



**BOSHLANG'ICH TA'LIMDA  
XALQARO BAHOLASH TAJRIBASI:  
MUAMMO, YECHIMLAR VA  
ISTIQBOLLAR**

**XALQARO ILMIIY-AMALIIY ANJUMAN**

**MATERIALLARI**

**Buxoro, 2022-yil, 29-mart**

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ**  
**ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ**  
**БУХОРО ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ**  
**МАКТАБГАЧА ВА БОШЛАНҒИЧ ТАЪЛИМ ФАКУЛЬТЕТИ**  
**БОШЛАНҒИЧ ТАЪЛИМ МЕТОДИКАСИ КАФЕДРАСИ**

***БОШЛАНҒИЧ ТАЪЛИМДА ХАЛҚАРО***  
***БАҲОЛАШ ТАЖРИБАСИ: МУАММО, ЕЧИМЛАР***  
***ВА ИСТИҚБОЛЛАР***

*ХАЛҚАРО ИЛМИЙ-АМАЛИЙ АНЖУМАН*

***МАТЕРИАЛЛАРИ***

**2022 йил, 29 март**

**Илмий анжуманнинг дастурий қўмитаси**

- |               |   |  |
|---------------|---|--|
| О. Х.Хамидов  | – | Бухоро давлат университети ректори, иқтисод фанлари доктори, профессор, раис.              |
| О.С.Қаҳҳоров  | – | илмий ишлар ва инновациялар бўйича проректор, раис муовини.                                |
| Ў.У. Рашидов  | – | молия ва иқтисод ишлари бўйича проректор, аъзо.  |
| Қ.Р.Тўхсонов  | – | мактабгача ва бошланғич таълим факультети декани, аъзо.                                    |
| Ю.Ю.Азимов    | – | мактабгача ва бошланғич таълим факультети ўқув ишлари бўйича декан ўринбосари, аъзо.       |
| Н.О. Сафарова | – | мактабгача ва бошланғич таълим факультети ёшлар билан ишлаш бўйича декан ўринбосари, аъзо. |
| А.Р.Ҳамроев   | – | бошланғич таълим методикаси кафедраси мудири, аъзо.  |
| Ю.А. Пўлотова | – | бошланғич таълим методикаси кафедраси ўқитувчиси, котиб.                                   |

**Илмий анжуманнинг ташкилий қўмитаси**

- |                |   |  |
|----------------|---|--|
| О.С.Қаҳҳоров   | – | Бухоро давлат университети илмий ишлар ва инновациялар бўйича проректор, раис муовини.     |
| Қ.Р.Тўхсонов   | – | мактабгача ва бошланғич таълим факультети декани, раис муовини.                            |
| Г.Т. Зарипов   | – | ИТ, И ва ИПКТБ бўлими бошлиғи, аъзо.   |
| Ю.Ю.Азимов     | – | мактабгача ва бошланғич таълим факультети ўқув ишлари бўйича декан ўринбосари, аъзо.       |
| Н.О. Сафарова  | – | мактабгача ва бошланғич таълим факультети ёшлар билан ишлаш бўйича декан ўринбосари, аъзо. |
| А.Р.Ҳамроев    | – | бошланғич таълим методикаси кафедраси мудири, аъзо.  |
| Ф.М.Қосимов    | – | бошланғич таълим методикаси кафедраси доценти, аъзо.                                       |
| Ғ.М.Сайфуллаев | – | бошланғич таълим методикаси кафедраси доценти, аъзо.                                       |
| Н.Б.Адизова    | – | бошланғич таълим методикаси кафедраси катта ўқитувчиси, аъзо.                              |
| Р.А.Қўлдошев   | – | бошланғич таълим методикаси кафедраси ўқитувчиси, аъзо.                                    |
| Р.Х.Жумаев     | – | бошланғич таълим методикаси кафедраси ўқитувчиси, аъзо.                                    |

Тўшам Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2022 йил 7 мартдаги 101-ф-сонли фармойиши билан тасдиқланган Ўзбекистон Республикасида 2022 йилда ҳалқаро ва республика миқёсида ўтказиладиган илмий ва илмий-техник тадбирлар режасида белгиланган тадбирларнинг бажарилиши мақсадида 2022 йил 29 март куни Бухоро давлат университети Бошланғич таълим методикаси кафедрасида “Бошланғич таълимда ҳалқаро баҳолаш тажрибаси: муаммо, ечимлар ва истиқболлар” мавзусидаги ҳалқаро илмий-амалий анжуман материаллари асосида тузилди.

**Масъул муҳаррир:**

А.Р.Ҳамроев, педагогика фанлари доктори, доцент

**Тақризчилар:**

Б.Р.Адизов, педагогика фанлари доктори, профессор

Ю.Ю.Азимов, филология фанлари номзоди, доцент

3. Babaeva S. MODELING NATIVE LANGUAGE LEARNING BY DESIGNING EDUCATION. European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences, 8 (10), Part II, 1-9.

4. Бабаева Ш.Б., Узакова А.Б., Рохатова З.И., Мирова С.Р. «Работа со специальными текстами на уроках русского языка начальной школе» сборник материалов VIII Международной научно-практической конференции «Актуальные вопросы современной науки и образования» который состоялся 20 февраля 2021 года в г. Пенза МЦНС «Наука и просвещение» стр.194-197

## **ATROF TABIAT BILAN TANISHTIRISH JARAYONIDA BOLALARDA SOG'LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI**

**G. M. Sayfullayev, BuxDu dotsenti**

**D. Sattorova magistr**

*Ushbu maqolada bolalarni atrof tabiat bilan tanishtirishda sog'lom hayot uchun gigiyenik tarbiyalash metodlari keltirilgan.*

**Калит so`zlar:** murabbiy, gigiyena, uslub, sanitariya, tushuncha, estetik, immunitet

*В данной статье описывается методика гигиенические воспитание детей для здорового образа жизни на занятие ознакомление окружающей миром*

**Ключевые слова:** тренер, гигиена, приём, санитария, понятия, эстетик, иммунитет

*This article describes the method of hygienic education of students for a healthy lifestyle in the lessons of natural science*

**Key words:** trainer, hygiene, reception, sanitation, concepts, aesthetics, immunity.

Bolalarga gigiyenaga oid ta'lim va tarbiya berishda bolalarni sog'liqni saqlash to'g'risidagi dastlabki bilim, zarur gigiyenik malaka va ko'nikmalar bilan qurollantirish asosiy maqsad qilib qo'yiladi. Tarbiyachi o'qitish jarayonida xilma xil metod va usullarni qo'llab borsagina, bolalar gigiyenaga oid bilimlar, malaka va ko'nikmalarni muvaffaqiyat bilan o'zlashtira boradilar, Atrof tabiat bilan tanishtirish mashg'ulotlarida o'z o'zini kuzatish metodini qo'llanish maqsadga muvofiqdir. Bu metod bolalar o'z o'zini kuzatib borish yo'li bilan odam o'z salomatligiga qarab borishi va u yoki bu organlarining ishida boshlanib kelayotgan o'zgarishlarni bilib olishi mumkin, degan fikrga olib kelish imkonini beradi (masalan, yurak qisqarishlari yoki nafas harakatlarining soniga qarab. Yurak va o'pka ishidagi kamchiliklar to'g'risida fikr yuritish mumkin). Ko'rgazmali qurollarni ko'rsatish bilan bir qatorda gigiyenaga oid ayrim qoidalarga (qo'lni yuvish, to'g'ri o'tirish, tishni tozalashga, kitob o'qishda uni ko'zdan tegishli masofada tutishga, xonalarni latta ho'llab artib tozalash qoidalari va boshqalarga) rioya qilish usullarini amalda o'rgatib borish tavsiya etiladi. Bolalar gigiyenaga oid bilim va malakalarning ahamiyatini tushunadigan bo'lsalargina, ularni egallab boradilar. Bolalarni odam tanasining tuzilishi va ayrim organlarining ishlashi to'g'risidagi elementar bilan tanishtirish bu ishga yordam beradi. Bolalar diqqatini odam organizmining yaxlit, bir butunligiga jalb qilish zarur. Ishlab turgan organlarning bir biri bilan bog'liqligini, shuningdek, organizm bilan tevarak atrof muhitning o'zaro bog'liqligini maktabga tayyorlov bolalari bemalol tushunib olishlari mumkin.

Jismoniy tarbiya yoshlarni har tomonlama dunyoqarashini kengaytiradi. Ularni sog'lom qilib tarbiyalashda doimiy tadbirlardan biri bo'lib hisoblanadi. Jismoniy madaniyat — jismoniy tarbiya mahsuli bo'lib, inson umumiy madaniyatining bir qismidir. Yoshlarni har tomonlama barkamol va yetuk qilib tarbiyalashda barcha ekologik va ijtimoiy tadbirlar turkumiga kiradigan jismoniy tarbiya hamda sportning ahamiyati katta.

Bolalar uchun jismoniy tarbiya va chiniqtirish mashqlari jismoniy tarbiyaning asosiy qismlari bo'lib, ularning keyingi mehnat faoliyati tayyorgarligi hisoblanadi. Jismoniy tarbiya — bolalarning har tomonlama barkamol va sog'lom yetishishi garovidir. Respublikamizda jismoniy tarbiya ilmiy asosda olib boriladi, bunda eng avvalo bola organizmining morfo-funksional imkoniyatlari, yoshi va jinsi hisobga olinadi. Bu tarbiya murakkab jarayon bo'lib, organizmning katta miqdorda kuch sarflaydigan faoliyatidir. U qayta-qayta takrorlanadigan mashqlar va muolajalardan iborat. Ular natijasida organizmning funksional imkoniyatlarini oshiruvchi, zo'riqishlarga qarshi kuchlarni tez safarbar qilishga yordam beruvchi o'zgarishlar ro'y beradi.

Yoshi va jinsini hisobga olib, jismoniy tarbiyaning turli vositalarini bir vaqtda, har xil mashqlar va chiniqtiruvchi muolajalarni kompleks tarzda bajariladi.

Jismoniy tarbiyaning maxsus va umumiy mashqlarini birga olib borish har xil jismoniy sifatlarning rivojlanishiga yordam beradi. Mashqlar yoki chiniqtiruvchi muolajalar turiga qarab, ko'proq yoki uzoq vaqt u yoki bu mashqlar bilan shug'ullaniladi. Doimiy ta'sirlovchi ma'lum bir vaqt davomida ta'sir etsa, shartli refleks hosil bo'ladi. Agar yetarli ta'sir etmasa, jismoniy tarbiyaning ta'siri kamayadi. Mashqlar va

chiniqtiruvchi muolajalar orasida bolalarga dam berish lozim. Har bir bola shifokor ko'rigidan o'tishi kerak. Salomatlik holati va jismoniy rivojlanishni hisobga olib, jismoniy tarbiya turi va vositasi bilan shug'ullanish belgilanadi. Bunda organizmning funksional imkoniyatlari hisobga olinadi. Funksional imkoniyat deb, organizmning tinch turgan holda bajaradigan ishi bilan eng katta og'irlikdagi bajara oladigan ishi oralig'iga aytiladi. Juda ham katta og'irlikdagi ishini bajarish mashq samarasini bermaydi, aksincha, charchatadi. Engil ish esa organizmga ta'sir qilmaydi. Mashq ta'sirini bilish uchun har bir kishiga qulay oraliq tavsiya etiladi.

Har qanday murakkab harakatlarni o'rganishda bir qancha bosqichlarni inobatga olish zarur. Harakatlarni bajarishda ham shartli va shartsiz reflekslar bir hil bo'ladi, ular hamisha harakatlarni qaytarib turish stereotiplarini hosil qiladi.

Bola 2 yoshga borib o'zi harakat qila boshlaydi, 3 yoshdan 7 yoshgacha markaziy va periferik nerv sistemasi funksiyasi, harakat analizatorlari rivojlanadi. 5-6 yoshdan muskullar kuchi oshib boradi. Maktab yoshda bo'lgan bolalarda bu kuch jismoniy harakat qilganda qon aylanish moslashuvining oshishi va yurakning qisqarishi natijasida oshib boradi. 4-7 yoshgacha harakat ancha rivojlanadi. Bu yoshda bolalarning miyasi katta kishilarning miyasiga tuzilishi jihatidan o'xshash bo'ladi. Tekshirishlar shuni ko'rsatadiki, harakat faolligi ham ijtimoiy, ham biologik omillarga bog'liq ekan. Shaharda yashaydigan, sport bilan shug'ullanadigan bolalarda harakat faolligi boshqa qishloq bolalariga nisbatan 10 foiz past bo'ladi. Hozirgi vaqtda ovqatlanish gigiyenasiga katta e'tibor qaratilmoqda, chunki, to'g'ri ovqatlanish mustahkam sog'liq, ishchanlik, tetiklik va go'zallik garovidir. Ovqatlanish madaniyati deganda me'yorida ovqatlanish tartibi tushuniladi. Bu ovqatni qancha va qachon eyishni, dasturxonni bezashni bilishdir.

Odam sutkada qancha ovqat eyishi kerak? Bu ovqatga bo'lgan ehtiyojiga, odamning o'sishi va organizm hujayralarining muntazam yangilanishi uchun zarur bo'ladigan energiya manbai hamda qurilish materialiga, odamning yoshiga, jinsiga, ish tartibiga, yashash joyining iqlim sharoitlariga bog'liq bo'ladi. Odam sutkada qancha energiya sarflasa, ovqat bilan shuncha energiya olishi kerak.

Ibn Sino ovqatlanishda ovqatlarni oziqliligi, o'zlashtirishi, qulayligiga e'tibor qaratishni bayon etadi. U ochlikda turli jismoniy mashqlarni bajarishda qanday ovqatlanish haqida tavsiyalar beradi.

Agarda odam juda to'yib ovqat eydigan bo'lsa, semirib ketadi va xunuk oqibatlar kelib chiqadi: qandli diabet, arteraskleroz, jigar funksiyalarining buzilishi.

Hozirgi paytda ko'p ovqat eydigan, yog'li taomlarni xush ko'radigan odamlar ham bor. Hozirgi vaqtda ko'p ovqat eyish oqibatida juda ko'p odamlar semirib ketgan. Semirib ketmay deb, och yurish, muntazam to'yib ovqatlanmaslik ham yaxshi emas. Bu ham xavfli. Organizmga barcha oziq-ovqat moddalari: oqsillar, yog'lar, uglevodlar, vitaminlar va mineral tuzlar kerak bo'ladi. Oqsillar hujayralarining struktura asosini tashkil etadi, fermentlar, gormonlar, nukleoproteinlar, fibrinlar boshqa hayotiy zarur moddalar tarkibiga kiradi. Go'shtni me'yorida eyish kerak, agar go'sht ko'p eb yuriladigan bo'lsa, organizmga zarar keltiradi. Go'sht tarkibida bo'ladigan biogen omillar qon tomirlar tonusining kuchaytiradi bu esa qon bosimini oshiradi. Tarkibida boshqa qimmatli oqsillar bo'ladigan tvorog haddan ziyod eyiladigan bo'lsa, buyrakda tosh paydo bo'ladi.

Bolalar ovqatining tarkibida oqsil, vitaminlar bo'ladigan ovqat rasioni turli – tuman bo'lishi, sut, tvorog, baliq, yoki go'sht, shuningdek mineral tuzlar saqlaydigan sabzavotlar, mevalar, yog'lar, o'simlik moylari bo'lishi kerak.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati**

1. Nuriddinova M.I. Tabiatshunoslikni o'qitish metodikasi. T., O'qituvchi, 2005.-174b.
2. Sayfullayev G'.M. Tabiatshunoslik darslarida sinfdan tashqari ishlarni tashkil etish Globe Edit. 2020.
3. Baxromov A. Atrofimizdagi olam (1-2-sinf uchun darslik) T «Cho'lpon» Nashriyoti. 2018.

## **BOSHLANG'ICH SINF O'QUVCHILARINI TABIAT BILAN TANISHTIRISHNING TARIXIYLIGI**

**G'. M. Sayfullayev, BuxDu dotsenti  
I. Temirova, 2-kurs magistr**

*Ushbu maqolada tabiatshunoslikni o'rganishda uning tarixiyligi milliy qadriyatlarimiz haqida materiallar keltirilgan.*

**Kalit so'zlar:** jonli tabiat, jonsiz tabiat, Sivilizastiya, tabiat, pedagogika.

*В данной статье представлены материалы об историческом значении наших национальных ценностей в изучении природоведения.*

**Ключевые слова:** живая природа, не живая природа, Цивилизация, педагогика