

PEDAGOGIK MAHORAT

7
2023



ISSN 2181-6883

PEDAGOGIK MAHORAT

Ilmiy -nazariy va metodik jurnal

7-son (2023-yil, avgust)

Jurnal 2001-yildan chiqa boshlagan

Buxoro – 2023

PEDAGOGIK MAHORAT

Ilmiy-nazariy va metodik jurnal

2023, № 7

Jurnal O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi huzuridagi OAK Rayosatining 2016-yil 29-dekabrda qarori bilan **pedagogika** va **psixologiya** fanlari bo'yicha dissertatsiya ishlari natijalari yuzasidan ilmiy maqolalar chop etilishi lozim bo'lgan zaruriv nashrlar ro'yxatiga kiritilgan.

Jurnal 2001-yilda tashkil etilgan.

Jurnal 1 yilda 12 marta chiqadi.

Jurnal O'zbekiston matbuot va axborot agentligi Buxoro viloyat matbuot va axborot boshqarmasi tomonidan 2016-yil 22-fevral № 05-072-sonli guvohnoma bilan ro'yxatga olingan.

Muassis: Buxoro davlat universiteti

Tahririyat manzili: 200117, O'zbekiston Respublikasi, Buxoro shahri Muhammad Iqbol ko'chasi, 11-uy

Elektron manzil: nashriyot_buxdu@buxdu.uz

TAHRIR HAY'ATI:

Bosh muharrir: Adizov Baxtiyor Rahmonovich – pedagogika fanlari doktori, professor

Mas'ul kotib: Sayfullayeva Nigora Zakiraliyevna – pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Xamidov Obidjon Xafizovich, iqtisodiyot fanlari doktori, professor

Begimqulov Uzoqboy Shoyimqulovich, pedagogika fanlari doktori, professor

Navro'z-zoda Baxtiyor Nigmatovich – iqtisodiyot fanlari doktori, professor

Mahmudov Mels Hasanovich, pedagogika fanlari doktori, professor

Ibragimov Xolboy Ibragimovich, pedagogika fanlari doktori, professor

Rasudov To'liq Husenovich, fizika-matematika fanlari doktori (DSc), professor

Yanakiyeva Yelka Kirilova, pedagogika fanlari doktori, professor (N. Rilski nomidagi Janubiy-G'arbiy Universitet, Bolgariya)

Andriyenko Yelena Vasilyevna pedagogika fanlari doktori, professor (Novosibirsk davlat pedagogika universiteti

Fizika, matematika, axborot va texnologiya ta'limi instituti, Novosibirsk, Rossiya)

Romm Tatyana Aleksandrovna pedagogika fanlari doktori, professor (Novosibirsk davlat pedagogika universiteti

Tarix, gumanitar va ijtimoiy ta'lim instituti, Novosibirsk, Rossiya)

Chudakova Vera Petrovna, psixologiya fanlari nomzodi (Ukraina pedagogika fanlari milliy akademiyasi, Ukraina)

Hamroyev Alijon Ro'ziqulovich – pedagogika fanlari doktori (DSc), dotsent

Qahhorov Siddiq Qahhorovich, pedagogika fanlari doktori, professor

Mahmudova Muyassar, pedagogika fanlari doktori, professor

Kozlov Vladimir Vasilyevich, psixologiya fanlari doktori, professor (Yaroslavl davlat universiteti, Rossiya)

Tadjixodjayev Zokirxo'ja Abdusattorovich, texnika fanlari doktori, professor

Amonov Muxtor Raxmatovich, texnika fanlari doktori, professor

O'rayeva Darmonoy Saidjonovna, filologiya fanlari doktori, professor

Durdiyev Durdimurod Qalandarovich, fizika-matematika fanlari doktori, professor

Mahmudov Nosir Mahmudovich, iqtisodiyot fanlari doktori, professor

Olimov Shirinboy Sharofovich, pedagogika fanlari doktori, professor

Chariyev Irgash To'rayevich, pedagogika fanlari doktori, professor

Qiyamov Nishon Sodiqovich, pedagogika fanlari doktori (DSc), professor

Shomirzayev Maxmatmurod Xuramovich, pedagogika fanlari doktori, professor

Ro'ziyeva Dilnoza Isomjonovna, pedagogika fanlari doktori, professor

Qurbonova Gulnoz Negmatovna, pedagogika fanlari doktori (DSc)

To'xsanov Qahramon Rahimboyevich, filologiya fanlari doktori, dotsent

Nazarov Akmal Mardonovich, psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

Jumaev Rustam G'aniyevich, siyosiy fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

Nurulloev Firuz No'monjonovich, pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Navruz-Zoda Layli Baxtiyorovna, iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

	<i>Абдуллаевна</i>	ижтимоий-маданий моделлаштириш	қўллаб-қувватлашни	
23.	<i>ШОЙИМОВА Шохиста Санакуловна</i>	Социально-психологические профессиональной адаптации	особенности молодых педагогов в вузе	124
24.	<i>SAFAROV Dilmurod Xalimovich</i>	Zamonaviy rahbar imidji va boshqaruv faoliyatining o'ziga xos individual-psixologik xususiyatlari		128
25.	<i>ASHUROV Jahongir Abdisattorovich</i>	Development of students' critical thinking in the process of learning a foreign language		133
MAKTABGACHA VA BOSHLANG'ICH TA'LIM				
26.	<i>QO'LDOSHEV Rustambek Avezmurodovich</i>	Mustaqillik davrigacha yaratilgan boshlang'ich sinf darsliklarining tashkiliy-metodik imkoniyatlari		138
27.	<i>SALIKHOV Timur Mansurovich</i>	Boshlang'ich sinf o'quvchilari orasida sog'lom turmush tarzini shakllantirishning pedagogik aspektlari		143
28.	<i>XODJYAROVA Sevara Abdimurat qizi</i>	Boshlang'ich maktab o'quvchilarida kommunikativ muloqot madaniyatni takomillashtirish		147
29.	<i>МАНСУРОВА Сурат</i>	Мактабгача катта ёшдаги болаларни гендер фаркларини хисоб олиб индивидуаллаштирилган таълим технологиясидан фойдаланиш		151
FILOLOGIYA VA TILLARNI O'QITISH				
30.	<i>ADIZOVA Nodira Baxtiyorovna</i>	Talabalarda kognitiv-pragmatik kompetentlikni rivojlantirish metodikasi (ona tili o'qitish metodikasi misolida)		156
31.	<i>ABDURASULOVA Nilufar Abdusalim qizi</i>	Formation of foreign language discourse competence in the oral communication field of secondary school students		161
ANIQ VA TABIIY FANLARNI O'QITISH				
32.	<i>ABDURAXMONOVA Shohidaxon Abduqodirovna</i>	Bo'lajak mutaxassislarni amaliy kasbiy tayyorlashda "materialshunoslik" fanini boshqa fanlar bilan integratsiyalashga ta'sir etuvchi omillar		165
33.	<i>ATABAYEVA Mavjuda Rustamovna</i>	O'zbekiston tabiiy geografiyasini o'qitishda klaster metodi orqali tanqidiy fikrlash ko'nikmasini shakllantirish ("O'zbekiston tabiiy geografiyasi" kursi misolida)		173
34.	<i>BOLTABOYEVA Rayxan Ismailovna</i>	Fizikadan texnik mazmundagi masalalarni yechishda zamonaviy texnologiyalardan foydalanish		179
35.	<i>ESHQUVVATOVA Nargiza Norjigitovna, RAMAZONOV Baxtiyor Ramazonovich</i>	Umumta'lim maktablari hamda akademik litseylarda kimyo fanlarini o'qitishda innovatsion pedagogik texnologiyalardan foydalanishning ilmiy-pedagogik asoslari		186
36.	<i>KHUDAYBERDIYEVA Arofat Isroilovna</i>	Advantage of use of programming languages in teaching physics and description of processes (on the example of python programming language)		190
37.	<i>TEMIROV Farrux Faxridinovich</i>	Ixtisoslashtirilgan maktablarning 10- sinflarida organik kimyoni variativ o'quv reja asosida o'qitish metodikasi		199
38.	<i>XASANOVA Gulshod Ro'ziboyevna</i>	Integrativ o'qitish texnologiyalari va ularni fizika o'qitishga qo'llashning didaktik imkoniyatlari		204
39.	<i>АКБАРОВА Муамтархон Тилаволовична</i>	Олий таълим муассасаларида номутахассислик таълим йўналиши талабаларининг кимёвий компетенциясини шакллантириш		210
40.	<i>JO'RAYEV Ilhom Is'hoqovich</i>	Umumta'lim maktablarida informatika fanini mobil texnologiyalar asosida o'qitish metodikasi		216
41.	<i>RAMAZONOVA Fotima Erboevna</i>	Teaching physics in high school		221
JISMONIY MADANIYAT VA SPORT				

BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARI ORASIDA SOG'LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHNING PEDAGOGIK ASPEKTLARI

Salikhov Timur Mansurovich,
Buxoro davlat universiteti
Stajor tadqiqotchisi
Salixovtimur9@gmail.com

Mazkur maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilari o'rtasida sog'lom turmush tarzini shakllantirishning asosiy aspektlari, mazkur yoshdagi bolalar orasida jismoniy tarbiyaga bo'lgan qiziqishlarini o'stirish, ularning faoliyat turidan kelib chiqqan holda o'yin orqali ko'nikmalarini shakllantirish kabi jarayonlar yoritib berilgan. Pedagoglarning mazkur yoshdagi o'quvchilarni sog'lom turmush tarziga yo'naltira olish qobiliyatlarini shakllantirish, bolalarning kichik yoshidan boshlab turli xil to'garaklarga yo'naltirish muammolari, sog'lom turmush tarzi haqidagi ko'nikmalarni eng avvalo, oila sharoitidan boshlab shakllantirish haqidagi asosiy tushunchalar yoritib berilgan. Boshlang'ich sinf o'quvchilari orasida sog'lom turmush tarzini targ'ib etish masalalari o'rganilgan.

Kalit so'zlar: pedagogika, boshlang'ich sinf, yosh davrlari, pedagogik aspektlar, maktabgacha yosh davri, maxsus qobiliyatlarni shakllantirish, sog'lom turmush tarzi.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ

В данной статье рассмотрены основные аспекты формирования здорового образа жизни у учащихся начальных классов, развитие интереса к физической культуре у детей этого возраста, формирование у них умений через игровую основу вида деятельности, формирование умения педагогов ориентировать учащихся этого возраста на здоровый образ жизни. Изучены проблемы направления детей в различные секции с раннего возраста, разъясняются основные понятия формирования навыков здорового образа жизни, прежде всего, исходя из семейных условий. Изучены вопросы пропаганды здорового образа жизни среди учащихся начальных классов.

Ключевые слова: педагогика, начальный класс, возрастные периоды, педагогические аспекты, дошкольный период, формирование специальных способностей, здоровый образ жизни.

PEDAGOGICAL ASPECTS OF FORMING A HEALTHY LIFESTYLE AMONG PRIMARY CLASS STUDENTS

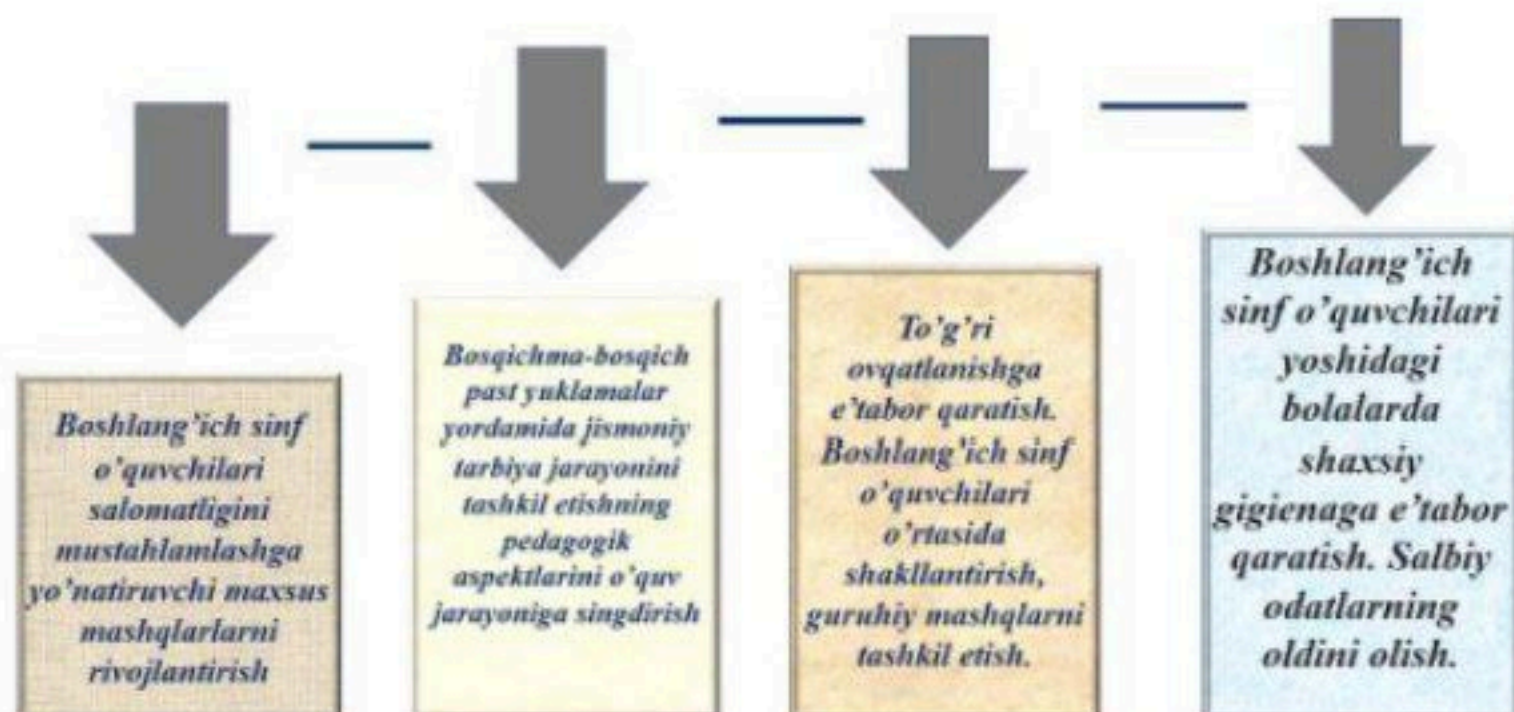
In this article, the main aspects of the formation of a healthy lifestyle among elementary school students, the development of interest in physical education among children of this age, the formation of their skills through games based on the type of activity, etc. processes are explained. Formation of the ability of pedagogues to direct students of this age to a healthy lifestyle. The problems of directing children to various circles from a young age, the basic concepts of forming the skills of a healthy lifestyle, first of all, starting from family conditions, are highlighted. Issues of promoting a healthy lifestyle among primary school students were studied.

Key words: pedagogy, primary class, age periods, pedagogical aspects, preschool period, formation of special abilities, healthy lifestyle.

Kirish. Sog'lom turmush tarzi birinchi navbatda salomatlikni saqlash va mustahkamlash, yuqori mehnat qobiliyatini, insonning doimiy faolligi, ilmiy asoslangan tibbiy-gigiyenik me'yorlarga asoslangan xulq-atvorni ta'minlashga qaratilgan, ya'ni odamlarning tanani saqlash va mustahkamlashga yo'naltirilgan sog'lom turmush tarzi sifatida namoyon bo'ladi. Boshlang'ich sinf yoshidagi bolalarda sog'lom turmush tarzini shakllantirish, avvalambor, o'yin faoliyati jarayonida ular ongiga singdiriladi va bosqichma-bosqich rivojlantiriladi. Mamlakatimizda aholi o'rtasida sog'lom muhitni shakllantirish, odamlar orasida sog'lom turmush tarzini targ'ib etishning muayyan mexanizmlarini shakllantirish borasida ko'plab muhim ishlar amalga oshirilmoqda. Prezident Sh.M.Mirziyoyev tomonlaridan sog'lom turmush tarzini shakllantirish odamlarning bo'sh vaqtini sog'lom jismoniy mashqlar bilan ta'minlashga juda katta e'tibor berilmoqda. Har bir viloyat, shahar va tumanga birlashtirilgan sektorlarda yoshlarning doimo sog'lom jismoniy mashqlar bilan band bo'lishi uchun aniq ishlar amalga oshirilmoqda. Yosh avlodni sog'lom turmush tarzi ruhida tarbiyalash

maqsadi nafaqat yosh avlod, balki o'rta yoshdagi hamda katta yoshdagi insonlar orasida ham keng targ'ib qilinmoqda, desak mubolag'a bo'lmaydi.. Har bir shaxsning mukammal bo'lib shakllanishi teran o'ylab fikrlay oladigan doimiy katta maqsadlarni ko'zlay oladigan bo'lishi uchun bolalik davrida eng avvalo sog'lom turmush tarziga e'tibor qaratilishi juda muhim ahamiyat kasb etadi. Mustaqillik yillaridan boshlab mamlakatimizda sog'lom turmush tarziga e'tibor yosh davriga qaramasdan doim sog'lomlashtiruvchi mashg'ulotlar bilan band bo'lishi uchun qanchadan qancha shart sharoitlar yaratib kelinmoqda, hozirgi kunga kelib bu jarayonlar o'zining eng yuqori cho'qqisiga chiqdi desak mubolag'a bo'lmaydi. Yosh avlodning doim sog'lom turmush tarziga rioya etib shakllanishi uchun, albatta, Prezidentimiz tomonlaridan alohida e'tibor va topshiriqlar berib kelinmoqda, Insonlar orasida sog'lom turmush tarzini ma'lum yosh davriga yetgandan keyin emas, balki maktabgacha bo'lgan davr va boshlang'ich sinf yoshidan shakllantirib borish masalalari juda keng targ'ib etib kelinmoqda. Har bir ta'lim dargohida maktabdan tashqari sog'lom turmush tarzini shakllantirish aspektlari sifatida turli xil yosh davrlariga qaratilgan sport to'garaklari doimiy o'z faoliyatini olib borishi ham bu sohaga qaratilayotgan juda katta e'tiborning yaqqol isboti hisoblanadi. Boshlang'ich sinf yoshidagi bolalar orasida o'yin faoliyat turining katta ahamiyatga ega ekanligini inobatga oladigan bo'lsak, mazkur yoshdagi bolalar uchun har bir mahallada sport maydonchalari qurib foydalanishga topshirilmoqda, bundan tashqari ta'lim dargohida ham bo'sh vaqtlarini samarali tashkil etish uchun turli xil chora-tadbirlar ishlab chiqilmoqda va doimiy shakllantirib borilmoqda.

Asosiy qism. Metodologiya. Maqolamizning asosiy qismida olib borilgan tadqiqotimiz davomida boshlang'ich sinf o'quvchilari o'rtasida sog'lom turmush tarzini shakllantirishning asosiy aspektlari (1-sxema) tasvirlangan.



1-rasm. Boshlang'ich sinf o'quvchilari o'rtasida sog'lom turmush tarzini shakllantirishning asosiy aspektlari

Salomatlikni mustahkamlovchi turmush tarzida, eng avvalo, ruhiy zo'riqish va jismoniy yuklamalar o'rtasidagi muvozanat o'rganilib, boshlang'ich sinf o'quvchilarida jismoniy tayyorgarlik va ruhiy barqarorlikni bosqichma-bosqich shakllantirish birlamchi vazifa hisoblanadi. To'g'ri ovqatlanishga e'tibor berish yosh avlodning boshlang'ich sinf o'quvchilari oldidagi eng muhim vazifalardan biri desak mubolag'a bo'lmaydi. Bu yoshdagi o'quvchilarda ovqatlanish jarayonida noaniqlik va nazoratning yo'qligi turli kasalliklarni keltirib chiqarishi mumkin. Boshlang'ich maktab yoshidagi bolalar o'rtasida uyg'un munosabatlarning mavjudligi sog'lom turmush tarzini shakllantirishning yana bir muhim jihati hisoblanadi, ya'ni agar bu yoshda bolalarga beriladigan vazifalar katta emasligini hisobga olsak, ular bilan jamoaviy yuklamalar pedagoglar tomonidan ishlab chiqilib bosqichma-bosqich shakllantirilsa ijobiy natijaga erishish osonlashadi. Ammo bu holatning yana bir tomoni borki, biz pedagoglar sog'lom turmush tarzini shakllantirishda boshlang'ich sinf o'quvchilarining ota-onalari yordamida aynan shu yoshdagi bolalarni sog'lom turmush tarziga yo'naltira olamiz.

Bu jarayonlarni tashkil etishda eng avvalo, boshlang'ich sinf o'quvchilarining qiziqishlaridan kelib chiqib harakat qilish, ya'ni ularning asosiy faoliyatini hisobga olgan holda o'yin jarayonlarini orqali tashkil etishga alohida e'tibor qaratish lozim. Ya'ni, asosiy yuklamalarni katta hajmda emas, balki asta-sekin kichik hajmda va o'yin faoliyat turi bilan bog'liq holda tashkil etish juda muhim jarayondir. Sog'lom turmush tarzi -

bu yoshdagi bolalar uchun o'yinqarolik, harakatchanlik har doim biror narsa bilan band bo'lish odatiy jarayondir. Boshlang'ich sinf o'qituvchilari oldiga qo'yilgan vazifalar asosan shu jarayonlarni hisobga olgan holda o'quvchilarni aqliy va jismonan shakllantirishning o'ta muhim va mas'uliyatli vazifasi hisoblanadi. Boshlang'ich sinf o'quvchilarida sog'lom turmush tarzi ko'nikmalarini shakllantirish, avvalambor, ularni tarbiyalovchi o'qituvchining faoliyatiga asoslanadi, bu kasb egalari doimo bolalarga ortiqcha zarar yetkazmasdan, to'g'ri vazifa berib, ularni har tomonlama shakllantirishlari lozim bo'ladi. Ko'p hollarda boshlang'ich sinf o'qituvchilari bolalarning ongida nimalar bo'layotganini bilmay turib, ortiqcha yuklamani berishlari oqibatida bolalarda psixologik stabillikning buzilishiga olib kelishi mumkin. Bunday hollarda boshlang'ich sinf o'qituvchilari o'z kasbining yetuk mutaxassisi bo'lishi va boshlang'ich sinf o'quvchi yosh xususiyatlaridan lehib chiqib ishlay olish qobiliyatiga ega bo'lishlari zarur.

Juda ko'p sog'lomlashtirishga qaratilgan holatlar boshlang'ich sinf o'quvchilarini shaxsiy gigiyenaga rioya eta olishlariga qaratilgan e'tiborga bog'liq bo'ladi. Bunda ko'pgina ta'lim jarayonlari boshlang'ich sinf o'quvchilarining ota-onalari, sinf rahbarlari, to'garak rahbarlari kabi shaxs sifatleri bilan ishlashimiz kerak bo'ladi.

Bu sohaning ko'pgina olimlari fikrlarida mulohazalarida boshlang'ich maktab davridagi yosh xususiyatlari o'quvchining bilish jarayonlari va undan keyingi faoliyatiga kuchli ta'sir ko'rsatishini doimo ta'kidlab keladilar. Mazkur yoshda bolalar o'z faoliyatlarining asosiy qismidagi yuklamani o'zlarida shakllantirib olishlarini hisobga oladigan bo'lsak, biz pedagoglar oldida juda katta mas'uliyatli vazifa turibdi desak to'g'ri bo'ladi. Juda ko'p olib borilgan tadqiqotlar natijasida mazkur yoshdagi bolalar jismoniy chiniqqanlikni shakllantirish eng avvalo ularning atrof muhitdagi holatiga bog'liqligi aniqlangan.

Natija va mulohazalar. Olib borilgan tadqiqotlar natijasida boshlang'ich sinf o'quvchilari o'rtasida sog'lom turmush tarzini shakllantirish uchun o'qituvchilar tomonidan e'tibor berilishi kerak bo'lgan omillar jadvalda keltirib o'tilgan. Inson salomatligi ko'plab omillarga bog'liq bo'ladi va o'qituvchi pedagoglar mazkur holatlarga e'tibor qaratishlari juda muhim.

1- <i>Genetik omillar – 10-15 foiz</i>
2- <i>Artif muhitning ta'siri – 20-25 foiz</i>
3- <i>Har bir turmush tarzi - 50-55 foiz</i>

Boshlang'ich sinf o'quvchilari orasida jismonan yetuk har tomonlama shaxs sifatida shakllanishi uchun tadqiqotimiz davomida quyidagi bosqichlar ishlab chiqildi. Mazkur bosqichlarning to'g'ri e'tiborga olinib shakllantrilishi boshlang'ich sinf o'quvchilari yoshidagi bolalar uchun muhim ahamiyat kasb etadi.

- <i>Xavfli omillarning ta'sirini ijobiy va samarali tarzda kamaytirish, boshlang'ich sinf o'quvchilari, ota –ona hamda o'qituvchi ko'magida shakllantirish</i>
- <i>Shaxs hayotini sog'lom va mustahkam bo'lishga yo'naltirish, mazkur yoshdagi bolalarda yosh davrlaridan kelib chiqib bosqichma-bosqich rivojlantirish.</i>
- <i>Oiladagi ijobiy muhit, bolalar salomatligi va baxtini ta'minlash.</i>
- <i>Har bir shaxsni o'zini-o'zi anglash ehtiyojini qondirish. Boshlang'ich sinf o'quvchilari orasida o'yin faoliyat turidan kelib chiqqan holda shakllantirish.</i>
- <i>Yuqori ijtimoiy faollik, bosqichma-bosqich shakllantirib borish</i>
- <i>Yomon odatlardan voz kechish, faol dam olish vositalari va usullaridan foydalanish, boshlang'ich sinf o'quvchilari orasida ta'lim-tarbiyaviy mexanizmlardan kelib chiqqan.</i>

Yuqorida sanab o'tilgan vazifalarga e'tibor qaratgan holda, biz boshlang'ich maktab yoshidagi bolalarni tarbiyalashga e'tibor qaratishimiz, avvalo bolalarni o'yin faoliyati turiga qarab, shunga mos ravishda yo'naltirish juda muhimdir. Har qanday harakatning qiymati maqsadning ahamiyati, unga erishish ehtimoli va ta'lim tarbiyaviy jarayon bilan belgilanadi. Insonning xulq-atvori yoki turmush tarzi qondirilishi kerak bo'lgan biologik va ijtimoiy ehtiyojlarga bog'liq.

Xulosa. Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, ko'p hollarda boshlang'ich maktab yoshidagi bolalarda sog'lom turmush tarzini shakllantirish jarayoni, birinchi navbatda, oilaviy sharoitdan kelib chiqqan holda faoliyat jarayoniga singib ketadi. Har bir bolaning to'g'ri ovqatlanishi va to'g'ri gigiyenasi maktab jarayoniga qo'shilgandan keyin bosqichma-bosqich shakllanadi. Mazkur yoshda bolalar orasida foydali odatlarni shakllantirish, pedagoglar tomonidan beriladigan yuklamalarni hajmiga e'tibor qaratgan holda nazariy jihatdan ham jismonan ham boshlang'ich sinf o'quvchilarining psixologik holatlariga ta'sir ko'rsatmasdan shakllantirilishi lozim. Aniqroq qilib aytadigan bo'lsak, biz pedagoglar uchun o'quvchilarga ta'lim-tarbiya

berish jarayonida yomon odatlardan uzoqlashish, bolaning rivojlanishiga to'sqinlik qilmaydigan fazilatlarga ega bo'lish kabi holatlarni shakllantirish muhim ahamiyatga ega.

Mashhur olim Gegel ham odatlar insonni uning quli qilishini ta'kidlagan. Shuning uchun ham maktabgacha va maktab yoshida foydali odatlarni shakllantirish va ularning illatlarga aylanib qolish xavfini kamaytirish, zararli odatlarga qarshi kurashish juda muhimdir. Sog'lom turmush tarzi deganda eng avvalo pedagogning boshlang'ich sinf o'quvchilari bilan bajaradigan faoliyatiga ko'p holatlar bog'lanib ketadi. Bunda foydalaniladiga metodlar va usullarga ham ko'p jarayonlar bog'liq bo'ladi desak mubolag'a bo'lmaydi.

Yana bir jarayonni qo'shimcha qilish muhim deb hisobladik, ya'ni boshlang'ich sinf o'quvchilari tarbiyalashda shaxsiy gigiyena tushunchasini shakllantirish juda muhim hisoblanadi. To'g'ri ovqatlanish ovqatlangandan avval va keyin albatta, qo'llarni yuvish, uyqudan oldin va ovqatlangandan keyin tishlarni tozalash, toza kiyim, umuman, tozalikka qat'iy rioya etish sog'lom turmush tarzining asosiy shartlaridan hisoblanadi va aynan shu jarayonlarni mazkur yoshdagi bolalarda shakllantirsak sog'lom turmush tarzini takomillashtirishda birinchi qadamni qo'ygan bo'lamiz. Sog'lom turmush tarzi, bu har qanday kasalliklar profilaktikasi va salomatlik uchun kuch-quvvat garovidir. Boshlang'ich sinf o'quvchilarini tarbiyalashda turli xil qirralarni inobatga olgan holda bosqichma-bosqich shakllantirish muvaffaqiyatga erishish asosiy omillardan biri bo'lib xizmat qiladi. Sog'lom turmush tarzi qoidalariga rioya etgan odam oilasi, mehnat jamoasi, umuman, jamiyatda o'z o'miga ega bo'ladi, turli murakkab vaziyatlarni yengib o'tish, hayot qiyinchiliklari oldida o'zini yo'qotmaslikka o'rganadi. Sog'lom turmush tarzi qoidalari bir-birini qo'llab-quvvatlaydi, biri ikkinchisiz sodir bo'lishi amrimahol. Bu jarayonlarni e'tiborimizdan chetda qoldirmasdan ma'suliyat bilan yondashsak, boshlang'ich sinf o'quvchilari o'rtasida sog'lom turmush tarzi haqida ma'lum bir ko'nikmalarga yo'naltira olamiz desak aniqroq bo'ladi. An'anaviy shakllangan ta'lim-tarbiya jarayonida o'quvchilarning ko'p vaqti o'tirgan holatda bo'ladi. Shuning uchun pedagoglar o'quvchilarni dars vaqtda o'tirish holatlarini nazorat qilishlari, darslarda jismoniy tarbiya daqiqalarini o'tkazishlari, ijobiy ta'sir qiladigan harakatlar tartibini tashkil qilishlari, jismoniy tarbiya mashqlariga gavgani to'g'ri tutishga yo'naltirilgan mashqlarni kiritishlari zarur. Mashqlarni jismoniy yo'naltirib bajarish yanada ko'proq ijobiy samara beradi. Maktabda o'qishning birinchi kunidan boshlab birinchi sinf o'quvchilarida to'g'ri o'tirishni shakllantirishga e'tibor qaratish zarur. Bolalarni maktabda va uyda o'tirish holatini nazorat qilishning oddiy usullarini pedagoglar o'rgatishlari zarur. Pedagoglar bolaning o'tirishini sabr bilan boshlang'ich sinflarda kuzatishlari kerak bo'ladi. Yozma ishlarni bajarish uchun zarur bo'lgan egilib o'tirish holatida orqa mushaklarga og'irlik tushadi, yurak urishi tezlashadi, nafas olish harakatining amplitudasi kamayadi. Bunday holatda tenglikni saqlash uchun o'quvchilar stol ustiga ko'krak bilan suyanadilar, bu esa ichki organlar ishini yanada og'irlashadi. Shuning uchun boshlang'ich sinf o'qituvchilarining nazorati bolalarning sog'lom bo'lishlari uchun katta ahamiyatga ega. Darslarda jismoniy tarbiya daqiqalarini o'tkazish o'quvchilarning ishga layoqatligini ushlab turish uchun samarali vositadir. Ayniqsa sog'lom turmush tarzini shakllantirish maqsadida dars jarayonlarida ham bolalarning har bir holatiga e'tibor berib shakllantirish o'qituvchi pedagoglar oldida turgan eng asosiya vazifa hisoblanadi.

Adabiyotlar:

1. Mirziyoyev Sh. M. O'zbekiston Respublikasining Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning Oliy Majlisga Murojaatnomasi. – T. “O'zbekiston” NMIU, 2018. – B.19-20.
2. Umedjanova M. L., Salixov S. M., Salixov T. M. The Role of National Education in Preparing Young People for Family Life //European journal of innovation in nonformal education. – 2022. – T. 2. – №. 2. – C. 271-276.
3. Салихов Т. и др. Psychological Characteristics Of Increasing Cognitive Activity In Elementary School Students //Центр научных публикаций (buxdu.uz). – 2021. – Т. 7. – №. 7.
4. Salixov S. M., Salixov T. M. Bo'lajak jismoniy madaniyat o'qituvchisining kasbiy tayyorgarligini shakllantirish //Science and Education. – 2022. – Т. 3. – №. 3. – C. 1013-1019.4.
5. Salixov S. M. et al. Musobaqa oldi sportdagi stress va tayyorgarlikning psixologik tomonlari //Science and Education. – 2022. – Т. 3. – №. 4. – C. 1039-1044.
6. Mansurovich S. S. Methodology of organizing physical education lessons through digital technologies //European Journal of Modern Medicine and Practice. – 2022. – Т. 2. – №. 4. – C. 107-111.

“PEDAGOGIK MAHORAT” JURNALI UCHUN MAQOLALARNI RASMIYLASHTIRISH TALABLARI

“PEDAGOGIK MAHORAT” ilmiy jurnali mualliflari diqqatiga!

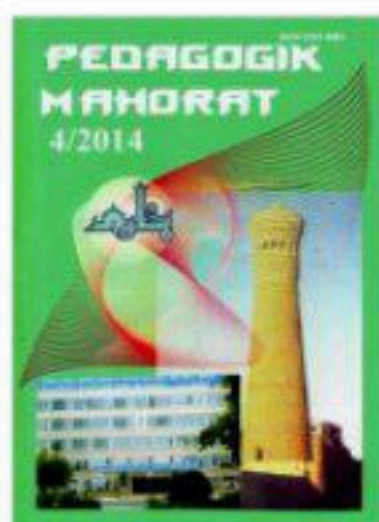
1. “PEDAGOGIK MAHORAT” ilmiy jurnali ilmiy maqolalarni o‘zbek, rus va ingliz tillarida chop etadi.
2. E‘lon qilinadigan maqolalarga bo‘lgan asosiy talablar:
 - ✓ ishning dolzarbligi va ilmiy yangiligi;
 - ✓ maqolaning hajmi: adabiyotlar ro‘yxati, chizma va jadvallar inobatga olingan holatda 4-8 betgacha;
 - ✓ maqola nomi, annotatsiya (80-90 ta so‘z) va tayanch so‘zlar (8-10 ta) ingliz, o‘zbek va rus tillarida keltiriladi.
3. Maqola boshida UDK (udc.online internet saytidan olishingiz mumkin), mavzu, muallifning F.I.O. (to‘liq yozilishi kerak), mualliflar bir nechta bo‘lsa, ularning har biri haqida to‘liq ma‘lumotlar berilishi shart, tashkilot, shahar, mamlakat, muallifning e-maili ko‘rsatiladi. Matnda kirish qismi, tadqiqot obyekti va qo‘llanilgan metodlar, olingan natijalar va ularning tahlili, xulosa, adabiyotlar ro‘yxati, albatta, keltiriladi. Maqolada keyingi 10-15 yilda e‘lon qilingan adabiyotlarga havola qilinishi tavsiya etiladi.
4. Matn uchun: Microsoft Word; Times New Roman, 11 shrift, maqola nomi bosh harflarda, interval 1,0; abzas 1,0 sm, yuqori va pastki tomon 2 sm, chap va o‘ng tomon 2 sm.
5. Agar maqolaga rasm, jadval, diagramma, sxema, chizma, turli grafik belgilar kiritilgan bo‘lsa, ular aniq va ravshan tasvirlanishi, qisqartmalarning to‘liq izohi yozilishi lozim. Formulalar matnga maxsus kompyuter dasturlarida kiritilishi kerak.
6. Iqtibos olingan yoki foydalanilgan adabiyot satr osti izohi tarzida emas, balki maqola oxirida asosiy matndagi ketma-ketligi asosida umumiy ro‘yxatda ko‘rsatiladi. Matn ichidagi ko‘chirmadan so‘ng iqtibos olingan asarning ro‘yxatdagi tartib raqami va sahifasi kvadrat qavs ichida beriladi. Bu o‘rinda kitob, to‘plam, monografiyalar uchun mualliflarning ism-familiyalari, manbaning to‘liq nomi, nashr ko‘rsatkichi (shahar, nashriyot va nashr yili) ko‘rsatiladi. Jurnal maqolalari va boshqa davriy nashrlar uchun mualliflarning ism-familiyalari, maqola nomi, jurnal nomi, yili va soni, sahifa nomeri ko‘rsatiladi.
7. Maqola matni kamida 70-80 % muallifning shaxsiy izlanishlari natijasiga asoslanishi lozim. Topshirilgan maqolalar “Antiplagiat” tizimi yordamida tekshiriladi.
8. Tahririyatga taqdim qilingan maqolalar tahririyat tomonidan taqrizga beriladi. Maqola taqrizdan qaytgach, agar zarur bo‘lsa, barcha savol va e‘tirozlar bo‘yicha muallifga qayta ishlash uchun taqdim etiladi. Maqola nusxalari qaytarilmaydi.
9. Tahririyat maqolani taqrizga yuboradi, taqriz ijobiy bo‘lsa maqola jurnalda chop etish uchun qabul qilinadi. Jurnalda anjuman tezislari va ma‘ruzalari chop etilmaydi. **E‘lon qilingan materiallarning haqqoniyligiga va ko‘chirilmaganligiga shaxsan muallif javobgardir.**
10. Tahririyat maqolaga ayrim kichik o‘zgartirishlarni kiritishi mumkin. Yuqoridagi talablarga javob bermaydigan maqolalar tahririyat tomonidan ko‘rib chiqilmaydi va muallifga qaytarilmaydi.
11. Ijobiy taqriz berilgan maqola tahririyat tomonidan qabul qilingan sanaladi. Jurnal tahririyati maqola matnini qisqartirish va unga tahririy o‘zgartirishlar kiritishga haqlidir.
12. Yuqoridagi talablarga javob bermaydigan maqolalar tahririyat tomonidan qabul qilinmaydi va ko‘rib chiqilmaydi.

Manzil: O‘zbekiston Respublikasi, Buxoro viloyati, 200117, Buxoro shahri, M.Iqbol ko‘chasi, 11-uy, bosh bino, 2-qavat, 219-xona.

Web site: www.buxdu.uz

E-mail: nashriyot_buxdu@buxdu.uz

Telegram raqami: +998 (94) 837-18-38.



Buxoro davlat universiteti muassisligidagi
“PEDAGOGIK MAHORAT”
ilmiy-nazariy va metodik jurnali
barcha ta’lim muassasalarini
hamkorlikka chorlaydi.

Pedagoglarning sevimli nashriga aylanib ulgurgan “Pedagogik mahorat” jurnali maktab, kollej, institut va universitet pedagogik jamoasiga muhim qo’llanma sifatida xizmat qilishi shubhasiz.

Mualliflar uchun eslatib o’tamiz, maqola qo’lyozmalari universitet tahririy-nashriyot bo’limida qabul qilinadi.

Manzilimiz: Buxoro shahri, M.Iqbol ko’chasi 11-uy
Buxoro davlat universiteti, 1-bino 2-qavat, 219-xona

Tahririyat rekvizitlari:

Moliya vazirligi g’aznachiligi

23402000300100001010

MB BB XKKM Toshkent sh. MFO 00014 INN 201504275

BuxDU 400110860064017094100079001

Pedagogik mahorat: rivojlanamiz va rivojlantiramiz!

<p>PEDAGOGIK MAHORAT</p> <p>Ilmiy-nazariy va metodik jurnal</p> <p>2023-yil 7-son (95)</p> <p>2001-yil iyul oyidan chiqa boshlagan.</p> <p>OBUNA INDEKSI: 3070</p>	<p>Buxoro davlat universiteti nashri</p> <p>Jurnal oliy o’quv yurtlarining professor-o’qituvchilari, ilmiy tadqiqotchilar, ilmiy xodimlar, magistrantlar, talabalar, akademik litsey va kasb-hunar kollejlari hamda maktab o’qituvchilari, shuningdek, keng ommaga mo’ljallangan.</p> <p>Jurnalda nazariy, ilmiy-metodik, muammoli maqolalar, fan va texnikaga oid yangiliklar, turli xabarlar chop etiladi.</p> <p>Nashr uchun mas’ul: Nigora SAYFULLAYEVA Muharrir: Mexrigiyo SHIRINOVA Musahhah: Sarvinoz RAXIMOVA</p>	<p>Jurnal tahririyat kompyuterida sahifalandi. Chop etish sifati uchun bosmaxona javobgar.</p> <p>Bosishga ruxsat etildi 30.08.2023 Bosmaxonaga topshirish vaqti 31.08.2023 Qog’oz bichimi: 60x84, 1/8 Tezkor bosma usulda bosildi. Shartli bosma tabog’i – 20,6 Adadi – 100 nusxa Buyurtma № 21 Bahosi kelishilgan narxda.</p> <p>“BUKHARA HAMD PRINT” MCHJ bosmaxonasida chop etildi. Bosmaxona manzili: Buxoro shahri Q.Murtazoyev ko’chasi 344-uy.</p>
---	--	--