтөјас да пөчөјас пондасны шуны: һемтор-пө тајө, „прөстөј-зөлөтука“, регыд бурдас. Мамыс ескас налы, оз петкөдлы кагасө докторлы. Ескө, һерөд-пыктөмыд зев-омөль-тор: сысан вермасны виемыны лыјас, тыјас-да. Кагаидлөн лоө чакотка, ілі ту-беркулез, кызі шуөны мөд-ногөн. Кага кыскасө жо-ждөд, быд-торјө кинас кутчисө, вомө боетө. Сылы зев-кокһиа шедөны быд-пөлөс виеөдан-гагјас. Вомө-веска-лөм-виеөм пырө һерөдјасө. Кага лолалө омөль,-локду-ка-сынөддөн, јуө висан-мөслыс јөв. Виеөм пырө пыщкө, овмөдчө һерөдјасын. Виеыс-мам окалө кагасө вомас, уэтөдлө сижө өти-вольпасын аскөдыс. Быд-лолыштөмөн

*) Лимфа—јөв-код-јежыд-кизер-тор тушааным. Ужыс сылөн вилөн-код-жө.

леҗө сiјө кага-вылас уна вiеөдан-гагјас. Нaјө веска-
лөны кагалы вомас. Пырөны һерөдјасас, вiемөдөны
најөс, ыждөдөны, орөетөны. Бөрынжык орыс пiекөд-
чө ортсө—лоө воеса дој. Овлывлө, һерөдјасыс пык-
тасны да оз орөссыны, уна-во сiзи оласны. Корө сес-
са, кор мортис ыждөдө-һын быдмас, кор ужавны сы-
лы колөны уна-вын да Һөһвiзәлун, сiјө вөлиг каҗа-
лас, мыј вiеө чакоткаөн. доктор пондас јуасны, ез-ө
вiелы сiјө кыҗкө iчөтдырјис. Мамыс шуас: „Ез, Һөһ-
вiзәөн быдмiс. Сөмын-тај зөлөтука вөли-а“. Сiјө-„зө-
лөтукаыс“ i омөлыс. Зөлөтукаыс оз ков летчыены, колө
бурдөдчыны сыыс пырыстөм-пыр, помөз.

Вiеталөј мамјасыдлы, мыј төдәд зөлөтука-јылыс.

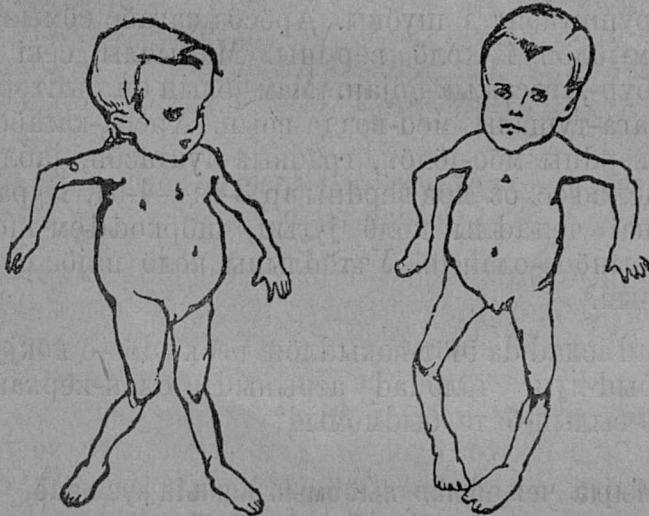


13-d сөр. Зөлөтукаа-морт.

IV. Лысөм-зоньвиза-жылыг.

Ракит-висөм-жылыг.

Гожомын ывла-вылыг адылан уна мегыр-код-чукла либб тасасана-кокжаса челадбс. Налон жур-лыжасыс дыр оз бурдны, лы-костжасбдыс воеса, небыд (14-d сер.). Зоньвиза-челадлон сижб-каднас жур-лыжасыс бурдбмабс-нын, отлаасбмабс. Лона-чукла-кока-челадлон пиңжасыс сорон петбны. Морбс-лыжасыс бокжасаныс топбдбма, морбс-шбр-лыыс чургбдчбма возб.



14-d сер. Ракита-челад.

Ружкуыс ставныслбн зев ыжыд. Ветлбдлгас, уткајас-моз, катлаббны. Ветлбдлыны заводбтбны сорбн. Ставыс сижб сы-понда, мыј налон лыјасас еща извеска. Лыјас кадын оз вермыны чорзыны, дыр олбны небыдбн. Кагајас заводбтбны ветлыны. Небыд-лыјаса-кокжаслы тушасб ббкыд лбб кутны—чукылтчбны. Ташбм-вбсбмыс, кор лыјасын еща извеска, шусб ракбтбн,

1303—2

Г. П. Б.
1927.

möd-ног—англыскеј-виемөн. Ракитөн виеоны чекыд-
-инын да локдука, шыгём-сынөда-керкаын-олие-челаф,
ношта оз-кө петкөдлыны најөс бвлаө, шонди-возө.
Гырыс, југыд-керкаын-быдмыс-челаф, ракитөн шоча
виеоны. Оз-өд вее ракиттө шуны гөл-јөз-виемөн. Ра-
кита-челаф абу мам-јөв-вылын-быдтөм челаф, а мөс-
-јөв-вылын: паңөдөмөн либө һөңөдөмөн. Гөл-мамјас
ештытөмысла либө төдтөмысла унаыс воз дүгдөны
ас-һөһнас кагасө-һөңөдөмыс, вердөны сјөс һаһөн
либө рокөн. Ічөт-кагалы тащөм-сојан зев-омөл, щук
колө вердны сјөс мам-јөлөн. Кагајаслы ічөтысаһыс
сетөны сојны картупель. Сыыс налөн кынөмыс дүндө,
ыждө. Немецјас ыжыд-рушкүа-ракита-челафөс „кар-
тупель-рушкүаһ“ і шуоны. Арөсөз кагаөс сөмын зөһ-
виза-мам-јөлөн і колө вердны. Мамыслы секи колө
сојны бур-, гөсажык-сојан. Мам-јөлын ем быдтор, мыј
колө кага-тушчалы мед-воzza-воын. Арөса-кагаөс по-
чө-һын вердны мөс-јөлөн, градвыв-пуктасөн, јаблокөн.
Јајөн челафөс оз ков вердны ар 3-өз—4-өз. Бура-вер-
дөм-кынқи челафлы колө југыд, шөркөд-дем-шонид,
сөстөм-сынөда-олан-ін. Узтөдлыны колө најөс сөстөм-
-воһпасын.

Тенад аслад да ічөт-вокыдлөн веекыдөс-ө кокјасыд?
Бура-өбыд-лун төлөдад ассыныд олан-керканытө?
Мам-јөв-вылын-ө те быдмөмыд?

**Мыјла челаф-лөн лысөмыс кокһиа кусһасө,
пөрысјаслөн—чегласө.**

Ем абу тјан гортаныд пузчужөм-кага? Сылөн лы-
јасыс зев һебыдөс. Имөдчылад-кө кинад (сөмын зев
видчысөмөн!) сјө јурө, качалад: јурыс сылөн һебыд,
быттө лытөм. Нөбыд-лыјас кокһиа кусһасөны. Пөчө
пыр нырулас роһкө: кокөј-пө оз кусһас. Пөрысјаслөн
лыјасыс рөшкыдөс, уеігөн чегјасөны. Ті, челаф, зев-
щөкыда усавлад, ем-абу кодкө тјан-пйын чегөм-ки-ко-
ка? Коркө-кө челаф-лөн кушөмкө лы чеглө, овлө сјө
зев шоча.

Сіјö ставыс сы-вöсна, мыј челадлөн лыјасыс абу-на зікöз „лыгалöмаöс“. Налөн лыјасыс гöчыс да небыд, ізвескатöм-пластјасыс. Кор најö ізвескаасеасны, чорзасны—лоöны јон-лыјасöн, бур туша-кутöдјасöн. Воыс-воö лыјасö ізвеска унжык чукöрмö. Пöрыејаслөн лыјасын небыд-торјыс зев-нын еща, унжыкыс ізвеска. Сы-вöсна і најö рöшкыдöс, кокнја чегласöны. Сіз-кö, челадлөн лыјасыс оз чегјасны-а, сöмын куснасöны сы-вöсна, мыј лыас налөн еща ізвеска.

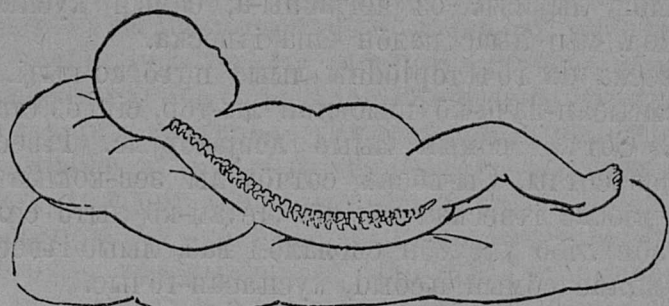
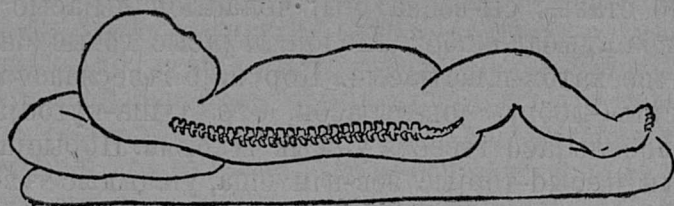
Ізвеска да гöч торјöдны лыыс позö со-кыці.

Ломтысан-пачö-кö шыбытан лы-тор, сіјö оз ставнас сотчы. Сотчас сöмын лыыс ловјаторјыс. Ізвескаыс колö, оз сотчы. Сы-вöсна сотчöм-лы зев-кокнја сав-мунö—кисеас ізвескаа пöјімö. Лезам-кö лытö соланеј кіслотаөн лібö укусöн сорлалöм ваö, лыыс ізвескаыс сылö, колас сöмын небыд, куснасан-гöчыс.

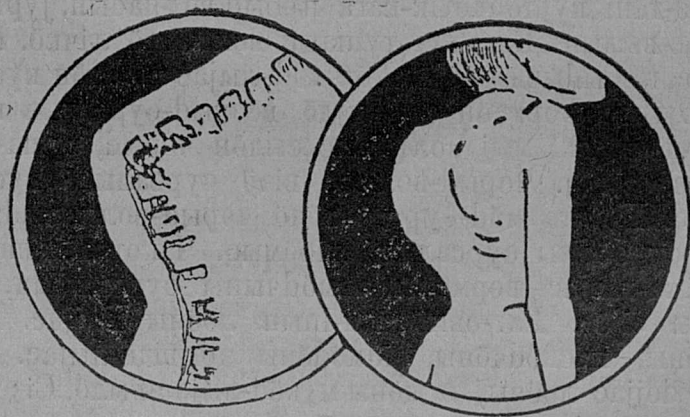
Кытчöз кагаыдлөн сурсалыыс оз јонмы, узтöдлы сіјöс чорыд-вольпасын.

Со-тані кујлö ічöтк-кага небыд вольпасын, јурис—јурлöс-вылын. Кагалөн тушаыс вольпасö лічкö. Вольпасыс небыдысла вöјö. Гöч-код-лыјас кагалөн кусінт-чöны. Сыкöд ортчөн со кујлö вескыд-сурсалыа кага. Сіјö сы-вöсна, мыј вольпасыс сылөн чорыд, туша-ліч-кöмыс оз вöј. Чорыд-вольпас візö сурсалытö кусінт-чöмыс. Нöшта мöд-буртор вöчö чорыд-вольпасыд: от-салö бурдöдны сурсалытö вісöмыс. Чакоткаөн-вісігөн чакотка-гагјас вермöны овмöдчыны сурсалыын, віс-мöдны сіјöс. Гаг-овмöдчан-інын лöбны дојјас. Најö ыждöны, паскöдчöны, віс-мöдöны зöнвіза-лыјас. Сени бара дојјас лöбны, вужöны мукöд-лыјас-вылö. Сіз возö став-лысö віс-мöдасны.

Сурсалыын уна лы-тор. Најöс төчöма мöда-мöд-вылас, мöда-мöдсö кутöны: быд лы-тор мыжеö улыса-лыö, кутö вылысасö. Сіјö-лы-торјасыс, ставныс-öтлаын, кутöны морт-тушатö. Сіз-кö, вісан, кіссан-сурсалы, тө-дöмыс, морт-туша кутны вескыда оз вермы: вісігөн



15-d сөр. Сурсалыс кагаыдлөн чорыд да
небыд-волпасын-кужлігөн.



16-d сөр. Гөрб.

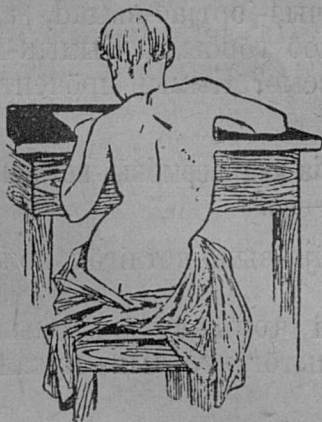
сїжд кусїнтчө, гөрбылтө морттө (16-d сөр.). Кымын-
уна-лы сурсалыс вїсө, сымын мортыдлөн гөрбыс
ыжды. Вїсөм-заводїтгїгөн-кө доктор кажалас кагалыс

сурсалы-виемөм, водтөдас ејјөс сөстөм-сынөда-инө чорыд-вольпасө, јурлөстөг, либө гпсые-вөчөм крөватө. Сурсалы сени шөјтчө: лы-торјас мөда-мөд-вылас оз личкыны. Вөлаыс-кујлыс-лыјас-вылө вием оз-һин вермы сещөм-өdjө паскавны, лөһыштө ејјө. Чорыд-вольпасыд либө гпсыд кутөны сурсалыөс куснаеөмые. Тақи-кагаөс-бурдөдигөн колө ејјөс јона-бура вердны. Бур-сојаные да сөстөм-сынөдые ејјө јонмө—вермас виемсө. Тақи-виғигөн да бурдөдигөн мездан кагатө гөрбые, лоө ејјө қоһвиға.

Оз-ө тенад посһи-чој-вокыд һебыд валпасын да жуғыд-јурлөс-вылын уғлыны? Лөсөд налы вольпас-јурлөсө ејји, медым быдмасны најө қоһвиғаһн.

Морөс-лыјас-чукылтчөм-јылыс.

Виғөдлөј-жө воғға-велөдчыыс-вылө (17-d сер.). Сылөн мышкыс вејиһтчөма вескыдладорас. Велөдчые пукалө зев-жуғыд-пызан-сајын. Вескыд-гырдзасө сылы лоө пуктыны вылө, зев абу лөеыд. Гырззайс-бөреа вылө-жө кајө пельпомыс, пельпомыс-бөреа—мышкыс.



17-d сер. Вејиһтчөмөн-
-пукалөм.

18-d сер. Гөрбылтчөмөн-
-пукалөм.

Мышкыс вылө-кыссигае вежінтчө. Сурсалыс-өд ічөт-велөдчысыдлөн абу-на қикөз „лыссөма“, јона-на-кокниа кускаө. Сы-вөсна, унжыкыс-кө тајө-деғинаыс кутас пукавны тақи, чуқла-бока лөб.

Өні виқөдлөј мөд-велөдчыс-вылас (18-d серп.). Сіјө пукалө вывті-лапкыд-пызан-сајын. Гіжігөн сылы лөб зев јона копыртчыны. Сы-вөсна сіјө быдмас гөрбаөн. Медым школајасын-велөдчигөн виқны тушатө шыкө-дөмыс, мед он ло гөрба һі чуқла-бока, колө пукавны сені сецөм-скамја-вылын, медым кокнад сузан жоқсө. Пызан-жүждаыс колө, мед вөлі сіјө вескыда-пукалыс-велөдчыелы гырдаақыс.

Выл-партајас да скамјајас велөдчыс-серті, тө-дөмыс, пыр он вермы вөчөдны. Быт лөб пукавны быдеама-партајас-сајас. Сы-вөсна лок-ногөн пукалөм-јасыс лок-лоөмсө колө вескөдны гимнастикаөн да спортөн. Секи став-шырјајыд вөрө, ужалө, вескөдалө чукылтчөмјас, вежінтчөмјас.

Унжыкыс гимнастикатө вөчөј. Лоад јонөс, мичаөс, вескыд-сурсалааөс.

Пукөј парта-сајад вескыда да видлөј кокнад, су-зад-онө најөн жоқө. Пызан-судтаыс гырда-вылаад-ө лөб? Абу-кө сіқи, корөј сецөм-пызан да скамја.

Суежыка виқөдлөј велөдчыс-јортјас-вылад, абу-ө кодкө на-пын чуқла-бока либө гөрбыла. Кымын-морт сецөмыс сурае асланыд классыс? Кымын прөчент сіјө лөб?

**Мыј-вөсна код-сурө-јөз өдјө да уна вермөны ветлыны,
мукөдыс—оз.**

Kodi мед-бөрјаыс-екскурсіја-вылө-ветлігөн колтчіс артелыс?

Kodi тіјан-пыщкыс, көт і қонвіқа, оз вермы өдјө ветлыны? Поэө һекытчө-ветлытөг, гортын-пукалігөн віставны, kodi куцөма ветлө.

Сіјө төдөны со-кықи. Көмтөм-ва-кокөн-кө сувтан кос-жоқө либө саа-гумага-вылө, жоқас либө гумага-вылас колөны кокујјас. На-серті і поэө віставны,

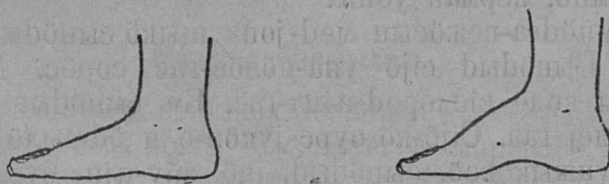
кодi кушма ветлө. Коктуҗыс-кө шөралөм сапөг-пөш-ва-код (кокпыдөсыс ставнас петас), сiҗө-мортыс, инө, уна да өдҗө-ветлыны оз вермы. Оз-кө ставнас кокпыдөсыс артмы, кокчуңладорыс да коклабөрыс сөмын петасны (19-d еер.), сiҗө, инө, уна да өдҗө вермө ветлыны. Татыс ми адҗам, мыҗ тушанымөс кокпыдөсыд



19-d еер. Öдҗө-ветлыелөн да һөҗҗө-ветлыелөн
коктуҗҗасыс.

оз ставнас кут, сөмын помҗаснас: чуңладор-помнас да коклабөрнас. Коклапаын кыз-өкмыс лы. На-костын гөчҗас. Ветлөдлiгөн-да, котралiгөн-да, четчалiгөн-да туна-сөкта оз став-коклапа-лыө кучкы. Сы-вөсна четчалiгөн пыр колө сувтны воҗдөр кокчуң-вылө, сесса вөлiсҗи став-коклапа-вылө.

Кодлөн коклапаыс пыктыштөма-код, ловҗөма быт-тө, сiҗө кокһа-ветлө, оз муҗ ветлөмыс. Мөдарө, плавгөс-коклапаа-морт ош-моз ветлө, сөкыда, зымҗалө тувтчалiгас. Öдҗө муҗө. Плавгөс-коклапа вескөдөны нароснө - сы-вылө-вөчөм-көмкөтөн либө оператсiҗаөн.



20-d еер. Лучки да плавгөс коклапаҗас.

Вес-олыс-јөз—озырјас—пыр выл-сікас-көмкөт-мода
лөсөдөнү. На-ногөн, ічөт да зельд-көмкөтөн кокыд
міча. Ескө, сецөм-көмкөт-новлігөн кокчунјасыд көмас
оз лучкі төрны, жмітөны, топөдөнү мөда-мөдсө, гад-
далөны. Жужыд-борлаа-көмкөт-новлігөн туша-сөбтаыд
ставнас водө сөмын кокчунјас-вылө, сы-вөсна өdjө
музан. Ексурејаяс-вылө сецөм-көмкөтөн оз ков
мунны.

Мі огө пондө вөтчыны сецөм-модајас-бөреа. Міч-
луныс міјан—асланым зөңвізалунным. Зельд-көмкөт-
-паккөмө-топөдчытөг да жмітчытөг-олігөн мі лоам јо-
нөс, мічаөс, вынаөс. Оз ковны міјанлы куз-ныра жу-
жыд-бөрлаа көмкөтјас. Бырөдөј најөс!

Тіјан-школаын-велөдчыс-нывпосны-пны ем-абу жу-
жыд-бөрлаа-сапожкі-новлысјас?

Вермөны оз најө, сөтінајас-моз, өdjө ветлыны да
котравны?

V. Лолалан-тујуас-зөңвіза-јылыс.

Мыјла мі төлөдам ас-оланіннымөс.

Доктор пыр долө: „Шөкыдјыка воставлөј өшінјастө;
ывлаын унжык олөј; сөстөм-сынөдөн јонжыка лолалөј“.

Керкаад сынөдыд абу сөстөм. Бывлаыс-кө пыран
төлөдтөм-керкаө, ныртө пыр і көрыштас, чапкас сетчө
локдукыс. Төлөдтөм-керкаын тырыс гөвкјалө бус. Ка-
га-рузумјасыс да сөд-дөрөм-гачыс шом-іс-дук петө.
Сурк-көзјакалөн крнча-пыдөсјасас сојаныс сісөмө, по-
мејыс петкөдтөм. Јурыд бергөдчө локдукыс, сін-во-
зыд пемдө, верман усны.

Щемпөдса-вежөсын мед-јона шыкө сынөдыс лоло-
лөмыс. Сынөдыд сіјө уна-пөлөс-газ сорөс. Міјанлы
лолавны колө кіслород-һыма-газ. Ем сынөдын ещанік
углекіслеј газ. Сіјө-кө сурс-јукөн-с н өд-вылө өті-ју-
көныс унжык воө, сынөдыд, інө, абу-һын бур, шыкө-
ма-һын. Со-јукөн-долыштөм-сынөды_н кыз-өті-јукө-
ныс кіслород. Пыцкыс-долыштігө со-јукөн-сынөдын

кіслородыс сөмын-нын да с-квайт жүкөн. Углекіслота унжык н о л-жүкөнныс. Кымын-уна-јөз керкаын, сымын-өdjö да унжык чукөрмө углекіслота да ва-ру, сымын-өdjö шыкө сынөдыс, ловавны он кут вермыны.

Он-кө некор понды төлдөны керкатө, пыр пондан віңны щемпөдсөн, верман пөдны. Сы-вөсна і колө воставлыны өшіңжастө да өңөсјастө, пач-струбајастө-да.

Му-вылын олө кык-миллард-кымын морт. Наыс-өпріч сени олөны уна-пемөсјас, бысама-быдмантор-јасыс: турунјас, зоріңјас, пујас. Најө ставныс лолалөны. Лолыштігөн ас-пыщкас боетөны кіслород, леңөны пыщыс углекіслота. думыштан-да, бытө кіслородыслы колө бырны сынөдыс, колны сетчө сөмын углекіслеј газлы. Збылсө абу сізі. Кіслород да углекіслота сынөдын пыр өтмында.

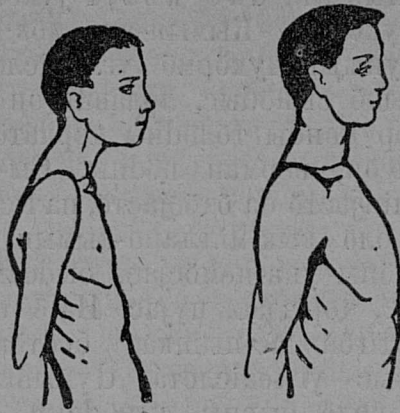
Мыла-нө сізі? Мыла кіслородыс оз чін, углеродыс оз cod? Важөн-нын велөдчөм-јөз төдмалөмаөс, мыј быдманторјас шөндіа-лунө віж-корјаснас боетөны сынөдыс углекіслота, а леңөны кіслород. Бурещ лома бөра: мі боетам ас-пыщканым кіслород, леңам углекіслота, а најө углекіслотасө боетөны, кіслородсө леңөны. Сіјө і кіслородыд да углеродыд оз чінны ні codны сынөдын. Вөдмакө, веж-турунјасыд да віж-корјасыд весалөны сынөдсө. Најө-бур-вөчөм-раді мі пыр лолалам сөстөм-сынөдөн. Оні гөгөрвоана лоө, мыла тырыс-карјасын да уна-јөз-оланінјас-гөгөр—пабрік-завод-јас-гөгөр—восталөны садјас, садіталөны пујас улычајас-пөлөн.

Төлдөлад-онө ті ассыныд керканытө?

Кымыныс лун-кежлө?

Морөс-лыјас-јылыс.

Пөртчысөј да віңөдлөј асланыд морөс-лыјас-вылө. Мукөд-челадыс векні да плавгөс морөсаөс, бытө мышсө да воңсө налыс топөдыштөма. Сещөм-челадыс-вылө-кө віңөдлыны боксаңыс, морөса-мышкуа-костыс налөн зев ічөт.

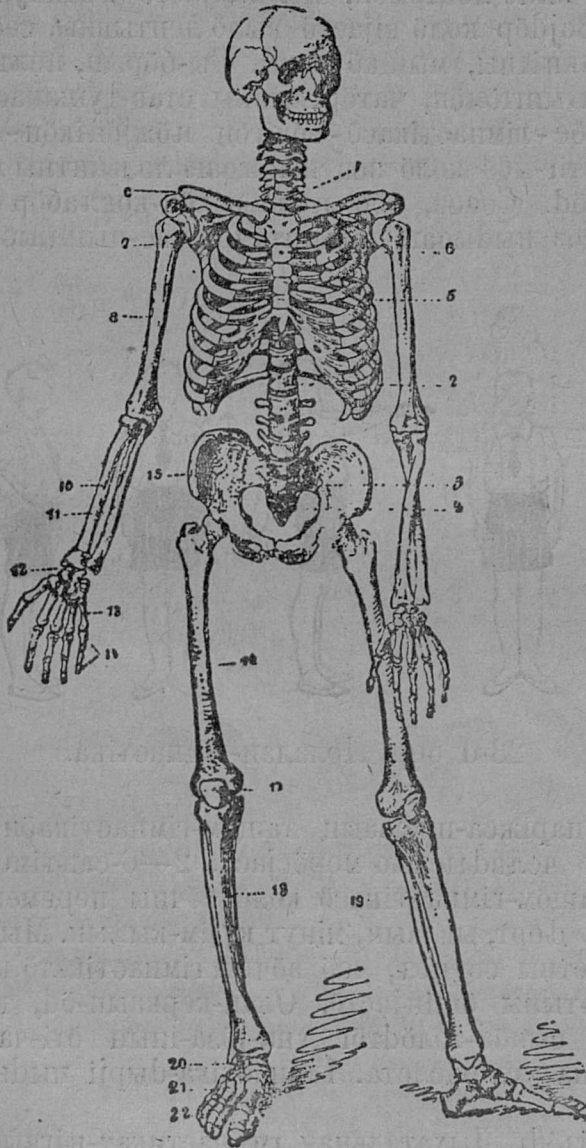


21-d сер. Пөв-код-плавгөс-морөса
да вылын-морөса.

Лопаткажасыс (петкөдлөй најөс скелет-серпас-вылыс, ассыныд да жортжасыдлыс) мышкуыскөд абу шылыда өтлаасөмаөс, бытө бордјас сыыс торјалөны. Воқас клүчйтсајжасыс вылынжык гураңјас. (Морөс шөрын ем морөслы. Сіјө өтлаасө пөлном-лыјаскөд клүчйтсајјасөн). Мукөд-челасдыс паскыд да вылын-морөсаөс: мышкуа-морөса-костыс ыжыд. Клүчйтсајжасыс-вылын некущөм гуран абу. Лопаткајас мышкуыс оз торјавны.

Векһи-морөса-мортлөн тыын еща сынөд. Саңҕиметрөн мурталөй морөс-пастанытө лолыштигөн да лов-лезігөн. Воқөдыд саңҕиметресө колө нуны һөһ-јур-вестті, мышкөдыд—лопаткајас-увті. Мурталигөн, кодөс мурталад, щөктөй бостны да леңны сынөдсө јона-пыдысаң-лолыштөмөн. Пасјалөй саңҕиметр-лыдсө. Вөчөй таблытса ас-классавелөдчысјас морөс-паста-јылыс. Бура-лолалыелөн өтарө-мөдарө-лолалигөн морөс-паставекласөм јона төдчө, омөла-лолалыелөн—омөла, пөшҕі өткөд. Векһи-морөсајаслөн тыјасас сынөдыс еща, омөла сіјө сені весасө: сынөд-лолыштигөн еща кіслород пыщкө пырө; мөдарө-лолыштигөн—еща углекіслота петө.

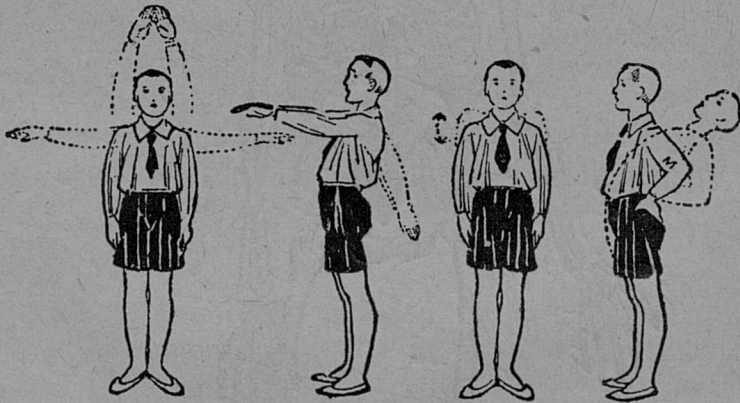
Скелет-серпас-вылые, ассыд да јортјасыдлые пет-
кӧдлӧј, кӧнӧ ордлыјас, кључітсајас, морӧслы. Мортлӧн
кымын-роз ордлыыс?



22-d сер. Морт-лыјас.

Кызі паскөдны веккi-морөс.

Виçдлөј тајө-челадыс-вылө. Најө вөчөны лолалан-гимнастика. Гимнастика-вылын колө сулавны вескыда, морөстө вылө-лептөмөн, пельпомјастө мышкулаң-нуө-дөмөн. Војдөр колө кiјастө вылө лептивны, сесеа бок-јасө шевкнiтны, мышкө нуны. Сы-бөрын, пельпомјастө вылө-лептыштөмөн, чатөртчывны став-тушанад*). Тајө став-пөлөс - гимнастикасө - вөчiгөн нөжжөнiкөн - кокчуң-јылө-сувтiг-моз колө зев пыдысаң лолыштны ас-пыш-кад сынөд. Сесеа, бөр нөжжөнiкөн-коклабөр - вылад-летчiг-моз пыдысаң-лолыштөмөн ас-пыщкыге лезны сынөд.



23-d сөр. Лолалан-гимнастика.

Өтi - парiжса-школаын тащөм-гимнастикадн паскө-далөмаөе челадыслыге морөсјассө 2—6-сантiметр-мындаñн. Тащөм-гимнастикасө колө вөчны переменајасын, мед-бур, серт, ывлаын, минут кујим-кымын. Мыјлакө-кө ывлаө петны оз поз, лөб вөчны гимнастикатө керкаын, колө востыны өшиңјастө. Олан-керкаын-өд, классын, уна-бус; сынөд-төлдөттөг уна-јөза-iнын өтi-часөн чу-көрмө уна углекислота. Гимнастика-дырјi пыдысаң-ло-

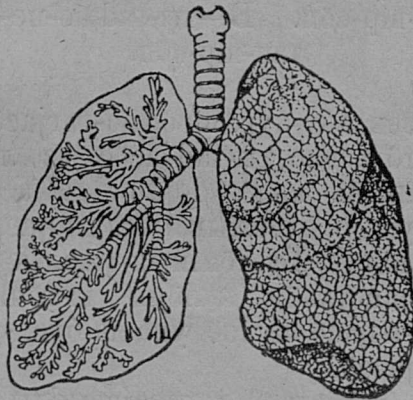
*) Виçөд „Дыхательная гимнастика“-нигаыге. Гiжө-ма сiјөс Iсе, лезөмаөе „Новая Москва“-типиграпијаын.

лалігөн вескаласны пыцканым уна углекіслота да бус: бур-пыд-ді сөмын лок лоо. Лолалан-гімнастика жона-уждөо лолалан-шыржајјасөе, ыждөдө морөс-паета, велөдө челадаөс пыдысаң лолавны. Гімнастика уна-бур вајө куза пуксөн-ужалыејаслы.

Горһитөј докторкөд да лөсөдөј школаад лолалан-гімнастика.

Чакотка-жылыг да кызі сыыг мездыгыны.

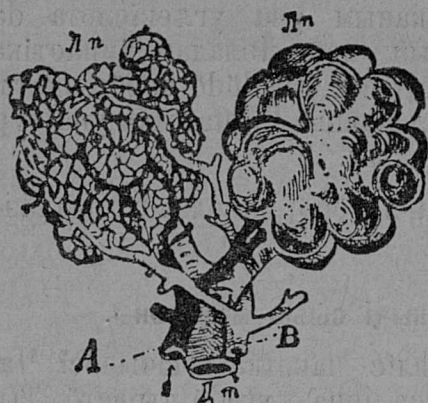
Kodi тіјан-пые адқывлис чакоткаөн-вісыөс? Чакотка—зев-лок-вісөм, медеа жона жүгөдө тыјастө. Тыјасыд артмөмаөс зев уна ты-гад-дыг (24-d серп.). На-гөгөр уна зев-вөснөі вір-сөнјас. Ты-гад-јасыс вывті-вөснөі кышөдаөс, сещөм-вөснөісө му-вылын некод оз вермы кыны. Лолалігөн сынөдыг кіслород сынөд-ветлан - тујјасөд — брон-кіөд—вескало војдөр ты-гад-јасө, сесаң сесеа вөснөі-кышөдјас-пырыс вірө. Мөдарө, углекіслота вірыс пырө ты-гад-јасө, сесаң — сынөд-ветлан-туј-јасө. Со-мыј-вөсна пыцкыг-лолыштөм-сынөдын кіслородыг ещажык, углекіслотаныг унжык.



24-d сер. Сынөд-ветлан-тујјас да тыјас.

Чакотканыг кулоны уна том-јөз. Тыјасө-вескалом-чакотка - гагјасыг тыјас пыктөны. Пыкөсјасө шуөны бугоркіјасөн. Кымын-уна сещөм-пыкөсыс, сымын тыјасын еща-сынөд. Еновтчан-кө бурдөдчөмыс, пыкөсјас вөсөны, дојјас на-местаө лоөны.

Мі чакоткаөн ічөтысаң вісмам. Мед-јона чакотка-вісөм шедө бусөн: лолалігөн бускөд-щөщ вескалоны тыјасө чакотка-гагјас. Бусөс-сынөдөн лолавны



25-d сер. Ты-гадјас-гөгүр-са-сөнјас. Лп — ты-гадјас. Дт — сынöd-ветлан-туј — лов-горш. А — ты-гадö-локтан-вир-сөн. В — ты-гадыс-пелан-вир-сөн.



26-d сер. Чакоткаа-ты.

зев абу-бур: виеöдыс-гагјасöс-пыртöm-кынçи бусыс тыртö аснас ты-гадјасöс, оз леç пырны сетçö сынödлы мыжда колö, дождö гагјасöс. Код-пабрик-заводјасын ужыс бусажык, ужалысјасыс зев-јона чакоткаөн кулöны. Бустöминын-ужалысјас — гежödжыка. Мед-јона чакоткаөн кулöны из-тöчитан-инын-ужалысјас. Найдö-тыјасö пукеö уна из-бус, тыртö найöс, дождалö бок-јасöс.

Висталöј гортсајасыдлы, кушçом-абу-бур бус-лептöm, мыжда оз ков чышкыны жождö кос-корöсөн. Классаныд, да и гортаныд щöщ, лөсödöј сöлавны доз, кушçомеö чуман. Јона кыждöј, медым жождö некод оз сöлав. Кызигөн да несјигөн ныр-вомтö кинад тупкөј, медым резыштöm-ва-војтјасыс оз вескавны мöd-мортлы: сені вармасны лоны виеöдан-гагјас — виемöдасын çоңвиçаöс. Унжыкыс да дыржык төлдöј класснытö, гортсыд оланитö-да. Кор поçö, öшпнçјастö да фортчкајастö воесөн виçöј, медым оланынд пыр вöли сөстöm-сынöда.

Гортад кос-корбёён али ва-корбёён чышкыёны?
Школаад кычї? Кытчö тї елалад, дозјö онö?

Уна-ö кулö јöз чакоткаён.

Вöчöј со-кущöм-задача: СССР-ын быд-во чакоткаён кулö 500.000-морт. Олыгыс СССР-ын 130.000.000-морт. Арталöј, кымын прöцент морт кулö чакоткаыс.

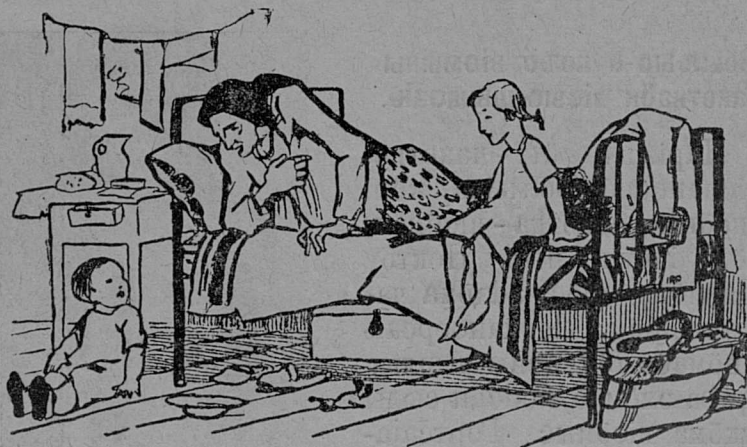
Збылыс-ö позö вїсмыны чакоткаён вїсыс-шыжсаы.

Парїжын öтї - чакотка-диспансерö (больница, көнї венёны чакотка - вїсöмөн) воöма ічöтїк ныв. доктор вїдлалöма сїјöс, адзöма чакотка-вїсöм. Диспансерсаы мунöмаöс тöдмавны нывлыс гортса-олöмсö, кодеаы сылы вужöма вїсöмыс. Гортсајасы ставныс эонвїчаöс. Доктор шензö: кодеаы-жö-пö, ескö, вермїс вїсмыны таяö-ныв? Пондöмаöс јуасы сылыс: кытчö сїјö ветлывлö, кодјас на-ордö волöны, кодјаскөд сїјö ворсö. Вöлöм, нылыдлөн бат-мамыс кор мунöны уж-вылö, нывсö колöны суседка-ордас. Мунасны вїдлыны суседка-сö. Пырасны—вольпасын кулö нывбаба. Вїсö, кызö, шыж леzö. Фрöват-гöгöрыс ворсöнычелад: бат-мамјасыс ваяöмаöс вїзны ужалїг-костыс. Вїсысöс нуасын диспансерö. доктор вїдлалас сїјöс да шуас, талөн-пö



27-d сөр. Чакоткаа-детїна

чакотка, зев-сёкыда нүөдө. Видласны виеылые шыжсө —тырыс чакотка-гаг. А сижө гортас шыжсө жоҗас вөлі сөлалө. Сети ужалисны-ворсисны челаф, кватлалисны чакотка-гагјассө аслыныс. Ыббө сижө-вежөсас сынөдас мыјда гагыд вөлі! Челаф долалисны сижө-сынөдөн, ыылалисны чакотка-гагјассө. Серт сесса сени-олигөн чакотканад виеман. Тчөтк-нылыд сени-жө і виемөма.



28-d еер. Чакоткаа-нывбаба посөи-челафкөд.

Леҗад-ө ті сөлавны жоҗө, пөлат-паччөрө, посвоҗө, посјас-вылө? Ем-абу тіјан шыж-сөлавны доз?

диспансер—чакоткаөн-венсан-ін.

Талун ми ексурејаөн ветлим чакотка-диспансерө. Сижө садјын, вөр-шын. Садјас тырыс челаф ворсөны. Сени-жө налөн велөдыыс. Садјас отар-мөдар-пөмас вөчөмаде кык ветув-кодөс. Кыкнаныслөн дунвивладор-бокыс воеса. Сени сулалөны крөватјас. Отар-ветув-кодас кулөны челаф-јас, мөдас—гырыс-јөз. Төлын најө кулөны ку-мешөкјасын. Садјыс ми пырим керкаас—больницаас. Мед-воҗа-жырас пөртчим вылыса-кышанјаснымөс. Жырјас ставыс жуҗыдөс, пелькөс,

жугыдө. Виеыејасөс-гижалан-жырын да калідорас етенас зев уна серпасјас да диаграммајас. Виеыејас відчыег-мозыс лыддөны, відлалөны најөс. Өтйлаын, мөдлаын өзөс вөсөштавлө—чүксалөны докторјас-динө виеыејасөс. Најөс сені відлалөны, јуасөны, кыті да кыңи виеө, кор кыңи виеміс; велөдөны кыңи бурдөдчыны, кыңи овны, медым регыджык бурдан. Міјанлы петкөдлісны лабораторіјасө, көні виеыејаслыге відлалөны виеө, шыжеө, күзөс. Доктор міјан-дырји микроскопөн кореіс виеыс-шыжыс чакотка-гаг да петкөдліс сійөс міјанлы. Чакотка-гагсө шуөны „палочка Коха“-өн (мед-воzza аdзыыс Кох вөлөма-да).



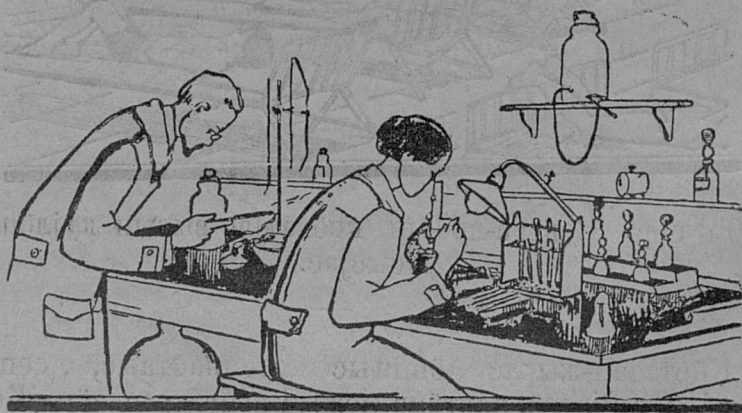
29 d-сер. Вевтув-код-ын крөватјас-вылын кујлөны виеыејас.

Көртасан-жырас өшіңыс етенпастаыс, сещөм быжыд. Етенјасөс мавтөма жежыд выја-краскаөн. Жоңшөрас сулалө жуңжыд пызан. Мі пырім сетчө да пызан-вылас кујлө дөтөна. доктор да еестра сылыс

коксö кöрталöны гiпсöн: сылöн пiңдöс-сустасас вöлб-
ма чакотка, лыыс сiсмö. Оператсия-вöчан-жырын нöш-
та-на пельк да жугыд. Пöтöлöкыс кланiчаыс. Стенжасыс
жежыдöе, жугжалöны. Оператсия-вöчан-жырöң ем јешпö
жыр. Сетöнi мыссандоз, кланiча-шкацјас, вата да
марла-тыра-жугјалан-никелiрованнеј-кудјас. Шкапјас-
сас уна быдсама iнструментыс: вiлкiјасыд-i, зев пос-
нiдiк-зыркодјас-i, щыпсыјас-i, ножицјас-i, пуртјас-i—
—зев уна, ставыс жугјалö.

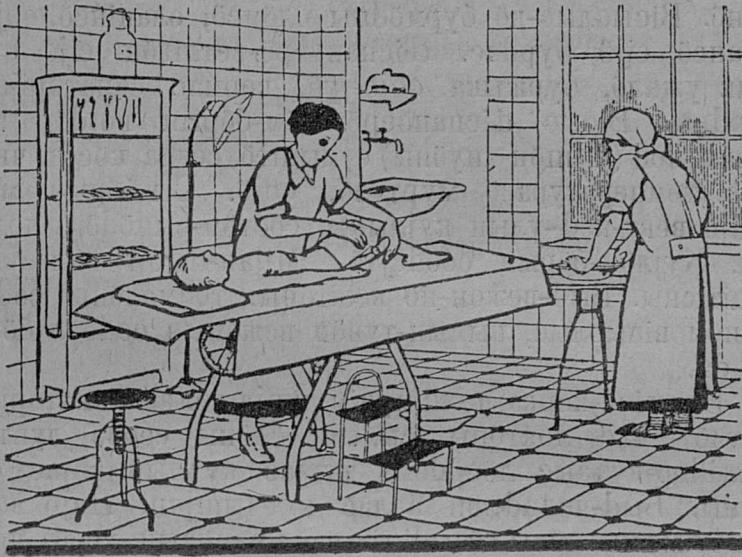
Пель да горш-бурдöдыс-докторлөн чужöмас ыжыд
гöгрöс-рöмпöштан. Виыелы горшас еујö сiјö iчöт-
-рöмпöштан. Чужöм-вывса-ыжыд-рöмпöштаннас чукöр-
тö жугыд-жугöрјас да ставсö сесса најöс вескöдö
вiемöм-горшö, медым буржыка сетыс тыдалас.
Сестра вайiс вевта-кöструла. Востiс. Пуркнiтiс ру:
вöлöм, пуан-ва вайöма. Пуан-ва-пiас iнструментјассö
пуңдöдöны, вiалöны сетчö-ласкысöм-вiсöдан-гагјасöс
да весалöны најöс пукеöм најтыс да бусыс. Пуңдöд-
-лöм-бöрын iнструментјасыс лöдöны зiк сöстöмöе.

Выли-судтаас болнычаас палатајас. Сенi кујлöны
виыејас, гырыејас i поснiјас, сöмын торјөн-а. Мi пы-
-ралiм щöщ сестрајас оланiнјасö. Најö ветлöны виые-
-јас-ордö гортаныс, велöдöны најöс, кызi колö вiсö-



30-d сөр. Лаборатория.

мыс видчысны, кычі овны, медем лоны чоҥвѣради да
жонѳн. Віеыејас-бѳреа кыјѳдѳны, велѳдѳны најѳс кычі
овны, кытѳѳ шыжѳѳ еѳлавны, медем мукѳд оз віеы-
ны. Корсалѳны дѳспансерѳ-волывтѳм-віеыејасѳс. Ча-
коткаа-морт-керкаыс ставныслы щѳктѳны ветлыны
дѳспансерѳ, тѳдмавны, кодеаҥ віеѳмыс вужѳма, кодѳ
јешѳѳ чакоткааыс.



31-d сер. Кѳртасан-ин.

дѳспансерын овывлѳны дѳлегатскеј собраҥҥѳјас.
Матѳ-гѳгѳрса-вѳлѳетјасыс чукѳртчылѳны бѳрјѳм-јѳз тѳд-
масны дѳспансерын олѳмѳн да ужалѳмѳн. Сестрајас
вісталѳны налы, мыј дѳспансерын абу лібѳ ем да
ещѳ, мыј колѳ лѳсѳдны віеыејаслы, шуам: шыж-дѳз-
јас, крѳвајјас, дѳрѳм-гачјас да мукѳд-тор. Дѳлегатјас
отсалѳны коланторјас лѳсѳдны: вѳлѳетас чукѳртѳны
сѳмѳн да кѳлујѳн, епектакјас, комѳ-рытјас вѳчалѳны
сѳм-чукѳртны.

Міжан-волігөн дiспансерын бурещ вöлі пукалö санаторней комiсеiя: докторјас вiсејас-пiе бөрјöны јона-вiсејасöс ыстыны санаторiјаö.

Став-вiсеiлы санаторiјаын места, тöдöмыс, оз тырмы. Сы-вöсна вiсејас быд-лун лунжын-кежлö волöны кујлыны дiспансерö. Мөд-лунжынсö најö ужалöны, лiбö гортас олöны. Чакоткаыд-öд другөн оз бурд, зев дыр кыссö.

Міжан пыщканым чакотка-гагјаскөд дугдывтөг вен мунö. Вiсеiлыс-кө бурмөдны олөмсö, оланiнсö, сојан-јуансö, сiјö бурдас. Дiспансерö-ветлигөн сiјö ещажык ужалö, буржыка сојö-јуö, вермас санаторiјатөг бурдны. Вiсеi дiспансерö-воөм-бöрын војдөр зер-улын-код (душөн шуöны) сулыштö, сеега косöз чышкысö, температурасö мурталö, сојö. Сы-бöрын мунö садјö вевт-код-улын кујлыны, сөстөм-сынөдөн лолавны. Кујлөм-бöрын öбöдајтö. Міжан-дырјi вiсејасöс весiтiсны. Быд-вежон-пö весiтöны, тöдмалöны содөм-чiнөм вiсеiлыс, кымын-тувөн вежонын содö лiбö чiнö-да.

Больница-керкаыс мi мунiм лунја-челад-санаторiјаö. Сетчö челад локтöны асылын, олöны сеега лунтыр. Калiдор-кузаныс лөсөдöма тувјас кузчышјанјас öшлыны. Быд-челадлөн аслас кузчышјан. Најö воөм-мысiыс мысөбны кöзидiнiк-ваи ваннаын, косöз чышкысöны тушанысö-нiртөмөн; пiнјассö весалöны. Быдөнлөн аслас торја-кружка да пiн-весалан-щотка. Санаторiјаас поснiдiк, лашкыдiк пызанјас, жекјас. Ем ројал (музыкаөн ворсны). Унжык-кадсö челад олöны садјын, велöдыкөд. Најö-дөңвица-бөреа кыјөдö доктор.

Челад ставныс зев-сөстөмсö, пелька-пастасөмаөс. Олöны гажаа.

Санаторiјаыс бөр-больница-керка-дiнтi-мунiгөн нуiсны сетi волшебней пöнар. Ужалан-клубын-пö доктор пондас лыд-дыны лектсiја чакоткаөн-венсөм-јылыс.

дiспансерјас быд-во лөсөдлöны чакоткаөн-венсан лун. Сөкi быдлаын јөз-костын чукөртöны сөм чакоткаөн-венсөм-вылö, лыд-дöны лектсiјајас, тöдмөдöны

жӱзӱс чакотка-вӱсӱмӱн, велӱдӱбны, кыҗи сыыс вӱдчысны,
бурдӱдчыны.

Тӱжан-вӱлӱстын лӱбӱ карын ем-абу чакотка-дӱспан-
серыс?

Волӱд енӱ коркӱ дӱспансерӱ? Волӱд-кӱ, гӱжӱж мӱҗ
тӱ сетыс адҗылӱд. кушӱм серпасҗас да плакатҗас ча-
котка-җылыс ӱшалоны школаад „җонвӱҗа да сӱстӱма-
-олӱм“—пелӱсад?

Карлӱн тыҗасыс—паркҗас да садҗас.

Чакоткаӱн мед-җона вӱсӱны да кулӱны ӱҗт, ва-
сӱд, —пемыд-керкаҗасын-олысҗас. Сецӱм-ӱнын бур-сы-
нӱд оз вермы лоны. Гырыс-карҗасын-уҗалысҗаслӱн
унҗыкыслӱн патераыс сецӱмӱ, олӱны пыдын, гӱбӱчын-
-моз. ӱшӱҗасыс му-бердасӱс, лапкыд-ӱнӱкӱс. Керкаҗа-
сыс карҗасын гырысӱс, жуҗыдӱс; улычаҗас (переулок-
җас) векнӱс. Сы-вӱсна шондӱ-җугӱр немнас оз вескав-
лы рабочеҗ-патераӱ. Пырны пондан керкаас да пос-
воҗсаҗыс пӱдӱм-дук петӱ. Чакотка-гаҗҗаслы зев-бур-
-оланӱн: сецӱмтӱ наҗӱ расеҗтӱны.

Сецӱм-ӱнын-чужӱм да олыс-челад омӱлӱкӱс, ӱдва
ловҗаӱс, кельыдӱс. Наҗӱ зев-кокнӱа вӱсӱмӱны чакоткаӱн,
зев сӱкыда бурдӱны сыыс. Сӱстӱм,—пелӱ,—шондӱа-
-вежӱсын-олыс-вӱсӱмӱм-челадӱс бурдӱдны на-дӱнын
җона кокнӱ: шондӱ-җугӱрҗас вӱалӱны чакотка-гаҗҗасӱс.

Таҗӱ став-пондаыс важ-карҗастӱ колӱ вылӱн веж-
ны, выл-ногӱн лӱсӱдны сенӱ олӱмсӱ: медым став-җӱзыс
вӱлӱны җонвӱҗаӱс. Сецӱм-вӱл-карҗасыс шусӱны „садҗа-
-карҗасӱн“. Керкаҗасыс сенӱ абу зев жуҗыдӱс, абу
вывтӱ гырысӱс. Керкаыс керкаӱҗ костҗас емӱс, сы-
нӱдыс быд-керка-гӱгӱр вӱлаыс гулаҗтӱ. Шондӱ сӱҗи-
-жӱ: керкаас став вежӱсас пыралас, шонтас. Вала оз
ков ветлыны: быд-керкаӱ васӱ трубаҗасӱд нуӱдӱма.
Сӱмын кран востышт—воас сӱҗӱ, мӱҗда колӱ. Помеҗ-
җас, нужнӱкҗас да ӱҗт-ваҗас мунӱны трубаҗасӱд-жӱ
му-пышті (каналӱзатсӱҗа), наыс му-вылыс ӱи сынӱд
оз ӱҗтчыны, оз шыкны. Садҗа-карын уна паркҗас,

сadjас. Улчajас паскыдöс, улч-пöлөннөс пуjас сув-тöдалöмaöс.

Сadjа-карjас уна Англjаын, Германjаын, Белгjаын. Сецöм-карjасын öнi чөлaдыс кык-мында-еща-кулö воçза-сертiс.

Кыçи-таj тыjас быд-мортлыс пыщкöссö весалöны, сiçи-жö пуjаслөн турун-виж-корjасыс весалöны сынöд-тö. Карлөн тыjасыс—паркjас да сadjас.

Тijан карын, сiктын ем-абу садыс? Улчajас-пöлөн пукталöма абу пуjас? Керкаjасö нуöдöма абу ва? Ем-абу канализатсija?

Воçын-олысjасыс лöннөс ывла-школаын-велöдчысjас.

Öти-мöскуyаса-школаын видлалöмaöс сынöдсö. Гурс-jukөн-сынöд-вылö воöма со-мыjда углекислота:

Асылын, велöдтöçыс	1,46-jukөн
Med-воçза-урöк-помас	3,84 „
Möd „ „ „	3,37 „
Ыжыд-перемена-помас (перемена - дырjисе форточкакыс воçса вöли).	1,69 „
Кожмöд-урöк-помас	3,71 „
Нолöд	3,99 „
Витöд	4,12 „

Со-кыçи чөлaдыдлы лöвiннөс аснысö тупкöсa-iннөс велöдчiгөн. Сецöм-сынöднад-лолалiгөн, дерт, чөлaдыд дурмөннөсжык. Урöккыс-урöккö жонжыка муçöннөс, омöлжыка вежöралöннөс, оз велавннөс, уна-öшiбкаjас вöчöннөс.

Ывла-школа мiжанын зев-на ещa. Сетөн велöдчöннөс öнi сöмын-на jона-вiсөсjас, слабiнiк-чөлaд. Америкаын уна школа-нын емöс керка-ывjасын да куjим-стена-жырjасын: öти-стен абу, начвоçса. Мöдысжык мiжан сецöм-школаjас-жö лöннөс, jенеж-улас. Бур-сынöддыд быдөннөс тырмымөн лöв. Сецöм-школаjасын велöдчысjас велöдчiг-мозыс жонмөннөс, быдмөннөс çонвiçаөн, пётөннөс школасыс крепыд-jöзөн.

VI. Вір-зонвіза-жылыг.

Мыйла мукөд-чельадыслөн чужомыс быгалома, жежыд мукөдыслөн—дон-гөрд, вірыс ворсө.

Доктор-ордө воомаөс кык-ичөтік-ныв. Доктор від-лалөма најөс да шуөма өтыыслы: „Те, Маша, зев бы-гыд-чужома, а Лиза—молодеч: өзjö сылөн чужомыс. Енлө, ме тїжанлые віртө мікроскоп-пыр відла“.

Доктор кыкнан-нылыслые суцкыштіе чуңпомсө, бостіс сес кымынө-војтөн вірсө. Аскі-пө бара пыра-лөј, вістала, куцөм тїжан вірныд,—шүіс налы док-тор.

Аскінас сіјө шүіс Машалы, те-пө еща-віра. „Мы-нө вөчны, медым вірыс содас?—јуалө Машалөн мамыс. „Вірыс сылөн ем, тырмымөн—шпыңмуні докторыс.—Ег ещайсла еща-віраөн шу, а Маша-вірын еща гөрд торјасыс. дај кельдөсө најө, абу зев гөрдөсө. Еща на-пшын гөрд-краскаыс“.—„Куцөм гөрд-торјас-нө?“ јуалө Машаыс.

„Вірным мїжан кічер-тор,—шүіс доктор.—Сені гөвкјалөны зев-уна поснїдік-гөгылјас“. Доктор нуө-діс Машаөс кїддыс мікроскоп-дінө да щөктіс сылы візөдлыны сетчө. Маша адзіс сетые уна-уна бытө ө поснїдік, вөснїдік, шөрөдыс топөдыштөм преңікјас*). „Тажө і ем гөрд-торјасыд вірад“, шүіс докторыс.—Најө гырөсөсөмаөс аслыс-сама-мічөдан-торјөн, шүө гемоглобінөн. Сы-вөсна і вірыд алеј-гөрдоват рөма.

Ачыс кічерыс, көні гөвкјалөны гөгылјасыс, быга-лөм-віжоват-рөма, шүө плазмаөн. Ті төданныд-нін, вір візлалө-ветлө туша-куча, ваялө сојан быд јөртө-дө, чукортө туша-кучаыс ковтөм-торјас. Быд-јөртөд-өд тушаын лолалө, а лолавны колө кіслорөд. Сїјөсө јөртөдјас бостөны вірыс, Лолалігөн јөртөдјас леңөны

*) Віз. „Лоам мї јонөс, зонвізаөс-да“—воцза-ні-гаыс 46-d-сеп.

ас-пыщыныс углекіслота. Најос чукөртө вiр, медым ортеö петкөдны.

Тыјасын-весагөм-вiр сөлөмсаң мунө туша-куза. Сiјө секи југыд-алеј рөма. Бөр-тыјасө-воигөн—пемыд, сөдасөма углекіслотакөд-сорласөмыс.

Кымын-уна-гөрд-гөгыл вiрын, сымын-бура долалө-ны став-јөртөдыс тушаын, сымын мортыд зөңвiза-жык. Öтi-куба-мiлiметр-ыжыд-морт-вiрын 5.000.000-кымын гөрд-гөгыл. Тенад вiрын, Мапа, гөрд-гөгылыс јона еща, еща наын i гемоглобиныс. Сы-вөсена тенад вiрыд кiслородсө еща вермө бостны, абу сiјө алеј, а кельд. Организмлы колө уна-кiслород, а сiјөс разө-дысыс тенад еща. Кiслородтөг мортыдлөн организмс оз вермы лоны зөңвiзаөн. Сөстөм-сынөд да бур-сөјан-јуан содтөны вiрын гөрд-гөгылјас, гемоглобин-да, зөң-вiзтөны мортө. Тенө ыстам Вөр-Школаө. Сени те бурдан, чужөмад вiрпас кајас.

Кымын јона-быгыд-чужөма-велөдчыс тiјан-школаын? Көнi најö олөны велөдчөм-костјасын (канiкулјас-дырјi)?

Јежыд-гөгылјас-јылыс вiрын.

Лiза вундiс чуңсө. дојсө көрталiс һајт-рузумөн. Чуңыс пыктiс, вежөдiс, вiсны кутiс. Лiза мунiс доктор-ордө. „Те-өмөј вунөдiн-һиң, өд һајтын олөны быдсама вiсөдан-гагјас?“ шүiс сылы доктор.—Выл-дојтө һекор оз ков мыккыны, оз ков һајт-рузумөн көртавыны-һi. Мед-бур мавтны сiјөс јодөн. Сiјө дој-гөгөреыс кучиксө кыскө, оз лез гагјаслы пырны пыщө. Јода-лөм-бөрын дојсө колө көртавы сөстөм-рузумөн. Ем-кө кi-улад болычаса-марла, мед-бур, дерт, сiјөн. Тенад чуңыд пежасөма-һиң-со, ордөма. Регыдөн он бурдөд сiјөс. Уна-мајета-на ськөд лө.“—„Кыс-нө сетчө пежыс да орыс чукөрмiсны?“—јуалө Лiза. „Мi-јан-вiрын, гөрд-гөгылјасыс-өпрiч, емөс јешцө јежыд-

-гöгылјас*). Мыјөн тенад-дојö вескалісны виеöдан-гагјас, жежыд-гöгылјас пырые-пыр-жö сөн-бокјас-пыр уекöд-чисны налы паныд. Жежыд-гöгылјас да гагјас-костын лыбіе кос. Жежыд-гöгылјас вегласöны, öти-ног да мöд-ног нужöдчылöны, ас-пыщкас-гартыштöмөн-мöз кватлалöны гагјасöс—сојöны. Гагјас оз-жö уэны, јад лезöны. Јадеыс жежыд-гöгылјас кулöны, орö пöрöны“.—„Гагјасыс, інö, вермöмаöе гöгылјасö?“—торкіе докторöс Лїза. „Енлы, ен термас,—шыіс сылы доктор:—ставсö лучкі вистала. Косыс на-костын абу-на помасöма. Орыс дојеыд петас ортö. Секі јонжык-жежыд-гöгылјас-кö вермасны сојны колöм-гагјасö, дојыд кутас бурдны: нöжöнөкөн сіјö вöснөдік-кучікаас“.

— „Мыјөн-нö те сіјö тöдан? Кызі та-јылые тöд-малісны?“ јуаліс Лїза. „Оліс öти-велöдчöм-роч-морт Мечныков. Сіјö микроскопөн візöдöма жежыд-гöгылјас да гагјас кос-вылö, гижöма сы-јылые нөгаö. Сы-бöрын мукöд-велöдчöм-јöз тöдмалöмаöе, здыл-ö Мечныковыс гижöма, збыл-ö жежыд-гöгылјас гагјаскöд косасöны. Нөјö аеныс сіјöс микроскопөн відлалöмаöе, адзöмаöе, мыј збыл“.

„Міјан-пыщкын-кö-нö некущöм-виеöдан-гагјас абу-öе, секі-нö, ескö, жежыд-гöгылјасыс мыј керöны?“ бара јуаліс Лїза. „Ужыд, бара, налы сурö. Те, көнкö, казавлін, кызі мысеігөн тушаыс гылалöны кіл-кодјас: нөртны-кö пондан тушатö, кі-улад бытöө нөјт-јокмылјас чукöрмöны. Сіјö—кучікыс-торјалöм-кулöм-јöртöд-јас кісöны. Сізі-жö пыщканым: сені важ-јöртöдјас кулöны, на-местаö вылјас ловзöны. Жежыд-гöгылјас куталöны кулöм-јöртöдјасö—сојöны. Натöг, ескö, пыщкöсным тыріс јогнас—кулöм јöртöдјаснас.“

Мыј колö вöчны ічöт-дојөн? Мыј, ескö, те вöчан, выжыд-дој-кö лөб?

*) Віз. „Лоам мі јонöе, зöнвізäöе-да“—воззäа-нөгаыс 47-d сер.

Мыҗ вöчö вiр-кiзeр (плазма).

Вундан-кö чунтö либö кыткö мöдлатi, сөнјасые-петöм-вiр дој-вылас ödjö сукмö, рыемö. Сijö аснас туп-кö дојсö, быттö пробкаалö, оз леҗ воҗö вiрлы петны. дојые-петöм-вiрын сукмö кiзeрыс (плазмаыс). Сeнi ем аслыс-сама-тор, сукмöдыгыс. дојые-петöм-вiр-кö чу-кöртан дозјö да нöјтан палычөн, палыч-вылас пукeас вiр-сукыс. Сijöс-кö бостан дозгыс, колас-вiрыс оз-нын сукмы. Кiзeр-тор вiрын—рыеманаыс да рыемытöмыс öтлаын — шусö плазма öн. Рыемана-торгыс ас-ке-жас—пiбринөн. Пiбринтöм плазмаыс — вiр-ва öн (сыворотка öн). Чукортны-кö вiртö дозјö, војдöр сijö сукмас, сeсeа нeдыр-мыгeи кутас сöзгыны выли-ас југыд вижоват-ва. Сijö—вiр-ваыс i ем. Јöв рыемiгас југыд-лöз-јöв-ва-жö леҗö.

Аслас кiзeр-вöсна вiр вермö визлавны туша-куза, новлöдлыны јöртöдјаслы сојан-јуан да мукöд колан-торјас. Нaјö вiрын ставныс сылöмаөе, сорласöмаөе вi-рыскöд. Сојантöг, ескö, важ-јöртöдјас тушаыс кулины. Мукöд-коланторјастöг выл-јöртöдјас ез вермыны арт-мыны, нeмторјөн лоi вежны кулöм-јöртöдјастö. Вiр-кiзeр нöшта чукортö јöртöдјасөн-шыблалöм ковтöм-тор-јас, кодјас артмöны сојаныс.

Кывлид-енö тi коркö, мыҗ дифтеритөн-вiсыс-чeлад-лы доктор леҗö на-пыщкö сукмана-лекарство—сыво-ротка. Сijöс со-кызи да со-мыҗла сузöдöны. Висöдан-гаҗјас веекаласны морт-пыщкö, вiемöдасны сijöс. Нaјö овмöдчан-интi бiалö, гöрдöдö, сeсeа вежöдö—орöсeö. Дифтерит-гаҗјас овмöдчöны горшö, голаö да нырö. Гаҗ-јасөн-леҗöм-јад разалö туша-куза. Сы-вöсна вуҗана-вiсöмөн-вiсeлөн оз сöмын вiсöм-иныс вiс, а быд-латi: мортыд быттö пыр зев јона музöма, оз сојeы-ни јусы. Бiа. Гаҗјасыд-кö, ескö, јадсö ез леҗны, мортыд регыдөн бурдiс: вiр-јеҗыд-гöгылјас, ескö, сојисны став-гагсö. Јадкöд воча-венсыны ем мiјан-пыщкын мöд-тор—вiр-ва (сыворотка). Сijö унаөс вiзö јад-помыс кулöмыс. Абу быд-органiзмын öтмында-вын вермасны

лок-вöчыс-гагјаскөд да наһн-леқөм јадөн. Сы-вöсна, медым содтыны органїзмö јадөн-воқсасыејасөс, леқөны морт-пыщкө пемөсјаслыс-боетөм-вїр-ва. Әїфтерїтөн-вїсыејаслы леқөны әїфтерїтөн-вїслөм-вөвлыс вїр-васө. Сешөм-вїр-ваын уна әїфтерїт-јадөн-бур-воқсасыејас. Тази-бурдөдїгөн вїсыс регыджык бурдө. Öнї әїфтерїтөн-веныны лої кокнїджык.

Гојан-јуан-мунан-туј-зөһвїза-јылыс.

Вїзөј пїңјастө сїсмөмыс.

Рөмпөштанөн вїзөдлөј ассыныд пїңјастө, сесеа вїзөдлөј јортјасыдлыс. Мукөдыслөн пїңјасыс лым-код жеждөс, југјалөны; мукөдыслөн сөддөс, роқдөсө, уна-һїн гылалөма. Мукөдыс—начпїңтөмөс: өтї-пїң-һїн во-маныс абу. Сїсман-пїңјасыс клашщөј (зев чөскыд-төм) дук петө. Мукөдыс пөрысөз оласны да пїңныс оз-ї вежсыв: пыр сарвїзөны жежд-јон-пїңјас. Мукөдыс томөн пїңтөммөны.

Воз-пїңјас орјөдлөны, посөддөны еојантө поснї-тор-јас-вылө. Јур-пїңјас најөс куртчалөны, ізөны, һїртөны. Пїңтөгыд еојантө-куртчавны һөмторјөн, бығ лоө секї еојны сөмын кїчер-ејан да роқјас. Чорыд-ејан-кө боетан вомад, зөһнас, ыжд-кусөкөн лоө һылыштны. Руп-кыдылы секї сөкыд; јона лоө сылы ужавны. Сы-вöсна пїңтөмјаслөн унаыс кынөмыс вїсө, дојмө. Пондам-кө мї бура-дөзөрїтны ассыным пїңјаснымөс, вермам вїзны најөс зөһвїзаөн пөрысөз. Сы-вöсна быд-лун водөм-воқвыланым колө пїңјаснымөс бура-весавны пїң-веса-лан-щөткаөн да порошкїөн. Щөткасө колө новлөдлыны пїңјас-вывтїыс вылысағ улө, а оз пїған-пөлөныс өтарө-мөдарө. Сїзі-весалїгөн пїңјас-костө вермасны колны сїбдөм-ејан-крөшкїјас. Најө сенї пондасны сїсмыны, пїңјасыд југласны, щыкны. Медым пїңјас-костыс весавны еојїгөн-пырөм-торпырїгјас, быд-ејөм-бөрын вомтө колө појжавны дебыд-ваһн.

Пёе-еojан-бёрын оз ков еojны кёзыд-еojан, кёзыд-бёрын—пёеёс. Пёңјасыд вывсаёныс тупкёма лы-торјён (костным веществом), шусё емалён. Сіјё, ескё, чорыд-да, кланіча-моз зев кокёна потласё, медеа-нын пёе-тор-бёрын-кё вескалас кёзыд, кёзыд-бёрын—пёе. (Мыј-вёсна сііі лоё вежёравны, вайёдёј тёдвылад, мыј лоё кушёмкё-торкёд шонтёмыс да кёзёдёмыс). Емал-потласёмјасёд кокёна пырёны пёё вёёдан-гагјас, сіётёны, шыкёдёны сіјёс. Јумов-еojан-радејтыејаслы оз ков вунёдчыны јумовтор-еojём-бёрын вомнысё пожјавны. Јумовторјыд мукёд-пёлёс-еojаныс пёңјасад јон-жыка ласкысё.

Кымын пёң тенад? Весалан он пёңјастё? Кор весалан, водігад алі асылын? Шёткасё кыі новлёдлан?

Еoj кадын. Нёмпёратём-пёраё рушкутё ен тырт.

Нылыштём-еojанторјас пусёны рушкуын да еув-ын. Рушкуыд да еувјыд пыщкёсладорсаёныс зев вёс-нёдік кучікаёе, вомын-код-жё. Сіјё-кучікас емёе аслыс-пёлёс нёрёдјас (железы). Нёрёдјасас артмё еojан-кёзертые-сывдыс-ва (пёщеварітёльныје сокі). Сіјё-ва-пын сылёны прёстёј-ва-пын-сывтём чорыд-еojанјас. Кёзёрмём-сылём-еojан еojан-сылан-канал-бокјасті петё вёрё, мунё туша-куза.

Нылыштём-еojан воедёр вескалё рушкучё. Сені олё сіјё кымынкё-час, кёзёрмё, сылё. Рушкучсаё сесса нёжјёныкён вужё еувјё. Кор еojантор вескалё рушкучё да еувјё, нёрёдјас лезёны еojан-сывдан-кёзертан-ва. Мед-бур еojны лунын кујимыс. Сііі-еojігён уна-еojны ётпырјё он вермы, еojан-кёзертыејаслы-сывдёдыејаслы-ужавны лоё кокёнджык. Кутан-кё еojны лунын ёт-чыд, еojан-кад-кежлас сещёма шыгјалан, еojан-вылас шыг-пон-моз уекёдчан да вывті уна еojан, рушкучё зёкёз тыртан. Рушкуч-кучікыд резінка-моз нужалас, паскалас. Рушкучыд ыждас, дундас; пондас топёдны, жмітны мукёд-органјасёс. Кынёмыдлы еёкыд лоё, вёмас. Рушкуын еojаныд дыржык кутас овны. Кёзёр-

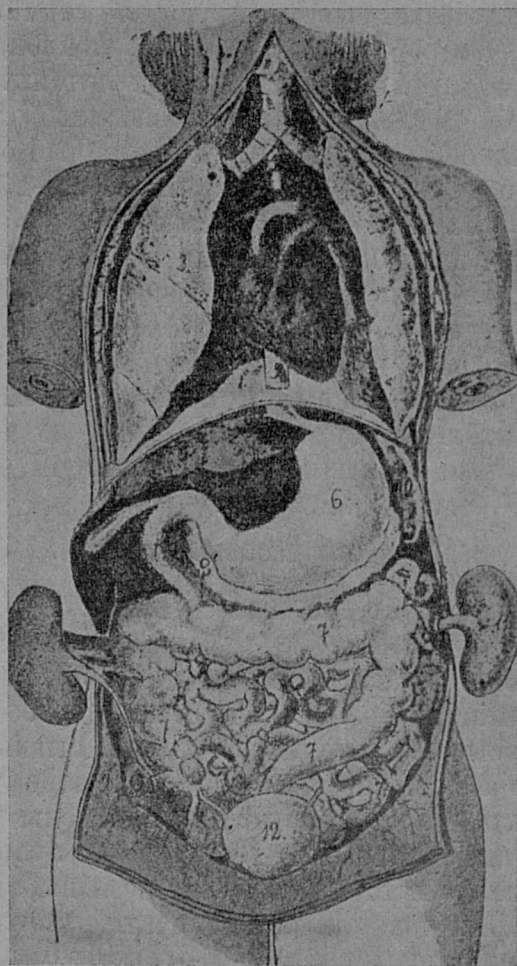
масны-сыласны војдөр рушку-стен-бердө-вескалөм ео-
жанторјас. Пыдын, рушку-шөрын кујлыејаслыккөзермө-
дан-сывдан-ва оз тырмы, сы-вөсна вуждөны најө еувјө
комөкјасөн. Сувлы лөб ужавны кык-мында: ассыс дај
рушкулые уждө вөчны. Колө еојны пыр өтө-кадын:
секи еојан-көзертые-сывдые-нерөдјас вермөны шөјт-
чыны. Шөјтчөм-бөрын најө буржыка ужалөны: буржык
да јонжык еојан-көзертан-сывдан-ва лөзөны.

Асја-еөјөм мед-бур мјан-організмлы. Четчөмөн-
шөщ ми заводітам ужавны. Велөдчөмыд-өд сјјө-жө
уж:урөкјас-бөрад кущөма музан. Сојтөг-кө ужавны
заводітам, уна-вын вітам організмө-чөжөм выныс.
Сојөм-бөрын-ужалөгөн чөжөм-вын огө вөрчөдөј, лөбө
бөстам-кө, зев-епа; мунас еојаныс-бөстөм вын. Вој-
кежлө уна-еөјны оз ков, лок сјјө. Секи мјан організм-
ным шөјтчө, ужалө омөла, нөжјө, еојан-јуан пра-
меја оз көзөрмыны-сывны. Асывнас, четчан-да, вом-
сыд чөскыдтөм-кор петө, еөјны-јуны оз чөсты. Сы-
вөсна водтөзид еөјны колө час кык-кујим возжык.

Велөд еувтө весасны асылын.

Мјан еувным віт-пөв-куч тушаме. Ем вөснө дај
кыз. Сојан-јуан нөбчө-сылө вөснө-еувјын. Јаја-черіа-
-еөјанјас пөшти ставнас нөбчөны-сылөны. Наңыд да
градывив-пуктасјас—оз: налөн, шуам, јөртөд-кышөдја-
сыс, кышјасыс оз вермыны еувјын сывны. Сещөм-
-сывтөм-торјасыс чукөрмөны кыз-еувјө, мешајтчөны сы-
лы. Сув-шырјајјас топөдчыштөны, јөткөны чукөрмөм-
-ковтөм-торјасөс ортөсө. Дыр-кежлө-кө кыз-еувјө коласны
сещөм-торјасыс, кутасны најө сені сіемныны, віемөдасны
організмтө. Кытчөз он ректы еувтө, мортыдлы зев
делө овны, сөкыд. Оз еөјсы-нө-јусы, оз уґсы. Біалас.
Кодлөн еувјыс кадын весасө, сылы і еөјаныд чөстө,
јурыд оз віе, овөө долыджыка. Сы-вөсна колө велөдны
еувтө весасыны асылын, еөјтөз. Пачыс-кө-тај-нө
дыржык он курав пөјімеө, сјјө омөла ломтысө. Сің-жө
і мјан організмным: ковтөм-торјасөн-тырөм-еув оз

вермы бура-уҗавны, омӧла кутас небӧдны-сывдыны
выл-воӧм-гожанторјас. !Сы-вӧсна, сувјыд-кӧ вӧзјыӧ
весассыны, оз ков кутны, мед весасӧ. Весасӧӧмые-
-кутӧмыс торкӧ ӧнвӧзалунтӧ.



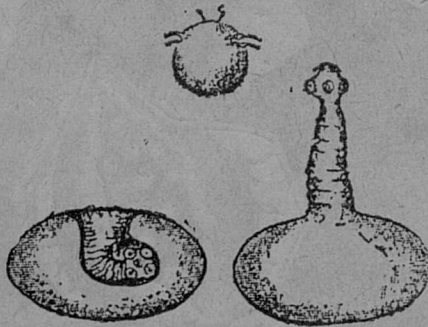
32-d еер. Мортлӧн гырк-пыщкӧсыс.

Кодлӧн сув-шырјажасыс омӧлӧе, небыдӧе, сылӧм-
-ковтӧм-торјас сувјые оз петны, шудны „гыркӧ-пӧ јӧр-
-тӧма“ (запор). Секі колӧ унжык сӧд-наӧ гојны. Сіјӧ

оз ставнас небчы-пуы рушкуд, вескалас сувјö, пон-
дас сјöс дојдны, Һртны бокјассö. Шырјажас топöд-
чыштасны, зырöдасны најöс ортсö. Накöд-щöщ петöны
і мукöд чукöрмылöм-ковтöм-торјас. Мед-щöкыда гырк-
тö јöртö жежыд-һаһ-вылын да һебыд-сојан-вылын олыс-
лыг.

Новјас-јылыг да кызі наыг видчысны.

Мортöс-кö щöкыда шогöдö, восöдö, либö сылөн
һöтö оз сојы, либö вывті-уна-сојесö, оз пöтлы, кор ад-
зытöм-помкатöг омöлтчö сјö, секи доктор щöктö вид-



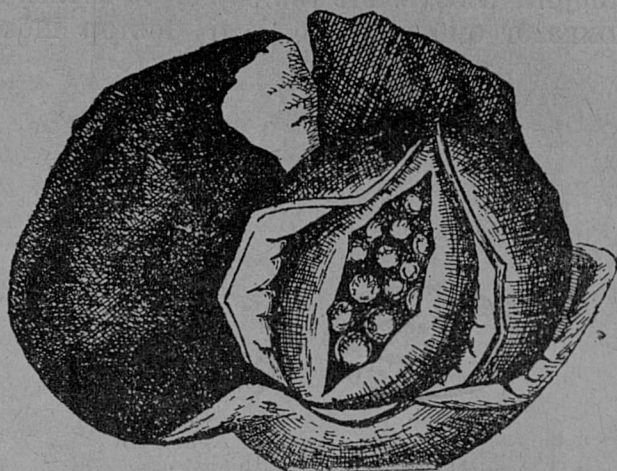
34-d сер. Финкајас.

лыны сылыг ситсö: абу-ö сени соліфор*)-торјас. Со-
ліфорыс сјö вöснідік лента-код ков. Міјан-сувјö вес-
калö сјö јона-пуытöм поре либö öш-јайөн, либö черіөн
(сірпі, јокыш да мукöд-пöлöс). Соліфор-колкјыс вој-
дöр вескалö, шуам, поре-рушкүö. Сени колк-кышыс
сылö, колкыс петöны поснідік-һізув-код гагјас. Најö
рушкусан вескалöны сувјö. Сув-бокјассö напарјайн-
-моз розöдöны, петöны јайö. Ветлöдласны сеті һедыр
да сетчö і овмöдчасны. Јайын гагјас гад-кодö пöрöны,
шусöны фінкаөн. Финкајас зев поснідіс, куш-сінмөн-
-визöдöмөн он адзы најöс. Јона-путöм-поре-јай-кö ми

*) Віз. „Лоам ми јонöс, ронвічаөс-да“-возға-һыгаыс
19-d сер.

сојам, фінкајасыс вескаласны мјан гыркө, сувјө. Ку-
јім-тöлыгөн најö пöрöны лента-ковјö.

Ем екiнококк-нiма солiтор. Сiјö вермö морттö ви-
ны. Сiјö овмöдчö мускын да тыјасын. Сещöм-солiторыс
вескалö гырканым понјассаң. Понјаслөн кывјас унаыс
овлывлö екiнококк-колкјас. Сещöм-кывја-понлы-кö леңам
нұвны ассыным кiнымöс да чужöмнымöс, сесеа сы-
-бöрын мыссытöг пуксам сојны, екiнококк - колкјасыс
сојанöн пырасны пыцканым. Челаң төдлытöг му-вы-



34-d сөр. Екiнококк.

лын-ворсiгөн унаыс сујöны вомас гöгрöс-ковлыс колк-
јассö. Сiјö кöт i морттö оз ви, да локсö уна-жö вöчö:
торкö зонвiзалунсö.

Медым виңны jöзöс солiтора-јайыс-вiсмöмыс, кар-
јасын начкысöм-бöрын јай-тушасö петкöдлöны скöт-
-докторлы. Јайыс-кö бур, зонвiза-скöтлөн, доктор клеј-
митö, леңö вузавны. Сiң-кö, нöбасiгөн-кö каңалан клеј-
миттöм-јай, ен нöб сiјöс: код-тöдö сiјö кущöм, гашкö,
вiсыс-пемöслөн-да. Сiктјасын да грездјасын, ескö,
сiңi-жö колö вöчны-да: начкысöм-бöрын петкöдлыны
јайсö скöт-пельшöрлы. Сојны-пуксiгөн кiтö колö мыс-
кыны мајтöгөн, кыјöдны, мед i мукöд ставныс мыс-

гасны. Оз-кө-өд мыссыны, һаһөн виеöдан-гагјас вер-
масны сурны і теныд.

Јөв-јылыс.

Креҗтанка лыгтö мөссö пöдöһчаö. Kodi tödö, лы-
тысöм-воғвылас мыккис ез сјјö кјјассö, сөстөм-ö вöли
сылөн пöдöһчаыс. Гапшкө-нө јөвсö һајт-рузум-пыр сыс-
јалис-да, һајт-тујисö киегис? Шлывкисö куртис, јөвсö
ваөн сорлалис. Мыј-сурö леғис јөлас, медым бөр сук-
мыштас, сесса мөдис јөлөн-вузасны. Мөстөмјас һөбасны.
Челад јөв-вылын олöны, быд-
-лун јөв сојöны, а асныс гумага-
-кодöе кельдöе, вјрпас чужöма-
-ныс абу. Быдмöны омöла, һөжјö.
Мыјла-нө, ескö, сјјі? да сы-вöсна,
мыј мед-бур-торјыс јөвөыс —
шлывкыс — налы оз сурлы: му-
-җер-вузасысид сјјöс аслыс колö-
-дö. Шлывкыд-öд јөвлөн гөсыс,
мед-пөтöса-торјыс сылөн. Сөстөм
сорлавтөм-јöлын сјјö һөль-прö-
чент. Сы-вöсна јөвтö колö бостны
тöдсајаслыс, код-вылö ем һаҗеја,
мыј оз пөрјав тенö, сорлавтөм-јөв
вузалö, да коді
вөдйтчö јөлөн сөстөма.



35-d еер. Мам-јöлыд
веекыда-вомö-воö.

Міјан республикаын арөсөз со-челад-шыс кулö
комынөз. Швейтсаріјаын—сöмын дас-кымын. Вит-арö-
сөз міјанын со-челад-шыс кулö 50-өз. Мед-јона ку-
-лöны челадыд мам-јөвтöг-быдмөм-понда. Мамјас унаыс
зев-воғ заводитöны вердны кагајассö мөс-јөлөн, сурыс
либö суліјаыс, вердöны куртчалөм-һаһөн, рокөн.

Сурыс да суліјаыс вердигөн колö виғны һајсө зев
сөстөма. Ғурка да һајта-виғöмыс јöлыс һа-пыын öдјö
шоммö, рыемö. Кагадс мыт бостас—кулö. Сурөн-һө-
-һөдигөн уна-кад вошö сјјöс мыккөм-вөсалөм-вылö да
јөвсö-пуғөдөм-вылö. Нөшта јөвсö-пуғөдны колö кужö-
-мөн. Мөс-јöлыд-öд челад-гыркыдлы оз лөсав: сјјö

морт-јөв-дорые госажык. Сы-вөсна посны-кагајасөс-вер-
дигөн мөс-јөвтө колө сорлавны ваһн, но вөчны сјјөс
кужөмөн: уна һи еща мед оз ло, бурещ колө.

Мед-бур, дерт, вердны кагаөс мам-јөлөн: Һөһвјажык
лоө. Быд-мамлы ассыс кагаө колө вердны аслас јөлөн.



Мөс-јөлыд вомө-вотөз, уна-ки-пыр мунө.

Сојан-јылыс.

Кодлөн сојан гыргын бура-Һөбө-сылө, сјјө Һөһ-
вја, зумыд, јон. Кодлөн омөла гыркыс ужалө, сјјө
ачыс омөл, пыр вшкө, норасө вермытөм-вылө. Зөв
кокһиа верман виемыны пузөдлытөм-ва да јөв јуөмыс,
пусытөм-сојан сојөмыс, пөжастөм-ул-Һаныс, көзүд
сојаныс (колө пөс-сојанжык сојны), мыскытөм-вотөс
да градыв-пуктасјас сојөмыс, цыкөм-сојан-јуаныс.

Пуѳодлытѳм-ваын вермасны лоны мыт-гагјас. Зев-нын лок јуны пуѳодлытѳм-ва кынѳм-виеѳдан-тиф (брюшной тиф)-да, мыт-да, колера-ветлигѳн. Секи виеѳдан гагјас мед-јона ва-пыр вуѳѳны.

Пуѳодлытѳм-јѳлын вермасны лоны чакотка-гагјас. Нѳшта, пуѳодлытѳм-јѳлыд зев-ѳдјѳ щыкѳ.

Пуѳытѳм-еojанторјас еѳкыда ѳебѳѳны-пуѳѳны гырк-пыщканым, сы-вѳсна виеѳѳѳны мјанѳс.

Ул-һаһ (тырмымѳн-пѳжавтѳм) из-моз рушкыад пукеѳ. Сы-вѳсна еѳлѳмтѳ сотѳ, гордѳдлѳ. Морѳспаһ-улын еѳкыд, дојмѳ

Кѳзыд-еojан абу-жѳ бур. Пѳе-еojаныд шонтѳ мјанѳс, кѳзыдеѳ аслыным лѳѳ шонтыны: сјѳ мјан вјр-јайе кѳзыджык. Кѳзыд-рок да картупель абу чѳскы-ѳѳе, чѳскыд-еojан-моз оз пырны вомад. Сесеа, чѳскыдтѳм-еojанјасыд омѳльжыка пуѳѳны-ѳебѳѳны гырканым-дај. Чѳскыд-еojан-јуан-вылѳ-вјѳѳдигѳн, шуѳны, дул-ваыд петѳ. Оз сѳмын дул-ваыд секи пет, петѳ щѳщ рушкыуын-сѳзтан-рушкы-ва (желудочнеј сок).

Коді пѳе-еojан-шыдѳдј калбас еojѳ (сещѳмыс уна карјасын), сылѳн еувјасыс оз вермыны лѳчки-ужавны. Калбасѳ-ѳѳд, меѳеа-һин донтѳм-сортае, течѳны быѳсама ковтѳм, щыкѳм, колас-јай-торјас. Рушкы да еувјас оз вермыны најѳс ѳебѳѳдны. Сещѳм-калбас-дорѳыд буржык һаһ-вылын да ва-вылын овны.

Щыкѳм-јайын да черыын лѳѳны јадјас. Наые мортыд лѳѳѳ јона виемѳ, лѳѳѳ дажѳ кулѳ. Тѳлын еojантор-јастѳ дыржык поѳѳ вјѳны, оз щыкны најѳ. Гожѳмын мѳд-лун-кежлѳ оз-һин поѳ колны—щыкѳны. Гожѳмын уна-јай-еojны оз ков. Мед-бур секи еojны градвыв-пуктае да јѳла-еojанјас. Јаблѳг-кѳ ѳѳбан еojны, сјѳс војѳѳѳр колѳ мыскавны пуѳѳдлѳм-ваѳн, да мед мыски-гад кјјасыд сѳстѳмѳе вѳліны.

ѳтѳ-пѳлѳс-еojантор абу-жѳ бур: уман, оз кут чѳстыны, оз кут еojыны. Сы-вѳсна еojаннад колѳ пѳлѳскасны, вежлавны најѳс щѳкыджыка.

Коркѳ тенад виедѳс-ез кынѳмыд? Мытѳтѳдліе ез? Мыјые виеіе, кущѳм-еojан-бѳрын?

Еojлан он те мысѳытѳм-кѳѳн?

VIII. Гин-пель-зоньвиза-жылыг.

Мыла школаын уна-велөдчыг сөмын матыг адзёны.

Kod-сурё лыд-дыены либө мати-гөгөрыг визөдны өчкиасёны, сытөг оз адзыны матыгыс. Сы-пыдди ылыг најө бура адзёны, некущөм-өчки оз ков. Мукөдыг вурёны да лыд-дыёны өчкитөг, матыгыс бура адзёны, ылыг оз адзыны, өчкиөн визөдөны. Воэражасё шуёны бура-адзыгасён (далнозоркиге), бөрјажасё — омөла-адзыгасён (близорукиге). Омөла-адзыгасён гин-колкжасыс жонжыка мылкжаёг мукөд-дорыг.

Кымын-морт тижан классын бура-адзыгыс, омөла адзыгыс?

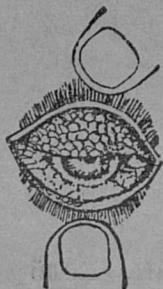
Төдмалөмаё, мыж велөдчыгасёлөн гинмыс зев жона щыкө. Школаб-пыригөн унжык челадыс бур-гинмөн локтёны, бура адзёны. Велөдчигас сесеа воыг-воө щыкөм-гинма пыр өтарө содө, бура-адзыгас чинёны. Сижө сы-вөсна, мыж велөдчыгаслы уна лоө лыд-дыены, гижны, жона музтыны гинсө. Гин-бугылыс сыыс кысё воэө, быггё петыштө ортё (мылкжажык лоө) — гинмыс щыкө, ылыг оз-нын кут адзыны. Гинтө-щыкөдны отсалёны пемыдөн да омөлик-биён лыд-дыёг-гижөм, лок-нога-партагас (кор лыд-дыгас-гижигас тушатө куси-төмөн, журтө-чукылтөмөн лоө пукавны), омөла-төдчана посни-шыпаса-нигагас да жугыдыс-кө нига да тетрад-вылад оз лучки уе, а вужөрөн. Колө, медым жугыдыс пыр шугаладорсаг уеис, секи некущөм-вужөр оз ло. (Тижан классын партагас-вылад жугыдыс шугаладорсаг-ө уеё?). Гортад i классад уэ-вылө-пуксигөн лөгөдчөж пыр сизі, медым лунын өшигас, а рытын лампа пыр вөліны шугаладорын. Кымын гырыгёе да паскыдөе өшигас школаын, векниёе өшигас-костжасыс, сымын-уна-жугыд вежөсын, зоньвизаёг да бур-гинмаёг велөдчыгасыс.

Школа-стенжастө пыщгөсладорсө колө мавтны жугыд-рөма краскаөн. Нигатө да тетрадтө гинсагыд колө кутны 32—35-сантиметр-сажын. Сизсө-кө онө адзө,

либө омөла адҗад, пырые-пыр мунөј еін-бурдөдые-доктор-ордө. Сіјө відлалас тіјанлые еінҗастө, еін-серті щөктас өчки һөбны. Өчкітөг-кө і воҙө кутад музтыны еінҗастө, зикөз најөс щыкөдад. Сінҗасыд-өд мед-колан-торҗас. Омөль-еінҗаснад бура-уҗавны он вермы, уна бур-тор он адзыв. Омөль-еінҗасыд торкөны мїјанлые ҳөһвіҗалуннымөс, оз леҗны пөс-сөлөмөн, долыда-пырые уҗавны.

Тракома-җылые.

Кодлөн тіјан-шые, садмад-да, еінҗасыд оз воссыны, бығтө клејітчөмаөе. Лоө кїнад тїлыны. Сінҗас клејітчөны секі, кор еінлапөд пыщкөс-вөснї-кучїкые вїемөма. Сінлапөдыед бығтө өшїн-тупкөс: вїзө еїнтө бу-сөссөмые да доҗмөмые уҗїгөн і олігөн. Вїемөм-еінлапөдые петө ор. Војбыдөн лапөд-дорҗасые клејітчөны сіјө орнас. Көсөмөм-орыс чукөрмө ныр-бердө еін-пелөсө.



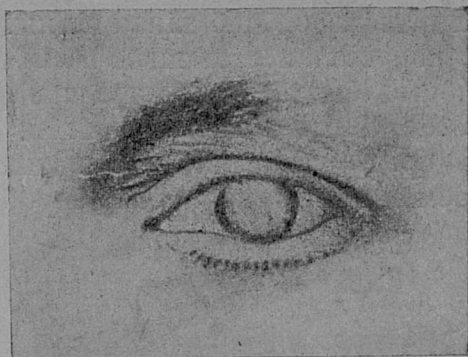
36-d еер. Вїемөм-еінлапөд.



37-d еер. Тракома.

Мед-омөль, полана да вуҗана еінлапөд-вїсөм шүеө тракома өн. Вїзөдлы јортыдлые еїнсө. Сін-колҗыс дор-гөгөрые жеҗыд. Шөрлаһые сіјө пырыс-тыдалана (прозрачное), шүеө роговітсаөн. Серт, көнкө, ті адзылїд коркө белмаа-еін. Белмаыс сіјө щыкөм-рого-вітса: гудыртчөма, пемдөма. Тракомаөн-вїсїгөн вїсөмые еінлапөдые вермө вуҗны роговітсаө, гудыртө сіјөс— белмаалө.

Роговіцатö-кө ставнас белмаалас, мортыд ентöм-мө. Міжан республикаын мед-уна-еинтöм тракомаы: быд-ео-еинтöм-морт-пие кыз-өтис еинтöммөма тракомаы. Тракома — зев вуңана вием. Міжанын зонь еиктјасөн виеоны тракомаөн. Сы-вөсна оз ков некор тилны еинтö најт-кiөн, чышкыны најт-кузчышјанөн лі-бө најт-ныр-чышкөдөн. Оз ков чышкыны јөз-кузчышјанө: он-өд төд, кузчышјан-көзјіныс зоньвиза абу. Гашкө, тракомаа. Быд-мортлы семјаын колө лөеөдны торја-кузчышјан.



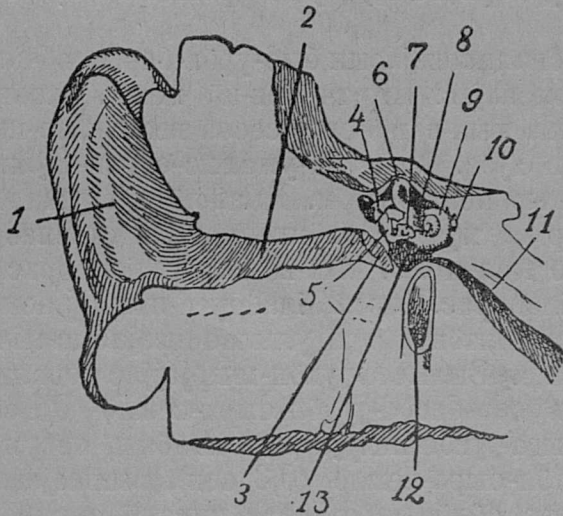
38-d еер. Белмаа-еин.

Узгiөн-кө еинјасыд клејитчöны, колө региджык петкөдчывны еин-бурдөды докторлы. Нужөдчыны-кө бурдөдчöмыс пондан, еинмыд јонжыка виемас, јонжыка орөеыны кутас.

Пель-зоньвиза-јылыс.

Пель-тыдаланинјас шусөны пелпанөн (раковина) да пель-розөн (канал). Пель-розеағыс пырө ортсі-шы-ветлөдлан-туј. Пыцца-помыс сылөн зелтөма зев вөснi-дик кең-код-кучiкөн, шусө барабаннеј перепонкаөн. Шы-ветлан-тујјас-весавны најтыс—пель-ситыс (сераыс), колө сөстөм-рузумөн. Некоз оз ков гудјыны пельтө

іздөгөн, шпількөн, чувкі-кыан-жемөн да мукөд сещөм-торјасөн: верман кең-код-кучіксө гыжыштны, дојдны. Барабаннеј перепонка-сајас кујлө sameј кылысые, мыјөн мі кылам. Сіјөс јона колө віңны. Емөе, немвідчыетөг пельө кучкасны лібө пель-воңын ыжыд-горөн горөдасны. Сіјө зев абу бур: барабаннеј перепонка вермас потны, мортыд пельтөммас. А пельтөмјаслы-өд овны зев сөкыд: өйтөрсө дасые јуаласны, щөщ мукөдсө дөзмөдасны. Ічөтысаң колө велөдчыны сөрөитны шөркоддем-шыөн, оз кэв горзыны. Горзөмөн вескыдлунтө он петкөдлы. Колө бур-уңөн да төлка-вісталөмөн петкөдлыны сіјөс. Пабрікјасын гырые-машінајас-бердын-уңалыејас пөшті ставныс омөла кылөны: машіна-шыјасые торкөмаөе налые кылан-торјасө.



39-d сөр. Пель, ортсые і пыщкөсые.

Пельө-вескалөм-вуңана-вісөм мед-щөкыда овмөдчө барабаннеј-перепонка-сајса-кылан-торјө, сесеа барабаннеј-перепонкасө роңөдө. Пельыд віјалө, ор петө. Омөлжыка кутан кывны. Мыјөн челаф кутасны норасны пель-вісөмөн, пыр-жө колө петкөдлыны најөс

пел-бурдодые-докторлы, медым вёсёмыс оз удит ро-
чодны барабаннеј перепонкасё.

Та-јылыс вёсталёј мамјасыдлы.

IX. Узём да шojтчём-јылыс.

Шojтчём-јылыс.

Ужалігөн музёны шырјайяс. Јурён-ужалігөн (ум-
ственныје заначіја), велёдчигён, мі музам уна-мөвпа-
лөмыс, кывзөмыс, суса-визёдөмыс, дыр копыртчёмөн
вөрзёдчывтөг пукалөмыс. Урөкпомын мі омөлжыка-нын
гөгөрвоам вёсталөмсё, вөчам уна-өшібкајас. Міјанлы
колё шojтчөг.

Мед-бура ужды мунё, көт-регыдікаөн, но шojтчө-
мөн.

Сы-вөсна школајасын быд-урөк-бөрын вөчөны шojт-
чөг—переменајас. Шojтчытөг-кё помса ужавны уна-
час, сымда вын вошө, мыј сесса весег дыр-шojтчёмөн
он бергөд сіјөс. Мед-уна-ужалыс-орган-міјан—сөлөм.
Сылөн уждыс помаслытөм. Кызі-нө сіјө ужалө? Мыјла
сіјө некор оз муз?—Сөлөмным міјан ставнас шырјай-
ыс, јукөё ноль-пелё: кык-вежөс выліладорас да кык-
вежөс уліладорас. Кор выліладорса-шырјайясыс чіныш-
төны, топалыштөны, секи улыладорсајасыс лічыда олө-
ны, вөлаыс. Вылысса-јукөн-шырјайяс топалыштлөны
сөмын секунда-дасөд-јукөн-дыра-кежлө (0,1 сек.). Сы-
-бөрын улыса-јукөн-шырјайяс топалөны, секунда-кујим-
-дасөд-јукөн-дыра-кежлө (0,3 сек), вылісајасыс шojт-
чөны. Сесса сөлөмыд ставнас шojтчө, секунд-чөверт
(0,4 сек). Сіз-кө, сөлөмыд сы-дыра-жө шojтчө, мыј-
-дыра і ужалө. Сы-вөсна і оз муз сіјө некор.

СССР-ын закон оз лез суткіын көкјамыс-часыс-
-унжыс ужавны. Мөд-көкјамыс-час мортлөн мунё кө-
масөм-пастасөм, мысөм, сојөм-јуөм, лыд-дысөм, га-
жөдчөм, јөз-кост да гортса-уж-вөчөм да шojтчөм-вылө.
Көјмөд-көкјамыс-часыс пунктма узны. Тіјан-арлыда-
-челадлы колө узны өкмыс час.

Немечкөд-војујтигөн кык-оптсер заклад-вартөмаёс: кодыслөн салдатјасыс өткүзта да өтжүжда окопјас регыдзык кодјасны. Кыкнаныслөн салдатыс вөлөма өтмындаөн. Өти-оптсерыс ассыс салдатјассө жүкөма кык-пелө: војдөр-пө мед өти-жынјыс ужалас, мөдыс секі шөјтчас; сесеа воқзјасыс кутасны шөјтчыны, мөд-жынјыс ужалас. Көсјыёма налы ужалөмыс бура-мынтысны. Сы-раді салдатјас еөлөмыс кутчөсөмаёс уж-бердө, ужалөмаёс ебөс-быртөзыс да вөлісөти шөјтјасыскөд вежөсөмаёс.

Мөд-оптсерыс нач-мөд-ногөн лөсөдөма ужалөмсө. Сіјө салдатјассө жүкөма кујим-пелө, быд-чүкөрлы шөктөма ужавны сөмын вөт-мінүтөн. Сіз-кө, быд-морт вөт-мінүт-ужалөм-бөрын дас-мінүт шөјтчөс. Тајө-оптсерлөн јона-воқ мөд-дорыс окопыс кодјысөс дај салдатјасыс ез музны. Воқза-оптсерыслөн ужалысјасыс жујмунөмаёс вөлі, сөщөма музөмаёс. Најө-өд-сө ебөс-быртөзыс пыр ужалөсны, ез шөјтчывны, а шөјтјас-ужалөг-костыс бырөдөм-вын-мында вын һекызі ез вермыны чөжны, ез вөвјавлыны бура-шөјтчыны. Сөрт сесеа сізінад жујалан. Мөвпыштөј өні асныд: кызі буржык ужавны, медым омөла-музөмөн унжык вөчны.

Ун-јылыс.

Гөкыда-гөгөрвоана-торјас школаын велөдөны пыржык асылын, мед-воқза-үрөкјасын. Со-мыј-вөсна сізі вөчөс. Унмыд—мед-бур шөјтчөг. Узөм-бөрын ужавны да мөвпавны мед-көкөні. Омөла либө еща-узөм-бөрын огө вермө бура-мөвпавны, омөла вежөртөм, һекущөм-уж кіаным оз пыр, оз ужавысөсы. Тіјан-арлыда-велөдчысјаслы колө узны суткын дас-час. Секі лоанныд крепыдөс, јөнөс, қонвіқаёс.

Понмөс-кө дыр он лөз узны, 16—17-лун-мысөти сіјө кулө.

Франтсіјаын велөдчөм-јөз вөчөмаёс со-кущөм-тор: бура-узөм-бөрын понлы вөрас лөзөмаёс дыр-узтөм-понлыс вөрсө. Сіјө зөв регыдөн вылыс унмөсөма.

Тажö петкөдлө, мыј пемөсјас-вірын уҗые чукөрмө јад.
Уҗигөн сјјö јадыс весасөө вірөн.

Кор мi огө уҗө, мiјан вiр-јаж пыр уҗалө: ветлігөн-
-вөрігөн шырјажас топалыштлөны, еінјас вiҗөдөны,
пелјас кывзөны, јур-вем мөвпалө. Уҗигөн ставныс најö
шојтчөны, чөжөны мөд-лун-кежлө вын. Сөмын еөлөм да
тыјас лун i вoј пессөны—уҗалөны.

Х. Вiна-јуөм да табак-курiтөм-јылыс.

Вiна-јуөмыс зев-ыҗыд-лөк.

Туж-куҗа өтарө-мөдарө-довјалиг-тырјi мунө морт.
Абу-ө сјјö вiемөма?—Абу. Сад-төм-код. Гiнјасыс пык-
төмаөе, пырдөөе. Мунө да өтнасөн гораа еорнiтө.
Енө кывзө сылыс сөрөмсө, онө-жө-өд һемтор гөгөрво-
өј-а. Сјјö унаыс ачыс оз төд, мыј сөрө, вiнаыс вiемө-
дөма јур-вемсө-да. Со сјјö еурјад зураеис, уеi һајтө.
Бур, ескө, гортас - воөм-мысi-кө тащөм-мортыд ун-
мовас. да-өд унҗыкыс оз уҗны, зык да шум лептө-
ны, косасны зелтчөны. Нөјтөны гөтырсө, челаф-сө,
шыблалөны, жуғөдалөны доздук да улөс-пызанјас.
Гортасјасыс сөм лiбө һаҗ вiдчыеисны, а сјјö со-мыј
вајiс—код-јурсө. Нажеткасө ставсө јуөма. Челаф-ыс
щыгјавны кутасны, корны петасны. Гөтырыс шогысла
да сөкыд-олөмысла—горзыны-бөрдны. Јуыс-муҗик аскi-
нас четчас да оз вiҗөдлы семја-вылө, мунас корны
уҗдыны сөм пөкмөлитчыны.

Емөс, сад-төм-кодөз һекор оз јуны. Ещанiк-јуөм,
на-ногөн, абу омөл. Позө, думажтөны.

Сјјö абу сiҗi. Ещанiк-јуөмыс омөлыс ем-жө. Тiпо-
грапiјаын ещанiк-јуыштөм-наборщiк сад-наборщiкыс
өшiбкасө унҗыс вөчө. Сiҗi-жө i мукөд-уҗ-вылын:ју-
ыштөм-мортлөн уҗыс омөлҗыка мунө.

Профессор Бектерев кодзөдана-јуан вiдлалөма пон-
-пiјан-вылын. Кымынкө-пон-пiөс јуктөдыштавлөма сјјö
спiртөн, мукөдсө абу. Кодзывлөм-пон-пiјан зев омөла
быдмөмаөе, лөмаөе мiөтөмөе, омөликөе, жугыльөс.

Вина-жуејасөс щөкыда виеөдө. Наяө жеңыд-нем-помаөс: јутөмјас-дорые јона-воз кулөны. Жуејаслөн зөңвиға-челад оз вермыны лоны. Наяө виедөсөн-нын и чужөны. Адзас-кө доктор кельид-чужөма омөлик-кагаөс, мед-војдөр јуалас, абу-ө бат-мамыс жуеөсө. Жуе-бат-мам-нывјаслы, верөссајас мунасны-да, кагасө-вердны немторјөн лоө: морөсас јөлыс оз ло.

Быд-кодзөдана-јуан—јад. Жуыштөм-бөрын мортлөн војдөр кывјые рагөсө: варовмө, дугдывтөг пыр мыјкө висталө. Ызгас-ызгас сизі, сөсса јадыс кутас вермыны сјјөс: мортлы зев сөкыд лоө. Јурыс быгтө тыртөм көрт-пөрт, немтор оз ужав, оз вежөрав. Сінјасыс гыр-дөсөны, гудыртчөны. Сінвогыс пөмдө, ставыс быгтө ру-шын. Ужавны, төдөмыс-нын, сөщөм-морт немтор оз вермы, некущөм-уж сылы кias оз пыр.

Куритчөмыс зев-жө омөль.

Керкатыр лөз-щын, нинөм оз тыдав. Јурөј бергөд-чө. Лолавны немторјөн. Пукалыејасыс вјжөдөмаөс, кельдөдөмаөс. Кызөны, шыжсө жөжө сөлалөны.

Кытчө, бара, ме вескад-а?—Куритчыејас-пю. Воеталөј өшиңјастө! Мјјан-тыјаслы колө сөстөм-сынөд! Мј төлөдөмөн весалам керкаыс щыкөм-сынөд—углекислота, а тј, куритчыејас, табак-щыннад бөр лөзад сјјөс, тыртад керкасө. Мјјан ловгоршлы, тыјаслы, гырк-пыщкөслы-ставнас табак-щыныд зев омөль: уна-лок сјјө вөчө.

Мыјда-на омөлыс табактө-сөтөмыс куритчөмыс-өпріч! доктор шуас, челад-тө-пө јөлөн колө јуктавын, адзан, кущөм најө омөлөс, быгыдөс.—„Сөмыс абу јөвсө нөбны. Ва јуасны“, шуас багыс. „Те куритчан, курыдтө вјдлавлан? Уна-ө-сөм вјған сы-вылө быд-лун? Табак-пыд-дыд-кө, ескө, те кагаыдлы јөв нөбан, красујтчас-олас сјјө. Быдмас зөңвиғаөн, јөнөн. Мөдыс аслыд-жө бур-отсасыс лоө, нимколасны пондан“.

Вајө өтувтчөмөн венсыны куритчөмөн! Бырөдамөј сјјөс! Классө өшөдам пөв. Отар-бокас гјјалам курит-

чыејасөс, мөдарас—куритчытөмјасөс. Коди куритчөмые дугдас, сiјөс долыда-пырые вужөдам куритчытөмјас-динө. Быд-сещөм-вужөдөм лоө ыжыд-празниөһ, ыжыд-бур-вөчөмөн. Сы-јылые ми пондам вiставлыны мукөд-куритчыејаслы. Ми ог летчыөј тајө-ужые. Кутам вын-јаые пессыны кыскыны став-куритчыесө асладорө, куритчытөмјас-пыщкө. Ми бырөдам школаые куритчө-мөн-сынөд-щыкөдөм! дугөдам табак-щын-пуркјөмые став-велөдыесө, велөдчыејасөс, стөрөжөс!

Быд-классө колө өшөдны тащөм пөвсө.

Пондам пасјавны куритчөмые-дугдыејасөс.

XI. Бөрја-кыв.

Мыј колө вөчны школаса зөһвiзалун-понда-төждыеые-котырлы.

Уна-велөдчые лыддас тајө-һигасө. Лыддөмыд сiјө өти-тор, колө вөчны, мыј щөктөма. Медым лыддөмые вес оз вош, медым велөдчыејас велаласны зөһвiза олөмө, колө кодлыкө сы-јылые пыр казтывны, зурөдны, щөктыны вөчны, ышөдны сы-вылө. Школаса зөһвiзалун-понда-төждыеые-котырлы, став-велөдчыеыскөд өтув, доктор-индалөм-серти колө зiлны пыртны олөмө һигаын-вiставлөм-торјас. Колө зiлны, медым сiјө пырас i вужјасас. Секи важ-олөм школаын вежас. Велөдчыејас аеныс пондасны кыссыны сөстөма, бура-олөмлаһ, пондасны вiçны аенысө быд-локые да омөлые. Секи тајө-һига-лезөм вес оз вош.

Зөһвiзалун-понда-төждыеые-котырлы школаын, мукөд-велөдчыејаскөд-щөщ, колө унжыкые вөчлыны выставкајас, собраннөјас зөһвiза-кутөм-јылые сорһитны; аслыныс бура, лучки овны, медым мукөд, на-вылө-вiçөдөмөн, лок-олөмсө вежасны бур-вылө. Колө налы төдны да пыртны олөмас со-кущөм-торјас:

1. Чужөмтө, голатө да пельјастө быд-лун мыкыны көзид-ваһн, мајтөгөн. Кiјастө мыкыны быд-сојөм-возвылын. Пиңјас весавны вој-кежлө пиң-весалан-щөт-

каһн да сөстөм-мелөн. Өтчүд быд-вежонын мыскыны тушатө шоныд-ваһн, мајтөгөн.

2. Купајтчигөн ваын дыр оз ков овны: кынмыны-заводиттөз колө петны сетые.

3. Оз ков леэны окавны аетө парјад һи китө. Аслыд оз ков окавны һекодөс, образјас-һи, крестјас-һи. Оз ков сетны понлы һувны китө. Оз ков уэтөдлыны аскөдыд понјөс-һи-каһөс, оз ков окавны һажөс.

4. Оз поз еөлавны жождө. Кызигөн да һесјигөн вомтө колө тупкыны.

5. Дөрөм-гачтө-да, пиңжак-пастө-да, волпас-гөгөртө-да колө виэны сөстөма. Бусөе-көлүјтө колө пырөдны бывлаын, бокрын јөз-оланиһсаһ. Жождө колө чышкыны лапыд-корөөһн, мед бус оз кај. Бусјас чышкавны лапыд-ветөкөн.

6. Сөстөм-сынөд зев бур. Колө велөдны аетө овны воеса-өпиһөн либө форточкаһн. Керкатө колө щөкыд-жыка төлөдны, асылын да вој-кеждө щук-һин быд-лун. Ен төбөсы, ен гартчы вывти-шоныда.

7. Сој-ју торја-дозјые, чышкые торја-кузчышјанө, уэлы торја-волпасын.

8. Јөвтө да ватө пузөдлөмөс ју. Градвыв-пуктастө да вомөсјас мыекавтөг ен сој. Видчые миөдөм-мам-пасөбые да подсолһечһыкые.

9. Быд-зоһвиэа-велөдчыелы колө вөчны гимнастика да спорт велөдны. Переменајас-дырји колө овны бывлаын, сөстөм-сынөд-вылын.

10. Уэны колө 10-час.

11. Школаын һекодлы оз поз куригчыны. Велөдчыесјаслы колө вененыны табак-јадөн, бырөдны куригчөм.

12. Кодзөдана-торјас ен ју. Көт-кущөмкө-ыжыд-морт, аслас-пемыдлуныс-вөсна і пондае щөктыны јуны, ен кывзы сылые. Крепыда аетө кут бур-туј-вылын.

Тајө-12-торсө зоһвиэа-кутөм-јылые колө төдны быд-велөдчыелы; овны сизі аслыныс, велөдны щөщ і му-көдөс: гортсајасө да төдсајасө.



Јуриндалыг.

I. Морт-кучик-зонвиза-жылыг.

Листбок.

Мыла колө мысыны	3
Кызі колө дөңөритни жүреитө да чунь-гыжастө	4
Кушөм-вайн колө мысыны	7
Сарыын да жүжасын купајтчөм-жылыг	7
Кызі колө пастасыны	8
Кынмалөм-жылыг	10

II. Фізкультура.

Гимнастика да спорт абу ышманторјас: најө зон- визалун кутөны	10
Шонид-пас-пыдди—физкультура	14

III. Лыфмагі ескеј-система-зонвиза-жылыг.

Зөлөтука-жылыг	15
--------------------------	----

IV. Лысөм-зонвиза-жылыг.

Ракит-висөм-жылыг	17
Мыла челадлөн лысөмыс кокниа куснаеө, пөрысјаслөн—чегласө	18
Кытчөз кагаыдлөн сурсалдыс оз јонмы, уңтөд- лы сјөс чорыд-волпасын	19
Морөс-лыјас-чукылтчөм-жылыг	21
Мыј-вөсна код-сурө-јөз өдјө да уна вермөны вет- лыны, мукөдыс—оз	22

V. Лолалан-тујјас-зонвиза-жылыг.

Мыла ми төлөдам ас-оланиннимөс	24
Морөс-лыјас-жылыг	25
Кызі пастөдны векни-морөс	28
Чакотка-жылыг да кызі сыыс мездысны	29

Уна-ө кулө јөз чакоткаөн	31
Збылыс-ө позө виемыны чакоткаөн виеыс-шыжсан	31
дїспансер—чакоткаөн-венсан-ін	32
Карлөн тыјасыс—паркјас да садјас	37
Возын-олиејасыс лобны ывла-школаын-велөд- чысјас	38

VI. Вир-зонвіза-јылыс.

Мыјла мукөд-челадыслөн чужөмыс быгалөма, јежыд, мукөдыслөн—дон-гөрд, вірыс ворсө	39
Јежыд-гөгылјас-јылыс вірын	40
Мыј вөчө вір-кізер (плазма)	42

VII. Гојан-јуан-мунан-туј-зонвіза-јылыс.

Візөј піңјастө сіемөмыс	43
Гој кадын. Неппөратом-пөраө рушкүтө ен тырт	44
Велөд еувтө весасны асылын	45
Ковјас-јылыс да кызі наыс відчысны	46
Јөв-јылыс	47
Гојан-јылыс	50

VIII. Гін-пель-зонвіза-јылыс.

Мыјла школаын уна-велөдчыс сөмын матыс ад- зөны	52
Тракома-јылыс	53
Пель-зонвіза-јылыс	54

IX. Узөм да шојт өм-јылыс.

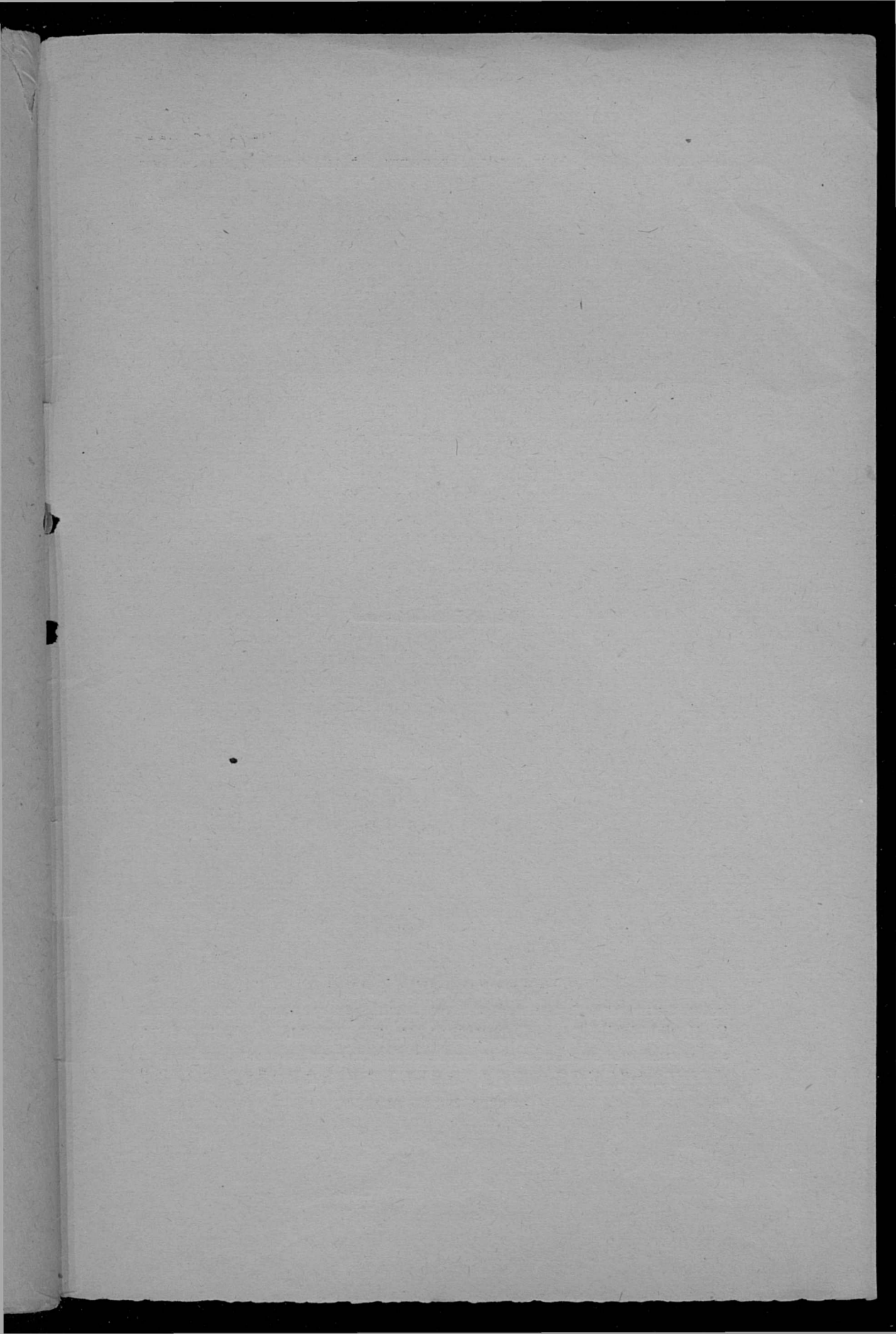
Шојтчөм-јылыс	56
Ун-јылыс	57

X. Віна-јуөм да табак-курітөм-јылыс.

Віна-јуөмыс зев-ыжыд-лөк	58
Курітчөмыс зев-жө омөль	59

XI. Бөрја-кыв.

Мыј колө вөчны школаса зонвізалун-понда-төж- дысыс-котырлы	60
---	----



7686

доныс 40 ур.

Коми-З

3-1915

Цена 40 коп.



НА КОМИ-ЗЫРЯНСКОМ ЯЗЫКЕ

В. Н. ФАЛЬКНЕР. Будем сильны и здоровы. Часть II-ая

ЦЕНТРАЛЬНОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО НАРОДОВ СССР

МОСКВА, НИКОЛЬСКАЯ, 10